

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Masalah Penelitian	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Anggapan Dasar	10
F. Hipotesis	11
G. Pembatasan Masalah	12
H. Definisi Operasional	13
BAB II TINJAUAN TEORITIK	
A. Hakekat Karate	15
a. Karakteristik Karate	16
b. Teknik Dasar	19

B. Hakekat Percaya Diri	23
1. Karakteristik Individu yang Percaya Diri dan yang Kurang Percaya Diri	27
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	30
3. Teknik-Teknik Membangun Percaya Diri	31
4. Manfaat Percaya Diri Pada Atlet	34
C. Hakekat Latihan Simulasi (<i>Simulation Training</i>)	37
a. Jenis-Jenis Simulasi	38
b. Aspek Latihan Simulasi	40
c. Pengaruh Latihan Simulasi	41
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	44
B. Desain Penelitian	45
C. Populasi dan Sampel	47
D. Teknik Pengumpul Data	48
E. Teknik Analisis Data	61
 BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	
A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data	64
B. Pengujian Hipotesis	67
C. Diskusi Penemuan	68
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	70
B. Saran	70
 DAFTAR PUSTAKA	
 LAMPIRAN-LAMPIRAN	
 RIWAYAT HIDUP	