

**PERBANDINGAN PENGARUH PENERAPAN TEKNIK
RELAKSASI OTOT PROGRESIF JACOBSON DAN LATIHAN
KONSENTRASI *SOFTWARE SCHULTE* TERHADAP
PENINGKATAN KEMAMPUAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA**

(Studi Eksperimen di SMP Negeri 9 Bandung)

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari

Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh :

Titik Syadiah

1407230

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI**

DEPATERMENT PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Titik Syadiah, 2019

**PERBANDINGAN PENGARUH PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF JACOBSON DAN
LATIHAN KONSENTRASI *SOFTWARE SCHULTE* TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN
KONSENTRASI BELAJAR SISWA**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2018

**PERBADNDINGAN PENGARUH PENERAPAN TEKNIK RILEKSASI
OTOT PROGRESIF JACOBSEN DAN LATIHAN KONSENTRASI
SOFTWARE SCHULTE TERHADAP KEMAMPUAN KONSENTRASI
BELAJAR SISWA**

Oleh

Titik Syadiah

1407230

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan
Kesehatan

© Titik Syadiah 2018

Universitas Pendidikan Indonesia

25 April 2018

Hak Cipta dilindungi oleh undang-undang.

Titik Syadiah, 2019

**PERBANDINGAN PENGARUH PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF JACOBSON DAN
LATIHAN KONSENTRASI SOFTWARE SCHULTE TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN
KONSENTRASI BELAJAR SISWA**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN
PERBANDINGAN PENGARUH PENERAPAN TEKNIK RILEKSASI
OTOT PROGRESIF JACOBSEN DAN LATIHAN KONSENTRASI
***SOFTWARE SCHULTE* TERHADAP PENINGKATAN**
KEMAMPUAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA

(Study Eksperimen di SMP Negeri 9 Bandung)

Titik Syadiah

1407230

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH DOSEN PEMBIMBING

Pembimbing

Jajat Darajat KN, S.Pd.,M.Kes.,AIFO

NIP. 197608022005011002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Indonesia

Titik Syadiah, 2019

PERBANDINGAN PENGARUH PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF JACOBSON DAN LATIHAN KONSENTRASI *SOFTWARE SCHULTE* TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes.,AIFO
NIP 196207181988031004

LEMBAR PENGESAHAN
PERBANDINGAN PENGARUH PENERAPAN TEKNIK RILEKSASI
OTOT PROGRESIF JACOBSEN DAN LATIHAN KONSENTRASI
***SOFTWARE SCHULTE* TERHADAP PENINGKATAN**
KEMAMPUAN KONSENTRASI BELAJAR SISWA

(Study Eksperimen di SMP Negeri 9 Bandung)

Titik Syadiah
1407230

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH DOSEN PEMBIMBING
Pembimbing

Jajat Darajat KN, S.Pd.,M.Kes.,AIFO
NIP. 197608022005011002

Mengetahui,

**Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia**

Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes.,AIFO
NIP 196207181988031004

Ttitik Syadiah, 2019

***PERBANDINGAN PENGARUH PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF JACOBSON DAN
LATIHAN KONSENTRASI SOFTWARE SCHULTE TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN
KONSENTRASI BELAJAR SISWA***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu