

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* DAN *TRY OUT* UJIAN
NASIONAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN
NASIONAL**

TESIS

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Magister Pendidikan Program Studi Pendidikan Olahraga



Oleh

Jajuli Heri Fauzi
NIM 1602580

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2018**

Pengaruh Progressive Muscle Relaxation dan Try Out Ujian Nasional Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

Oleh
Jajuli Heri Fauzi

S.Pd UPI Bandung, 2015

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Olahraga

© Jajuli Heri Fauzi 2018
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2018

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

JAJULI HERI FAUZI

**PENGARUH *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* DAN *TRY OUT* UJIAN
NASIONAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN
NASIONAL**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I

Dr. Eka Nugraha, M.Kes. AIFO
NIP. 195903041987031002

Pembimbing II

Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.
NIP. 196808301999031001

Mengetahui,
Ketua Departemen/Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga

Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.
NIP. 196001191986031002