

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS PENELITIAN	8
A. Bola basket	8
B. Teknik dasar permainan bola basket	10
C. Tembakan bebas (<i>free throw</i>)	13
D. Psikologi olahraga	19
E. Kecemasan	20
F. Teori kecemasan	21
G. Penelitian sebelumnya	24
H. Kerangka pemikiran	26
I. Hipotesis	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
A. Lokasi dan Sampel Penelitian	28
B. Desain Penelitian	28
C. Metode dan Prosedur Penelitian	29
D. Definisi Operasional	31
E. Instrumen Penelitian	33
F. Pelaksanaan penelitian	34
G. Teknik Pengumpulan Data	38

BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
	A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data	40
	B. Hasil penelitian dan uji hipotesis	43
	C. Diskusi Temuan	45
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	46
	A. Kesimpulan	46
	B. Saran	46
	DAFTAR PUSTAKA	48
	LAMPIRAN	50
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	63



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Program Bentuk Latihan Untuk Mengurangi Kecemasan	34
4.1 Tes Awal Dan Tes Akhir Kelompok Eksperimen.....	40
4.2 Tes Awal Dan Tes Akhir Kelompok Kontrol	41
4.3 Gambaran Tes Awal Dan Akhir <i>Free Throw</i> Kelompok Eksperimen Dan Kontrol	41
4.4 Hasil Pengujian Normalitas Data Tes Awal Dan Akhir Hasil <i>Free Throw</i>	42
4.5 Uji Normalitas Data Selisih Tes Awal Dan Akhir Kelompok Eksperimen Dan Kontrol	42
4.6 Uji Homogenitas Data Selisih Tes Awal Dan Akhir Kelompok Eksperimen Dan Kontrol	43
4.7 Paired Sample T Test	44
4.8 Independent Sample T-Test	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Posisi Pemain Selama <i>Free Throw</i> (Perbasi,2010).....	15
2.2 Teori Hipotesis U Terbalik (Wann, 1997)	22
2.3 <i>Drive Theory</i> (Wann, 1997)	23
2.4 Hubungan Stress Dan Kecemasan (Richard H.Cox, 1985).....	23
2.5 <i>Catasthrope Theory</i> (Sumber: Wann, 1997).....	23
2.6 Zones Of Optimal Functioning In Three Atletes (Robazza, 2004).....	24
2.7 Hubungan Antara Kecemasan Dengan Ambisi Terhadap Prestasi (Cratty, 1973)	24
2.8 Hubungan Kecemasan Dengan Umur (Cratty, 1973)	25
2.9 Hubungan Antara Kecemasan Dengan Pertandingan (Cratty, 1973).....	26
3.1 Desain Penelitian <i>Nonequivalent Control Group</i>	28
3.2 Prosedur Penelitian.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
1.... Data Sampel.....	50
2. Uji Normalitas Tes Awal Dan Tes Akhir Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Untuk Uji Hipotesis 1 (Paired Sample T-Test)...	50
3. Uji Normalitas Data Sampel Untuk Uji Perbedaan (Independent Sample T Test)	51
4. Paired Sample T Test Uji Hipotesis 1	51
5. Independent Sample T Test Uji Hipotesis 2.....	52
6. Dokumentasi Penelitian.....	54
7. Prestasi Basketball Sma Negeri 9 Bandung.....	57
8. Lampiran Surat.....	58