

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
ABSTRAK .....	iii
<i>ABSTRACT</i> .....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	15
C. Pembatasan Masalah .....	15
D. Perumusan Masalah .....	15
E. Manfaat Penelitian .....	16
<b>BAB II. DESKRIPSI TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR, DAN PENGAJUAN HIPOTESIS</b>	
A. Deskripsi Teoritik .....	17
1. Hakikat Kecemasan .....	17
a. Definisi Kecemasan .....	17
b. Gejala-gejala Kecemasan .....	21
c. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan .....	26
d. Dampak Kecemasan .....	28
e. Kecemasan saat Menghadapi Pertandingan .....	29
2. Hakikat Bimbingan Kelompok .....	31
a. Definisi Bimbingan Kelompok .....	31

b. Tujuan Bimbingan Kelompok .....	34
c. Jenis-jenis Kelompok .....	35
d. Tahapan Bimbingan Kelompok .....	40
3. Hakikat Atlet Sepaktakraw .....	48
a. Hakikat Atlet .....	48
b. Hakikat Sepaktakraw .....	51
c. Hakikat Atlet Sepaktakraw .....	54
B. Hasil Penelitian yang Relevan .....	58
C. Kerangka Berpikir .....	61
D. Hipotesis Penelitian .....	65

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	66
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	66
C. Metode, Desain, dan Prosedur Penelitian .....	67
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	72
E. Teknik Pengumpulan Data .....	74
1. Definisi Konseptual .....	74
2. Definisi Operasional .....	74
3. Instrumen Penelitian .....	75
4. Kisi-kisi Instrumen .....	77
5. Hasil Uji Coba Instrumen .....	78
a. Pengujian Validitas .....	78
b. Perhitungan Reliabilitas .....	79
c. Instrumen Final .....	80
F. Kategorisasi Data Penelitian .....	81
G. Teknik Analisis Data .....	82
H. Pengujian Hipotesis Statistik .....	82

### **BAB IV. HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Data .....	83
-------------------------	----

B. Proses Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok .....	98
C. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan .....	108
D. Keterbatasan Penelitian .....	114
<b>BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	115
B. Implikasi .....	117
C. Saran .....	117
DAFTAR PUSTAKA .....	119
LAMPIRAN .....	123