

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR GRAFIK	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORITIS	
A. Kajian Teoritis	9
1. Hakekat Kecemasan	9
2.1. Defenisi Kecemasan	9
2.2. Macam-macam Kecemasan	10
2.3. Sumber-sumber Kecemasan	13
2.4. Akibat Kecemasan	19
2. Hakekat Kepercayaan Diri	22
2.1. Definisi Kepercayaan Diri	22
2.2. Dampak Positif Kepercayaan Diri	24
3. Hakekat Daya Tahan	28
3.1. Kondisi Fisik	28
3.2. Daya Tahan	30
3.2.1. Pengertian Daya Tahan	30
3.2.2. Mengapa Daya Tahan Dibutuhkan	32
4. Hakekat Pendakian Gunung	33

4.1. Selintas Mendaki Gunung	33
4.2. Pengertian Mendaki Gunung	35
4.3. Klasifikasi Pendakian.....	36
4.4. Sistem Pendakian	39
4.5. Persiapan Ekspedisi	40
4.6. Langkah-langkah Dan Prosedur Ekspedisi	41
B. Kerangka Berfikir	42
C. Hipotesis	44

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian	45
1. Lokasi Penelitian	45
2. Waktu Penelitian	45
B. Populasi dan Sampel	45
1. Populasi	45
2. Sampel	45
C. Variable Penelitian	47
D. Tehnik Pengumpulan Data	47
E. Uji Instrument dan Teknik Analisis Data	51
1. Uji Validitas dan Reabilitas	51
1.1. Uji Validitas	51
1.2. Uji Reabilitas	52
1.3. Uji Normalitas	53
2. Tehnik Analisis Data	53
2.1. Metode Korelasi Multipel.....	53

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	61
1. Uji Validitas dan Reliabilitas	61
1.1. Variabel Kepercayaan Diri	61
1.2. Variabel Tingkat Kecemasan	63
2. Analisis Data Penelitian	65
2.1. Uji Normalitas Data	68

2.2. Analisis Korelasi	70
B. Pembahasan Hasil Penelitian	71
1. Pengaruh Kepercayaan Diri (X_1) Terhadap Tingkat Kecemasan (Y) Tim Pendaki Gunung Mapala Unimed	73
2. Pengaruh Daya Tahan (X_2) Terhadap Tingkat Kecemasan (Y) Tim Pendaki Gunung Mapala Unimed	74
3. Pengaruh Kepercayaan Diri (X_1) dan Daya Tahan (X_2) Secara Simultan Terhadap Tingkat Kecemasan (Y) Tim Pendaki Gunung Mapala Unimed	74
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79