

## DAFTAR ISI

|                                              |             |
|----------------------------------------------|-------------|
| <b>PERSETUJUAN SKRIPSI.....</b>              | <b>i</b>    |
| <b>PENGESAHAN.....</b>                       | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>               | <b>iii</b>  |
| <b>ABSTRAK .....</b>                         | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRACT .....</b>                        | <b>v</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                   | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                       | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                    | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                    | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                 | <b>xiii</b> |
| <b>BAB I    PENDAHULUAN .....</b>            | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang Masalah .....             | 1           |
| 1.2 Identifikasi Masalah .....               | 5           |
| 1.3 Pembatasan Masalah.....                  | 6           |
| 1.4 Rumusan Masalah .....                    | 7           |
| 1.5 Tujuan Penelitian.....                   | 7           |
| 1.6 Manfaat Penelitian.....                  | 8           |
| <b>BAB II    LANDASAN TEORITIS.....</b>      | <b>9</b>    |
| 2.1 Kajian Teoritis .....                    | 9           |
| 2.1.1 Hakikat Olahraga Petanque .....        | 9           |
| 2.1.2 Hakikat Atlit .....                    | 13          |
| 2.1.3 Hakikat Psikologis Olahraga .....      | 16          |
| 2.1.4 Hakikat Mental Bertanding .....        | 19          |
| 2.1.5 Hakikat Percaya Diri .....             | 21          |
| 2.1.6 Hakikat Regulasi Emosi .....           | 24          |
| 2.1.7 Hakikat Konsentrasi .....              | 28          |
| 2.2 Penelitian yang Relevan .....            | 32          |
| 2.3 Kerangka Berpikir .....                  | 35          |
| 2.4 Hipotesis .....                          | 37          |
| <b>BAB III    METODOLOGI PENELITIAN.....</b> | <b>38</b>   |
| 3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian.....         | 38          |

|                                                                                                                   |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.2 Populasi dan Sampel.....                                                                                      | 38        |
| 3.2.1 Populasi .....                                                                                              | 38        |
| 3.2.2 Sampel .....                                                                                                | 38        |
| 3.3 Metode Penelitian .....                                                                                       | 39        |
| 3.4 Desain Penelitian .....                                                                                       | 39        |
| 3.5 Instrumen Penelitian .....                                                                                    | 40        |
| 3.6 Uji Instrumen Penelitian.....                                                                                 | 43        |
| 3.7 Teknik Analisis Data .....                                                                                    | 45        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>                                                                           | <b>47</b> |
| 4.1 Hasil Penelitian.....                                                                                         | 47        |
| 4.1.1 Gambaran Umum Penelitian .....                                                                              | 47        |
| 4.1.2 Ujicoba Instrumen .....                                                                                     | 48        |
| 4.1.3 Karakteristik Responden.....                                                                                | 50        |
| 4.1.4 Analisis Tingkat Mental Bertanding Pada Atlet Petanque<br>Sumatra Utara Pada PON XXI Aceh – Sumut 2024..... | 52        |
| 4.2 Pembahasan .....                                                                                              | 64        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>                                                                            | <b>68</b> |
| 5.1 Kesimpulan.....                                                                                               | 68        |
| 5.2 Saran .....                                                                                                   | 69        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                                                                       | <b>71</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                                                                              | <b>74</b> |