

# XÂY DỰNG THANG ĐO ĐÁNH GIÁ ĐỘNG CƠ TẬP LUYỆN CỦA VÕ SINH TẠI CÁC CÂU LẠC BỘ AIKIDO THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Nguyễn Thanh Thạch<sup>(1)</sup>; Nguyễn Thị Mỹ Linh<sup>(2)</sup>

## Tóm tắt:

Nghiên cứu nhằm xây dựng và kiểm định thang đo đánh giá động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại các câu lạc bộ ở Thành phố Hồ Chí Minh. Khảo sát được thực hiện trên 490 võ sinh, dữ liệu được xử lý bằng SPSS 26.0 thông qua kiểm định Cronbach's Alpha và phân tích nhân tố khám phá (EFA). Kết quả xác định 18 biến quan sát thuộc 5 nhóm nhân tố gồm: động cơ nội tại, động cơ tích hợp, động cơ đồng nhất, động cơ ngoại lai và động cơ vô thức/không có động cơ. Thang đo đạt độ tin cậy và giá trị tốt với Cronbach's Alpha tổng = 0.845, KMO = 0.726 và các hệ số tải nhân tố đều lớn hơn 0.5. Đồng thời, kết quả khảo sát cho thấy động cơ nội tại là yếu tố nổi bật nhất trong quá trình tập luyện của võ sinh Aikido.

**Từ khóa:** Aikido; động cơ; xây dựng thang đo; Võ sinh; Thành phố Hồ Chí Minh.

## Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 28/03/2026

Ngày phản biện: 25/04/2026

Ngày đăng: 12/06/2026

## Tác giả liên hệ:

Nguyễn Thanh Thạch

Email: thanhthachhl@gmail.com

Tập 3, số 4 (2026), trang 40-48

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14092>

Bản quyền © 2026. Bài báo này là công bố Truy cập Mở (Open Access) và được phân phối theo các điều khoản của Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

## Development of a scale for assessing training motivation among Aikido Practitioners at Clubs in Ho Chi Minh City

Nguyen Thanh Thach<sup>(1)</sup>; Nguyen Thi My Linh<sup>(2)</sup>

## Abstract:

This study aimed to develop and validate a scale for assessing the motivation of Aikido practitioners participating in training at clubs in Ho Chi Minh City. A survey was conducted with 490 practitioners, and the data were processed using SPSS 26.0 through Cronbach's Alpha reliability testing and exploratory factor analysis (EFA). The results identified 18 observed variables across five factor groups: intrinsic motivation, integrated regulation, identified regulation, external regulation, and amotivation. The scale demonstrated good reliability and validity, with an overall Cronbach's Alpha of 0.845, KMO = 0.726, and all factor loadings greater than 0.5. In addition, the survey results showed that intrinsic motivation was the most prominent factor in the training process of Aikido practitioners.

**Keywords:** Aikido; motivation; scale development; martial arts practitioners; Ho Chi Minh City.

## Article Information:

Received: 28/03/2026

Review date: 25/04/2026

Published: 12/06/2026

## Corresponding Author:

Nguyen Thanh Thach

Email: thanhthachhl@gmail.com

Vol.3, Issue 4 (2026), pp 40-48

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14092>

Copyright © 2026. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

<sup>(1)</sup>ThS Trường ĐH TDTT TPHCM

<sup>(2)</sup>PGS TS Trường ĐH TDTT TPHCM

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh nhu cầu rèn luyện thể chất và phát triển tinh thần ngày càng gia tăng, Aikido ngày càng thu hút người tập tại Thành phố Hồ Chí Minh (TP.HCM) nhờ giá trị rèn luyện sức khỏe và phát triển nhân cách. Tuy nhiên, động cơ tập luyện của võ sinh còn đa dạng, thiếu ổn định và chưa được đánh giá một cách hệ thống. Trong khi đó, động cơ là yếu tố quan trọng quyết định mức độ tham gia, sự kiên trì và hiệu quả tập luyện. Việc thiếu một công cụ đo lường phù hợp gây khó khăn cho công tác quản lý và tổ chức huấn luyện tại các câu lạc bộ. Do đó, nghiên cứu: “Xây dựng thang đo đánh giá động cơ của võ sinh tham gia tập luyện tại các câu lạc bộ Aikido Thành phố Hồ Chí Minh” có ý nghĩa cấp thiết cả về lý luận và thực tiễn, góp phần nâng cao chất lượng huấn luyện và phát triển phong trào Aikido bền vững.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: Phương pháp đọc phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp thống kê.

Khách thể nghiên cứu: 490 võ sinh tham gia tập luyện tại các câu lạc bộ Aikido ở TP.HCM.

Thang đo: Để xây dựng thang đo đánh giá động cơ của võ sinh tham gia tập luyện tại các câu lạc bộ Aikido TP.HCM, các biến quan sát được đo lường bằng thang đo Likert từ 1 đến 5. Nghiên cứu sử dụng phần mềm SPSS để xác định hệ số Cronbach's Alpha và thực hiện phân tích nhân tố khám phá EFA để đánh giá, kiểm định thang đo và độ tin cậy của các biến quan sát. Cuối cùng, sau khi các biến rác được loại và thang đo có độ tin cậy cao.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Xây dựng thang đo đánh giá động cơ của võ sinh tham gia tập luyện tại các câu lạc bộ Aikido TP. Hồ Chí Minh

#### 1.1. Cơ sở lý thuyết xây dựng thang đo

Để xây dựng thang đo đánh giá động cơ của võ sinh tham gia tập luyện tại các câu lạc bộ Aikido TP.HCM, qua tổng hợp các công trình trong và ngoài nước, có thể nhận thấy rằng các nghiên cứu về động cơ tham gia hoạt động thể thao đều tập trung vào: (1) xác định nhóm động cơ chủ đạo thúc đẩy hành vi tập luyện, và (2)

phân tích nhu cầu, điều kiện, yếu tố ảnh hưởng đến sự duy trì tham gia của người tập (Deci & Ryan, 2000, 2013) [7] [8] khẳng định vai trò trung tâm của động cơ nội tại, đặc biệt là niềm đam mê, thách thức và ý nghĩa cá nhân trong việc duy trì sự kiên trì thể thao. Trong khi đó, các công trình trong nước (Mai Thiên Kim Ngọc Diệp [2], 2012; Lê Công Bằng, 2014 [1]; Lê Văn Bé Hai, 2018 [4]; Ngô Thị Thùy Dung, 2020) [3] đã mở rộng phạm vi nghiên cứu đến nhiều nhóm đối tượng như sinh viên, người lao động, người khuyết tật, vận động viên thành tích cao và người tập võ thuật.

Dựa trên cơ sở lý thuyết về nhu cầu và động cơ tập luyện thể thao của Maslow (1943) [9], Deci và Ryan (2000) [7] những đại diện tiêu biểu của thuyết Tự quyết (Self-Determination Theory -SDT) cho rằng động cơ là trạng thái năng lượng bên trong giúp con người hành động có mục đích; khi cá nhân cảm thấy được truyền cảm hứng, họ có động cơ cao, còn khi thiếu cảm hứng hoặc cảm thấy gò bó, động cơ sẽ suy giảm. Theo quan điểm này, chất lượng của động cơ quan trọng hơn cường độ đơn thuần, vì chỉ có động cơ xuất phát từ sự tự nguyện, hứng thú mới giúp con người duy trì hành động bền vững; cùng với việc tham khảo các công trình nghiên cứu trong và ngoài nước về hành vi và nhu cầu tham gia hoạt động thể thao đề tài tiến hành tổng hợp, hệ thống hóa các nhóm biến đánh giá động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP.HCM từ khía cạnh sinh lý, tinh thần cho đến điều kiện vật chất và môi trường tập luyện gồm: (1) động cơ nội tại, (2) động cơ tích hợp, (3) động cơ đồng nhất, (4) động cơ ngoại lai, (5) động cơ vô thức/không có động cơ.

Các biến quan sát trong từng nhóm được kế thừa và điều chỉnh phù hợp với đặc thù của bộ môn Aikido, một môn võ vừa mang tính rèn luyện thể chất và tinh thần, vừa đề cao triết lý hòa hợp và phát triển nhân cách (Ueshiba, 1992) [10]. Những biến này sẽ được sử dụng để thiết kế công cụ khảo sát, kiểm định độ tin cậy và giá trị của thang đo trong quá trình nghiên cứu thực nghiệm. Được xây dựng dựa trên tổng hợp các công trình nghiên cứu trong và ngoài nước (Deci & Ryan, 2000 [7]; Lê Văn Bé Hai, 2018 [4]; Ngô Thị Thùy Dung, 2020 [3]; Phan Anh

Tuấn, 2020 [8]; Lê Công Bằng, 2014 [1]

Thang đo đề xuất gồm 18 biến quan sát được hình thành từ các nguồn cơ sở lý thuyết, các công trình nghiên cứu có liên quan. Tuy nhiên, do đặc thù của từng đối tượng nghiên cứu khác

nau nên thang đo này cần được điều chỉnh và kiểm định để phù hợp với điều kiện thực tế. Thang đo ban đầu gồm 6 thành phần, được đo lường bằng 18 biến (bảng 1):

**Bảng 1. Bảng mã hóa thang đo đánh giá động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP. HCM**

TT	Nhóm động cơ	Mã biến	Nội dung biến quan sát	Nguồn tham khảo
1	Động cơ nội tại	DC1	Tập luyện vì yêu thích Aikido, cảm thấy hứng thú khi tập	Deci & Ryan (2000) [7];Ngô Thị Thùy Dung (2020) [3]
		DC2	Cảm thấy thoải mái, vui vẻ và thư giãn khi tập luyện	Lê Văn Bé Hai (2018) [4]
		DC3	Tập luyện để khám phá và nâng cao khả năng bản thân	Deci & Ryan (2000)[7]; Phan Anh Tuấn (2020)[8]
		DC4	Tập luyện vì coi Aikido là một phần của cuộc sống	Lê Văn Bé Hai (2018) [4]
2	Động cơ tích hợp	DC5	Xem việc tập luyện Aikido là phù hợp với giá trị và lối sống của bản thân	Ngô Thị Thùy Dung (2020) [3]
		DC6	Cảm thấy Aikido giúp hoàn thiện nhân cách và đạo đức	Deci & Ryan (2000) [7]
		DC7	Xem tập luyện là cách rèn luyện tinh thần và kiểm soát cảm xúc	Lê Văn Bé Hai (2018);[4] Phan Anh Tuấn (2020)[6]
3	Động cơ đồng nhất	DC8	Tập luyện vì nhận thấy lợi ích rõ ràng cho sức khỏe	Lê Văn Bé Hai (2018) [4]
		DC9	Tập luyện để cải thiện thể lực và phòng tránh bệnh tật	Lê Quý Phương (2015) [5]
		DC10	Tập luyện để tăng khả năng tự vệ và bảo vệ người khác	Phan Anh Tuấn (2020) [6]
		DC11	Tập luyện vì muốn đạt được đẳng cấp cao trong Aikido (thi đai, chứng chỉ)	Lê Văn Bé Hai (2018) [4]
4	Động cơ ngoại lai	DC12	Tập luyện vì được bạn bè, người thân khuyến khích	Lê Công Bằng (2014) [1]
		DC13	Tập luyện vì mong muốn được công nhận trong CLB	Ngô Thị Thùy Dung (2020) [3]
		DC14	Tập luyện vì yêu cầu học tập, công việc hoặc quy định của CLB	Phan Anh Tuấn (2020) [6]
		DC15	Tập luyện vì mong muốn đạt phần thưởng, danh hiệu hoặc thành tích	Lê Văn Bé Hai (2018) [4]
5	Động cơ vô thức/không có động cơ	DC16	Không rõ lý do tại sao mình tiếp tục tập Aikido	Deci & Ryan (2000) [7]
		DC17	Tập luyện vì thói quen, không có mục tiêu cụ thể	Ngô Thị Thùy Dung(2020) [3]
		DC18	Đôi khi cảm thấy việc tập luyện không còn ý nghĩa	Deci & Ryan (2000) [7]

Các biến trong bảng 1 được chia theo 5 nhóm động cơ chủ yếu theo khung lý thuyết SDT: Động cơ nội tại hướng tới niềm vui và sự thỏa mãn trong hoạt động. Động cơ tích hợp coi tập luyện là một phần của giá trị bản thân. Động cơ đồng nhất ý thức được lợi ích cụ thể của tập luyện. Động cơ ngoại lai chịu ảnh hưởng từ các yếu tố bên ngoài. Động cơ vô thức/không có động cơ thiếu định hướng hoặc mục tiêu rõ ràng. Việc xác định rõ nhóm biến này là cơ sở cho việc thiết kế thang đo động cơ tập luyện Aikido, đảm bảo tính khoa học và khả năng kiểm định bằng các phương pháp thống kê (Cronbach's Alpha, EFA, CFA).

### 1.2 Nghiên cứu chính thức

#### 1.2.1 Điều chỉnh thang đo

Mục đích của việc điều chỉnh là tạo ra các thang đo mới, thiết lập được bảng hỏi dùng cho nghiên cứu định lượng. Bên cạnh đó, hình thức trả lời cũng được xác định. Từ kết quả thang đo

dự thảo, tiến hành nghiên cứu định tính sử dụng kỹ thuật thảo luận nhóm. Mục đích để phát hiện, khám phá và loại bỏ những yếu tố không phù hợp để đánh giá động cơ tập luyện của võ sinh Aikido. Sau khi tiến hành nghiên cứu định tính, kết quả thu được cho thấy không có biến nào bị loại, thang đo sau khi điều chỉnh gồm 18 biến quan sát thuộc 5 nhân tố chính mà dựa vào đó để đánh giá động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP.HCM.

#### 1.2.2. Kiểm định thang đo bằng hệ số tin cậy Cronbach's Alpha

Kết quả kiểm định Cronbach's Alpha ở bảng 2 cho nhóm 5 nhân tố với 18 biến quan sát, các thang đo đều có hệ số Cronbach's Alpha > 0.6. Các biến quan sát đều có hệ số tương quan với biến tổng > 0.3; nên các thang đo và các biến quan sát đều đạt yêu cầu (Hoàng Trọng và Chu Nguyễn Mộng Ngọc, 2008) [9] ở bảng 2.

**Bảng 2. Kết quả phân tích hệ số tin cậy Cronbach's Alpha thang đo động cơ**  
(Nguồn: Kết quả phân tích số liệu khảo sát)

TT	Nhóm động cơ	Mã biến	Nội dung biến quan sát	Cronbach's Alpha nếu loại biến	Corrected Item–Total Correlation
1	Động cơ nội tại	DC1	Tập luyện vì yêu thích Aikido, cảm thấy hứng thú khi tập	0.388	0.851
		DC2	Cảm thấy thoải mái, vui vẻ và thư giãn khi tập luyện	0.521	0.852
		DC3	Tập luyện để khám phá và nâng cao khả năng bản thân	0.425	0.837
		DC4	Tập luyện vì coi Aikido là một phần của cuộc sống	0.469	0.834
2	Động cơ tích hợp	DC5	Xem việc tập luyện Aikido là phù hợp với giá trị và lối sống của bản thân	0.408	0.831
		DC6	Cảm thấy Aikido giúp hoàn thiện nhân cách và đạo đức	0.386	0.829
		DC7	Xem tập luyện là cách rèn luyện tinh thần và kiểm soát cảm xúc	0.421	0.837

TT	Nhóm động cơ	Mã biến	Nội dung biến quan sát	Cronbach's Alpha nếu loại biến	Corrected Item–Total Correlation
3	Động cơ đồng nhất	DC8	Tập luyện vì nhận thấy lợi ích rõ ràng cho sức khỏe	0.391	0.839
		DC9	Tập luyện để cải thiện thể lực và phòng tránh bệnh tật	0.488	0.833
		DC10	Tập luyện để tăng khả năng tự vệ và bảo vệ người khác	0.621	0.813
		DC11	Tập luyện vì muốn đạt được đẳng cấp cao trong Aikido (thi đai, chứng chỉ)	0.627	0.853
4	Động cơ ngoại lai	DC12	Tập luyện vì được bạn bè, người thân khuyến khích	0.635	0.822
		DC13	Tập luyện vì mong muốn được công nhận trong CLB	0.606	0.824
		DC14	Tập luyện vì yêu cầu học tập, công việc hoặc quy định của CLB	0.388	0.82
		DC15	Tập luyện vì mong muốn đạt phần thưởng, danh hiệu hoặc thành tích	0.521	0.833
5	Động cơ vô thức/không có động cơ	DC16	Không rõ lý do tại sao mình tiếp tục tập Aikido	0.425	0.831
		DC17	Tập luyện vì thói quen, không có mục tiêu cụ thể	0.469	0.833
		DC18	Đôi khi cảm thấy việc tập luyện không còn ý nghĩa	0.408	0.838
<b>Chỉ số Cronbach's Alpha biến tổng</b>					<b>0.845</b>

1.1.3. Kiểm định thang đo bằng phân tích nhân tố khám phá EFA

Kết quả Cronbach's Alpha cho thấy 5 thang đo với 18 biến quan sát đo lường động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP.HCM đạt yêu

cầu về độ tin cậy. Vì vậy, các biến quan sát trong thang đo này được tiếp tục đánh giá bằng EFA. Kết quả phân tích EFA bao gồm các nội dung chi tiết như sau.

**Bảng 3. Kiểm định KMO và Bartlett thang đo động cơ (Nguồn: Xử lý từ dữ liệu khảo sát)**

Hệ số KMO (Kaiser-Meyer-Olkin)		0.726
Kiểm định Bartlett của thang đo	Giá trị chi bình phương	3286.4519
	df	153
	Sig. – mức ý nghĩa quan sát	0

Kết quả kiểm định KMO và Bartlett thang đo động cơ ở bảng 3 có chỉ số KMO = 0.726 (> 0.5), hệ số này đã thỏa mãn điều kiện  $0.5 \leq KMO \leq 1$ . Kết quả này chỉ ra rằng các biến quan sát trong tổng thể có mối tương quan với nhau

và phân tích nhân tố EFA được chấp nhận với dữ liệu nghiên cứu.

Sau khi tiến hành phân tích nhân tố bằng phương pháp phân tích xoay Varimax, cho thấy 18 biến quan sát được chia thành 5 nhóm động cơ được trình bày ở bảng 4.

**Bảng 4. Ma trận nhân tố thang đo động cơ**  
(Nguồn: Xử lý từ dữ liệu khảo sát)

TT	Mã hóa	Nhân tố				
		1	2	3	4	5
1	DC1	0.578				
2	DC2	0.568				
3	DC3	0.555				
4	DC4	0.526				
5	DC5		0.696			
6	DC6		0.686			
7	DC7		0.657			
8	DC8			0.807		
9	DC9			0.806		
10	DC10			0.801		
11	DC11			0.805		
12	DC12				0.868	
13	DC13				0.862	
14	DC14				0.861	
15	DC15				0.863	
16	DC16					0.888
17	DC17					0.882
18	DC18					0.892

Dựa vào kết quả bảng ma trận xoay các nhân tố ở bảng 4 được sử dụng để nhóm các biến đạt yêu cầu với hệ số tải nhân tố > 0.5. Thang đo đánh giá động cơ tập luyện của võ sinh khi tham gia tập luyện tại các câu lạc bộ Aikido ở TP.HCM thành 5 nhóm cụ thể như sau:

**Động cơ nội tại:** Tập luyện vì yêu thích Aikido, cảm thấy hứng thú khi tập (DC1); Cảm thấy thoải mái, vui vẻ và thư giãn khi tập luyện (DC2); Tập luyện để khám phá và nâng cao khả năng bản thân (DC3); Tập luyện vì coi Aikido là một phần của cuộc sống (DC4)

**Động cơ tích hợp:** Xem việc tập luyện Aikido là phù hợp với giá trị và lối sống của bản thân

(DC5); Cảm thấy Aikido giúp hoàn thiện nhân cách và đạo đức (DC6); Xem tập luyện là cách rèn luyện tinh thần và kiểm soát cảm xúc (DC7)

**Động cơ đồng nhất:** Tập luyện vì nhận thấy lợi ích rõ ràng cho sức khỏe (DC8); Tập luyện để cải thiện thể lực và phòng tránh bệnh tật (DC9); Tập luyện để tăng khả năng tự vệ và bảo vệ người khác (DC10); Tập luyện vì muốn đạt được đẳng cấp cao trong Aikido (thi đai, chứng chỉ) (DC11)

**Động cơ ngoại lai:** Tập luyện vì được bạn bè, người thân khuyến khích (DC12); Tập luyện vì mong muốn được công nhận trong CLB (DC13); Tập luyện vì yêu cầu học tập, công việc

hoặc quy định của CLB (DC14); Tập luyện vì mong muốn đạt phần thưởng, danh hiệu hoặc thành tích (DC15)

Động cơ vô thức/không có động cơ: Không rõ lý do tại sao mình tiếp tục tập Aikido (DC16); Tập luyện vì thói quen, không có mục tiêu cụ thể (DC17); Đôi khi cảm thấy việc tập luyện không còn ý nghĩa (DC18)

Sau khi phân tích nhân tố EFA, thang đo thành phần các nhân tố đánh giá động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP.HCM không có sự xáo trộn biến quan sát giữa các thành phần, do đó tên gọi các thành phần ban đầu vẫn được giữ nguyên. Kết luận mô hình nghiên cứu ban đầu là phù hợp. Qua kết quả kiểm định Cronbach's Alpha và phân tích nhân tố EFA, cho thấy các khái niệm nghiên cứu có giá trị thống kê và đủ độ tin cậy để tiến hành nghiên cứu tiếp theo.

**2. Thực trạng động cơ của võ sinh tham gia tập luyện tại các CLB Aikido TP.HCM**

Dữ liệu phục vụ đánh giá thực trạng động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại các câu lạc bộ

ở TP.HCM được thu thập thông qua phương pháp điều tra bằng bảng hỏi. Đối tượng khảo sát gồm 490 võ sinh đang tham gia tập luyện thường xuyên tại các câu lạc bộ Aikido trên địa bàn TP.HCM. Nội dung khảo sát được xây dựng dựa trên thang đo động cơ đã được thiết lập, điều chỉnh và kiểm định trong nghiên cứu, bao gồm 18 biến quan sát thuộc 5 nhóm động cơ: động cơ nội tại, động cơ tích hợp, động cơ đồng nhất, động cơ ngoại lai và động cơ vô thức/không có động cơ.

Các biến quan sát được đo lường bằng thang đo Likert 5 mức độ, nhằm phản ánh mức độ biểu hiện của từng động cơ tập luyện. Quá trình khảo sát được tiến hành trực tiếp tại các câu lạc bộ trong thời gian nghiên cứu. Sau khi thu thập, dữ liệu được kiểm tra, làm sạch, mã hóa và xử lý bằng phần mềm SPSS 26.0. Trên cơ sở đó, nghiên cứu tiến hành tính toán giá trị trung bình (Mean), độ lệch chuẩn (SD) của từng biến quan sát và từng nhóm động cơ. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

**Bảng 5. Thực trạng động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP. HCM**

TT	Nhóm động cơ	Mã biến	Nội dung	Giá trị TB
1	Động cơ nội tại	DC1	Tập luyện vì yêu thích Aikido, cảm thấy hứng thú khi tập	4.56
2		DC2	Cảm thấy thoải mái, vui vẻ và thư giãn khi tập luyện	4.53
3		DC3	Tập luyện để khám phá và nâng cao khả năng bản thân	4.52
4		DC4	Tập luyện vì coi Aikido là một phần của cuộc sống	4.47
5	Động cơ tích hợp	DC5	Xem việc tập luyện Aikido là phù hợp với giá trị và lối sống của bản thân	4.05
6		DC6	Cảm thấy Aikido giúp hoàn thiện nhân cách và đạo đức	4.01
7		DC7	Xem tập luyện là cách rèn luyện tinh thần và kiểm soát cảm xúc	4.03
8	Động cơ đồng nhất	DC8	Tập luyện vì nhận thấy lợi ích rõ ràng cho sức khỏe	3.99
9		DC9	Tập luyện để cải thiện thể lực và phòng tránh bệnh tật	4.01
10		DC10	Tập luyện để tăng khả năng tự vệ và bảo vệ người khác	4.02
11		DC11	Tập luyện vì muốn đạt được đẳng cấp cao trong Aikido	4.06

TT	Nhóm động cơ	Mã biến	Nội dung	Giá trị TB
12	Động cơ ngoại lai	DC12	Tập luyện vì được bạn bè, người thân khuyến khích	3
13		DC13	Tập luyện vì mong muốn được công nhận trong CLB	2.98
14		DC14	Tập luyện vì yêu cầu học tập, công việc hoặc quy định của CLB	2.94
15		DC15	Tập luyện vì mong muốn đạt phần thưởng, danh hiệu hoặc thành tích	2.97
16	Động cơ vô thức/không có động cơ	DC16	Không rõ lý do tại sao mình tiếp tục tập Aikido	2.02
17		DC17	Tập luyện vì thói quen, không có mục tiêu cụ thể	2.09
18		DC18	Đôi khi cảm thấy việc tập luyện không còn ý nghĩa	2.04

Kết quả khảo sát thực trạng động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP.HCM ở bảng 5 cho thấy động cơ nội tại là nhóm yếu tố nổi bật nhất, với các giá trị trung bình đều ở mức rất cao (TB từ 4.47 đến 4.56). Trong đó, nội dung “Tập luyện vì yêu thích Aikido, cảm thấy hứng thú khi tập” đạt giá trị cao nhất (TB = 4.56), phản ánh phần lớn võ sinh tham gia tập luyện xuất phát từ niềm yêu thích và hứng thú cá nhân. Điều này cho thấy Aikido không chỉ được nhìn nhận như một hoạt động thể thao đơn thuần mà còn là môi trường mang lại cảm giác tích cực, thư giãn và phát triển bản thân cho người tập.

Nhóm động cơ tích hợp và động cơ đồng nhất cũng đạt mức khá cao (TB dao động từ 3.99 đến 4.06), cho thấy võ sinh nhận thức rõ vai trò của Aikido đối với việc hoàn thiện nhân cách, nâng cao sức khỏe, kiểm soát cảm xúc và phát triển bản thân. Đặc biệt, yếu tố “Tập luyện vì muốn đạt được đẳng cấp cao trong Aikido” có giá trị trung bình cao nhất trong nhóm động cơ đồng nhất (TB = 4.06), phản ánh nhu cầu khẳng định bản thân và định hướng phát triển lâu dài trong tập luyện.

Trong khi đó, nhóm động cơ ngoại lai chỉ đạt mức trung bình (TB từ 2.94 đến 3.00), cho thấy các yếu tố bên ngoài như sự khuyến khích từ bạn bè, sự công nhận hay yêu cầu bắt buộc không phải là nguyên nhân chủ đạo thúc đẩy võ sinh tham gia tập luyện. Điều này phù hợp với đặc trưng của Aikido - môn võ đề cao giá trị tự

thân và sự phát triển nội tâm hơn là thành tích hoặc yếu tố cạnh tranh.

Đáng chú ý, nhóm động cơ vô thức/không có động cơ có giá trị rất thấp (TB từ 2.02 đến 2.09), chứng tỏ phần lớn võ sinh có mục tiêu và định hướng tập luyện tương đối rõ ràng. Kết quả này phản ánh cấu trúc động cơ của võ sinh Aikido mang tính tích cực và ổn định, đồng thời khẳng định tính phù hợp của thang đo trong việc đánh giá động cơ tập luyện tại các câu lạc bộ Aikido trên địa bàn TP.HCM.

### Bàn luận

Kết quả nghiên cứu cho thấy động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP.HCM chủ yếu xuất phát từ động cơ nội tại, với các giá trị trung bình cao nhất thuộc về sự yêu thích, hứng thú và cảm giác tích cực khi tập luyện. Kết quả này phù hợp với quan điểm của Deci và Ryan (2000) khi cho rằng động cơ nội tại đóng vai trò trung tâm trong việc duy trì hành vi thể thao lâu dài, bởi người tập tham gia trên cơ sở tự nguyện và thỏa mãn nhu cầu cá nhân. Điều này cũng tương đồng với các nghiên cứu của Lê Văn Bé Hai (2018) và Ngô Thị Thùy Dung (2020), khi động cơ xuất phát từ niềm vui và sự phát triển bản thân thường có ảnh hưởng tích cực đến mức độ gắn bó của người tập đối với hoạt động thể thao.

Bên cạnh đó, nhóm động cơ tích hợp và động cơ đồng nhất đạt mức khá cao cho thấy võ sinh không chỉ xem Aikido là hoạt động rèn luyện thể chất mà còn gắn với định hướng hoàn thiện

nhân cách, kiểm soát cảm xúc và phát triển giá trị bản thân. Đây là điểm khác biệt đáng chú ý của Aikido so với nhiều môn thể thao mang tính cạnh tranh cao, bởi Aikido đề cao triết lý hòa hợp, tự hoàn thiện và phát triển nội tâm. Kết quả này góp phần củng cố nhận định rằng yếu tố tinh thần và giá trị sống có vai trò quan trọng trong việc duy trì động lực tập luyện của võ sinh.

Trong khi đó, động cơ ngoại lai chỉ đạt mức trung bình, phản ánh các yếu tố như sự công nhận, khuyến khích từ bên ngoài hay yêu cầu bắt buộc không phải là nguyên nhân chủ đạo thúc đẩy người tập. Kết quả này phù hợp với đặc trưng của môn Aikido và cũng cho thấy võ sinh có xu hướng duy trì tập luyện dựa trên giá trị tự thân hơn là phần thưởng hoặc áp lực xã hội.

Đặc biệt, nhóm động cơ vô thức/không có động cơ có giá trị thấp, chứng tỏ phần lớn võ sinh có mục tiêu tập luyện tương đối rõ ràng và ổn định. Đây là dấu hiệu tích cực đối với sự phát triển bền vững của phong trào Aikido tại TP. Hồ Chí Minh, đồng thời khẳng định tính phù hợp của thang đo trong việc phản ánh đặc điểm động cơ tập luyện của võ sinh trong bối cảnh nghiên cứu.

### **KẾT LUẬN**

Kết quả nghiên cứu khẳng định thang đo xây dựng có độ tin cậy và giá trị phù hợp trong đánh giá động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP.HCM gồm 18 biến quan sát thuộc 5 nhóm động cơ gồm: động cơ nội tại (gồm 4 biến), động cơ tích hợp (gồm 3 biến), động cơ đồng nhất (gồm 4 biến), động cơ ngoại lai (gồm 3 biến) và động cơ vô thức/không có động cơ (gồm 4 biến), phản ánh đầy đủ các khía cạnh từ tâm lý cá nhân đến tác động xã hội trong hành vi tập luyện.

Kết quả nghiên cứu đồng thời cho thấy động cơ tập luyện của võ sinh Aikido tại TP.HCM chủ yếu xuất phát từ động cơ nội tại như sự yêu thích, hứng thú và nhu cầu phát triển bản thân. Các nhóm động cơ tích hợp và động cơ đồng nhất cũng đạt mức cao, phản ánh nhận thức tích cực của võ sinh về giá trị sức khỏe, tinh thần và nhân cách mà Aikido mang lại. Trong khi đó, động cơ ngoại lai và trạng thái thiếu động cơ ở

mức thấp, cho thấy phần lớn võ sinh có mục tiêu và định hướng tập luyện tương đối rõ ràng

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Lê Công Bằng. (2014). *Nhu cầu, động cơ và khó khăn của sinh viên khi tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa tại một số trường đại học Thành phố Hồ Chí Minh* (Luận văn thạc sĩ). Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh, Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam.
2. Mai Thiên Kim Ngọc Diệp. (2012). *Nghiên cứu động cơ tham gia thể thao của người khuyết tật tại Thành phố Hồ Chí Minh* (Khóa luận tốt nghiệp). Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh, Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam.
3. Ngô Thị Thùy Dung. (2020). *Động cơ tham gia tập luyện Taekwondo tại Thành phố Hồ Chí Minh* (Luận văn thạc sĩ). Trường Đại học Tôn Đức Thắng, Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam.
4. Lê Văn Bé Hai. (2018). *Đánh giá động cơ tham gia các hoạt động thể thao giải trí của sinh viên Trường Đại học Văn hóa Thành phố Hồ Chí Minh*. Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục Thể thao.
5. Lê Quý Phụng. (2015). *Đánh giá thực trạng và giải pháp phát triển thể thao giải trí cho công nhân tại các khu công nghiệp, khu chế xuất ở Thành phố Hồ Chí Minh giai đoạn 2013–2020* (Đề tài khoa học cấp Sở). Sở Khoa học và Công nghệ Thành phố Hồ Chí Minh, Thành phố Hồ Chí Minh, Việt Nam.
6. Phan Anh Tuấn. (2020). *Nghiên cứu động cơ tham gia thể thao thành tích cao tại Trung tâm Huấn luyện Thể thao Quốc gia Đà Nẵng* (Luận văn thạc sĩ). Đà Nẵng, Việt Nam.
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.
8. Deci, E. L., Ryan, R. M., et al. (2013). Validation of the revised Sport Motivation Scale (SMS-II). *Journal of Sport & Exercise Psychology*.
9. Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.