



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUTAN	i
HALAM JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xv
INTISARI.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Performa.....	9
1. Definisi Performa	9
2. Performa Dalam Olahraga Bola Basket	12
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Performa.....	18
B. <i>Self-Talk</i>	23
1. Definisi <i>Self-Talk</i>	23
2. Aspek-Aspek <i>Self-Talk</i>	24
3. Fungsi <i>Self-Talk</i>	30
4. Aturan-Aturan Dalam Membuat Pernyataan <i>Self-Talk</i>	34
5. Teknik Memperkuat <i>Self-Talk</i>	35
C. Hubungan <i>Self-Talk</i> dan Performa	36
D. Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	39



A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	39
B. Definisi Operasional Variabel.....	39
C. Partisipan Penelitian.....	41
D. Metode Pengumpulan Data	42
E. Desain Penelitian.....	43
F. Prosedur Penelitian.....	44
G. Metode Analisis Data.....	47
BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN	49
A. Partisipan Penelitian.....	49
B. Kualitas Instrumen Penelitian	49
a. Performa Basket	49
b. <i>Self-talk</i>	50
C. Uji Asumsi	51
a. Uji Normalitas	51
b. Uji Homogenitas	53
D. <i>Manipulation Check</i>	54
E. Uji Hipotesis	56
a. <i>Free Throw Percentage</i>	56
b. <i>Field Goal Percentage</i>	58
c. <i>Three Point Percentage</i>	59
F. Kesimpulan Analisis	60
G. Pembahasan.....	61
a. <i>Free Throw</i>	61
b. <i>Perimeter Shots</i>	63
c. <i>Three Point Shots</i>	65
d. <i>Total Points</i>	67
BAB V PENUTUP.....	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	78