

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	
PERNYATAAN	
HALAMAN PRIBADI	
ABSTRAK	
ABSTRACT	
KATA PENGANTAR	vii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Definisi Operasional	5
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Kegunaan Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	7
2.1 Kajian Pustaka	7
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	22
2.3 Kerangka Konseptual	24
2.4 Hipotesis Penelitian	26
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN.....	27
3. 1 Metode Penelitian	27
3. 2 Variabel Penelitian	27
3. 3 Desain Penelitian.....	28
3. 4 Populasi dan Sampel	29

	Halaman
3. 5 Teknik Pengumpulan Data	30
3.6 Instrumen Penelitian.....	30
3.7 Teknik Analisis Data.....	32
3.8 Langkah-langkah Penelitian	35
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian	36
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
4.1 Deskripsi Data.....	37
4.2 Pembahasan Penelitian.....	40
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	42
5.2 Simpulan	42
5.2 Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN LAMPIRAN	45
RIWAYAT HIDUP	71

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4. 1 Deskripsi Hasil Tes Awal dan Akhir.....	37
Tabel 4. 2 Hasil Perhitungan Skor Rata-rata, Standar Deviasi dan Varians dari Tiap-tiap Tes.....	38
Tabel 4. 3 Hasil Pengujian Normalitas Data dari Masing-masing Tes	38
Tabel 4. 4 Hasil Pengujian Homogenitas Data.....	39
Tabel 4. 5 Hasil Pengujian Hipotesis.....	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Lambang Tarung Derajat	10
Gambar 2. 2 Manipulasi <i>efflurage</i>	20
Gambar 2. 3 Manipulasi <i>efflurage</i> dan <i>friction</i>	22
Gambar 3. 1 Desain Eksperiment	28

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Hasil Pre test dan Post Test.....	45
Lampiran 2. Skor Rata-rata, Standar Deviasi dan Varians Tes.....	54
Lampiran 3. Uji Normalitas Liliefors Tes Awal, Tes Akhir, dan Hasil Pengujian Normalitas dari Data Tes Awal dan Tes Akhir.....	56
Lampiran 4. Uji Homogenitas dan Uji Hipotesis.....	57
Lampiran 5. Tabel Nilai-Nilai Distribusi Uji Lilliefors.....	58
Lampiran 6. Tabel Distribusi Nol.....	59
Lampiran 7. Tabel Distribusi T.....	60
Lampiran 8. Tabel Distribusi F.....	61
Lampiran 9. SK Pembimbing.....	62
Lampiran 10. Surat Izin Observasi.....	63
Lampiran 11. Surat Balasan Penelitian.....	64
Lampiran 12. Tes Awal mengisi angket komponen kecemasan olahraga.....	65
Lampiran 13. Pemberian perlakuan manipulasi <i>effriction</i> (<i>efflurage</i> dan <i>friction</i>).....	66
Lampiran 14. Tes Akhir.....	70