

**PENGARUH PELATIHAN BERPIKIR POSITIF DALAM
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI
SISWA KELAS X MAN MALANG II
KOTA BATU**

SKRIPSI

Oleh:

NURLAILI FITROH HANIFIYAH

NIM : 08410130



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2012**

**PENGARUH PELATIHAN BERPIKIR POSITIF DALAM
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI
SISWA KELAS X MAN MALANG II
KOTA BATU**

SKRIPSI

Diajukan kepada:

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

NURLAILI FITROH HANIFIYAH

NIM : 08410130

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2012**

**PENGARUH PELATIHAN BERPIKIR POSITIF DALAM
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI
SISWA KELAS X MAN MALANG II
KOTA BATU**

SKRIPSI

Oleh:

NURLAILI FITROH HANIFIYAH

NIM : 08410130

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing

Iin Tri Rahayu, M.Si, Psi

NIP. 19720718 199903 2 001

Pada Tanggal 30 Juni 2012

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

NIP. 19550717 198203 1 005

**PENGARUH PELATIHAN BERPIKIR POSITIF DALAM
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI
SISWA KELAS X MAN MALANG II
KOTA BATU**

SKRIPSI

Oleh:

NURLAILI FITROH HANIFIYAH

NIM : 08410130

Telah dipertahankan di depan dewan penguji dan dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar strata satu sarjana psikologi (S.Psi)

Tanggal: 19 Juli 2012

Susunan Dewan Penguji		Tanda Tangan
Penguji Utama	: <u>Dra Siti Mahmudah, M.Si</u> NIP. 19671029 199403 2 001	1.
Ketua penguji	: <u>Elok Halimatus Sa'diyah, M.Si</u> NIP. 19740518 200501 2 002	2.
Sekretaris/Pembimbing	: <u>Iin Tri Rahayu, M.Si, Psi</u> NIP. 19720718 199903 2 001	3.

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

NIP. 19550717 198203 1 005

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Nurlaili Fitroh Hanifiyah

NIM : 08410130

Fakultas : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MAN Malang II Kota Batu

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik secara sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Apabila di kemudian hari ada klaim dari pihak lain maka bukan tanggung jawab dosen pembimbing dan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, melainkan menjadi tanggung jawab saya sendiri. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Malang, 30 Juni 2012

Hormat Saya

Nurlaili Fitroh Hanifiyah
NIM. 08410130

MOTTO

لَهُ مَعْقَبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ ۖ تَحْفَظُونَهُ ۖ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا
بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِّنْ

دُونِهِ ۗ مِنْ وَآلٍ ﴿١١﴾

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”

(Q.S. Ar-Rad Ayat 11)

Sesuatu yang ada dalam akalku, menguasai pikiranku, hidup di hatiku, dan mengalir bersama sel-sel darahku harus keluar menjadi nyata dalam kehidupan

(Louis Braille)

Masa lalu adalah mimpi, masa depan adalah proyeksi. Hidup saat ini yang diwarnai cinta mendalam pada Allah membuat masa lalu menjadi mimpi yang

indah dan masa depan penuh harapan

(Dr. Ibrahim Elfiky)

PERSEMBAHAN

Sembah sujud syukurku kepada Allah SWT Yang Maha Berkehendak,
atas kehendak-Mulah akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.
Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Sang Pembawa Kebenaran
Baginda Rosulullah Muhammad SWT yang membawa cahaya islam
kepada umatnya

Karya sederhana ini kupersembahkan untuk:

Abi dan Ummi tercinta.....

H. Abd. Rohman dan Hj. Nurul Hasanah, yang tak henti-hentinya memberikan do'a, restu, dukungan, nasihat, dan kasih sayang yang luar biasa hingga aku terus berjuang mengarungi kehidupan yang penuh lika-liku ini. Tanpa perjuangan dan pengorbanan kalian yang begitu dalam, aku tidak akan bertahan sejauh ini.

Terima kasih atas semua yang telah kalian berikan. Semoga Allah membalasnya dengan cinta kasih melebihi cinta kasih kalian kepadaku

I LOVE YOU Dad.....Mom.....

Kakakku tersayang Fahrul Hidayah beserta keluarga besarku tercinta,
terima kasih atas do'a dan dukungannya

Segenap guru-guruku mulai dari TK hingga SMA dan guru non-akademikku, serta dosen-dosen Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang, terima kasih atas ilmu yang begitu berharga yang telah kalian berikan kepadaku sebagai bekal untuk mengarungi kehidupan. Salam Ta'dzimku untuk kalian
Sang Pahlawan Tanpa Tanda Jasa

Keluarga besar Yayasan Darussalam Agung Baran-Buring beserta teman-teman PKLI kelompok XIII Buring tahun 2011 (Farida, Luluk, Ulva, Santi, Dina, Khoir, Luta, Toni, Putut, Rama) terima kasih atas kekeluargaan kalian

Keluarga besar kos putri Sunan Ampel 1 khususnya Rina tetangga kamarku, terima kasih atas tumpangan kamarnya dikala aku lagi jenuh dan teman seperjuanganku (Mia, Ira, Sofi), terima kasih untuk kebersamaan, canda tawa dan dukungannya. Banyak kenangan indah yang telah terukir selama kita tinggal bersama, kuharap kalian menyimpannya baik-baik dalam file khusus memori kalian

Teman-teman seperjuangan Psikologi angkatan 2008, semua orang yang ku kenal dan mengenalku, serta semua orang yang pernah spesial di hatiku yang telah mengisi hari-hariku dan menorehkan kenangan indah dalam hidupku
Thank's for Everything.....

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik serta hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya.

Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para penerus risalahnya, yang telah membawa kita dari zaman kegelapan menuju zaman terang-benderang yakni Ad-dinul Islam.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, Peneliti menyampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Suprayogo, selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang beserta staf-stafnya.
2. Bapak Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I, selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ibu Iin Tri Rahayu, M.Si, Psi, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dukungan kepada peneliti selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Retno Mangestuti, M.Si, selaku dosen penasehat akademik yang telah memberikan nasehat dan arahan selama masa perkuliahan.

5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan banyak ilmu serta seluruh staf Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah membantu peneliti selama studi.
6. Ayahanda dan Ibunda beserta keluarga besar tercinta yang senantiasa memberikan do'a, cinta, kasih sayang, dan dukungan selama ini.
7. Kepala sekolah MAN Malang II Batu yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
8. Segenap guru dan siswa MAN Malang II Batu yang telah membantu dan mendukung peneliti selama penelitian.
9. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung terselesainya penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna karena terbatasnya pengetahuan dan keterampilan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk memperbaiki laporan penelitian ini. Semoga laporan penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pembaca pada umumnya serta rekan-rekan seprofesi pada khususnya, Amin.

Malang, 30 Juni 2012

Penulis

Nurlaili Fitroh Hanifiyah

NIM. 08410130

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan	i
Halaman Sampul Dalam	ii
Halaman Judul	iii
Halaman Persetujuan Pembimbing	iv
Halaman Pengesahan	v
Surat Pernyataan	vi
Halaman Motto	vii
Halaman Persembahan	viii
Kata Pengantar	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiv
Daftar Gambar	xv
Daftar Lampiran	xvi
Abstrak	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	15
C. Tujuan Penelitian	16
D. Manfaat Penelitian	16
BAB II KAJIAN TEORI	18
A. Kepercayaan Diri	18
1. Pengertian Kepercayaan Diri	18
2. Karakteristik Kepercayaan Diri	21
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	27
4. Cara-Cara Menumbuhkan Kepercayaan Diri	34
5. Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam	37

B. Berpikir Positif	41
1. Berpikir	41
2. Pengertian Berpikir Positif	45
3. Macam-Macam Berpikir Positif	48
4. Manfaat Berpikir Positif	50
5. Indikator Berpikir Positif	52
6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Berpikir Positif	54
7. Prinsip dan Hukum dalam Berpikir Positif	56
8. Teknik Pelatihan Berpikir Positif	65
9. Berpikir Positif dalam Perspektif Islam	70
C. Hubungan antara Pelatihan Berpikir Positif dengan Kepercayaan Diri..	78
D. Hipotesis Penelitian	84
BAB III METODE PENELITIAN	85
A. Rancangan Penelitian	85
B. Identifikasi Variabel	86
C. Definisi Operasional	87
D. Populasi dan Sampel	89
E. Metode Pengumpulan Data	92
F. Instrumen Penelitian	96
G. Prosedur Eksperimen	100
H. Validitas dan Reliabilitas (Uji Coba)	102
I. Validitas Eksperimen	106
J. Teknik Analisis Data	110
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	113
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	113
B. Deskripsi Pelaksanaan Eksperimen	126
C. Uji Validitas dan Reliabilitas (Penelitian)	138
D. Analisis Data	141
E. Pembahasan	151

BAB V PENUTUP	165
A. Kesimpulan	165
B. Saran	166
 DAFTAR PUSTAKA	 169
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	: Jumlah Siswa Kelas X MAN Malang II Batu	89
Tabel 3.2	: Skor Skala Likert	97
Tabel 3.3	: <i>Blue-Print</i> Skala Kepercayaan Diri	98
Tabel 3.4	: Item Skala Kepercayaan Diri Setelah Diuji Coba	104
Tabel 3.5	: Norma Penggolongan dan Batasan Nilai	111
Tabel 4.1	: Keadaan Gedung dan Ruangan MAN Malang II Batu	120
Tabel 4.2	: Kegiatan Kelompok Eksperimen Pertemuan ke-1	127
Tabel 4.3	: Kegiatan Kelompok Kontrol Pertemuan ke- 1	135
Tabel 4.4	: Kegiatan Kelompok Eksperimen Pertemuan ke- 2	136
Tabel 4.5	: Kegiatan Kelompok Kontrol Pertemuan ke- 2	137
Tabel 4.6	: Aitem Skala Kepercayaan Diri <i>Pre-test</i> Valid	139
Tabel 4.7	: Aitem Skala Kepercayaan Diri <i>Post-test</i> Valid	140
Tabel 4.8	: Penggolongan dan Batas Nilai Skala Kepercayaan Diri <i>Pre-test</i>	142
Tabel 4.9	: Penggolongan dan Batas Nilai Skala Kepercayaan Diri <i>Post-test</i>	142
Tabel 4.10	: Hasil Prosentase Kelompok Eksperimen	142
Tabel 4.11	: Hasil Prosentase Kelompok Kontrol	142
Tabel 4.12	: Deskriptif <i>Pre-test</i> KE dan KK	145
Tabel 4.13	: Uji Normalitas <i>Pre-test</i> KE dan KK	146
Tabel 4.14	: Uji Homogenitas Ragam <i>Pre-test</i>	146
Tabel 4.15	: Uji t <i>Pre-test</i> KE dan KK	147
Tabel 4.16	: Deskriptif <i>Post-test</i> KE dan KK	148
Tabel 4.17	: Uji Normalitas <i>Post-test</i> KE dan KK	149
Tabel 4.18	: Uji Homogenitas Ragam <i>Post-test</i>	149
Tabel 4.19	: Uji t <i>Post-test</i> KE dan KK	150

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 : Desain Eksperimen	86
Gambar 4.1 : Diagram Prosentase Skala Sikap Kepercayaan Diri	143

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1

1. Modul Pelatihan Berpikir Positif
2. *Power Point* Materi Pelatihan Berpikir Positif
3. *Informed Consent* (Lembar Persetujuan Mengikuti Pelatihan)
4. Lembar Evaluasi Pelatihan Berpikir Positif
5. Dokumentasi Pelatihan Berpikir Positif

Lampiran 2

1. Skala Kepercayaan Diri Uji Coba
2. Skala Kepercayaan Diri Penjaringan Subyek Penelitian
3. Skala Kepercayaan Diri *Pre-test*
4. Skala Kepercayaan Diri *Post-test*

Lampiran 3

1. Data Kasar *Pre-test* Kelompok Eksperimen
2. Data Kasar *Post-test* Kelompok Eksperimen
3. Data Kasar *Pre-test* Kelompok Kontrol
4. Data Kasar *Post-test* Kelompok Kontrol

Lampiran 4

1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Uji Coba
2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Subyek Penelitian
3. Hasil Frekuensi
 - a. Penjaringan Subyek Penelitian
 - b. *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen
 - c. *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Kontrol
4. Hasil Uji *Independent Sample T-test*

Lampiran 5

1. Surat Izin Penelitian Skripsi
2. Surat Keterangan Melakukan Penelitian
3. Bukti Konsultasi Skripsi

ABSTRAK

Hanifiyah, Nurlaili Fitroh. (2012). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MAN Malang II Kota Batu. Pembimbing : Iin Tri Rahayu, M.Si, Psi.

Kata kunci: pelatihan berpikir positif, kepercayaan diri

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam proses pendidikan karena dengan kepercayaan diri yang tinggi, seorang siswa akan mampu menaklukkan setiap tantangan. Mereka akan optimis menata masa depan dan bersemangat untuk menggapai cita-cita yang didambakan. Dengan semangat juang yang membara tersebut akan melahirkan kinerja yang optimal sehingga memudahkan mereka dalam mencapai gerbang kesuksesan. Untuk dapat menumbuhkan rasa percaya diri salah satunya adalah dengan cara melatih diri untuk selalu berpikir positif karena dengan berpikir positif maka individu mencoba untuk melawan setiap asumsi, prasangka atau persepsi negatif yang muncul dalam benak, dan tidak membiarkan pikiran negatif berlarut-larut.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan: (1) untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa yang diberi pelatihan berpikir positif pada saat *pre-test* dan *post-test* (2) untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa yang tidak diberi pelatihan berpikir positif pada saat *pre-test* dan *post-test* (3) untuk mengetahui pengaruh pelatihan berpikir positif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Rancangan penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain eksperimen ulang (*pretest-posttest control group design*). Variabel bebasnya (X) adalah pelatihan berpikir positif dan variabel terikatnya (Y) adalah kepercayaan diri. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X MAN Malang II Batu (246 siswa) dan diambil 36 siswa yang memiliki kepercayaan diri terendah sebagai sampel (18 kelompok eksperimen) dan (18 kelompok control). Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan, digunakan skala kepercayaan diri dengan model Likert. Uji validitas menggunakan teknik *Product Moment* dan uji reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach*. Analisis datanya yaitu dengan mencari mean dan standar deviasi hipotetik. Selain itu, menggunakan uji *t-test* sampel bebas (*independent sample test*).

Hasil *pre-test* kelompok eksperimen yang termasuk kategori rendah 1 orang (5,6%), sedang 16 orang (88,9%), dan tinggi 1 orang (5,6%). Pada hasil *post-test* yang termasuk kategori sedang 12 orang (66,7%) dan tinggi 6 orang (33,3%). Hasil *pre-test* kelompok kontrol yang termasuk kategori rendah 1 orang (5,6%), sedang 16 orang (88,9%), dan tinggi 1 orang (5,6%). Pada hasil *post-test* tidak terjadi perubahan. Dari hasil uji *independent sample t-test*, didapatkan nilai koefisien t-hitung 3,356 dengan nilai signifikansi 0,003 ($0,003 < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelatihan berpikir positif ada pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dengan kata lain, hipotesis bahwa pelatihan berpikir positif berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MAN Malang II Kota Batu adalah diterima.

ABSTRACT

Hanifiyah, Nurlaili Fitroh (2012). The Effect of Positive Thinking Training to Increase The Self-Confidence of The Students Grade X MAN Malang II of Batu City. Promotor: Iin Tri Rahayu, M.Si, Psi.

Keywords: positive thinking training, self-confidence

Self-confidence is a very important aspect of personality in the education process because higher self confidence will facilitate students to deal with any challenges. Students may be helped to see optimistically their future and to achieve enthusiastically their aspiration. The bright sense of struggling can establish the optimum performance in such that students can reach their success gate. Building self-confidence requires among other practicing self to think positive because thinking positively forces individual to stay against negative assumption, prejudice or unfavorable perception, and avoid the self from continuing of thinking negatively.

The objective of research is (1) to understand the students' self-confidence when they are given positive thinking training during pre-test and post-test; (2) to acknowledge the students' self-confidence when they are not given positive thinking training during pre-test and post-test; and (3) to figure out the effect of positive thinking training when it increases the students' self-confidence.

Research method is experiment and the design is replicated experiment (pretest-posttest control group design). Independent variable (X) is positive thinking training, and dependent variable (Y) is self-confidence. Research population is whole students at Grade X of Man Malang II Batu (246 students). There are 36 students with the lowest self-confidence, and these are selected as sample (18 students in the experiment group and 18 students in the control group). Sampling technique is *purposive sampling*. Measuring the self-confidence of the students before and after treatment is using the self-confidence scale based on Likert model. Validity test employs *Product Moment* technique, while reliability test uses *Cronbach Alpha*. Data analysis tool is the mean and standard of hypothetic deviation. Independent sample-test (t-test) is also conducted.

Result of pre-test in the experiment group indicates that only one (1) student (5,6 %) remains in the low category of self-confidence, while 16 students (88,9 %) in the medium category, and 1 student (5,6 %) in the high category. Result of post-test in the experiment group shows that 12 students (66,7 %) are in the medium category, while 6 students (33,3 %) in the high category. Result of pretest in the control group indicates that only one (1) student (5,6 %) is in the low category of self-confidence, while 16 students (88,9 %) in the medium category and 1 student (5,6 %) in the high category. Result of post-test in the control group does not change. Result of *independent sample t-test* shows that t-count coefficient is 3,356 with significance rate is 0,003 ($0,003 < 0,05$). Research concludes that positive thinking training has significant effect that is increasing students' self-confidence. The hypothesis stating that positive thinking training influences the self-confidence of Students Grade X at MAN Malang II Batu City is, therefore, accepted.

التلخيص

حنفية، نور ليلي فطرة. (2012). أثر تدريب التفكير الإيجابي في ترقية التصديق النفسي عند الطلبة فصل العاشر في المدرسة الثانوية الإسلامية مالانج الثانية بمدينة باتو.
المشرف : إيئين تري راهاية الماجستير
الكلمات الأساسية : تدريب التفكير الإيجابي، التصديق النفسي

التصديق النفسي أحد المجال من مجالات النفس الذي يهتم في عملية التربية. لأن بالتصديق النفسي العالي، سيستطيع الطالب الخضوع في كل التحدي. هم سيكون متفاعلين في ترتيب عصر القدام وتحمس لنيل الأمل الإشتياقي. بحماسة العالي ستولد منها العملية الأحسنية أو الأفضالية حتى يساهم حصول باب النجاح. لمنشئة التصديق النفسي هناك كفيات، منها التفاكر الإيجابي. بهذا، يتدرب كل النفس ضداً على كل إفتراض والظن أو الرأي السلبي الذي ظهر في النفس ولا يترك التفكير السلبي متأخرا.

أهداف هذا البحث : (1) معرفة درجة التصديق النفسي عند الطلبة التي اعطيتها تدريبات التفكير الإيجابي حين طبق عنها الإختبار القبلي والإختبار البعدي، (2) معرفة تدريبات طبقة التصديق النفسي في الإختبار القبلي والإختبار البعدي. (3) معرفة أثر تدريبات التفكير الإيجابي في ترقية التصديق النفسي عند الطلبة.

يستخدم هذا البحث منهج التجربة بتصميم التجربة التكريرية (*pretest-posttest control group design*). وأما المتغير المستقل (X) هي تدريبات التفكير الإيجابي والمتغير التابع هي (Y) هي التصديق النفسي. وعينة هذا البحث هي الطلبة في الفصل العاشر في المدرسة الثانوية الإسلامية مالانج الثانية مدينة باتو (246 طالبا) و مأخوذ 36 طالبا الذي لهم التصديق النفسي الأسفل ليكون مجموع (18 مجموع المتغير) و (18مجموع التابع). هذه العينة مأخوذة باستخدام منهج *purposive sampling*. لحساب درجة التصديق النفسي لطلبة قبل وبعد التجربة يستخدم مقياس التصديق النفسي بطراز Likert. وأما الصحة مستخدم بطريقة *Product Moment* والإختبار مستخدم *Alpha Cronbach*. وتحليل البيانات هي طلب النتيجة المتوسطة ومعيار المحيد *hipotetik*. والأخرى، يستخدم تجريبية t-Test مجموع المتغير (*independent sample test*).

وحاصل الإختبار القبلي من مجموع المتغير التي تشتمل في الفصيلة الأسفلية شخص واحد (5,6%) والمتوسط 16 أشخاص (88,9%) والأعلى شخص واحد (5,6%). وفي الإختبار البعدي التي تشتمل في الفصيلة المتوسط 12 شخصا (66,7%) والأعلى 6 أشخاص (33,3%). وحاصلة الإختبار القبلي من مجموع التابع التي تشتمل في الفصيلة الأسفلية شخص واحد (5,6%) والمتوسط 16 أشخاص (88,9%) والأعلى شخص واحد (5,6%). وفي الإختبار البعدي ليس هناك متغير. ومن حاصل تجربة *independent sample t-test* قد حصل أن نتيجة T koefisien-3,356 بننتيجة ذي المعنى $0,003 > 0,003$. لذا نلخص أن تدريبات التفكير الإيجابي لها أثر كبير في ترقية التصديق النفسي للطلبة. في قول آخر، أن فروض البحث في تدريبات التفكير الإيجابي لها أثر في ترقية التصديق النفسي للطلبة في الفصل العاشر بالمدرسة الثانوية الحكومية مالانج الثانية مدينة باتو مقبول.