

KATA PENGANTAR

Terpujilah Tuhan Allah yang Besar, hanya oleh karena Anugerah, Kasih dan Kemurahan NYA semata, penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Dia yang adalah sumber pengetahuan sudah memampukan saya untuk membuat tulisan yang sederhana ini. Hanya Puji dan Syukur penulis sampaikan kepada Allah yang Besar.

Dalam karya yang sederhana ini, kiranya ini berguna bagi setiap yang membaca dan dapat memenuhi kebutuhan masing-masing pembaca, secara khusus yang ingin mengetahui tentang berpikir positif dan harga diri yang dihubungkan dengan daya tahan terhadap stres. Atau yang selama ini bertanya-tanya “Apakah memang ada hubungannya antara berpikir positif dan harga diri dengan daya tahan terhadap stres?” maka dalam tulisan ini pembaca akan menemukan jawabannya.

Penulis menyadari bahwa tulisan ini masih jauh dari sempurna. Karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik dari pembaca yang bersifat membangun demi menyempurnakan tulisan ini.

Penulis juga mohon maaf yang sebesar-besarnya jikalau dalam tulisan ini terdapat banyak kesalahan dan kejanggalan, kiranya pembaca bisa memakluminya.

Akhir kata penulis ucapkan terima kasih banyak atas atensi dan dukungan semua pihak yang telah membantu.

Salam,

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Bersyukur kepada Tuhan karena sudah memampukan saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Bukan karena kuat, kuasa, kepintaran, kekayaan saya tetapi semuanya karena Anugerah Tuhan. Puji syukur bagi Mu ya Tuhan.

Terciptanya karya sederhana ini tidak terlepas dari dukungan semua pihak yang telah membantu saya. Untuk itu saya persembahkan karya sederhana ini untuk mereka yang telah bersusah payah membantu saya selama ini.

Saya mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Bapak Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Drs. Mulia Siregar.
2. Bapak Drs. H.A. Rangkuti, sebagai Pembimbing I, yang banyak memberikan saran, serta bersedia untuk membimbing saya selama pengerjaan skripsi ini.
3. Ibu Sarinah, S.Psi, sebagai Pembimbing II, yang banyak membantu saya dalam mengerjakan skripsi ini. Senantiasa mendukung serta memotivasi saya untuk tetap semangat.
4. Ibu Dra. Nefi Darmayanti, Msi yang turut membantu saya dalam penyelesaian skripsi saya secara khusus untuk Bab IV, yang bersedia juga menjadi Tim Penguji sebagai Ketua di dalam ujian Meja Hijau.
5. Ibu Nini Sriwahyuni, S.Psi yang bersedia untuk menjadi Tim Penguji sebagai Dosen Tamu di dalam ujian meja Hijau.
6. Ibu Lodiana Ayu, S.Psi yang bersedia juga untuk menjadi Tim Penguji sebagai Sekretaris di dalam ujian Meja Hijau.

7. Ibu Suryani Hardjo, S.Psi yang turut membimbing saya serta memberikan pandangan-pandangan dan motivasi yang sangat berarti bagi saya, terimakasih atas dukungan dan perhatiannya.
8. Mas Misro & Bang Gulo, sebagai Tata Usaha di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang turut serta juga membantu dalam menyelesaikan seluruh administrasi dan berkas-berkas yang dibutuhkan. Terimakasih atas bantuan dan keringanan hati dan tangan yang selalu bersedia untuk membantu.
9. Bapak Samsudin Hua, Spd sebagai Kepala sekolah SMA Methodist Pematang Siantar yang telah mengizinkan saya untuk mengadakan penelitian di sekolah tersebut.
10. Bapak H.D.Saragih sebagai wakil kepala sekolah SMA Methodist Pematang Siantar yang juga banyak membantu selama mengadakan penelitian di sekolah tersebut.
11. Guru BP SMA Methodist Pematang Siantar yang turut serta juga membantu saya selama saya penelitian di sekolah tersebut.
12. Seluruh siswa/siswi SMA Methodist Pematang Siantar secara khusus untuk seluruh kelas II dan kelas III yang rela memberikan waktu dan diri untuk mengerjakan angket penelitian. Untuk itu saya ucapkan banyak terima kasih karena tanpa bantuan adik-adik semuanya tentulah tulisan ini tidak akan berarti.
13. Bapak & Mama terimakasih untuk semuanya yang tidak terbayarkan dengan semua kata-kata bahkan apapun itu. Terimakasih sudah memberikan saya dukungan yang sangat besar dalam menyelesaikan seluruh skripsi ini, dana-dana

yang dibutuhkan selalu tercukupkan serta doa yang tidak putus. Motivasi serta pandangan-pandangan yang sangat berarti bagi saya.

14. Abang Chandra & Adik Rio yang juga mendukung saya dalam mengerjakan skripsi ini saya ucapkan terimakasih.
15. Keluarga Amang Sihotang, bang Henri, kak Nelly, O'lan, dan Tiur yang senantiasa mendukung saya dalam doa. Terimakasih untuk dukungan dan perhatiannya.
16. Rekan-rekan seperjuangan stambuk 2000 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area terimakasih untuk semua pandangan, pemikiran dan bantuannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
17. Sahabat saya Sugita Sihombing, terimakasih telah berjerih lelah membantu. Ketika saya bimbingan mau menemani untuk menemui dosen pembimbing, membantu dan menemani ketika penelitian di SMU Methodist, serta turut lelah dalam memeriksa angket dan pengolahan data. Untuk semua saran, pandangan, doa, tenaga dan motivasi saya ucapkan terimakasih. Kiranya Tuhan yang membalas semuanya. Terimakasih telah menjadi sahabat yang baik dan yang dengan rela membantu di dalam setiap kelemahan saya.
18. Sahabat saya Mei Siagian yang turut berjerih lelah juga dalam membantu saya menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih telah menjadi sahabat yang baik selama hampir 5 tahun di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, yang walaupun sering berantem, keras kepala, dll. Terimakasih untuk semua dukungan dan pengertiannya.

19. Sahabat-sahabat saya di “KAJOL” (B’Charles, B’Boy, B’Firman, B’Ferdinand, Mei), terima kasih untuk persahabatan dan kebersamaannya selama kuliah di UMA
20. Abang rohani saya, Desman Hulu,ST yang sudah banyak membantu saya dalam pengetikkan skripsi ini, yang mau untuk memberikan waktu dan tenaganya dengan cuma-cuma. Terima kasih banyak kiranya Tuhan yang membalas semuanya.
21. Semua rekan-rekan di UKMK – UMA, untuk semua Kakak-kakak Rohani saya : K’Erni,S.Psi, K’Menny,S.Psi, K’Healthy,SP, B’Junikar,SE, B’Desman,ST, K’Lena,SP, K’Nora,SE, K’Mina, K’Herti, B’Firman, dll, terimakasih untuk semua dukungan, motivasi dan doa yang tidak putus-putus.
- Temen-temen Rohani saya dalam KTB Pengurus : K’Healthy, Sugita, Dame, Mardohar. Terimakasih untuk perhatian, dukungan, motivasi, saran yang sangat berarti bagi saya, dan yang pasti selalu mendukung di dalam doa.
- B’Eka, Osni, Febri, Nurma, Maeka, terimakasih untuk semua dukungan dan doanya.
- Adik-adik Rohani saya : A’Friska (FE’01), A’Fanny (F.Psi’04), A’Farida (F.Psi’04), A’Ayu (F.Psi’04), A’Mindu (F.Psi’04), A’Elsanta (F.Psi’04). terimakasih sudah memberi semangat dan sukacita bagi saya. Tetaplah setia adik-adik ku.
- Dan seluruh AKPA di UKMK-UMA, terimakasih atas kebersamaannya.

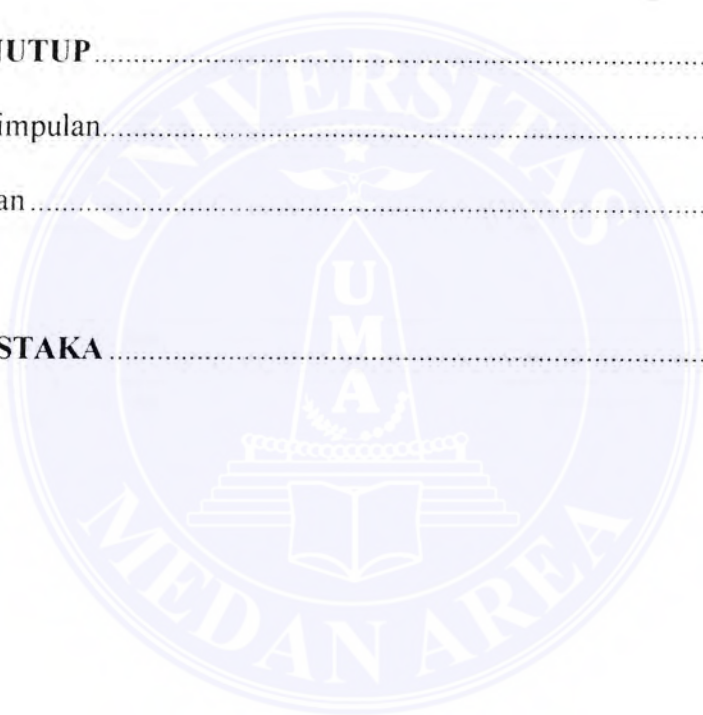
Terima kasih banyak untuk semuanya
TUHAN MEMBERKATI
- AMIN -

DAFTAR ISI

	Hal.
PERSEMBAHAN	
MOTTO	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Daya Tahan Terhadap Stres.....	12
1. Pengertian Daya Tahan Terhadap Stres.....	12
2. Cara Untuk Memiliki Daya Tahan Terhadap Stres.....	15
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Daya Tahan terhadap Stres.....	19
B. Harga Diri.....	25
1. Pengertian Harga Diri.....	26
2. Proses Terbentuknya Harga Diri.....	28

3. Tingkat dan Ciri Harga Diri	30
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri.....	32
5. Aspek-Aspek Harga Diri	39
C. Berpikir Positif	41
1. Pengertian Berpikir Positif.....	41
2. Cara Berpikir Positif	44
3. Ciri-ciri Berpikir Positif.....	47
D. Remaja.....	51
1. Pengertian Remaja	51
2. Ciri-ciri Masa Remaja.....	52
3. Tugas-tugas Perkembangan Remaja	57
4. Masalah Yang Dihadapi Remaja.....	60
E. Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Harga Diri Dengan Daya Tahan Terhadap Stres	62
F. Hipotesis.....	65
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	 66
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	66
B. Devenisi Operasional Variabel Penelitian.....	66
C. Populasi dan Metode Pengambilan sampel.....	67
D. Metode Pengumpulan Data	68
E. Metode Analisis Data	75

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	78
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian	78
B. Analisis dan Hasil Penelitian	87
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	88
D. Pembahasan.....	95
BAB V PENUTUP	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran.....	100
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel

1. Penyebaran Butir-butir Angket Remaja Berpikir Positif Sebelum Uji Coba	70
2. Penyebaran Butir-butir Angket Harga Diri Sebelum Uji Coba	71
3. Penyebaran Butir-butir Angket Daya tahan Terhadap Stres Sebelum Uji Coba	73
4. Penyebaran Butir-butir Angket Remaja Berpikir Positif Setelah Uji coba	84
5. Penyebaran Butir-butir Angket Harga Diri Setelah Uji Coba.....	85
6. Penyebaran Butir-butir Angket Daya Tahan Terhadap Stres Setelah Uji Coba	87
7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	90
8. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas.....	91
9. Rangkuman Hasil Analisis Regresi.....	92
10. Ringkasan Parsial jenjang Pertama.....	92
11. Perbandingan Bobot Prediktor	93

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	Hal
A. ANGKET	107
1. Remaja Berpikir Positif	108
2. Harga Diri	114
3. Daya Tahan Terhadap Stres	120
B. DATA HASIL UJI COBA ANGKET	128
1. Data Uji Coba Angket Berpikir Positif	129
2. Data Uji Coba Angket Harga Diri	132
3. Data Uji Coba Angket Daya Tahan Terhadap Stres	136
C. Hasil Analisa Validitas Butir Angket	140
1. Hasil Analisa Validitas Butir Angket Remaja Berpikir Positif	141
2. Hasil Analisa Validitas Butir Angket Harga Diri	146
3. Hasil Analisa Validitas Butir Angket Daya Tahan Terhadap Stres	153
D. Hasil Analisa Reliabilitas Butir Angket	160
1. Hasil Analisa Reliabilitas Butir Angket Remaja Berpikir Positif	161
2. Hasil Analisa Reliabilitas Butir Angket Harga Diri	164

3. Hasil Analisa Reliabilitas Butir Angket Daya Tahan Terhadap Stres	167
E. UJI ASUMSI DATA PENELITIAN	171
1. Uji Normalitas Sebaran	172
2. Uji Linearitas	180
F. ANALISIS DATA PENELITIAN	184
G. SURAT PENGANTAR PENELITIAN	191
H. SURAT KETERANGAN BUKTI PENELITIAN	193

