BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan mengenai Terapi Positif thinking dalam mengatasi Mindset negatif maka dapat disimpulkan :

1. Model terapi positif thinking itu sendiri. Dalam pengkondisian awal sebelum mengarah ke proses Positif thinking tersebut, peneliti memberikan gambaran awal yang dikemas dalam sebuah training / pelatihan yang disitu mencakup pembahasan tentang Memperbaiki dan mengubah cara berfikir klien yang mudah putus asa, Mengurangi sifat klien yang awalnya malas untuk belajar, Mendorong klien agar bisa percaya diri. Semua gambaran awal tersebut dijelaskan tentang betapa pentingnya aspek-aspek tersebut dalam kehidupan. Setelah dijelaskan sedemikian rupa tentang gambaran awalnya, baru mengarah kepada inti dari terapi positif thinking yakni bentuk terapi yang di dalamnya menjelaskan tentang strategi modelling dan afirmasi positif.
2. Sejauh mana pengaruh Terapi Positive Thinking dalam Mengatasi Mindset Negatif, yakni data yang didapat melalui angket lalu dianalisis dan di interpretasikan koefisien korelasinya, yakni ternyata dengan jangka waktu 3 minggu proses Terapi Positive Thinking dilakukan dan data diolah dengan menggunakan rumus analisis uji-t.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Data yang diperoleh peneliti dengan perhitungan analisis uji-t adalah 0,830 dan pada tabel interpretasi menyatakan bahwa r = 0,830 > 0,000. Hal ini, menunjukkan bahwa antara variabel x dan y terdapat korelasi yang menyatakan Tinggi dengan hasil interpretasi .

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan ini, dikemukakan beberapa saran yang diharapkan dapat berguna bagi semua pihak, yaitu :

1. Bagi Pihak Sekolah

Hendaknya lebih sering untuk menyemangati siswa agar siswa mempunyai motivasi yang tinggi untuk melakukan pembelajaran di sekolah. Lebih di perhatikan lagi bakat dari masing-masing siswa, hendaknya memberikan sarana supaya siswa dapat mengembangkan bakat yang mereka miliki tanpa harus malu.

2. Bagi para siswa

Tetap semangat dalam menuntut ilmu walaupun cobaan selalu datang karena itu adalah ujian untuk kita. Jangan takut dalam menghadapi segala permasalahan di dunia ini. Percayalah bahwa setiap permasalahan pasti bisa diselesaikan. Ketika manusia diberi ujian oleh Allah, maka ingatlah bahwa Allah tidak memberikan hambaNya suatu ujian yang melebihi batas kemampuan hambaNya. Sewaktu manusia dapat dengan tenang dalam menghadapi permasalahan yang dihadapinya, maka ia mampu berfikir positif

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan mengetahui jalan keluar yang terbaik untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Salah satunya yakni dengan terus bersyukur.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Jika peneliti selanjutnya ingin melakukan penelitian berkaitan dengan terapi positive thinking, maka peneliti menyarankan agar waktu dan pelaksanaannya yang tepat sehingga mampu memberikan pengaruh yang maksimal terhadap populasi/sample penelitian.

Bagi peneliti yang akan datang diharapkan dapat mengembangkan penelitian selanjutnya serta lebih memanfaatkan terapi positive thinking untuk mengatasi problem yang lainnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id