## DAFTAR ISI

**COVER** ..... **i**
**PERSETUJUAN PEMBIMBING** ..... **ii**
**PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI** ..... **iii**
**MOTTO** ..... **iv**
**PERSEMBAHAN** ..... **v**
**PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI** ..... **vi**
**ABSTRAK** ..... **vii**
**KATA PENGANTAR** ..... **viii**
**DAFTAR ISI** ..... **ix**
**DAFTAR TABEL** ..... **xi**
**DAFTAR LAMPIRAN** ..... **xii**
**BAB I : PENDAHULUAN**
A. Latar Belakang Masalah ..... 1
B. Rumusan Masalah ..... 7
C. Tujuan Penelitian ..... 7
D. Manfaat Penelitian ..... 7
E. Metodologi Penelitian ..... 9
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian ..... 9
2. Populasi, Sampel dan Teknik Sampel ..... 10
3. Variabel ..... 12
4. Definisi Operasional ..... 13
a. *Positive Thinking Training* (PTT) ..... 13
b. Kecerdasan Emosional ..... 15
5. Teknik Pengumpulan Data ..... 17
a. Observasi ..... 17
b. Wawancara ..... 18
c. Angket ..... 19
6. Teknik Analisis Data ..... 21
F. Sistematika Pembahasan ..... 23

**BAB II** : **KAJIAN TEORI**
A. *Positive Thinking Trainning* (PTT) ..... 24
1. Pengertian *Positive Thinking Training* ..... 24
2. Prinsip-prinsip *Positif Thinking* ..... 26
3. Ciri-ciri *Positive Thinking* ..... 35
4. Strategi *Positif Thinking* ..... 44
B. Kecerdasan Emosional ..... 53
1. Pengertian Kecerdasan Emosional ..... 53
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kecerdasan Emosional ..... 55
3. Ciri-ciri seseorang yang memiliki Kecerdasan Emosional ..... 60
C. *Positif Thinking Training* (PTT) sebagai suatu Teknik Konseling ..... 68
1. PTT berasaskan RET ..... 68
2. Persamaan tujuan PTT dengan RET ..... 71
3. Hubungan Pikiran dengan Peraasaan ..... 73



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

D. Penelitian Terdahulu yang relevan ..... 76
E. Hipotesis penelitian ..... 78

**BAB III : PENYAJIAN DATA**
A. Deskripsi Umum Objek Penelitian ..... 79
1. Profil SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 79
2. Visi dan Misi SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 81
3. Tujuan SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 83
4. Struktur Organisasi SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 84
5. Kegiatan-kegiatan SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 85
6. Strategi pendidikan SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 87
7. Sarana dan prasarana SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 88
8. Ekstrakulikuler SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 89
B. Deskripsi Hasil Penelitian ..... 92
1. Proses *Positif Thinking Training* (PTT) ..... 92
a. Tahap Awal *(Opening)* ..... 93
b. Tahap Pertengahan (Proses Konseling) ..... 94
1). Sesi Pertama ..... 95
2). Sesi Kedua ..... 103
c. Tahap Penutup *(Closing)* ..... 111
2. Deskripsi Efektivitas PTT dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional ..... 113
a. Penyusunan angket ..... 113
b. Indikator dan kisi-kisi angket ..... 114
c. Responden PTT ..... 118
d. Uji Validitas dan Reliabilitas ..... 120
3. Pengujian Hipotesis ..... 127

**BAB IV : ANALISIS DATA**
A. Analisis hasil *pretest* Kecerdasan Emosional ..... 130
B. Análisis Hipotesis Efektivitas PTT dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 132
C. Analisis Tingkat Efektivitas PTT dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMA Negeri 2 Kota Mojokerto ..... 137

**BAB V : PENUTUP**
A. Kesimpulan ..... 142
B. Saran ..... 143
DAFTAR PUSTAKA ..... 145
LAMPIRAN-LAMPIRAN ..... 148



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