

ABSTRAK

Pengaruh Latihan Mental PETTLEP *Imagery* Terhadap Motivasi Dan Hasil Panjat Tebing Kategori Rintisan *(Studi Eksperimen pada Atlet Panjat Tebing Kabupaten Pandeglang)*

Septi Citra Permana, Yunyun Yudiana dan Yusup Hidayat
Program Studi Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, Jl. Dr. Setiabudhi No. 229, Bandung 40154, Indonesia.
septicitrapermana@student.upi.edu

Abstrak Tujuan penelitian ini untuk membandingkan pengaruh PETTLEP *Imagery* dan relaksasi *imagery* terhadap motivasi dan hasil panjat tebing kategori rintisan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *Randomize Pretest-Posttest Control Group*. Sampel dalam penelitian ini adalah 20 atlet panjat tebing. Hasil analisis dan perhitungan data mengungkapkan bahwa model latihan PETTLEP *Imagery* dan relaksasi *imagery* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi olahraga dan hasil panjat tebing. Akan tetapi, latihan PETTLEP *imagery* memberikan pengaruh yang lebih tinggi dan signifikan dari pada relaksasi *imagery* terhadap motivasi atlet dan hasil panjat tebing atlet di FPTI Kabupaten Pandeglang

Kata Kunci : PETTLEP *Imagery*, motivasi, panjat tebing

ABSTRACT

The Effect Of Mental Training Pettlep Imagery To Motivation And The Results Of Climbing Stub Category *(study experiments on an athlete climbing district pandeglang)*

Septi Citra Permana, Yunyun Yudiana dan Yusup Hidayat
Program Studi Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, Jl. Dr. Setiabudhi No. 229, Bandung 40154, Indonesia.
septicitrapermana@student.upi.edu

Abstract The purpose of this research to compare influence PETTTLEP imagery and relaxation imagery against motivation and the climbing stub category .This research uses experimental methods by design randomize pretest-posttest control group. Included in this study is 20 athletes climbing. The analysis and calculation data revealed that model exercise PETTTLEP imagery and relaxation imagery give significant influence on the motivation sports and climbing. But, exercise PETTTLEP imagery exert higher than relaxation significant imagery against motivation athletes and the climbing athletes in FPTI district pandeglang.

Keywords : PETTTLEP imagery , motivation , climbing