

HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DAN STRES PADA GURU SLB

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
Untu Memenuhi Sebagian dari Syarat-Syarat guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

Jusnita Pujaningrum

12320007

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

YOGYAKARTA

2016

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

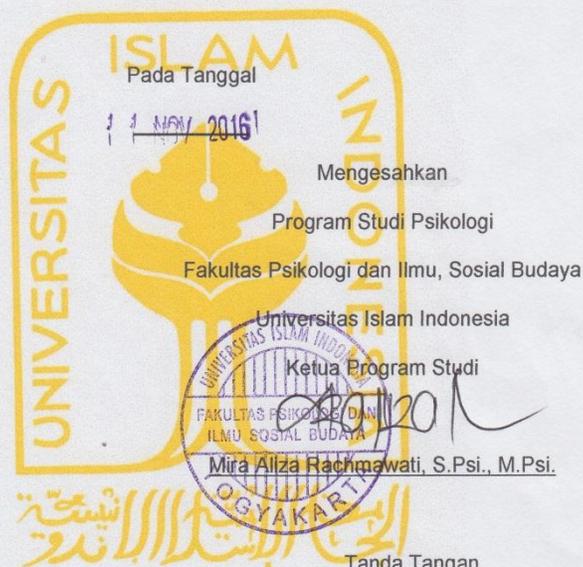
HUBUNGAN ANTARA BERPIKIR POSITIF DAN STRES PADA GURU SLB

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Prodi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya universitas Islam Indonesia

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh

Derajat sarjana S1 Psikologi



Dewan Penguji

1. Qurotul Uyun, S.Psi., M.Si., Dr. Phil., Psikolog
2. Endah Puspita Sari, S.Psi., M.Si., Psikolog
3. Libbie Annatagia, S.Psi., M.Psi

Tanda Tangan

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, saya :

Nama : Jusnita Pujaningrum
No. Mahasiswa : 12320007
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Stres Pada Guru SLB

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika yang dijunjung tinggi oleh Universitas Islam Indonesia. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai ipeneliti, bukan karya jiplakan atau orang lain.
2. Apabila dalam ujian saya melanggar etika akademik, maka saya menerima sanksi sebagai mana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila ada dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 11 November 2016



Yang menyatakan,

Jusnita Pujaningrum

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puja dan puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kelancaran dan kemudahan dalam mengerjakan dan menyelesaikan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan dan menyempurnakan skripsi dengan lancar

Terimakasih untuk orang-orang yang telah memberikan dukungan, motivasi dan semangat yang tak henti-hentinya kepada saya dengan sepenuh hati

Teruntuk kedua orang tua saya Mamah dan Ayah tersayang tercinta yang tidak pernah putus memanjakan doa dan memberikan semangat dan semua kasih sayang kepada anak perempuanmu. Semangat dan perjuangan Ayah dan Mamah yang menjadikan inspirasi dan rasa kasih sayang yang membuatku menjadi kuat dan dalam melintasi kehidupan yang selanjutnya

Untuk adik-adikku yang masih kecil-kecil akan tetapi kalian yang mampu membuatku semakin semangat dalam menghadapi kejamnya hidup, harus lebih dewasa didepan kalian agar gak keliatan manjanya, lemahnya aku. Terimakasih juga untuk adik-adikku semoga kalian lebih dariku, lebih kuat, lebih semangat dan lebih pintar menghadapi hidup dariku

Untuk sahabat terbaikku yang selalu galakin aku saat aku lengah dan saat aku mulai lupa dengan tugas akhir ini, terima kasih atas masukan-masukan dan doa-doa yang kamu panjatkan untukku, terimakasih Ney

Untuk sahabat ku yang terbilang baru beberapa tahun kita dekat, makasih dul udah kasih aku semangat, mengajariku berbagai hal dan mengajariku untuk melihat kenyataan hidup secara nyata. Makasih sudah mengisi kampus tercinta dengan kegilaan kita sebelum kita sibuk dengan urusan masing-masing

MOTTO

Allah menganugraahkan Al Hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al Quran dan Assunnah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan Barang siapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. Dan hanya orang-orang yang barakallah yang dapat mengambil pelajaran (dari firman Allah) Albaqarah Ayat 269

Tetapi orang-orang yang mendalam ilmunya diantara mereka dan orang-orang mukmin, mereka beriman kepada apa yang telah diturunkan kepada sebelummu dan orang-orang yang mendirikan shalat, menunaikan zakat, dan yang beriman kepada Allah dan hari kemudian. Orang-orang itulah yang akan Kami berikan kepada mereka pahala yang besar. Surah Annisa ayat 156

Saat kita terjatuh maka saat itulah kita harus bangun dan menyusun rencana baru dengan lebih matang dan percaya diri

PRAKATA

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin. Segala puja dan puji bagi Allah *Subhanahu wa ta'ala* saya panjatkan atas segala rahmatNya, kasih sayangNya, anugerahNya dan hidayah serta pertolonganNya sehingga penulis mampu melaksanakan dan menyelesaikan tugas akhir dengan baik. Shalawat serta salam penulis juga tidak akan lupa dijunjungkan kepada Nabi Muhammad Sallallahu'alaihi Wassalam .

Untuk memperoleh derajat sarjana S1 psikologi maka syaratnya adalah menyusun tugas akhir. Akhirnya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik dan tidak ada kendala suatu apapun, meskipun terdapat beberapa kekurangan. Selama penyusunan tugas akhir ini penulis tidak terlepas dari bimbingan, dorongan, motivasi dan dukungan baik secara materi maupun non materi dari berbagai pihak, sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik. Dengan itu penulis ini menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr.rer.nat. Arief Fahmi, Spi. MA, HRM selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog, yang selaku ketua Program Studi Fakultas Psikologi dan Ilmu Budaya Universitas Islam Indonesia.
3. Ibu Qurotul Uyun, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga gan pikiran serta kesabaran dalam

menghadapi peneliti saat membimbing menyelesaikan skripsi dari awal sampai selesai.

4. Bapak Dr.rer.nat. Arief Fahmi, Spi. MA, HRM selalu Dosen pembimbing Akademik yang telah memberikan masukan-masukan untuk memilih beberapa mata kuliah pilihan selama masa kuliah di Psikologi.
5. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia yang telah memberikan serta menyalurkan ilmu-ilmu pengetahuan yang belum diketahui oleh penulis.
6. Kepada kedua orang tua yang penulis cintai yaitu Bapak Sasmono dan Ibu Sumisih. Banyak terimakasih atas segala semangat dan doa yang diberikan. Pemberian materi ataupun non materi yang engkau berikan membuat semangat yang tidak putus hingga dapat menyelesaikan tugas akhir.
7. Seluruh karyawan dan staf Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia yang telah membantu penulis dalam hal administrasi dari pertama masuk kuliah hingga penyelesaian tugas akhir.
8. Kepala Sekolah Luar biasa "X" Yogyakarta beserta guru-guru yang membantu dan bersedia untuk mengisi data peneliti
9. Sahabat-sahabatku yang selalu menyanyakan sampai mana tugas akhir dan menyemangatiku untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
10. Teman-teman KKN Unit 149 di Boyolali tahun lalu, Intan, Gus, Astry, Reza, Udin, Kenton, Mas Arga dan Mas Wahid mengisi 30 hariku penuh dengan berbagai suka duka dan selalu mendoakanku agar secepatnya menyelesaikan tugas akhir ini.

11. Teman-teman yang bersedia untuk membantu dalam melancarkan mengerjakan tugas akhir ini Hilda dan Risse terimakasih atas bantuan yang kalian berikan.
12. Seluruh keluarga besar Psikologi 2012 Universitas Islam Indonesia atas kebersamaannya dalam memperjuangkan gelar yang akan melekat pada diri.
13. Semua pihak yang terlibat meskipun tidak disebutkan oleh penulis satu per satu. Terimakasih telah memberikan kritik dan masukan-masukan. Mungkin tanpa kalian peneliti tidak akan mendapatkan kelancaran dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah *Subhana huwata'ala* dapat memberikan balasan kebaikan-kebaikan yang telah diberikan untuk membantu menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat kepada semua pihak dan peneliti. Skripsi yang peneliti kerjakan masih sangat jauh dari kesempurnaan sehingga kritik dan saran sangat diharapkan dari pembaca agar skripsi ini dapat bermanfaat dan lebih sempurna.

Wassalamu'alaikum Warahmatulla Wabarakatuh

Yogyakarta, 11 November 2016

Jusnita Pujaningrum