

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>UCAPAN TERIMAKASIH.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Batasan Masalah.....	6
F. Definisi Operasional.....	6
G. Asumsi Dasar .....	7
H. Hipotesis.....	9
I. Lokasi Penelitian .....	10
J. Metode Penelitian .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Hakikat <i>Goal Setting</i> .....	12

1. Pengertian <i>Goal Setting</i> .....	12
2. Fungsi Tujuan .....	14
3. Tipe-tipe Tujuan .....	14
4. Cara Penetapan Tujuan Bekerja .....	15
5. Kriteria Penetapan Tujuan .....	18
6. Penerapan <i>Goal Setting</i> yang Efektif .....	19
7. Cara Menetapkan Tujuan .....	22
<b>B. Hakikat Motivasi</b> .....	24
1. Pengertian Motivasi .....	24
2. Fungsi Motivasi .....	26
3. Teori-teori Motivasi .....	28
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Motivasi Terhadap Penampilan Olahraga .....	35
5. Lingkaran Motivasi .....	35
<b>C. Hakikat Kepercayaan Diri</b> .....	36
1. Definisi Percaya Diri .....	36
2. Manfaat Percaya Diri dalam Olahraga Prestasi .....	38
3. Kategori Percaya Diri .....	39
4. Aspek-aspek Percaya Diri .....	40
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri .....	41

### **BAB III PROSEDUR PENELITIAN**

A. Metode Penelitian.....	43
B. Desain Penelitian dan Variabel Penelitian .....	44

C. Teknik Pengambilan Sampel .....	45
D. Teknik Pengumpulan Data .....	46
E. Prosedur Pengolahan Data .....	60
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data.....	64
B. Diskusi Penemuandan Pembahasan .....	69
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	73
B. Saran .....	73
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>75</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>78</b>