

**PENGARUH LATIHAN BERPIKIR POSITIF DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI SISWA**

**KELAS XI IPS DI SMA NEGERI 1 BARRU**

**S K R I P S I**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd.)

**Oleh**

**IRMAYANTI B**

**074 404 049**

**JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI MAKASAR**

**2012**

# PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul: **Pengaruh Latihan Berpikir Positif Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI IPS Di SMA Negeri 1 Barru**

Atas nama:

Nama : IRMAYANTI B

Nim : 074 404 049

Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti, telah memenuhi syarat untuk ujian skripsi.

Makassar, Maret 2012

Pembimbing I Pembimbing II

**Drs. H. Muhammad Ibrahim, M.Si Drs. H. Abdullah Pandang, M.Pd**

NIP.19520505 198003 1 008 NIP. 19601231 198702 1 005

Mengetahui

Ketua Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

FIP UNM,

**Drs. H. Abdullah Pandang, M. Pd**

NIP. 19601231 198702 1 005

**PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI**

Skripsi diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar dengan SK Dekan nomor 1605/UN.36.4/PP/2012 tanggal 14 Februari 2012 untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan pada hari Jumat tanggal 24 Februari 2012.

Disahkan Oleh:

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

**Prof. Dr. Ismail Tolla, M.Pd**

**NIP. 19531230 198003 1 005**

**Panitia Ujian :**

1. Ketua : Drs. Muh. Faisal, M.Pd (............................)
2. Sekretaris : Drs. Muhamma Anas Malik, M.Si (............................)
3. Pembimbing I : Drs. H. Muhammad Ibrahim, M.Si(............................)
4. Pembimbing II : Drs. H. Abdullah Pandang, M.Pd (............................)
5. Penguji I : Dr. Abd. Saman, M.Si, Kons (............................)
6. Penguji II : Prof. Dr. H. Abd. Hadis, M.Pd (............................)

**MOTTO**

**Manusia tidak mungkin menghasilkan pengetahuan**

**tanpa belajar cara berpikir**

**Semua bunga esok hari ada dalam benih hari ini**

**Semua hasil esok hari ada dalam pikiran hari ini**

**Karya sederhana ini keperuntukkan sebagai kado teristimewa,,,**

**Ibu dan ayah tercinta, Saudara & Keluarga**

**yang memberikan doa dan dukungan selama ini..**

**Sahabat-sahabatku, serta semua orang yang telah**

**memberikan semangat dan motivasi untukku..**

**Terima kasih untuk semuanya, semoga aku dapat membalas**

**kebaikan kalian selama ini….**

**PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : **IRMAYANTI B**

Nomor Stambuk : 074 404 049

Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Judul Skripsi : **Pengaruh Latihan Berpikir Positif Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI IPS Di SMA Negeri 1 Barru.**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai ketentuan yang berlaku.

Makassar, Maret 2012

Yang Membuat Pernyataan

**IRMAYANTI B**

074 404 049

# ABSTRAK

**Irmayanti B, 2011. *Skripsi*.** Pengaruh Latihan Berpikir Positif Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI IPS Di SMA Negeri 1 Barru. Dibimbing oleh Drs. H. Muhammad Ibrahim, M.Si. dan Drs. H. Abdullah Pandang, M.Pd. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini menelaah Pengaruh Latihan Berpikir Positif Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI IPS Di SMA Negeri 1 Barru. Masalah penelitian ini adalah: (1) Bagaimana gambaran tingkat harga diri siswa kelas XI IPS sebelum dan sesudah diberi latihan berpikir positif di SMA Negeri 1 Barru? (2) Apakah ada pengaruh penerapan latihan berpikir positif terhadap tingkat harga diri siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Barru? Tujuan penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui gambaran tingkat harga diri siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Barru sebelum dan setelah diberi latihan berpikir positif (2) Untuk mengetahui pengaruh penerapan latihan berpikir positif terhadap tingkat harga diri siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Barru. Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen *pretest-posttest Control group design* terhadap 60 subjek penelitian, masing 30 subjek untuk eksperimen dan 30 subjek untuk kelompok kontrol yang merupakan siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Barru pada tahun ajaran 2010/2011. Pengumpulan data menggunakan angket dan observasi. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Tingkat harga diri siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Barru pada kelompok eksperimen sebelum diberikan latihan berpikir positif dalam bimbingan kelompok berada pada kategori **rendah**, namun setelah diberikan latihan berpikir positif dalam bimbingan kelompok, tingkat harga diri siswa mengalami peningkatan dan berada pada kategori **sedang**. Sedangkan tingkat harga diri siswa pada kelompok kontrol berada pada kategori sedang, akan tetapi kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan latihan berpikir positif sehingga tidak mengalami peningkatan yang signifikan dan tetap berada pada kategori sedang (2) Terdapat pengaruh positif penerapan latihan berpikir positif dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan harga diri siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Barru.

**PRAKATA**



Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi ini dengan judul “Pengaruh Latihan Berpikir Positif Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas XI IPS Di SMA Negeri 1 Barru” dapat diselesaikan. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Penulisan skripsi ini sebagai salah satu tugas akademik untuk memperoleh gelar sarjana “Sarjana Pendidikan” pada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan

Selama penulisan skripsi ini, penulis menghadapi berbagai hambatan dan persoalan, dikarenakan waktu, biaya, tenaga serta kemampuan penulis yang sangat terbatas. Namun berkat bimbingan, motivasi, bantuan dan sumbangan pemikiran dari berbagai pihak, segala hambatan dan tantangan yang dihadapi penulis dapat teratasi. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat penulis menghaturkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tuaku, yang dengan penuh ketulusan mencurahkan cinta, kasih sayang, dan perhatiannya dalam mendidik dan membesarkanku disertai dengan iringan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan studinya, semoga ananda dapat membalas setiap tetes demi tetes keringat yang tercurah demi membimbing ananda menjadi manusia yang berguna dan kepada Drs. H. Muhammad Ibrahim, M.Si. danDrs. H. Abdullah Pandang, M. Pd masing-masing selaku pembimbing I dan pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan arahan, petunjuk dan motivasi kepada penulis mulai dari penyusunan usulan penelitian hingga selesainya skripsi ini. Selanjutnya ucapan yang sama dihaturkan kepada:

1. Prof. Dr. H. Ismail Tolla, M.Pd. sebagai Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.
2. Drs. M. Ali Latif Amri, M.Pd, Drs. Andi Mappincara, M.Pd, dan Drs. Muh. Faisal, M.Pd. Masing-masing selaku PD 1, PD 2, dan PD 3 Fakultas Ilmu Pendidikan atas segala bantuan administrasi maupun dalam perkuliahan.
3. Drs. H. Abdullah Pandang, M.Pd. dan Drs. Muhammad Anas Malik, M.Si, masing-masing sebagai Ketua Jurusan dan Sekretaris Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan atas segala bantuannya dalam administrasi maupun dalam perkuliahan.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan, khususnya Jurusan psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah mendidik dan memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis.
5. Drs. H. Muhammad Akil, M.Pd sebagai kepala sekolah SMA Negeri 1 Barru atas izin mengadakan penelitian pada sekolah yang dipimpinnya.
6. Drs. H. Ahmad Jamaluddin, M.Pd, Dra. Hasniah dan Harmilah S.Pd, masing-masing selaku Koordinator BK dan Guru Pembimbing SMA Negeri 1 Barru atas bantuan yang diberikan pada peneliti selama melakukan penelitian.
7. Kakakku Hartini, kakak iparku Edy Jaya, beserta adikku Rahmawati, dan Rahmat Kurniawan serta ponakanku tersayang Destry Andini yang senantiasa memotivasi dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, dan seluruh keluarga besarku yang tidak sempat disebutkan satu persatu terimakasih atas bantuan dan *supportnya* selama ini.
8. Sahabat-sahabatku tersayang, khususnya anak-anak “DAST” penulis: Dira A.Mk, Nita S.Ip, Wisda S.Ip, Astadillah ST, terima kasih atas segala bantuan, motivasi serta semangatnya kawan (You all the best friend I ever had, DAST Forever Amiin).
9. Kakak (ARa) yang menjadi penyemangat dan menjadi inspirasi penulis sehingga skripsi ini dapat selesai.
10. Teman-teman serta bapak dan ibu kost (Kak H. Andi Mappiare, K’ Yuda K’Army, K’ Lia, K’ Ahmad, K’ Ilo Paul, K’ Mala, K’ Uky, K’Ana, Uja, Raden, Sabar, Apri, Icha, Nunu, Upi, Ima, Indah, dan Emy ), terima kasih atas segala bantuan, motivasi serta semangatnya.
11. Teman-teman PPL (Herna, Itha, Mey, Rahmi), terima kasih atas bantuan serta motivasinya selama ini teman.
12. Sahabat-Sahabat “satu kelasku” penulis tak dapat sebutkan satu persatu, terima kasih karena sudah mengisi hari-hariku mulai dari awal semester hingga saat ini yang senantiasa memberikan bantuan serta memotivasi penulis.
13. Teman-teman mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan angkatan 2007 khususnya kepada kelas B, dan kakak-kakak angkatan 2006 dan 2005: K’Hasba, K’Angga, K’Basto, dan K’ Ariel, terima kasih atas dukungan dan bantuan kalian selama ini, serta kakak senior yang tidak sempat penulis sebutkan namanya, namun telah membantu penulis sehingga skripsi ini dapat selesai.
14. Adik-adik “SMA Negeri 1 Barru” khususnya kelas XI IPS 3 dan IPS 4 yang telah berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan penulis.
15. Kepada semua pihak yang tidak sempat saya sebutkan namanya, namun telah membantu penulis dalam penyelesaian studi. Terima kasih banyak.

Kepada semua pihak yang tercantum di atas, semoga mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi yang sederhana ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan dan informasi bagi pembaca, dan semoga kebaikan dan keikhlasan serta bantuan dari semua pihak bernilai ibadah di sisi Allah SWT. Amin.

Makassar, Maret 2012

**Penulis**

**DAFTAR ISI**

Halaman

**HALAMAN JUDUL**  i

**PERSETUJUAN PEMBIMBING** ii

**PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI** iii

**MOTTO** iv

**PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**  v

**ABSTRAK** vi

**PRAKATA**  vii

**DAFTAR ISI** xi

**DAFTAR GAMBAR** xiv

**DAFTAR TABEL**  xv

**DAFTAR LAMPIRAN** xvi

**BAB I. PENDAHULUAN** 1

1. Latar Belakang Masalah 1
2. Rumusan Masalah 5
3. Tujuan Penelitian 5
4. Manfaat Hasil Penelitian 5

**BAB II. TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN HIPOTESIS** 7

1. Tinjauan Pustaka 7
   * + 1. Bimbingan Kelompok 7
   1. Konsep Dasar Bimbingan Kelompok 7
   2. Tujuan dan Manfaat Bimbingan Kelompok 8
   3. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok 11
   4. Teknik-Teknik Bimbingan Kelompok 14
      * 1. Latihan Berpikir Positif 16
           1. Pengertian Latihan Berpikir Positif 16
           2. Manfaat Berpikir Positif 19
           3. Ciri – Ciri Individu Yang Berpikiran Positif 20
           4. Kekuatan Berpikir Positif 22
           5. Macam – Macam Berpikir Positif 23
           6. Teknik – Teknik Berpikir Positif 24
        2. Harga Diri 27

Pengertian Harga Diri 27

Karakteristik Harga Diri 31

Faktor yang Mempengaruhi Tinggi-Rendahnya Harga Diri 34

Hal-hal yang Mempengaruhi Harga Diri 38

Usaha Meningkatan Harga Diri 40

* + - 1. Hasil – Hasil Penelitian yang Relevan 43

1. Kerangka Pikir 44
2. Hipotesis................................................................................ 47

**BAB III. METODE PENELITIAN**  48

1. Pendekatan dan Desain Penelitian 48
2. Peubah dan Definisi Operasional 49
3. Populasi dan Sampel 51
4. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data 53
5. Teknik Analisi Data 56

**BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN** .................... 60

1. Hasil Penelitian 60
   * + 1. Gambaran Pelaksanaan Latihan Berpikir Positif 60
       2. Analisis Statistik Deskriptif 63
       3. Analisis Statistik Inferensial 68
2. Pembahasan 71

**BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN** 79

1. Kesimpulan 79
2. Saran 80

**DAFTAR PUSTAKA**  **81**

**LAMPIRAN** **84**

**RIWAYAT HIDUP** 158

#### DAFTAR GAMBAR

### Nomor Nama Gambar Halaman

Gambar 2.1 Skema Kerangka Pikir Penelitian …………………………… 47

**DAFTAR TABEL**

**Nomor Nama Tabel Halaman**

Tabel 3.1. Pendekatan Dan Desain penelitian ........................................ 48

Tabel 3.2. Penyebaran Siswa yang Menjadi Populasi penelitian............ 51

Tabel 3.3. Penyebaran Siswa Yang Menjadi Subjek Penelitian ............ 52

Tabel 3.4. Pembobotan Angket Penelitian ............................................. 54

Tabel 3.5. Kreteria Penentuan Hasil Oservasi ....................................... 56

Tabel 3.6 Kategorisasi Tingkat Harga Diri Siswa ................................ 58

Tabel 4.1. Data Tingkat Harga Diri Siswa Pada Kelompok

Eksperimen Hasil *Pretest* dan *Posttest* ................................ 64

Tabel 4.2. Data Tingkat Harga Diri Siswa Pada Kelompok

Kontrol Hasil *Pretest* dan *Posttest*.......................................... 65

Tabel 4.3. Data Hasil Persentase Observasi .......................................... 67

Tabel 4.4. Data Tingkat Harga Diri Siswa Kelompok Eksperimen ....... 70

Tabel 4.5 Data Tingkat Harga Diri Siswa Kelompok Kontrol................ 70

Tabel 4.6 Data Tingkat Harga Diri Siswa Setelah Perlakuan (*Posttest*)

Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.................... 71

#### DAFTAR LAMPIRAN

**Nomor Nama Lampiran Halaman**

1. Pelaksanaan Kegiatan Ekperimen....................................................... 85
2. Skenario Pelaksanaan Eksperimen Permainan Tim ........................... 89
3. Kisi-kisi Angket Sebelum Uji Coba ................................................... 94
4. Angket Penelitian Sebelum Uji Coba ................................................. 96
5. Uji Validitas Angket........................................................................... 99
6. Kisi-kisi Angket Setelah Uji Coba ..................................................... 103
7. Angket Penelitian Setelah Uji Coba ................................................... 105
8. Format Pedoman Observasi ................................................................ 108
9. Bahan Bacaan Terapi Berpikir Positif dan Harga Diri........................ 111
10. Skor Jawaban Angket Uji Coba .......................................................... 117
11. Skor Jawaban Angket Eksperimen *Pretest* dan *Posttest* .................. 118
12. Skor Jawaban Angket Kontrol *Pretest dan Posttest* ......................... 120
13. Data Hasil Penelitian Kelompok Eksperimen ........................................... 122
14. Data Hasil Penelitian Kelompok Kontrol ................................................. 124
15. Uji Normalitas dan Homogenitas Kelompok Eksperimen .......................... 126
16. Uji Normalitas dan Homogenitas Kelompok Kontrol ............................... 137
17. Data Hasil Analisis Persentase Observasi .......................................... 144
18. Dokumentasi Pelaksanaan Permainan Tim ....................................... 146
19. Lampiran Surat..................................................................................... 151
20. Riwayat Hidup ................................................................................... 158