**DAFTAR ISI**

**Halaman**

HALAMAN JUDUL i

PERSETUJUAN PEMBIMBING ii

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI iii

MOTTO iv

ABSTRAK v

PRAKATA vi

DAFTAR ISI x

DAFTAR TABEL xii

DAFTAR GAMBAR xiii

DAFTAR LAMPIRAN xiv

**BAB I PENDAHULUAN 1**

1. Latar Belakang 1
2. Rumusan Masalah 8
3. Tujuan Penelitian 8
4. Manfaat Penelitian 9

**BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGA PIKIR, DAN HIPOTESIS 10**

1. Kajian Pustaka 10
   1. *Self Esteem* 10
2. Pengertian *self esteem* 10
3. Pembentukan *self esteem* 12
4. Aspek-aspek *self esteem* 14
5. Karakteristik *self esteem* 15
6. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self esteem* 17
7. Usaha-usaha untuk meningkatkan *self esteem* 19
   1. Konseling Kognitif-Behavioral 23
      * 1. Konsep Dasar Kognitif-Behavioral 23
        2. Teknik-Teknik Terapi Konseling Kognitif-Behavioral 24
   2. Teknik *Thought Stopping* 26
      * + 1. Pengertian Teknik *Thought Stopping* 26
          2. Tahap-tahap teknik *Thought Stopping* 28
          3. Variasi-variasi teknik *Thought Stopping* 30
          4. Tujuandan manfaat teknik *Thought Stopping* 31
          5. Kelemahan dan Kelebihan teknik *Thought Stopping* 32
   3. Konseling Kelompok 23
      * + 1. Pengertian konseling kelompok 32
          2. Tujuan Konseling Kelompok 33
8. Kerangka Pikir 38
9. Hipotesis 42

**BAB III METODE PENELITIAN 43**

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 43
2. Variabel dan Desain Penelitian 43
3. Definisi Operasional 45
4. Populasi dan Sampel 45
5. Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data 47
6. Teknik Analisis Data 50

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 51**

1. Hasil Penelitian 54
   1. Gambaran *Self Esteem* Siswa di SMA Negeri 1 Takalar 54
   2. Gambaran Pelaksanaan Teknik *Thought Stopping* untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa di SMA Negeri 1 Takalar 55
   3. Penerapan Teknik *Thought Stopping* dapat Meningkatkan

*Self esteem* siswa di SMA Negeri 1 Takalar 62

1. Pembahasan Hasil Penelitian 65

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 71**

1. Kesimpulan 71
2. Saran 72

**DAFTAR PUSTAKA 73**

**DAFTAR TABEL**

**Nomor Nama Tabel Halaman**

3.1 Penyebaran Populasi Penelitain 46

3.2 Penyebaran Sampel Penelitian 47

3.3 Pembobotan Item Angket 48

3.4 Kriteria Penentuan Hasil Observasi 50

3.5 Kategorisasi tingkat Regulasi Diri Siswa 52

4.1 Data Awal *Self Esteem* Siswa di SMA Negeri 1 Takalar 55

4.2 Hasil Observasi Partisipasi Siswa dalam Pelaksanaan teknik

*Thought Stopping* di SMA Negeri 1 Takalar 61

4.3 Hasil Sebelum (*Pretest*) dan Sesudah (*Posttest*) Tingkat

*Self esteem* siswa di SMA Negeri 1 Takalar 62

4.4 Hasil Analisis Statistik Deskriptif 63

4.5 Hasil Pengujian Hipotesis Penelitian Menggunakan

*SPSS* 20*ForWindows* 64

**DAFTAR GAMBAR**

**Nomor Nama Gambar Halaman**

Gambar 2.1 Skema Kerangka Pikir 41

Gambar 3.1 Desain Penelitian 43**DAFTAR LAMPIRAN**

**Nomor Nama Lampiran Halaman**

* + - 1. Jadwal Pelaksanan Kegiatan Eksperimen 74
      2. Skenario Pelaksanaan Perlakuan 82
      3. Kisi-Kisi Angket Penelitian (Sebelum Uji lapangan) 87
      4. Angket Sebelum Uji Lapangan 88
      5. Kisi-Kisi Angket Penelitian (Setelah Uji lapangan) 89
      6. Angket Setelah Uji Lapangan 90
      7. Skor Angket Uji Lapangan 93
      8. Hasil Analisis Uji Lapangan 96
      9. Hasil Skor *Pretest* 97
      10. Hasil Skor *Posttest*  98
      11. Data Penyebaran Populasi*Self esteem* 99
      12. Data Analisis Statistik Deskriptif 101
      13. Uji Hipotesis berdasarkan *Wilcoxon Signed Ranks Test* 104
      14. Pedoman Observasi Pelaksanaan 105
      15. Data Hasil Persentase Observasi Pelaksanaan 110
      16. Bahan Informasi 113
      17. Dokumentasi Penelitian 122
      18. Surat pengusulan Judul 123
      19. Surat Keterangan Pengesahan Judul 124
      20. Surat Permohonan Penunjukan Pembimbing Skripsi 125
      21. Surat Penunjukan Pembimbing Skripsi 126
      22. Surat Persetujuan Pembimbing Melakukan penelitian 127
      23. Surat Pengesahan Usulan Penelitian 128
      24. Surat Rekomendasi Penelitian dari BKPMD 129
      25. Surat Penelitian dari Dinas Pendidikan 130
      26. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di Sekolah 131
      27. Riwayat Hidup 132