

**PENGARUH MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP
STABILITAS EMOSI PADA MAHASIWA PSIKOLOGI UIN
SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi**



Disusun oleh:

Vinsia Rizkyna Rili
NIM 13710048

Dosen Pembimbing

Sara Palila, S. Psi., M.A., Psi
NIP. 19811014 200901 2 004

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2019**



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-00.1/Un.02/DSH/PP.00.9/07/2038

Tugas Akhir dengan judul : **PENGARUH MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP STABILITAS EMOSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UTN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : VINSIA RIZKYNA RILI
Nomor Induk Mahasiswa : 13710048
Telah diujikan pada : Rabu, 03 Juli 2019
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
NIP. 19811014 200901 2 004

Penguji I

Miftahun Ni'mah Suseno, S.P.Si., M.A
NIP. 19770313 200912 2 001

Penguji II

Pihasniwati, S.Psi, M.A., Psikolog
NIP. 19741117 200501 2 006

Yogyakarta, 03 Juli 2019

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dekan



Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
NIP. 19680416 199503 1 004

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Vinsia Rizkyna Rili

NIM : 13710048

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah hasil karya atau penelitian sendiri, bukan plagiasi dari karya atau penelitian orang lain. dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang tertulis dalam naskah ini yang disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari dalam skripsi saya ditemukan plagiasi karya prang lain, maka saya bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogayakarta.

Yogyakarta, 21 Mei 2019

Yang menyatakan



Vinsia Rizkyna Rili
NIM : 13710048

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Skripsi

Saudari Vinsia Rizkyna Rili

Lamp : 1 Eksemplar

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing, saya menyatakan bahwa skripsi Saudara :

Nama : Vinsia Rizkyna Rili

NIM : 13710048

Prodi : Psikologi

Judul : Pengaruh Musik Klasik Mozart Terhadap Stabilitas Emosi pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana strata satu Psikologi.

Saya mengharapkan semoga Saudara tersebut segera di panggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Demikian atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 21 Mei 2019

Dosen Pembimbing



Sara Palila, S. Psi., M.A., Psi

NIP. 1981 1014 200901 2 004

MOTTO

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan...
Sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan...”

-QS. Al-Insyirah: 5-6-

“La Tahzan Innallaha Ma’ana”

-QS. At-Taubah: 40-

“Ada kuasa yang lebih besar dari rencana manusia. Semua tepat sesuai porsinya. Semua lewat sesuai mampunya. Sang Pencipta, luar biasa.”

-Marchella FP, Penulis Nanti Kita Cerita Tentang Hari Ini-

“*One good thing about music, when it hits you, you feel no pain.*”

-Bob Marley-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini saya persembahkan kepada:

Allah SWT.

Mamah (Hely Triastuti Wahyudiningsih), Papah (Hery Heryanto) dan kedua adik (Hilmii Dwi Septyanto & Keysha Anantri Rili) tersayang. Terimakasih untuk do'a, kasih sayang dan nasehat yang menginspirasi penulis selama ini.

Almamater tercinta Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

“Dengan Menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang”

Alhamdulillah Robbil ‘Alamiin, segala puji bagi Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya skripsi ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam selalu tercurah kepada nabi Muhammad SAW.

Selanjutnya peneliti ingin menghanturkan penghargaan dan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dari banyak pihak, skripsi ini tidak akan selesai. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Mochammad Sodik, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, serta Ibu Dr. Erika Setyanti K., M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Sulistyaningsih, M.Si selaku Wakil Dekan II dan Bapak Dr. Sabarudin, M.Si sebagai wakil dekan III Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Retno Pandan Arum Kusumowardhani, S.Psi., M.Si, Psi. sebagai Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

3. Ibu Meyreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan *support* dan nasehat nasehat yang membangun kepada peneliti.
4. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi. sebagai Dosen Pembimbing Skripsi yang telah sabar dan bersedia meluangkan waktu untuk membimbing peneliti, memberikan berbagai masukan yang sangat berharga bagi peneliti, memberikan ilmu serta pengalamannya kepada peneliti hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak Very Julianto, M.Psi., Psi. sebagai Dosen Penguji 1 yang telah memberikan dukungan, inspirasi, masukan dan ilmunya kepada peneliti saat seminar proposal.
6. Ibu Miftahun Ni'mah Suseno, S.P.Si., M.A. sebagai Dosen Penguji 1 yang telah menggantikan Bapak Very menjadi penguji pada saat sidang munaqosyah, dan juga telah memberikan *support*, masukan serta ilmunya kepada peneliti saat sidang munaqosyah.
7. Ibu Pihasnawati, S.Psi, M.A., Psikolog sebagai Dosen Penguji 2 yang telah memberikan masukan dan ilmunya kepada peneliti saat munaqosyah serta selalu *mensupport* dan menginspirasi peneliti.
8. Bapak Sukamto S.Sos., M.Si. dan seluruh karyawan yang telah banyak membantu peneliti dan memberikan dukungan pada peneliti di Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora.

9. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi di Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora atas segala ilmu dan pengalaman yang telah diberikan kepada peneliti selama ini.
10. Kedua orang tua tercinta, Mamah Hely dan Papah Hery yang tidak pernah lelah mendoakan, membimbing, memberi nasehat, memberikan kasih sayang, serta memberikan dukungan penuh pada teteh. Kedua adik-ku tersayang, Hilmii dan Keysha yang selalu memberikan dukungan dan memberikan semangat kepada peneliti.
11. Alwan Thio Hartoyo yang selalu memberi semangat, membantu memperbaiki laptop peneliti ketika rusak, dan mendengarkan keluh kesah peneliti selama ini.
12. Sahabat-sahabat De Gerls-ku tersayang Riska Sofiana, Nurul Oktaviany dan Rachel Fayasonia Mulia yang telah memberikan semangat dan menghibur peneliti disaat peneliti pulang kerumah.
13. Sahabat-sahabat tersayang di Cirebon Intan Permatasari, Risa Prahadini, dan Putri Dea Citra yang telah memberikan dukungan dan setia mendengar keluh kesah peneliti.
14. Teman-teman panitia Intan Octaviana, Umayatul Sri Dindari, Baroroh Anis, dan Angga Pratama yang telah bersedia membantu melancarkan jalannya penelitian ini.

15. Teman-teman partisipan eksperimen Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta angkatan 2018
16. Teman-teman dan sahabat yang selalu setia menemani peneliti serta memberi dukungan positif kepada peneliti : Arum, Ovi, Memen, Umay, Yayu, Dinda.
17. Teman-teman Driyarkarya Orchestra Yogyakarta.
18. Teman-teman psikologi angkatan 2013 yang selalu memberikan motivasi dan dukungan kepada peneliti selama berproses bersama-sama.

Terimakasih untuk semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu – persatu yang telah memberikan semangat dan membantu kelancaran penelitian ini, semoga Allah membalas semua kebaikan dengan pahala dan keberkahan. Semoga karya ini dapat membawa manfaat bagi pembaca. Aamiin.

Yogyakarta, 20 Mei 2019

Peneliti

Vinsia Rizkyna Rili

**PENGARUH MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP
STABILITAS EMOSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN
SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

Intisari

Vinsia Rizkyna Rili

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh musik klasik Mozart terhadap stabilitas emosi pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 16 mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta berusia 17-21 tahun, yang dibagi kedalam dua kelompok yaitu 9 partisipan pada kelompok eksperimen dan 7 orang partisipan kelompok kontrol. Desain yang digunakan pada penelitian ini yaitu *pre-post control group design*. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala stabilitas emosi yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek stabilitas emosi menurut Schneiders (1964). Metode analisis data menggunakan teknik *Mann Whitney-U* untuk menguji perbedaan skor data *pretest*, *posttest*, dan *follow up* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil analisis *gain score pretest-posttest* menunjukkan nilai *Mann Whitney U*= 7.000 dengan p sebesar 0.009 ($p < 0.05$) dan *gain score posttest-follow up* *Mann Whitney U*= 14.500 dengan p sebesar 0.069 ($p > 0.05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara nilai *pretest-posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan, sedangkan pada nilai *posttest-followup* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Akan tetapi hasil penelitian menunjukkan bahwa musik klasik Mozart

mempengaruhi stabilitas emosi mahasiswa psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Kata Kunci : Musik Klasik Mozart, Stabilitas Emosi

***EFFECT OF CLASSIC MOZART MUSIC ON EMOTIONAL
STABILITY IN PSYCHOLOGICAL STUDENTS OF UIN SUNAN
KALIJAGA YOGYAKARTA***

Abstract

Vinsia Rizkyna Rili

This study aims to determine the effect of Mozart's classical music on emotional stability in psychology students at Sunan Kalijaga UIN Yogyakarta. Participants in this study were 16 Psychology students at Sunan Kalijaga State Islamic University of Yogyakarta aged 17-21 years, which were divided into two groups: 9 participants in the experimental group and 7 participants in the control group. The design used in this study is pre-post control group design. Data collection in this study uses an emotional stability scale compiled by researchers based on aspects of emotional stability according to Schneiders (1964). The method of data analysis used the Mann Whitney-U technique to test differences in data scores pretest, posttest, and follow-up in the experimental group and the control group. The results of the gain score analysis pretest-posttest showed value of Mann Whitney-U = 7,000 with $p=0.009$ ($p < 0.05$) and gain score posttest of Mann Whitney-U = 14,500 with $p=0.069$ ($p > 0.05$), this indicates that there are significant difference between the value of pretest-posttest in the experimental group and the control group after being given treatment, while for the posttest-followup values showed that there were no significant differences between the experimental group and the control group.

However, the research results show that Mozart's classical music influences the emotional stability of psychology students at Sunan Kalijaga State Islamic University in Yogyakarta.

Keywords : Classic Mozart Music, Emotional Stability

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
INTISARI	xi
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian.....	12
E. Keaslian Penelitian.....	13
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	22
A. Stabilitas Emosi	22
1. Pengertian Stabilitas Emosi	22
2. Aspek-Aspek Stabilitas Emosi.....	24
3. Faktor-Faktor Stabilitas Emosi	26

B. Musik Klasik Mozart	29
1. Sejarah Musik Klasik Mozart	29
2. Pengertian Musik Klasik Mozart	30
3. Manfaat Musik Klasik Mozart	33
C. Dinamika Musik Klasik Mozart Terhadap Stabilitas Emosi pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta ...	34
D. Hipotesis	38
BAB III. METODE PENELITIAN.....	39
A. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian	39
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	39
1. Stabilitas Emosi	39
2. Musik Klasik Mozart	40
C. Subjek Penelitian	40
D. Rancangan Penelitian	41
1. Desain Eksperimen	41
2. Prosedur Eksperimen	43
E. Metode Pengumpulan Data	48
F. Validitas dan Reliabilitas	51
1. Validitas	51
2. Seleksi Aitem	51
3. Reliabilitas	52
G. Metode Analisis Data	52
1. Uji Asumsi	52
2. Uji Hipotesis	53

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Persiapan Penelitian.....	54
1. Orientasi Kancah.....	54
2. Hasil Uji Coba Skala Stabilitas Emosi.....	55
B. Pelaksanaan Penelitian.....	60
1. Jadwal Pelaksanaan Eksperimen.....	60
2. Pelaksanaan Eksperimen.....	64
3. Pengambilan Data <i>Post Test</i> dan <i>Follow Up</i>	65
C. Deskripsi Partisipan dan Data Penelitian.....	66
D. Hasil dan Analisis Data	68
1. Uji Asumsi	68
2. Uji Hipotesis	69
E. Pembahasan.....	72
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	84
DAFTAR LAMAN	89
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
CURRICULUM VITAE	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print</i> Skala Stabilitas Emosi (sebelum uji coba)	49
Tabel 2. Klasifikasi Nilai Jawaban Aitem Skala Stabilitas Emosi	50
Tabel 3. Nomor Aitem Lolos dan Gugur	57
Tabel 4. Distribusi Aitem Skala Setelah Uji Coba	58
Tabel 5. Reliabilitas	60
Tabel 6. Pelaksanaan Musik Klasik Mozart	60
Tabel 7. Data Skala Hipotetik	66
Tabel 8. Distribusi Skor Stabilitas Emosi	66
Tabel 9. Rincian Partisipan Kelompok Eksperimen	67
Tabel 10. Rincian Partisipan Kelompok Kontrol	68
Tabel 11. Hasil Uji Hipotesis	69
Tabel 12. Data Skala Empirik	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Komposer Musik Instrumental	30
Gambar 2. Bagan Komposer Musik Instrumental Tahap Pertama	30
Gambar 3. Bagan Dinamika Psikologis	38
Gambar 4. Rancangan Eksperimen.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Stabilitas Emosi

Lampiran 2. Tabulasi Skor Stabilitas Emosi

Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stabilitas Emosi

Lampiran 4. Uji *Mann Whitney-U*

Lampiran 5. Modul Musik Klasik Mozart

Lampiran 6. Pelaksanaan Kegiatan Musik Klasik Mozart

Lampiran 7. Semua Tentang Partisipan Penelitian Musik Klasik Mozart

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurunnya tingkat usia kedewasaan secara hukum menjadi 18 tahun pada tahun 1970, anak-anak muda telah dihadapkan pada banyak masalah dan mereka tidak siap untuk menghadapinya (Hurlock, 1980). Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa.” Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 1980).

Mighwar (2011) menjelaskan bahwa masa remaja dimulai ketika seorang individu telah genap berusia 12 atau 13 tahun sampai 22 tahun. Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan,” suatu masa di mana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan. Namun benar juga bila sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru (Hurlock, 1980). Mahasiswa dalam tahapan perkembangan digolongkan sebagai remaja akhir

ke masa dewasa awal (18-21 tahun) dan (22 tahun-24 tahun), (Monk dalam Gunawati, dkk, 2006).

Daniel Goleman (1995) menjelaskan emosi merujuk pada suatu perasaan maupun pikiran-pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Sedangkan Chaplin (1989) menjelaskan bahwa emosi merupakan suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku. Menurut Albin (1986) menjelaskan bahwa emosi ialah perasaan yang kita alami sehari-hari.

Meskipun emosi remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali dan tampaknya irasional, tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosional. Menurut Gesell dan kawan-kawan, remaja empat belas tahun seringkali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung “meledak,” tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya, remaja enam belas tahun mengatakan bahwa mereka “tidak punya keprihatinan.” Jadi adanya badai dan tekanan dalam periode ini berkurang menjelang berakhirnya awal masa remaja (Hurlock, 1980).

Seperti kasus yang terjadi berikut ini, dilansir dari CNN Indonesia, pada tanggal 14 Mei 2019 terjadi bentrokan antara dua kubu mahasiswa di Universitas Teheran, Iran, terkait aturan wajib berhijab yang diberlakukan pemerintah. Mereka merasa

dipaksa memakai atribut tertentu dan hal tersebut termasuk kedalam pelanggaran hak asasi manusia. Tidak hanya itu, mereka juga meneriakkan slogan-slogan untuk melanggar aturan pakaian dan ketaatan berhijab. Slogan itu menunjukkan mereka sendiri melawan Islam ([CNN Indonesia](#), 2019).

Pada tanggal 8 Juli 2019 telah terjadi bentrokan antara mahasiswa dengan polisi di Hongkong. Hal tersebut terjadi karena mahasiswa menuntut pemerintah agar tidak meloloskan rancangan undang-undang ekstradisi yang memungkinkan tersangka kejahatan Hong Kong diadili di Tiongkok. Menanggapi penolakan tersebut, parlemen masih berharap agar serikat mahasiswa mempertimbangkan kembali untuk ikut dalam pertemuan tersebut dengan tujuan memfasilitasi pandangan yang mendalam dan jujur (Michaella, 2019).

Kasus selanjutnya terjadi di Medan pada tanggal 25 Juni 2019. Sesama mahasiswa Universitas HKBP Nommensen terlibat bentrok pada sore hari. Hal tersebut terjadi karena aksi saling ejek antara mahasiswa Fakultas Teknik dengan mahasiswa Fakultas Hukum (Siregar & Harja, 2019).

Kasus yang terakhir terjadi di Sumedang, Desa Hegarmanah, Kecamatan Jatinangor, Kabupaten Sumedang. AH (21) mahasiswa Program Studi Ilmu Peternakan Fakultas Peternakan, Universitas Padjajaran (UNPAD) ditemukan tewas gantung diri di indekosnya pada pukul 16.00 WIB. AH nekat bunuh diri diduga karena cecok dengan pacarnya. Sebelumnya

AH mengalami cekcok dengan kekasihnya yaitu NL, dan melalui pesan *whatsapp* AH mengatakan akan mengakhiri hidupnya (Putra, 2019).

Berdasarkan permasalahan yang terjadi diatas, dapat diketahui bahwa masih banyak mahasiswa yang memiliki kestabilan emosi yang cenderung rendah. Salim (2016) menjelaskan emosi dalam terminologi filsafat juga dikenal sebagai objek yang disengaja, yaitu keterlibatan orang atau kejadian tertentu yang berperan dalam memicu kondisi emosi, misalnya rasa cemburu, frustrasi terhadap kejadian tertentu, berduka karena sebuah peristiwa kematian, dan lain sebagainya. Seseorang dapat merasakan sedih pada kejadian khusus, tetapi dapat juga mempunyai perasaan yang sama tanpa adanya pemicu, kondisi, atau kejadian tertentu.

Frijda (Salim, 2016) mencatat bahwa proses timbulnya emosi terjadi karena adanya keterlibatan personal dengan stimulus, penilaian kognitif pada seseorang terhadap suatu stimulus, atau perubahan perilaku terhadap stimulus. Oleh karena itu, karakteristik muatan dan wujud emosi pada setiap individu akan berbeda-beda. Adapun bentuk-bentuk emosi yang sering nampak dalam masa remaja menurut Mappiare (1982) antara lain adalah marah, malu, takut, cemas (*anxiety*), cemburu (*jealousy*), iri hati (*envy*), sedih, gembira, kasih sayang dan ingin tahu. Dalam hal emosi yang negatif, umumnya remaja belum dapat mengontrolnya dengan baik. Sebagian remaja dalam bertingkah laku sangat dikuasi oleh emosinya.

Emosi yang dominan adalah dari semua emosi, salah satu atau beberapa diantaranya, menimbulkan pengaruh yang terkuat terhadap perilaku seseorang (Hurlock, 1978). Hurlock juga menjelaskan remaja tidak lahir dengan dominasi emosi yang menyenangkan atau emosi yang tidak menyenangkan, atau dengan dominasi satu emosi yang spesifik. Akan tetapi, emosi yang akan mempunyai kekuatan dominan dalam kehidupan mereka terutama bergantung pada lingkungan tempat mereka tumbuh, hubungan mereka dengan orang-orang yang berarti bagi kehidupan mereka, dan bimbingan yang mereka terima dalam mengendalikan emosi. Besarnya pengaruh emosi yang menyenangkan seperti kasih sayang, cinta, kegembiraan, dan kebahagiaan menyebabkan timbulnya perasaan aman yang akan membantu remaja dalam menghadapi masalah mereka dengan penuh kepercayaan pada diri sendiri dan ketenangan; bereaksi terhadap rintangan kecil dengan ketegangan emosi yang minimal dan mempertahankan keseimbangan emosi.

Keseimbangan emosi merupakan keadaan yang tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati lain seperti dalam periode sebelumnya (Hurlock, 1978). Schneider (1991) menjelaskan bahwa kestabilan emosi merupakan emosi yang ada dalam diri seorang individu yang mudah bergerak menuju pada keadaan seimbang, berhubungan dengan penguasaan diri dan mempengaruhi penyesuaian diri dengan orang lain dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi stabilitas emosi menurut Hurlock (1978) yaitu lingkungan tempat individu tumbuh, hubungan individu dengan orang-orang yang berarti bagi kehidupannya, dan bimbingan yang individu dapatkan dalam mengendalikan emosinya.

Peneliti juga melakukan *preliminary* dengan empat orang narasumber dimana masing-masing masih berstatus mahasiswa psikologi di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta berusia 17-21 tahun :

“...aku kalau misalnya capek gitu mbak sama tugas sekolah sukanya badmood terus kadang semua orang aku diemin atau aku jutekin abisnya capek sih hehe...” (Narasumber 1, 17 Febuari 2018).

“...kalau aku sih misalnya ditegur sama siapapun mau itu temen, guru bahkan orangtua pun, langsung emosi gitu. Jadi kalau misalnya menurutku aku ga begitu ya aku langsung tersinggung gitu sih mbak...” (Narasumber 2, 17 Febuari 2018).

“...nek aku biasanya sih kalau punya masalah sama cowokku mbak, jadi gampang emosian gitu, ya galau gitulah mbak. Apalagi kalau misalnya putus gitu jadi lebih sensitf sih mbak, gampang emosi terus nanti berubah jadi sedih kalau inget-inget yang dulu haha...” (Narasumber 3, 17 Febuari 2018).

“...waktu kemarin aku sebel mbak sama temenku kaya temen geng gitukan, lah aku main ga diajak kan kesel ya terus aku ngediemin temenku aja, males abisnya. Terus malah jadi bete seharian, tapi besoknya udah biasa lagi...” (Narasumber 4, 17 Febuari 2018)

Berdasarkan *preliminary* yang telah peneliti lakukan, terbukti bahwa empat dari empat subjek memiliki permasalahan

terhadap kestabilan emosinya. Hal ini membuktikan bahwa masih banyak mahasiswa psikologi UIN Sunan Kalijaga yang memiliki permasalahan terhadap kestabilan emosinya. Seharusnya mahasiswa psikologi memiliki kestabilan emosi yang baik karena menurut Dennis (2011) mahasiswa psikologi mempelajari proses mental atau perilaku yang tidak nampak, misalnya proses berpikir, merasakan, dan mengingat pada akhirnya nanti mahasiswa psikologi yang kemudian menjadi seorang psikolog akan menangani masalah yang berkaitan erat dengan emosi dan perilaku. Tidak hanya itu mahasiswa psikologi juga harus memiliki kesabaran yang tinggi, di mana ia harus bersedia menjadi pendengar yang baik, obyektif, dan berempati yakni harus bisa ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.

Hal tersebut sejalan dengan Hurlock (1978) yang menjelaskan jika individu mengalami ketidakseimbangan pada emosinya, pandangan mereka terhadap kehidupan akan menyimpang dan mereka akan mengembangkan “watak yang tidak menyenangkan”. Tidak hanya itu, Hurlock (1978) juga menjelaskan bahwa individu dengan ketidak seimbangan emosi, ekspresi wajah mereka akan menjadi murung, merengut, atau pada pokoknya tidak menyenangkan. Hal ini akan membuat mereka tampak kurang menarik bagi orang lain dan tampak menghambat mereka tampak kurang menarik bagi orang lain dan menghambat penyesuaian sosial yang baik. akibatnya,

ketidakpuasan terhadap diri sendiri akan meningkat dan akan menimbulkan masalah penyesuaian yang kecil atau besar

Hurlock (1978) menjelaskan pada keseimbangan, dominasi emosi yang tidak menyenangkan dapat dilawan sampai pada batas tertentu dengan emosi yang menyenangkan, dan sebaliknya. Pada keseimbangan emosi yang ideal, timbangan harus condong ke arah emosi yang menyenangkan sehingga emosi itu mempunyai kekuatan melawan kerusakan psikologis yang ditimbulkan oleh dominasi emosi yang tidak menyenangkan. Keseimbangan emosi dapat diperoleh melalui dua cara. Pertama adalah pengendalian lingkungan dengan tujuan agar emosi yang tidak menyenangkan cepat-cepat diimbangi dengan emosi yang menyenangkan yang lebih banyak sehingga timbangan akan condong ke arah emosi yang menyenangkan. Cara yang kedua yaitu membantu remaja untuk mengembangkan toleransi terhadap emosi, yaitu kemampuan untuk menghambat pengaruh emosi yang tidak menyenangkan.

Mappiare (1982) menjelaskan kebiasaan remaja menguasai emosi-emosi yang negatif dapat membuat mereka sanggup mengontrol emosi dalam banyak situasi. Penguasaan emosi yang terlatih membuat remaja dapat mengendalikan emosinya dan dapat mendatangkan kebahagiaan bagi remaja. Menurut Tennyson, sebagaimana dikutip oleh Karl. C. Garrison, bahwa kebahagiaan seseorang dalam hidup ini bukan karena tidak adanya bentuk-bentuk emosi dalam dirinya, melainkan

kebiasaannya memahami dan menguasai emosi-emosi atau nafsu-nafsunya.

Sehubungan dengan permasalahan diatas, Hurlock (Mappiare, 1982) berpendapat bahwa remaja dapat menghilangkan emosi negatifnya atau kekuatan-kekuatan yang ditimbulkan oleh emosi yang ada dengan cara mengungkapkan hal-hal yang menimbulkan emosi-emosi itu dengan seseorang yang dipercayainya. Menghilangkan kekuatan-kekuatan emosi terpendam tersebut disebut juga "*emotional catharsis*" atau katarsis emosi. Salim (2016) menyatakan bahwa saat ini banyak individu menggunakan musik sebagai sarana katarsis dari mereka. Musik tetap berkaitan dengan emosi, tetapi perannya mulai bergeser menjadi ekspresi diri.

Salim (2016) menjelaskan individu yang beranggapan bahwa musik berfungsi sebagai sarana katarsis meyakini bahwa musik juga dapat menjadi sarana pengekspresian diri. Musik diakui mempunyai kekuatan untuk mengantar dan menggugah emosi. Baik dituangkan melalui penjiwaan terhadap alur cerita, musik dan watak tokoh yang dperankan, maupun sebaga sarana untuk mengekspresikan diri, maka musik tidak dapat dipisahkan dari emosi.

Teori emosi kognitif menurut Mandler (Salim, 2016) banyak dijadikan sebagai acuan dalam penelitian psikologi musik. Ia menjelaskan bahwa emosi negatif akan timbul sebagai hasil dari ketidakseimbangan yang ekstrim antara informasi

musik dan skema musik yang telah dimiliki. Sebaliknya, emosi yang positif dialami ketika informasi musik sesuai dengan skema kognitif yang ada pada pendengar. Skema kognitif ini bisa individu dapatkan dalam musik klasik karena dalam tes perbedaan semantik diketahui bahwa ada sejumlah respons emosi subjek berbeda saat mendengarkan musik yang berbeda saat mendengarkan musik yang berbeda. Respons terhadap musik klasik lebih kognitivistik dari pada musik jazz atau musik-musik *country*.

Sedangkan menurut Rachmawati (Susanti & Rohmah, 2011) menjelaskan bahwa musik yang dapat memberikan ketenangan dan kedamaian adalah musik dengan tempo yang lebih lambat. Musik dengan tempo lambat tersebut dapat ditemukan dalam semua *genre*, dan salah satunya adalah musik klasik. Hal ini senada dengan hasil *preliminary* yang telah peneliti lakukan dengan salah satu mahasiswa di Yogyakarta yang bergabung dalam Driyarkara *Orchestra*.

“...aku kalau udah males atau badmood gitu sukanya dengerin musik mbak. Terus langsung enak aja. Atau misalnya aku lagi kesel aku langsung dengerin musik klasik aja, soalnya aku lebih suka sih sama musik klasik Mozart nenangin...” (Narasumber 5, 18 Febuari 2018).

Salim (2016) menjelaskan juga hal tersebut dapat memberikan gambaran adanya hubungan antara musik dengan respon seseorang yang sebenarnya tidak jauh dari hubungan emosi antar musik dengan pendengar. Oleh karena itu, individu yang mendengarkan musik dapat merasakan ketenangan

maupun kedamaian dengan mendengarkan musik secara tiba-tiba.

Campbell (2002), dalam bukunya efek Mozart mengatakan bahwa musik digambarkan sebagai salah satu “bentuk murni” ekspresi emosi. Musik mengandung berbagai *contour*, *spacing*, variasi intensitas dan modulasi bunyi yang luas, sesuai dengan komponen-komponen emosi manusia. Pengaruh musik terhadap emosi tidak secara langsung akan tetapi saling bergantung pada situasi mendengarkan (Sloboda & O’Neil dalam Salim, 2016).

Kurniawati, Ghozali, dan Wartiningsih (2014) meneliti tentang pengaruh musik klasik karya mozart terhadap kecerdasan emosional kelas 5 SDN 06 Pontianak. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa musik klasik mozart dapat mempengaruhi kecerdasan emosional. Adapun menurut Campbell (2002) menyebutkan bahwa musik Mozart mampu merangsang dan mengisi wilayah-wilayah kreatif dan motivasi didalam otak individu. Tidak hanya itu musik klasik Mozart juga terdengar begitu murni dan sederhana dibandingkan dengan musik-musik klasik lainnya. Tomatis (Campbell, 2002) menegaskan bahwa musik klasik Mozart memiliki efek, suatu pengaruh, yang tidak dimiliki oleh komponis yang lainnya. Mozart juga mempunyai kekuatan yang membebaskan, mengobati, dan bahkan kekuatan untuk menyembuhkan. Campbell (2002) juga menjelaskan bahwa musik klasik Mozart

memiliki kejernihan, keanggunan, dan kebenaran. Musik ini mampu memperbaiki konsentrasi, ingatan, dan persepsi spasial.

Berdasarkan kajian teori diatas, peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh Musik Klasik Mozart Terhadap Stabilitas Emosi pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Musik Klasik Mozart terhadap Stabilitas Emosi pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui pengaruh musik klasik Mozart terhadap stabilitas emosi pada mahasiswa/i psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu di bidang psikologi khususnya psikologi klinis, psikologi perkembangan, dan psikologi seni. Penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sebagai salah

satu sumber referensi yang berkaitan dengan pengaruh musik klasik Mozart dan stabilitas emosi bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Jika penelitian ini terbukti diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan informasi kepada remaja khususnya bagi subjek penelitian dan psikolog mengenai stabilitas emosi, sehingga ketika mengalami permasalahan tentang stabilitas emosi dengan pemberian musik klasik dapat membantu untuk menstabilkan emosi.

E. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji tentang stabilitas emosi dan musik klasik Mozart, berdasarkan jurnal penelitian tersebut peneliti menemukan beberapa perbedaan dan persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan. Adapun penelitian tentang stabilitas emosi dan musik klasik Mozart adalah sebagai berikut:

Penelitian dengan tema stabilitas emosi telah banyak diteliti oleh peneliti sebelumnya. Seperti yang dilakukan oleh R Hendro Rumpoko Perwito Utomo dan Tatik Meiyuntari pada tahun 2015 dengan judul “Kebermaknaan Hidup, Kestabilan Emosi, dan Depresi”. Tujuan Penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kebermaknaan hidup dan kestabilan emosi dengan tingkat depresi. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa yang masuk kategori dewasa awal (19-25 tahun) di

Yogyakarta, dengan jumlah subjek sebanyak 93 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara kebermaknaan hidup dan kestabilan emosi dengan tingkat depresi pada mahasiswa, ada hubungan negatif antara kebermaknaan hidup dengan tingkat depresi pada mahasiswa.

Penelitian lainnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Maharani Chrystie Widanti, Tuti Hardjajani, dan Nugraha Arif Karyanta pada tahun 2015 dengan judul “Hubungan Antara Kestabilan Emosi dengan *Problem Solving* pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kestabilan emosi dengan *problem solving* pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi, dengan subjek penelitian seluruh mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kestabilan emosi dengan *problem solving* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Penelitian lainnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Fajri pada tahun 2017 dengan judul “Kontribusi Stabilitas Emosi Terhadap Kemampuan Pembuatan Keputusan Karier Siswa SMP”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran umum stabilitas emosi dan kemampuan pembuatan keputusan karier serta mendapatkan deskripsi mengenai kontribusi stabilitas emosi terhadap kemampuan

pembuatan keputusan karier peserta didik kelas IX SMP Negeri 26 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan jenis studi korelasi, dengan populasi penelitian seluruh peserta didik kelas IX SMP Negeri 26 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 283 peserta didik yang tersebar di kelas IX-A samapi dengan IX-H. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat stabilitas emosi dan kemampuan pembuatan keputusan karier peserta didik kelas IX SMP Negeri 26 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017 berada pada kategori kurang stabil dan mampu.

Penelitian selanjutnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ach.Farid Risal dan Bambang Ferianto pada tahun 2015 dengan judul “Hubungan Antara Aktivitas Fisik Terhadap Stabilitas Emosi Anak Tunarungu (Studi pada Siswa Tingkat SMP di SLB Gedangan Sidoarjo)”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan aktivitas fisik terhadap stabilitas emosi anak tunarungu tingkat SMP di SLB Negeri Gedangan Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi non-eksperimen, dengan subjek penelitian 5 siswa SMP di SLB Gedangan Sidoarjo. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan stabilitas emosi anak tunarungu tingkat SMP di SLB Gedangan Sidoarjo.

Penelitian lainnya tentang stabilitas emosi pernah dilakukan oleh Vina Witri Astuti (2011) dengan judul

“Hubungan Antara Kestabilan Emosi dengan *Psychological Well Being* pada Pasangan Muda”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kestabilan emosi dengan *psychological well being* pada pasangan muda. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasi, dengan subjek penelitian individu yang telah menikah (suami dan istri) yang ada di Kaplingan, kelurahan Jebres Surakarta. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara kestabilan emosi dengan *psychological well being* pada pasangan muda.

Selanjutnya penelitian dengan tema musik klasik Mozart telah banyak pula dilakukan oleh peneliti lain, baik yang berasal dari bidang kesehatan maupun bidang psikologi. Beberapa penelitian yang menggunakan variabel musik klasik Mozart diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Rina Rosanty pada tahun 2014 dengan judul “Pengaruh Musik Klasik Mozart Dalam Mengurangi Stress Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen dengan subjek penelitian berjumlah 16 orang berstatus mahasiswa psikologi Universitas Ahmad Dahlan yang sedang mengalami stres dalam menyusun skripsi dan belum pernah mengikuti pelatihan mendengarkan musik sebelumnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Lia Dwi Kurniawati, Imam Ghozali, dan Agus Wartiningih (2014) dengan judul “Pengaruh Musik Klasik Karya W.A. Mozart terhadap Kecerdasan Emosional Kelas 5 SDN 06 Pontianak”. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan musik klasik karya Mozart dalam pembelajaran kelas 5 SDN 06 Pontianak dan mendeskripsikan pengaruh musik klasik karya Mozart terhadap kecerdasan emosional kelas 5 SDN 06 Pontianak. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental design*, dengan subjek penelitian sebanyak 26 orang siswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh musik klasik karya Mozart terhadap kecerdasan emosional kelas 5 SDN 06 Pontianak.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Putra dan Putri (2014) dengan judul “Pengaruh Terapi Musik Mozart terhadap Penurunan Derajat Nyeri Menstruasi pada Remaja Putri di MAN Padang Japang Tahun 2014”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi-experiment* dengan subjek 18 orang subjek siswi kelas XI MAN Padang Jopang. Hasil penelitian ini menunjukkan terapi musik Mozart efektif untuk menurunkan derajat nyeri menstruasi pada remaja putri.

Penelitian dengan tema musik klasik dilakukan oleh Devi Winja Susanti dan Faridah Ainur Rohmah tahun 2011 dengan judul “Efektivitas Musik Klasik dalam Menurunkan Kecemasan Matematika (*Math Anxiety*) pada Siswa Kelas XI”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas musik klasik dalam menurunkan kecemasan matematika. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen, dengan subjek penelitian siswa SMA Negeri 5 Yogyakarta kelas XI jurusan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) yang memiliki skor IQ rata-rata dan di atas rata-rata serta tingkat kecemasan tinggi dan sangat tinggi yang berjumlah 14 orang. Hasil penelitian menunjukkan musik klasik efektif dalam menurunkan kecemasan matematika pada siswa.

Penelitian selanjutnya dengan tema musik klasik Mozart diteliti oleh Novian Gangga Kurniawan tahun 2016 dengan judul “Efektivitas Musik Klasik (Mozart) Untuk Menurunkan Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI SMAN 4 Yogyakarta”. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas musik klasik (efek mozart) terhadap penurunan tingkat kejenuhan (*burnout*) belajar pada siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, jenis penelitian kuasi eksperimen dengan desain *non-equivalent control group design*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 258 siswa kelas XI SMA N 4 Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa musik klasik efektif untuk menurunkan tingkat kejenuhan (*burnout*) belajar pada siswa.

1. Keaslian tema penelitian

Penelitian yang membahas tema stabilitas emosi dan musik klasik mozart telah cukup banyak diteliti. Akan tetapi peneliti belum menemukan tema yang sama dengan apa yang akan dilakukan peneliti, dalam hal ini peneliti belum menemukan penelitian yang melakukan musik klasik mozart untuk mengatasi stabilitas emosi pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. sehingga dapat dipastikan bahwa tema penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

2. Keaslian teori

Pada keaslian teori untuk variabel stabilitas emosi, penelitian sebelumnya mengacu pada teori yang digunakan beberapa tokoh. Penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian Utomo & Meiyuntari (2015) menggunakan teori Schneider (1991), sedangkan pada penelitian Astuti (2011) menggunakan teori Sharma (2006) untuk menjelaskan stabilitas emosi. Tidak hanya itu Widanti, Hardjajani & Karyanta (2015) menggunakan teori Aleem (2005) untuk menjelaskan definisi stabilitas emosi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teori Schneider (1964) dan Hurlock (1978) untuk menjelaskan definisi stabilitas emosi, kemudian untuk penyusunan skala stabilitas emosi peneliti menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Schneider (1964).

3. Keaslian subjek

Penelitian-penelitian sebelumnya menggunakan subjek yang berbeda-beda, sama halnya dengan penelitian ini. Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, perbedaan lainnya dengan penelitian sebelumnya adalah pada lokasi dan waktu pengambilan data.

4. Keaslian pendekatan

Pada variabel penelitian stabilitas emosi, dua dari penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan korelasi yaitu pada penelitian Risal & Ferianto (2013) dan Astuti (2011). Pada variabel penelitian musik klasik Mozart, penelitian-penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen berupa *treatment* mendengarkan musik klasik Mozart dengan sasaran variabel yang berbeda-beda. Lima dari penelitian sebelumnya menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen. Pada penelitian ini, peneliti akan melakukan penelitian *quasy experiment pre-post design* dengan dua kelompok, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu pada sasaran variabel, peneliti melakukan *treatment* musik klasik Mozart untuk meningkatkan kestabilan emosi, sehingga penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah baru dan tidak memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya.

Berdasarkan persamaan dan perbedaan yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa meskipun penelitian yang akan dilakukan peneliti memiliki beberapa kesamaan dengan penelitian sebelumnya terkait tema, teori, subjek dan metode penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Pada penelitian ini peneliti akan melakukan penelitian kuantitatif eksperimen untuk menguji pengaruh musik klasik Mozart terhadap stabilitas emosi yang dialami oleh mahasiswa psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. sehingga penelitian ini benar-benar asli dan belum pernah dilakukan sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Albin, R.S. (1986). *EMOSI: Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkannya*. Yogyakarta : Penerbit Kanisius.
- Ali, M., dan Asrori, M. (2010). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Astuti, V.W. (2011). Hubungan Antara Kestabilan Emosi Dengan *Psychological Well Being* Pada Pasangan Muda. *Skripsi*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Banoë, P. (2003). *Kamus Musik*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Campbell, D. (2002). *Efek Mozart: Memanfaatkan Kekuatan Musik Untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kreativitas, dan menyehatkan Tubuh*. Jakarta : Gramedia.
- Chaplin, J.P. (1968). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : PT RajaGrafindo Persada.
- Cook, T.D. dan Campbell, D.T. (1979). *Quasi-Experimentation : Design and Analysis for Field Settings*. Rand McNally, Chicago, Illinois.
- Dennis, F.G. (2011) *Bekerja Sebagai Psikolog*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Drever, J. (1988). *Kamus Psikologi*. Jakarta : PT Bina Aksara.
- Ekawati, N.D. (2001). Hubungan Antara Kestabilan Emosi dan Kematangan Pribadi dengan Kecenderungan Berperilaku Delinkuen Pada Remaja. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UMS.
- Fajri, A. (2017). Kontribusi Stabilitas Emosi Terhadap Kemampuan Pembuatan Keputusan Karier Siswa SMP. *Indonesian Journal of Educational Counseling*. 1 (2), 179-196.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Scientific American.
- Hurlock, E.B. (1978). *Perkembangan Anak, jilid satu (terj)*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, edisi kelima*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Irma. (2003). Perbedaan Kestabilan Emosi Remaja yang Shalatnya Teratur dengan Kestabilan Emosi Remaja yang Shalatnya Tidak teratur. *Jurnal Psikologi Islam*. (3), 83-93.
- Isnaini, I.D. dan Khotimah, N. (2013). Pengaruh Musik Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Kelompok A di TK Kartika IV-9 Surabaya. *Jurnal Universitas Negeri Surabaya*. 2 (2), 1-7.
- Kurniawan, N.G. (2016). Efektivitas Musik Klasik (Mozart) Untuk Menurunkan Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI SMAN 4

- Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 7 Tahun ke-5*. 5 (7), 1-10.
- Latipun. (2015). *Psikologi Eksperimen, edisi ketiga*. Malang : UMM Press.
- Mappiare, A. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Meichati, S. (1983). *Kesehatan Mental*. Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM.
- Mighwar, M. (2011). *Psikologi Remaja: Petunjuk Bagi Guru dan Orangtua, cetakan kedua*. Bandung : CV Pustaka Setia.
- Morgan, C.T. (1986). *Introduction to Psychology 7th Edition*. New York : McGrawHill Book Company Inc.
- Myers, A. dan Hansen, C.H. (2002). *Experimental Psychology 5th ed.* USA : Thomson Wadsworth.
- Ngalifah, S. (2010). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Di TK Kemala Bhayangkari 06 Glondong Tirtomartani Kalasan Sleman Yogyakarta Tahun Ajaran 2009/2010. *Skripsi*. Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Panutan, C.K. (2016). Pengaruh Musik Klasik Mozart Pada Kemampuan Spasial. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

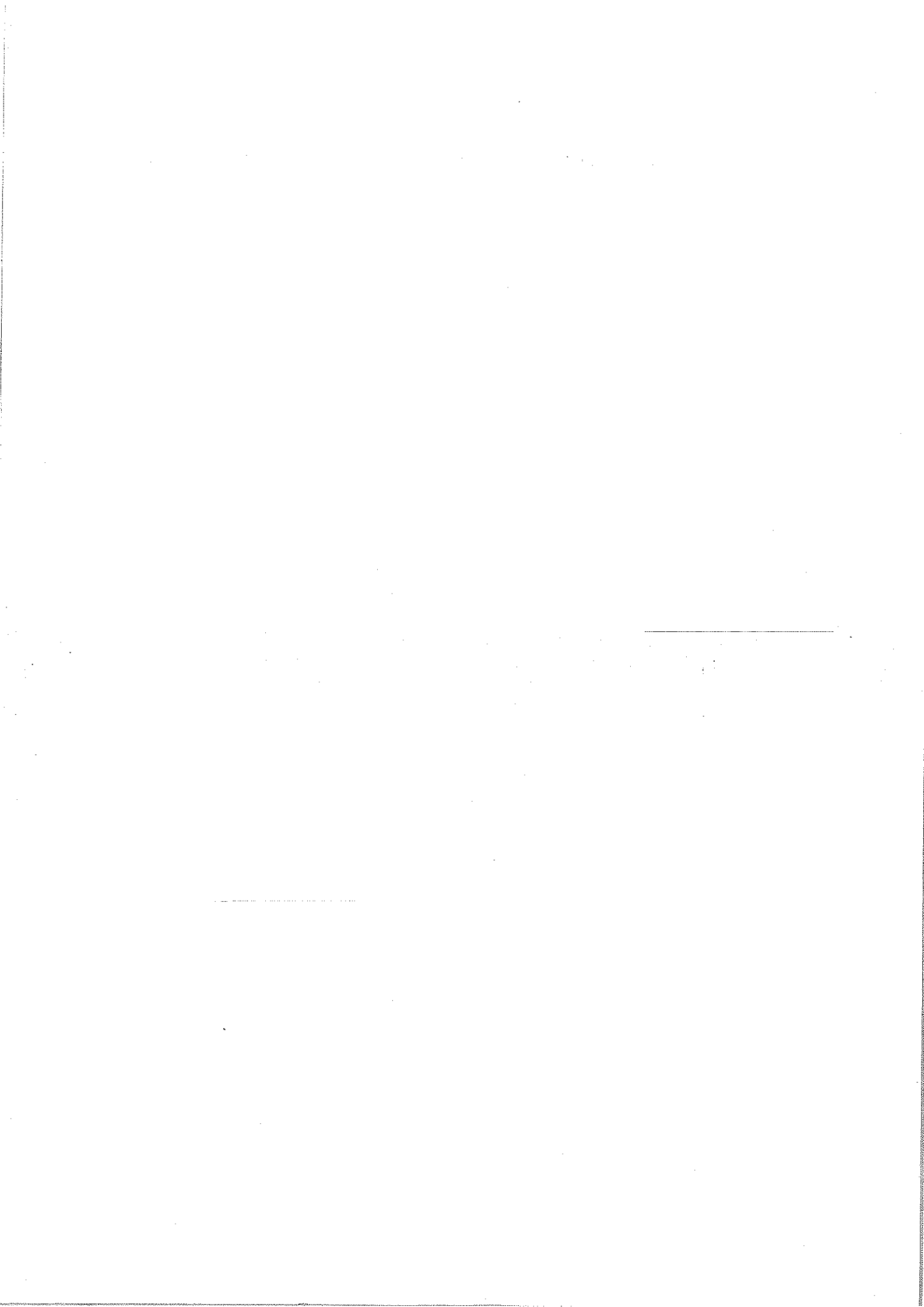
- Putra, Y. dan Putri, R.B. (2014). Pengaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Menstruasi Pada remaja Putri Di MAN Padang Jampang tahun 2014. *Jurnal Kesehatan STIKes Prima Nusantara Bukittinggi*. 5 (1), 8-14.
- Risal, A.F. dan Ferianto, B. (2013). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Stabilitas emosi Anak Tuna Rungu (Studi pada Siswa Tingkat SMP Di SLB Gedangan Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 1 (03), 487-491.
- Rosanty, R. (2014). Pengaruh Musik Mozart Dalam mengurangi Stress Mahasiswa yang Sedang Skripsi. *Journal of educational, Health and Community Psychology Jember*. 3 (2), 71-78.
- Salim, D. (2016). *Psikologi Musik, cetakan keempat*. Yogyakarta : Percetakan Galangpress.
- Schneiders, A. (1991). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York : Rinehart and Winston.
- Sharma, S. (2006). Emotional Stability of Visually Disabled In Realtion To The Study Habits. *Journal of The Indian Academy of Applied Psychology*. 32 (1), 30-32.
- Sholikhah, L.D., Hidayat, S.W., Muslim, M. (2014). Psikodrama Untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa SMK. *Consilium : Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling*. 2 (1), 28-32.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

- Susanti, D.W. dan Rohmah, F.A. (2011). Efektivitas Musik Klasik Dalam Menurunkan Kecemasan Matematika (Math Anxiety) Pada Siswa Kelas XI. *Jurnal Humanitas*. VIII (2), 129-142.
- Suseno, M.N. (2012). *Statistika : Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta : Ash- Shaff.
- Utomo, R.H. dan Meiyuntari, T. (2015). Kebermaknaan Hidup, Kestabilan Emosi dan Depresi. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 4 (03), 274-287.
- Waesberghe, F.H.S. (2016). *Estetika Musik*. Yogyakarta : Thafa Media.
- Walgito, B. (2004). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Widanti, M.C., Hardjajani, T., dan Karyanta, N.A. (2015). Hubungan Antara Kestabilan Emosi dengan Problem Solving pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradijwa UNS*. 4 (2), 121-132.

DAFTAR LAMAN

- CNN. (2019). *Mahasiswa Iran Bentrok Terkait Aturan Wajib Hijab*. Diakses pada tanggal 4 Juli 2019 dari <https://www.cnnindonesia.com/internasional/20190514081500-120-394638/mahasiswa-iran-bentrok-terkait-aturan-wajib-hijab>.
- Michaela, Sonya. (2019). *Pendemo dan Polisi Kembali Bentrok Di Hong Kong*. Diakses pada tanggal 4 Juli 2019 dari <https://www.medcom.id/internasional/asia/GNGjMEAK-pedemo-dan-polisi-kembali-bentrok-di-hong-kong>.
- Putra, Wisnu. (2019). *Mahasiswa Unpad Tewas Gantung Diri Dipicu Cekcok dengan Pacarnya*. Diakses pada tanggal 6 Juli 2019 dari <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-4460645/mahasiswa-unpad-tewas-gantung-diri-dipicu-cekcok-dengan-pacarnya>.
- Siregar, Z. dan Harja, R. (2019). *Saling Ejek, Mahasiswa Nommensen Medan Bentrok*. Diakses pada tanggal 5 Juli 2019 dari <http://www.medanbisnisdaily.com/news/online/read/2019/06/25/78967/saling-ejek-mahasiswa-nommensen-medan-bentrok/>.

Lampiran 1.
Skala Stabilitas Emosi



Assalamualaikum wr.wb.

Semoga saudara/i sekalian selalu berada dalam lindungan Allah SWT.

Saya Vinsia Rizkyra Rili mahasiswa Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta memohon kesediaan saudara/i untuk mengisi skala penelitian saya. Atas kesediaan saudara/i saya mengucapkan terimakasih.

Hormat saya,

Peneliti

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
23	Saya merasa sulit untuk memanfaatkan kesalahan yang orang lain perbuat terhadap saya				
24	Saya akan tertawa terbahak-terbahak ketika melihat sesuatu yang lucu meskipun sedang ditempat umum				
25	Saya ikut senang ketika teman saya merasa senang				
26	Saya dapat menerima dengan baik jika ada kritikan dan saran dari orang lain				
27	Saya berteriak saat takut ketika melihat film horor dibioskop				
28	Saya kesal ketika teman saya merasa senang				
29	S Saya tersinggung ketika ada orang lain yang mengkritik saya				
30	Saya menangis hingga tersedu-sedu ketika melihat film sedih				
31	Saya merasa simpati ketika menonton acara reality show tentang kemiskinan				
32	Saya tidak mudah mengeluh dalam menyelesaikan setiap masalah				
33	Ketika marah saya memilih untuk diam				
34	Saya merasa kesal ketika melihat teman saya menangis				
35	Saya mudah mengeluh ketika ada masalah				
36	Ketika marah, saya selalu melampiaskannya kepada barang-barang disekeliling saya				
37	Saya berterimakasih kepada teman ketika teman saya memberikan kado ulangtahun				
38	Sebelum marah saya memilih untuk introspeksi kesalahan saya terlebih dahulu				
39	Saya tetap tenang ketika melihat orang yang tidak saya sukai				
40	Saya memarahi teman saya ketika suasana hati saya tidak baik				
41	Ketika kesal saya langsung melempar sesuatu				
42	Saya sulit untuk menahan diri ketika marah				
43	Saya mengekspresikan kekesalan kepada teman saya yang membuat saya marah				
44	Saya selalu memikirkan apa-akibat dari tindakan saya ketika akan melakukan sesuatu				
45	Saya melakukan aktifitas lain untuk menghindari rasa bosan				

SKALA PENELITIAN

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
46	Saya melampiaskan kemarahan keteman saya ketika saya sedang ada masalah				
47	Saya melakukan sesuatu dengan spontan				
48	Saya bertiak-teriak ketika saya sangat gembira				
49	Saya memeluk teman saya ketika teman saya menangis				
50	Saya selalu berdiskusi terlebih dahulu dengan teman saya ketika saya ingin melakukan sesuatu				
51	Saya memilih mengalah ketika terlibat perdebatan dengan teman saya				
52	Saya mendiamkan semua orang ketika saya merasa kesal				
53	Saya langsung bertiak ditempat umum ketika ada orang lain yang membuat saya kesal				
54	Saya langsung memukul teman saya ketika ia menggagetkan saya				



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI YOGYAKARTA

2019

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa iri ketika teman saya mendapatkan hadiah				
2	Saya melempar barang ketika saya merasa kesal				
3	Saya tidak dapat mengendalikan perasaan marah saya pada orang yang menyakititi saya				
4	Saya memilih untuk tetap tersenyum ketika merasa marah				
5	Saya menunjukkan wajah marah saya ketika saya sedang marah				
6	Saya membenci sesuatu yang tidak sesuai dengan kemauan saya				
7	Saya memilih untuk diam dan tidak berkata apa-apa pada saat saya kesal				
8	Saya langsung mengatur napas ketika saya marah				
9	Saya melontarkan kata-kata kasar kepada orang yang membuat saya kesal				
10	Bagi saya, ada kepuasan tersendiri ketika saya bisa memarahi orang yang menyakititi hati saya				
11	Saya ikut merasa sedih ketika teman saya mengalami kesedihan mengalami kesedihan				
12	Saya memaafkan kesalahan yang orang lain perbuat terhadap saya				
13	Saya merasa biasa saja ketika teman saya mengalami kesedihan				
14	Saya merasa sulit untuk memaafkan kesalahan yang orang lain perbuat terhadap saya				
15	Saya ikut senang ketika teman saya merasa senang				
16	Saya dapat menerima dengan baik jika ada kritikan dan saran dari orang lain				
17	Saya kesal ketika teman saya merasa senang				
18	Saya tersinggung ketika ada orang lain yang mengkritik saya				
19	Saya tidak mudah mengeluh dalam menyelesaikan setiap masalah				
20	Ketika marah saya memilih untuk diam				
21	Saya mudah mengeluh ketika ada masalah				
22	Ketika marah, saya selalu melampiaskannya kepada barang-barang disekeliling saya				

Skala Penelitian

(Try Out)

Identitas Responden :

Nama/ Inisial :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Pendidikan saat ini :
 Tanggal :
 Nomer yang bisa dihubungi :

Petunjuk Pengisian :

- Isilah identitas pada tempat yang sudah disediakan.
- Bacalah baik-baik setiap pernyataan berikut dengan sebaik-baiknya dan pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan anda, dengan memberi tanda centang (✓) pada :
 SS : Sangat Sesuai
 S : Sesuai
 TS : Tidak Sesuai
 STS : Sangat Tidak Sesuai

- Bila anda telah selesai mengerjakan periksalah kembali agar jangan sampai ada nomor yang tertewati

Selamat Mengerjakan ☺

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa kesal ketika teman saya bergurau untuk menela saya				
2	Saya memilih untuk menghela nafas panjang ketika merasa kesal				
3	Saya meredakan perasaan marah pada orang yang menyakitinya				
4	Saya merasa iri ketika teman saya mendapatkan hadiah				
5	Saya melempar barang ketika saya merasa kesal				
6	Saya tidak dapat mengendalikan perasaan marah saya pada orang yang menyakitinya				
7	Saya senang ketika orangtua saya memberikan uang jajan tambahan				
8	Saya memilih untuk tetap tersenyum ketika merasa marah				
9	Saya tidak memperlakukan sesuatu yang bertentangan dengan kemauan saya				
10	Saya senang ketika jauh dari keluarga				
11	Saya menunjukkan wajah marah saya ketika saya sedang marah				
12	Saya membenci sesuatu yang tidak sesuai dengan kemauan saya				
13	Saya merasa kesal ketika teman saya selalu meminjam uang saya				
14	Saya memilih untuk diam dan tidak berkata apa-apa pada saat saya kesal				
15	Saya langsung mengatur napas ketika saya marah				
16	Saya merasa terganggu ketika teman saya selalu menceritakan hal-hal yang menyenangkan				
17	Saya melontarkan kata-kata kasar kepada orang yang membuat saya kesal				
18	Bagi saya, ada kepuasan tersendiri ketika saya bisa memarahi orang yang menyakitinya				
19	Saya ikut merasa sedih ketika teman saya mengalami kesedihan				
20	Saya memaafkan kesalahan yang orang lain perbuat terhadap saya				
21	Saya terharu bahagia ketika melihat teman saya menangis				
22	Saya merasa biasa saja ketika teman saya mengalami kesedihan				

Identitas Responden :

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Pendidikan saat ini :
 Tanggal :

Petunjuk Pengisian :

1. Isilah identitas pada tempat yang sudah disediakan.
2. Bacalah baik-baik setiap pernyataan berikut dengan sebaik-baiknya dan pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan anda, dengan memberi tanda centang (✓) pada :
 SS : Sangat Sesuai
 S : Sesuai
 TS : Tidak Sesuai
 STS : Sangat Tidak Sesuai
3. Bila anda telah selesai mengerjakan periksalah kembali agar jangan sampai ada nomor yang terlewat

Selamat Mengerjakan 😊

Assalamualaikum wr.wb.

Semoga saudara/i sekalian selalu berada dalam lindungan Allah SWT.

Saya Vinsia Rizkyra Rili mahasiswa Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta memohon kesediaan saudara/i untuk mengisi skala penelitian saya. Atas kesediaan saudara/i saya mengucapkan terimakasih.

Hormat saya,

Peneliti

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
23	Saya berterimakasih kepada teman ketika teman saya memberikan kado ulangtahun				
24	Sebelum marah saya memilih untuk introspeksi kesalahan saya terlebih dahulu				
25	Saya tetap tenang ketika melihat orang yang tidak saya sukai				
26	Ketika kesal saya langsung melempar sesuatu				
27	Saya sulit untuk menahan diri ketika marah				
28	Saya memilih mengalah ketika terlibat perdebatan dengan teman saya				
29	Saya langsung berteriak ditempat umum ketika ada orang lain yang membuat saya kesal				



Lampiran 2.
Tabulasi Skor Stabilitas Emosi

Tabulasi data *Pre-Test* Eksperimen

SUBJEK(E)	A4	A5	A6	A8	A11	A12	A14	A15	A17	A18	A19	A20	A22	A23	A25	A26	A28	A29	A32	A33	A35	A36	A37	A38	A39	A41	A42	A51	A53	Jumlah	
Ra	3	2	1	3	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	75
Sar	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	4	3	3	4	87	
Aod	3	3	2	2	1	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	2	2	2	1	3	4	76	
Wiw	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	76	
Muh	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	80	
Fat	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	81	
Ind	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	79	
Nas	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	1	4	2	3	4	2	2	2	74	
Lie	3	2	3	2	3	1	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	2	4	85	

Tabulasi data *Pre-Test* Kontrol

SUBJEK(K)	A4	A5	A6	A8	A11	A12	A14	A15	A17	A18	A19	A20	A22	A23	A25	A26	A28	A29	A32	A33	A35	A36	A37	A38	A39	A41	A42	A51	A53	Jumlah
put	3	1	2	1	2	3	4	3	3	1	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	3	79
feb	2	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	86
inn	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	81
azm	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87
fit	2	2	3	3	2	2	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	2	4	3	3	3	3	4	2	82
aru	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	83
Fir	3	3	2	2	2	2	2	3	3	1	3	3	4	3	4	3	4	4	2	3	1	2	4	3	3	3	1	2	2	77

Tabulasi data *Post-Test* Eksperimen

SUBJEK(E)	A4	A5	A6	A8	A11	A12	A14	A15	A17	A18	A19	A20	A22	A23	A25	A26	A28	A29	A32	A33	A35	A36	A37	A38	A39	A41	A42	A51	A53	Jumlah
Ra	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	93
Sar	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	91
Aod	3	3	1	2	2	2	4	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	3	2	4	3	4	4	2	3	4	1	3	4	78
W/iw	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	79
Muh	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	4	2	2	3	3	3	3	82
Fat	4	4	2	3	4	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	2	4	3	2	3	91
Ind	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	83
Nas	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	78
Lie	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	4	3	3	3	3	2	4	76

Tabulasi data *Post-Test* Kontrol

SUBJEK(K)	A4	A5	A6	A8	A11	A12	A14	A15	A17	A18	A19	A20	A22	A23	A25	A26	A28	A29	A32	A33	A35	A36	A37	A38	A39	A41	A42	A51	A53	Jumlah
put	3	2	2	1	2	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4	4	4	3	3	4	3	2	4	2	2	2	2	2	3	79
feb	3	3	4	2	2	2	4	2	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	85
inn	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	79
azm	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87
fit	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	83
aru	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	82
Fir	3	2	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	4	1	2	4	3	3	2	2	3	2	77

Lampiran 3.

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stabilitas Emosi

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stabilitas Emosi

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	110	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	110	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.822	29

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
A4	2.84	.567	110
A5	2.84	.784	110
A6	2.75	.666	110
A8	2.72	.706	110
A11	2.51	.660	110
A12	2.57	.627	110
A14	3.15	.719	110
A15	3.07	.570	110
A17	2.90	.703	110
A18	2.78	.806	110
A19	3.18	.473	110
A20	3.07	.464	110
A22	3.12	.520	110
A23	2.77	.725	110
A25	3.25	.478	110
A26	3.05	.466	110

A28	3.25	.578	110
A29	2.82	.666	110
A32	2.59	.654	110
A33	3.17	.715	110
A35	2.45	.672	110
A36	3.02	.778	110
A37	3.56	.516	110
A38	2.84	.723	110
A39	2.96	.589	110
A41	3.11	.770	110
A42	2.75	.780	110
A51	2.93	.646	110
A53	3.06	.707	110

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A4	82.26	57.609	.257	.820
A5	82.26	55.609	.335	.817
A6	82.35	56.283	.342	.817
A8	82.38	56.128	.333	.817
A11	82.59	55.473	.431	.813
A12	82.53	56.050	.394	.815
A14	81.95	56.070	.330	.817
A15	82.03	57.660	.250	.820
A17	82.20	54.987	.447	.812
A18	82.32	54.201	.446	.812
A19	81.92	57.690	.311	.818
A20	82.03	57.678	.320	.818
A22	81.98	58.458	.178	.822
A23	82.33	55.286	.402	.814
A25	81.85	57.343	.356	.817
A26	82.05	57.585	.331	.818
A28	81.85	57.575	.255	.820

A29	82.28	56.076	.364	.816
A32	82.51	57.316	.243	.820
A33	81.93	55.609	.377	.815
A35	82.65	56.302	.337	.817
A36	82.08	55.544	.345	.817
A37	81.54	58.526	.171	.822
A38	82.26	56.673	.271	.820
A39	82.14	57.110	.302	.818
A41	81.99	55.697	.335	.817
A42	82.35	53.861	.496	.810
A51	82.17	56.163	.369	.816
A53	82.04	55.778	.366	.816

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
85.10	60.146	7.755	29

Lampiran 4.
Uji Homogenitas

Pretest

Test of Homogeneity of Variances

prestabilitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.542	1	14	.474

ANOVA

prestabilitas

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	33.587	1	33.587	1.956	.184
Within Groups	240.413	14	17.172		
Total	274.000	15			

Lampiran 5.
Uji Mann Whitney-U

Pretest-Posttest

Mann-Whitney Test

		Ranks		
Subjek		N	Mean Rank	Sum of Ranks
gainscore 1	Eksperimen	9	11.22	101.00
	Kontrol	7	5.00	35.00
Total		16		

Test Statistics ^b	
	gainscore 1
Mann-Whitney U	7.000
Wilcoxon W	35.000
Z	-2.613
Asymp. Sig. (2-tailed)	.009
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.008 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: Subjek

Posttest – Follow Up

Mann-Whitney Test

Ranks

Subjek	N	Mean Rank	Sum of Ranks
gainscore 2 Eksperimen	9	6.61	59.50
Kontrol	7	10.93	76.50
Total	16		

Test Statistics^b

	gainscore 2
Mann-Whitney U	14.500
Wilcoxon W	59.500
Z	-1.821
Asymp. Sig. (2-tailed)	.069
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.071 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: Subjek

Lampiran 6.
Modul Musik Klasik Mozart

Hasil *Professional Judgement* Skala Stabilitas Emosi dan Modul Musik Klasik Mozart

Oleh : Ibu Sara Palila, S. Psi., M.A., Psi

Skala Stabilitas Emosi:

1. Penambahan secara merata jumlah aitem pada masing-masing indikator
2. Jumlah aitem *favorable* dan *unfavorable* dibuat merata

Modul :

1. Psikoedukasi hanya menjelaskan tentang materi pengenalan musik klasik tanpa menjelaskan tujuan utama dalam penelitian (*single blind*, peserta tidak mengetahui penelitian ini untuk meningkatkan kestabilan emosi mereka).
2. *Treatment* musik klasik bisa dimulai dari awal pertemuan pertama.
3. Mendengarkan musik klasik dirumah sebagai tugas harian diganti dengan buku harian, hal ini dilakukan agar peneliti bisa melihat kestabilan emosi peserta selama diluar jam penelitian berlangsung.

Rancangan Modul Pelaksanaan Penelitian

Pertemuan	Kegiatan	Waktu	Tujuan	Alat Bantu	Metode	Total Waktu
Pertemuan I Sesi 1 : Perkenalan (<i>building rapport</i> dan kontrak)	1. Peserta, peneliti, observer saling berkenalan satu sama lain. 2. Membangun kepercayaan 3. Menyusun norma kelompok	30 menit	1. Peserta, peneliti, dan observer saling mengenal satu sama lain. 2. Membangun kepercayaan. 3. Membuat norma kelompok yang wajib dilakukan oleh semua anggota	Modul, <i>Guide</i> observasi, Daftar hadir, Alat Tulis, <i>Name Tag</i> , Layar LCD, <i>handphone</i> dan <i>headset</i>	Diskusi dan mendengarkan musik klasik	105 menit
Sesi 2 : Psikoedukasi	1. Memberikan penjelasan secara umum terkait penelitian	20 menit	1. Peserta mengetahui tujuan dari penelitian yang akan dilakukan sehingga memunculkan <i>insight</i> dan keinginan untuk mengikuti pelatihan			
Sesi 3 : <i>Treatment</i> Musik Klasik	1. Peserta mendengarkan musik klasik Mozart	40 menit	1. Peserta melaksanakan penelitian mendengarkan musik klasik			
Sesi 4 : Penutupan Pemberian Tugas Rumah	1. Penutupan 2. Pemberian Tugas Rumah	15 menit	1. Mengakhiri rangkaian sesi dipertemuan 1 2. Peserta mampu mengerjakan tugas rumah yaitu memonitoring kestidak stabilan emosinya dirumah			
Pertemuan II Sesi 1 : Pembukaan Dan pembahasan tugas rumah	1. Pembukaan 2. Pembahasan tugas rumah	25 menit	1. Peneliti membuka kegiatan penelitian 2. Peneliti melihat tugas rumah peserta	<i>handphone</i> , <i>headset</i> , dan alat tulis	Relaksasi, <i>treatment</i> dan pengumpulan tugas rumah	80 menit
Sesi 2 : Pelaksanaan <i>treatment</i> musik klasik mozart	1. Peserta mendengarkan musik klasik Mozart	40 menit	1. Peserta melaksanakan penelitian mendengarkan musik klasik			
Sesi 3 : Penutupan dan	1. Peneliti mengarahkan	15 menit	1. Peserta mampu melakukan			

pemberian tugas rumah	peserta untuk membuat buku harian kembali	monitoring ketidak stabilan emosinya dirumah	25 menit	1. Untuk mengetahui ketidak stabilan emosi peserta sehari-sehari	Handphone, Relaksasi dan headset, dan treatment	80 menit
	2. Penutupan		40 menit	1. Peserta mengikuti instruksi peneliti dan melakukan treatment musik klasik mozart	alat tulis	
			15 menit	1. Peserta mampu melakukan monitoring ketidak stabilannya dirumah		
				2. Mengakhiri rangkaian sesi dipertemuan 3		
Pertemuan III						
Sesi 1 : Pembukaan dan pembahasan tugas rumah	1. Pembukaan dan 2. Membahas tugas rumah		25 menit	1. Untuk mengetahui ketidak stabilan emosi peserta sehari-sehari	Handphone, Relaksasi dan headset, dan treatment	80 menit
Sesi 2 : Pelaksanaan treatment musik klasik mozart	1. Peserta dipandu oleh peneliti untuk melakukan treatment musik klasik mozart		40 menit	1. Peserta mengikuti instruksi peneliti dan melakukan treatment musik klasik mozart		
Sesi 3 : Penutupan dan pemberian kelanjutan tugas rumah	1. Peneliti mengarahkan peserta untuk membuat kesepakatan melakukan monitoring kestabilan emosinya setiap kali merasa emosinya mulai tidak stabil dirumah		15 menit	1. Peserta mampu melakukan monitoring ketidak stabilannya dirumah		
	2. penutupan			2. Mengakhiri rangkaian sesi dipertemuan 3		
Pertemuan IV						
Sesi 1 : Pembukaan dan pembahasan tugas rumah	1. pembukaan dan 2. pembahasan tugas rumah		25 menit	1. untuk mengetahui ketidak emosi peserta sehari-hari	Handphone, Relaksasi dan headset, dan treatment	80 menit
Sesi 2 : Pelaksanaan treatment musik klasik mozart	1. Peserta dipandu peneliti melakukan treatment musik klasik mozart		40 menit	1. Peserta mengikuti instruksi peneliti dan melakukan tahapan treatment musik klasik mozart	alat tulis	
Sesi 3 : Penutupan dan	1. Peneliti mengarahkan		15 menit	1. Peserta mampu melakukan		

kelanjutan tugas rumah

peserta untuk membuat kesempatan melakukan monitoring kestabilan emosinya pada saat peserta merasa emosinya mulai tidak stabil

monitoring ketidak stabilan emosinya dirumah
2. Mengakhiri rangkaian sesi dipertemuan 4

2. Penutupan

- 1. Pembukaan
- 2. Pengumpulan tugas rumah
- 3. Pengisian skala *post-test*

30 menit

- 1. mengetahui perasaan peserta setelah diberikan *treatment* selama 4 pertemuan dan penguasaan dirumah
- 2. peserta mengumpulkan tugas rumah berupa buku harian selama 5 hari
- 3. *Post-test* dengan menggunakan skala

4. Evaluasi

10 menit

- 1. Mengevaluasi rangkaian kegiatan mulai dari pertemuan 1 hingga pertemuan akhir

2. Mengakhiri sesi *treatment* (penutupan)

10 menit

- 1. Menutup *treatment* dan pertemuan awal hingga akhir

Pertemuan 5

Sesi 1 : Evaluasi

55 menit

Refleksi diri, pengisian lembar skala, pengumpulan tugas rumah

Skala *post-test* dan alat tulis

**MODUL PENGARUH MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP
STABILITAS EMOSI**



Disusun Oleh:

Vinsia Rizkyna Rili

13710048

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2018

1. Pendahuluan

Pengertian stabilitas emosi menurut Schneider (1991) adalah emosi yang ada dalam diri seorang individu yang mudah bergerak menuju pada keadaan seimbang, berhubungan dengan penguasaan diri dan mempengaruhi penyesuaian diri dengan orang lain dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Keseimbangan emosi merupakan keadaan yang tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati lain seperti dalam periode sebelumnya. Adapun faktor yang mempengaruhi stabilitas emosi yaitu lingkungan tempat individu tumbuh, hubungan individu dengan orang-orang yang berarti bagi kehidupannya, dan bimbingan yang individu dapatkan dalam mengendalikan emosinya (Hurlock, 1978).

Mappiare (1982) menjelaskan kebiasaan remaja menguasai emosi-emosi yang negatif dapat membuat remaja dapat mengendalikan emosinya dan dapat mendatangkan kebahagiaan bagi remaja. Menurut Tennyson, sebagaimana dikutip oleh Karl. C. Garrison, bahwa kebahagiaan seseorang dalam hidup ini bukan karena tidak adanya bentuk-bentuk emosi dalam dirinya, melainkan kebiasaannya memahami dan menguasai emosi-emosi atau nafsu-nafsunya.

Sehubungan dengan usaha ketenangan atau kedamaian itu, Hurlock (Mappiare, 1982) berpendapat bahwa remaja dapat menghilangkan “unek-unek” atau kekuatan-kekuatan yang ditimbulkan oleh emosi yang ada dengan cara mengungkapkan hal-hal yang menimbulkan emosi-emosi itu dengan seseorang yang dipercayainya. Menghilangkan kekuatan-kekuatan emosi terpendam tersebut disebut juga “*emotional catharsis*” atau katarsis emosi. Salim (2016) menyatakan bahwa saat ini banyak individu menggunakan musik sebagai sarana katarsis dari mereka. Rachmawati (Susanti & Roham, 2011) menjelaskan bahwa musik yang dapat memberikan ketenangan dan kedamaian adalah musik dengan tempo yang lebih lambat. Musik dengan tempo lambat tersebut dapat ditemukan dalam semua *genre*, dan salah satunya adalah musik klasik.

Tomatis (Campbell, 2002) menegaskan bahwa musik klasik Mozart memiliki efek ataupun suatu pengaruh yang tidak dimiliki oleh komponis yang lainnya. Mozart juga mempunyai kekuatan yang membebaskan, mengobati, dan bahkan kekuatan untuk menyembuhkan. Campbell (2002) juga menjelaskan bahwa musik klasik Mozart memiliki kejernihan, keanggunan, dan kebeningan. Musik ini mampu memperbaiki konsentrasi, ingatan, dan persepsi spasial.

Musik Mozart dengan judul “*The Mozart Effect for Children Vol.2: Relax, Daydream & Draw*” dipilih karena musik tersebut mengarah kepada kecerdasan emosional anak (Kurniawati, Ghosal & Wartiningih, 2014). Campbell (2002) menjelaskan bahwa waktu

yang ideal untuk mendengarkan musik adalah kurang lebih 30 menit sampai dengan satu jam tiap harinya, atau jika tidak memiliki waktu yang cukup banyak hanya butuh waktu 10 menit untuk mendengarkan musik karena waktu tersebut cukup efektif dalam membantu pikiran seseorang beristirahat.

Oleh karena itu, peneliti menerapkan pengaruh musik klasik Mozart terhadap stabilitas emosi yang diakibatkan oleh kurangnya remaja dalam mengendalikan dan menguasai emosi-emosi negatif yang ada didalam dirinya.

2. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh musik klasik Mozart terhadap stabilitas emosi pada remaja.

3. Karakteristik subjek penelitian

- a. Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga usia 17-21 tahun
- b. Memiliki kestabilan emosi tingkat sedang sampai tingkat sangat rendah.
- c. Memiliki kemauan dan bersedia berpartisipasi mengikuti penelitian dari awal hingga selesai.

4. Pelaksanaan penelitian

A. Kriteria fasilitator

Fasilitator memiliki kemampuan interpersonal yang baik dan memiliki beberapa kualifikasi sebagai fasilitator seperti ceria, hangat dan penuh penerimaan.

B. Peran fasilitator

Fasilitator berperan untuk mengarahkan peserta, mampu memfasilitasi peserta selama penelitian berlangsung, memahami keinginan peserta dan mampu menciptakan suasana yang nyaman antar peserta. Fasilitator juga diharapkan mampu menjaga kerahasiaan, komunikatif, ramah dan sopan.

C. Kriteria observer

Mahasiswa psikologi yang telah lulus matakuliah observasi dan menguasai teknik observasi.

D. Peran observer

Peran observer yaitu mengamati serta mencatat segala aktivitas yang tampak dilapangan serta memberikan perhatian khusus untuk mengamati jalannya kegiatan dan peserta.

Pertemuan I
(Building Rapport dan kontrak)

A. Tujuan

1. Peserta, observer dan peneliti saling mengenal satu sama lain
2. Membangun kepercayaan
3. Membentuk norma kelompok yang wajib dilakukan oleh semua anggota kelompok
4. Peserta mengetahui kegiatan apa yang akan dilakukan
5. Peserta mengetahui tujuan dari penelitian yang akan dilakukan sehingga memunculkan *insight* dan keinginan untuk mengikuti pelatihan
6. Peserta mengikuti instruksi peneliti dan melakukan *treatment* musik klasik Mozart
7. Peserta mendengarkan musik klasik Mozart
8. Peserta mampu mengerjakan tugas rumah yaitu memonitoring ketidakstabilan emosinya dirumah

B. Metode : Diskusi dan *treatment* musik klasik Mozart

C. Waktu : 105 menit

D. Alat Bantu

1. Modul
2. *Guide* observasi
3. Daftar hadir
4. Alat tulis
5. *Name tag*
6. Layar LCD
7. *Handphone* dan *headset*

E. Prosedur

1. Peneliti membuka pertemuan pertama dengan salam dan menyapa peserta terlebih dahulu agar tercipta hubungan yang akrab dan hangat dengan para peserta serta ucapan terimakasih atas kehadiran dan partisipasi peserta.

“Assalamualaikum wr.wb... selamat sore teman-teman sekalian... bagaimana kabarnya hari ini? Sebelumnya saya mengucapkan terimakasih kepada teman-teman semua karena telah berkenan hadir dan menyempatkan waktunya untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini”

2. Peneliti memandu para peserta dan tim observer untuk saling memperkenalkan diri

“Selanjutnya kita berkenalan terlebih dahulu ya... ada pepatah mengatakan “tak kenal maka tak sayang” karena itu kita akan saling berkenalan terlebih dahulu supaya lebih akrab. Dimulai dari saya, perkenalkan nama saya...”

3. Peneliti menjelaskan tentang tujuan dan proses dari kegiatan yang akan dilakukan
“Jadi, teman-teman semua tujuan kita berkumpul disini adalah untuk bersama-sama ikut serta dalam kegiatan penelitian yang akan saya berikan dan akan dibantu oleh teman-teman saya yang lainnya. Pertemuan ini akan dilakukan kurang lebih 5 kali pertemuan dengan waktu yang sesuai dengan kesepakatan bersama. Dalam setiap pertemuannya membutuhkan waktu kurang lebih satu sampai dua jam saja.”

4. Peneliti menjelaskan pentingnya aturan dan tata tertib pada kegiatan yang akan dilakukan, dan mengajak peserta untuk bersama-sama membuat aturan dan tata tertib sesuai dengan kesepakatan dan meminta peserta untuk memberikan tanggapan.

“teman-teman sekalian, sebelum kegiatan ini dilakukan, perlu adanya suatu aturan dan tata tertib selama pelatihan berlangsung. Tujuannya agar proses pelatihan tidak terjadi gangguan dan untuk menumbuhkan keseriusan serta tanggung jawab bersama-sama. Kira-kira apa saja yang perlu kita sepakati agar semuanya merasa nyaman?”

5. Peneliti membuka sesi psikoedukasi

“Nah teman-teman, sekarang kita langsung masuk ke sesi psikoedukasi, melalui psikoedukasi ini kita akan bersama-sama memahami lebih lanjut apa sih tujuan dan manfaat dari penelitian yang akan kita lakukan 5 hari kedepan. Jadi tujuan penelitian ini adalah untuk lebih mengetahui apa saja yang bisa kita dapatkan dari musik klasik Mozart selain untuk membantu dalam berkonsentrasi, karena kita tau kalau musik klasik Mozart ini sangat bagus untuk konsentrasi kita. Gimana teman-teman ingin mencobanya? Kalau teman-teman ingin mencobanya mari kita masuk ke sesi berikutnya...”

6. Peneliti mempersiapkan peserta untuk diberikan *treatment* musik klasik Mozart

“Baiklah teman-teman, setelah tadi kita mengetahui apa saja tujuan dari penelitian ini, sekarang kita coba untuk mempraktekannya yuk... silahkan teman-teman mencari posisi yang nyaman dan setelah itu teman-teman bisa mengambil

handphone dan headset yang sudah tersedia disamping anda. Silahkan teman-teman atur volume musik senyaman mungkin, jika sudah teman-teman bisa melanjutkan mendengarkan musik klasik Mozart hingga 40 menit. Tidak perlu tegang, relaks saja, dan silahkan dengarkan musiknya senyaman mungkin...”

7. Peneliti menutup dan mengakhiri sesi di pertemuan pertama dan memberikan tugas rumah berupa monitoring ketidakstabilan emosi peserta dirumah

“Nah teman-teman bagaimana perasaannya setelah mendengarkan musiknya tadi? Hari ini cukup sekian, saya merasa sangat senang sekali bisa bertemu dengan teman-teman... saya mengucapkan terimakasih banyak atas kehadiran dan partisipasi teman-teman sekalian... Sebelum pulang saya ingin memberikan tugas rumah keteman-teman untuk menuliskan perasaan teman-teman pada saat dirumah. Misalnya ada kejadian yang membuat teman-teman marah, senang, sedih, kecewa dan lain-lainnya dan apa yang dilakukan teman-teman pada saat sedang mengalami perasaan tersebut? Misalnya kalau teman-teman marah, teman-teman langsung memukul orang, atau melemparkan sesuatu atau lainnya, begitu... bisakan teman-teman? Hehe pasti bisa dong! Dan pada pertemuan selanjutnya bisa dibawa kembali tugas rumahnya oke? baiklah kita tutup pertemuan ini dengan membaca hamdalah “Alhamdulillahirabbil’aalamiin” semoga bermanfaat. Wassalamualaikum”

Pertemuan II

(Pelaksanaan *treatment* musik klasik Mozart)

A. Tujuan

1. Membahas tugas rumah apakah peserta mampu memonitoring ketidakstabilan emosinya dirumah
2. Peserta mengikuti instruksi peneliti dan melakukan *treatment* musik klasik Mozart.
3. Peserta mendengarkan musik klasik Mozart
4. Peserta mampu mengerjakan tugas rumah yaitu memonitoring ketidakstabilan emosinya dirumah

B. Metode : *treatment* relaksasi dan diskusi.

C. Waktu : 80 menit

D. Alat Bantu

1. *Handphone*
2. *Headset*
3. Alat tulis

E. Prosedur

1. Peneliti membuka pertemuan dengan salam dan menyapa peserta dan tidak lupa memberi ucapan terimakasih atas kehadiran dan partisipasi peserta pada hari ini, serta pengumpulan tugas rumah.

“Assalamualaikum wr.wb... selamat sore teman-teman sekalian... bagaimana kabarnya hari ini? Bertemu lagi dengan saya. Saya mengucapkan terimakasih kepada teman-teman semua karena telah berkenan hadir dan menyempatkan waktunya untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian saya hari ini. Oh iya bagaimana tugas rumahnya? Sulit? Mudahkan? Atau sekiranya teman-teman tidak begitu paham bisa tanyakan sekarang sama saya apa kendala yang teman-teman rasakan pada saat melakukan tugas rumah?”

2. Peneliti mempersiapkan peserta untuk diberikan *treatment* musik klasik Mozart
“baiklah teman-teman sekarang kita langsung saja memulai penelitian musik klasik Mozart ini ya... Saya minta teman-teman untuk memposisikan diri anda nyaman mungkin, setelah itu anda bisa mengambil handphone dan headset yang sudah disediakan disamping anda. Silahkan teman-teman atur volume musik nyaman mungkin, jika sudah teman-teman bisa melanjutkan musik klasik

Mozart hingga 40 menit. Tidak perlu tegang, relaks saja, dan silahkan dengarkan musiknya senyaman mungkin...”

3. Peneliti menutup dan mengakhiri sesi di pertemuan II dan memberikan tugas rumah berupa monitoring ketidak stabilan emosi peserta dirumah.

“Bagaimana teman-teman perasaannya setelah mendengarkan musiknya? Nah teman-teman untuk pertemuan hari ini cukup sampai disini dulu, terimakasih atas partisipasinya hari ini, dan untuk pertemuan selanjutnya seperti biasa saya mau ngasih tugas nih ketemen-temen, ini saya bagikan lagi bukunya dan saya minta kira-kira bisa nggak yaa kalau teman-teman menuliskan kembali perasaan teman-teman ketika sedang dirumah, misalnya ada kejadian yang membuat teman-teman menjadi senang, sedih, marah atau hal-hal yang berkaitan dengan emosional teman-teman? Dan bagaimana reaksi atau apa yang dilakukan teman-teman ketika mengalami perasaan tersebut? Saya yakin kalian pasti bisa... semangaaatt... baiklah, kita akhiri sesi dipertemuan hari ini dengan mengucapkan hamdalah “alhamdulillahirabbil’aalamiin”, saya peneliti beserta teman-teman observer memohon undur diri dan memohon maaf apabila ada salah kata dan ucapan, sekali lagi terimakasih untuk waktu dan semangatnya, semoga kegiatan kita hari ini bermanfaat, wassalamualaikum wr.wb”

Pertemuan III

(Pelaksanaan *treatment* musik klasik Mozart)

A. Tujuan

1. Membahas tugas rumah apakah peserta mampu memonitoring ketidakstabilan emosinya dirumah
2. Peserta mengikuti instruksi peneliti dan melakukan tahapan *treatment* musik klasik Mozart
3. Mengarahkan peserta untuk membuat kesepakatan melakukan tugas rumah yaitu monitoring kestabilan emosinya setiap kali merasa emosinya mulai tidak stabil dirumah

B. Metode : *treatment* relaksasi dan diskusi.

C. Waktu : 80 menit

D. Alat Bantu

1. *Handphone*
2. *Headset*
3. Alat tulis

E. Prosedur

1. Peneliti membuka dengan salam dan menyapa peserta terlebih dahulu agar tercipta hubungan yang akrab dan hangat dengan para peserta serta ucapan terimakasih atas kehadiran dan partisipasi peserta pada hari ini.

“Assalamualaikum wr.wb... selamat sore teman-teman sekalian... bagaimana kabarnya hari ini Saya mengucapkan terimakasih kepada teman-teman semua karena telah berkenan hadir dan menyempatkan waktunya untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian saya hari ini”

2. Peneliti membahas mengenai tugas rumah yang diberikan pada pertemuan sebelumnya.

“Nah teman-teman bagaimana tugas rumahnya? Sudah mencoba untuk mencatat perasaan teman-teman saat dirumah? Bagaimana perasaannya? Jika sudah silahkan teman-teman kumpulkan tugas rumah yang sudah teman-teman kerjakan...”

3. Peneliti mengawali pelaksanaan *treatment* musik klasik Mozart

*“baiklah teman-teman sekarang kita langsung saja memulai *treatment* musik klasik Mozart lagi yaa, sama seperti pertemuan sebelumnya silahkan teman-*

teman mencari posisi yang nyaman dan jika sudah, silahkan teman-teman mengambil handphone yang ada disamping teman-teman dan dipakai headsetnya untuk mendengarkan musiknya sampai sekitar 40 menit... teman-teman tidak perlu tegang, relaks saja....”

4. Peneliti menutup dan mengakhiri sesi dipertemuan III dan memberikan tugas rumah lagi yaitu berupa tugas untuk memonitoring kestabilan emosi peserta dirumah

“Bagaimana teman-teman perasaannya setelah selesai mendengarkan musik? Nah teman-teman untuk pertemuan hari ini cukup sampai disini dulu, terimakasih atas partisipasinya hari ini, dan untuk pertemuan selanjutnya seperti biasa saya mau ngasih tugas lagi ketemen-temen, seperti kemarin saya minta teman-teman untuk menuliskan kejadian yang membuat perasaan teman-teman senang, sedih, marah yang teman-teman alami selama dirumah ataupun diluar rumah. Dan apa yang dilakukan teman-teman ketika mengalami perasaan tersebut? Bisa kan teman-teman? Saya yakin kalian pasti bisa... semangaaatt... baiklah, kita akhiri sesi dipertemuan hari ini dengan mengucapkan hamdalah “alhamdulillahirabbil’alamiin”, saya peneliti beserta teman-teman observer memohon undur diri dan memohon maaf apabila ada salah kata dan ucapan, sekali lagi terimakasih untuk waktu dan semangatnya, semoga kegiatan kita hari ini bermanfaat, wassalamualaikum wr.wb”

Pertemuan IV

(Pelaksanaan *treatment* musik klasik Mozart)

A. Tujuan :

1. Membahas tugas rumah apakah peserta mampu memonitoring ketidakstabilan emosinya dirumah
2. Peserta mengikuti instruksi peneliti dan melakukan tahapan *treatment* musik klasik Mozart
3. Mengarahkan peserta untuk membuat kesepakatan melakukan tugas rumah yaitu monitoring kestabilan emosinya setiap kali merasa emosinya mulai tidak stabil dirumah

B. Metode : relaksasi *treatment* dan diskusi.

C. Waktu : 80 menit

D. Alat Bantu :

1. Skala stabilitas emosi
2. *Handphone*
3. *Headset*
4. Alat tulis

E. Prosedur

1. Peneliti membuka pertemuan dengan salam dan menyapa peserta terlebih dahulu agar tercipta hubungan yang akrab dan hangat dengan par peserta serta ucapan terimakasih atas kehadiran dan partisipasi peserta

“Assalamualaikum wr.wb... selamat sore teman-teman sekalian... bagaimana kabarnya hari ini? Saya mengucapkan terimakasih kepada teman-teman semua karena telah berkenan hadir dan menyempatkan waktunya untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian saya hari ini”

2. Peneliti membahas mengenai tugas rumah yang diberikan pada pertemuan sebelumnya.

“Nah teman-teman bagaimana tugas rumahnya? Sudah mencoba untuk mencatat perasaan teman-teman saat dirumah? Bagaimana perasaannya? Jika sudah silahkan teman-teman kumpulkan tugas rumah yang sudah teman-teman kerjakan...”

3. Peneliti mengawali pelaksanaan *treatment* musik klasik Mozart

*“baiklah teman-teman sekarang kita langsung saja memulai *treatment* musik klasik Mozart lagi yaa, sama seperti pertemuan sebelumnya silahkan teman-*

teman mencari posisi yang nyaman dan jika sudah, silahkan teman-teman mengambil handphone yang ada disamping teman-teman dan dipakai headsetnya untuk mendengarkan musiknya sampai 40 menit... ingat jangan tegang, relaks saja ya..."

4. Peneliti menutup dan mengakhiri sesi di pertemuan IV dan memberikan tugas rumah lagi yaitu berupa tugas untuk memonitoring kestabilan emosi.

"Nah teman-teman untuk pertemuan hari ini cukup sampai disini dulu, terimakasih atas partisipasinya hari ini, dan seperti sebelum-sebelumnya nih saya mau teman-teman masih mencatat kejadian yang membuat perasaan teman-teman maupun emosi kalian muncul ketika dirumah, dan seperti biasa teman-teman bisa mencatat semuanya di buku yang saya kasih kemarin... Semangaaatt... pertemuan selanjutnya adalah pertemuan terakhir, semoga semangat kita tidak pudar yaa, kalau bisa lebih semangat lagi... baiklah, kita akhiri sesi dipertemuan hari ini dengan mengucapkan hamdalah "alhamdulillah", saya peneliti beserta teman-teman observer memohon undur diri dan memohon maaf apabila ada salah kata dan ucapan, sekali lagi terimakasih untuk waktu dan semangatnya, semoga kegiatan kita hari ini bermanfaat, wassalamualaikum wr.wb"

Pertemuan V

(Penutup)

A. Tujuan :

1. Mengetahui bagaimana perasaan peserta setelah diberikan *treatment* selama 4 hari dan penugasan rumah
2. Melihat pengaruh emosi peserta sebelum dan setelah diberikan *treatment*
3. *Post-test* dengan menggunakan skala
4. Menutup terapi dan pertemuan awal hingga akhir

B. Metode : Refleksi diri, pengisian lembar skala dan pengumpulan tugas rumah

C. Waktu : 55 menit

D. Alat Bantu : Skala dan alat tulis

E. Prosedur

1. Peneliti membuka sesi pertemuan hari ini dengan mengucap salam dan menyapa peserta

“Assalamualaikum wr.wb... selamat sore teman-teman sekalian... bagaimana kabarnya? Bertemu lagi dengan saya... sebelumnya saya mengucapkan terimakasih kepada teman-teman semua karena telah berkenan hadir dan menyempatkan waktunya untuk ikut berpartisipasi dalam pelatihan ini”

2. Peneliti membahas mengenai tugas rumah yang diberikan pada pertemuan sebelumnya, serta untuk merefleksikan proses *treatment* musik klasik yang telah dilakukan pada pertemuan-pertemuan sebelumnya

“Nah temen-temen bagaimana tugas rumahnya? Sudah dikerjakan? Bagaimana perasaannya? Selain tugas dirumah kita kan sudah melakukan tiga kali treatment musik klasik bersama-sama, bagaimana perasaannya?”

3. Peneliti dibantu oleh observer untuk membagikan lembaran *post-test* pada peserta

“Teman-teman sekalian, sekarang saya meminta teman-teman untuk mengisi lembar kuesioner seperti kemarin, dan jangan lupa untuk membaca petunjuk pengisian terlebih dahulu yaaa...”

4. Peneliti beserta seluruh anggota kelompok mengakhiri rangkaian kegiatan mulai dari pertemuan 1 hingga pertemuan akhir

“Hari ini adalah sesi pertemuan kita yang terakhir, kira-kira mulai dari pertemuan pertama hingga hari ini, apakah ada kesan-kesan yang ingin teman-teman sampaikan? Mulai dari pertemuan pertaa hingga saat ini, kira-kira hal

apa saja yang teman-teman rasakan? Teman-teman dipersilahkan jika ingin bertanya ataupun memberi saran..."

5. Penutup seluruh sesi pertemuan

"Teman-teman semua, dengan ini saya menutup seluruh rangkaian pertemuan kita mulai dari pertemuan pertama hingga hari ini dengan mengucapkan hamdallah "Alhamdulillahirabbil'aalamiin", saya selaku peneliti beserta teman-teman observer mohon undur diri dari hadapan teman-teman semuanya, terimakasih untuk semangat teman-teman semua mulai dari pertemuan pertama hingga pertemuan hari ini, kalian hebat... kalian luar biasa... semoga rangkaian aktivitas ini bermanfaat bagi kita semua amin... saya beserta teman-teman observer memohon maaf yang sebesar-besarnya apabila dalam proses kita bersama di lima pertemuan ini terdapat kesalahan baik dalam perkataan maupun perbuatan. Sampai jumpa lagi, semoga kita masih dapat bertemu di lain kesempatan. Wasalamualaikum wr.wb"

-Selesai-

Lampiran 7.

Pelaksanaan Kegiatan Musik Klasik Mozart

Jadwal Pelaksanaan Eksperimen

No	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1	<i>Try out Skala</i>	19-20 November 2018
2	<i>Pre test</i>	22 November 2018
3	Pelaksanaan Penelitian	17-22 Febuari 2019
4	<i>Post test</i>	22 Febuari 2019
5	<i>Follow Up</i>	8-11Maret 2019

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (1)

Hari : Senin
 Tanggal : 18 Feb 2019
 Nama Observer : Intan Octaviana Putri

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
16.00	Irma & Indira	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	1. - Rapi - sedikit dalam komunikasi - ekspresinya masih datar, biasa saja - tidak begitu bersemangat 2. - Rapi - sedikit dalam komunikasi - biasa saja
16.00		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	1. - Rapi - mulai saling komunikasi - mengantuk tapi lebih rileks - mulai bersemangat 2. - Rapi - mulai saling komunikasi - mengantuk tapi lebih rileks - mulai bersemangat
16.30	Fatma, Ruri, Nining	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	1. - Rapi - ngobrol - serius cukup excited - lemas 2. - Rapi - sedikit komunikasi - biasa saja 3. - Rapi - sedikit komunikasi - biasa saja
16.30		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	1. - Rapi - ADA sedikit dalam komunikasi - serius - pengen melukis corak-corak 2. - Rapi - sedikit dalam komunikasi - serius dalam mendengarkan - santai, tenang, deg-degan

		<ul style="list-style-type: none"> • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	<p>3. - rapi</p> <ul style="list-style-type: none"> - sedikit dalam komunikasi - serius - Fokus dlm mendengarkan - Santai tenang
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	

Ttd.

Observer

(Intan Octaviana P.)

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (1)

Hari : Senin
Tanggal : 18 Feb 2019
Nama Observer : Intan Octaviana Putri

Catatan Observasi

- Pencahayaan ruangan yang cukup
- Suhu ruangan yang cukup nyaman tidak membuat subjek kepanasan.
- Ruangan yang bersih
- Masih ada suara dari luar ruangan yang mengganggu.

Ttd.

Observer



(Intan Octaviana P.)

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (1)


Hari : ~~Senin~~ **Senin**
 Tanggal : 18 Februari 2019
 Nama Observer : Umayatul Sri Dindari

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	<ul style="list-style-type: none"> - Novera .M.A: Rapih, Komunikasi baik, Menghagati diam tak bergerak, Manis ke 30, Cemberut - Rizky Amalia: Sehat, Komunikasi baik, Menghagati, dia tak bergerak, (tenang, Ngantuk) - Muhasin: Sehat, komunikasi baik, Menghagati, Menyenjiri, banyak bergerak, (tak Sub Lagunya) - Azizah: Berpakain Rapi, tidak banyak bicara diam tak bergerak. (Konsentrasi, Ngeras) - Iwini: Berpakain Rapi, tidak banyak bicara terlihat Mengantuk, (tenang, barbie)
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	<ul style="list-style-type: none"> - Fadlurahman: Berpakain Rapi, Kita berbicara sesekali saja, Geleng-Geleng Kepala Saat Mendengar koin Logam, sambil Main Hp. (Santai)
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunikasi (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	

Ttd.

Observer


(Umayatul Sidiq)

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (1)


Hari : Senin
Tanggal : 18 Feb 2019
Nama Observer : Umayatul Sri Dindari

Catatan Observasi

- Ruangnya dingin sejuk.
- Cahaya cukup terang.
- Ruangan Ada suara-suara dari luar.
- Ruangan Bersih.
- Di luar Ujan.

Ttd.

Observer


(Umayatul Sri D.)

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan ()

Hari : Senin
 Tanggal : 18 Feb 2019
 Nama Observer : Anegga Pratama

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Building rapport	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Mendengarkan dan sedikit aktif
	Pengisian Informed consent	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Serius membaca isi dari informed consent
	Psikoedukasi	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture Lain-lain 	Mendengarkan dengan seksama
	Treatment mendengarkan musik dan	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	Mendengarkan musik dengan tenang

		<ul style="list-style-type: none"> • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	
	<p>Pemberian tugas rumah</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	<p>Aktif bertanya</p>

Ttd.

Observer



LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (/)

Hari : Senin
Tanggal : 10 Feb 2019
Nama Observer : Angga P.

Catatan Observasi

- Pencapaian cukup
- Suhu nyaman
- Ruangan bersih
- Sedikit berisik

Ttd.
Observer

()

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (2)

Hari : Selasa
 Tanggal : 19 Feb 2019
 Nama Observer : Intan Octaviana Putri

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Mengumpulkan diary Fera & Kiki, Amanda, Fatma, Sarah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	1. - Mengisi diary - sedikit kaget dan gugup saat akan mengumpulkan diary. 3. - mengisi diary - 2. - belum mengisi diary - 4. - mengisi diary tidak bawa diary - 5. - mengisi diary
	Treatment	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	1. - dalam kondisi yang nyaman - beberapa kali menggerakkan tangan 2. - berusaha untuk lebih tenang - sering menggerakkan jari 3. - mempersiapkan diri di posisi nyaman - cukup tenang - sesekali menggerakkan kaki 4. - mempersiapkan diri di posisi nyaman - beberapa kali menggerakkan jari 5. - mempersiapkan diri di posisi nyaman. - beberapa kali menggerakkan jari - cukup tenang - menggerakkan kepala
	Penutupan	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	1. - lebih nyaman dan rileks - 2. - lebih nyaman - 3. - lebih semangat, bikin senang. - nyaman. 4. - lebih tenang - 5. - lebih bersemangat, senang.
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunikasi (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	

Ttd.

Observer



(Intan Octaviana P.)

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (2)

Hari : Selasa
Tanggal : 19 Feb 2019
Nama Observer : Lutan Octaviana Putri

Catatan Observasi

- ruangan cukup bersih
- masih ada suara yang beberapa kali terdengar
- suhu udara cukup nyaman

Ttd.

Observer



(Lutan Octaviana P.)

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (2)

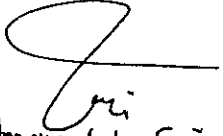
Hari : Selasa
 Tanggal : 19 Februari 2019
 Nama Observer : Umayatul Sri Dindari .

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Mengumpulkan Buku Diary .	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiwin : Mengisi & Mengumpulkan buku Diary . - Lilis : Mengisi & Mengumpulkan buku Diary - Azizah : Mengisi & Mengumpulkan buku Diary .
	Treatment .	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiwin : Menyender, Merem, Lepas Sepatu. tidak ^{banyak} bergerak, (Ngantuk) - Lilis : Menyender Merem, bergerak lebih sering beberapa kali (Lebih suka &) - Azizah : Menyender, Mengang Hp. tidak gak dimainkan, (Lemes & Ngantuk) .
	Penutupan .	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiwin : Siap-siap pulang . - Lilis : Langsung pulang . - Azizah : Langsung pulang
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i> Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunika si (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i> Lain-lain	

Ttd.

Observer


(Umayatul Sri Dindaw)

LEMBAR OBSERVASI

Portemuan ()

Hari : Selasa
Tanggal : 19 Februari 2019 .
Nama Observer : Umayatul Sri Dindari

Catatan Observasi

- Ruangan Bau Ayam Olive
- Pada saat treatment ke agak terganggu dengan suara-suara orang lewat di akhir treatment.
- Cahaya cukup. terang.
- Suhu lumayan dingin. dan lembab.

Ttd.

Observer



(Umayatul Sri D)

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (2)

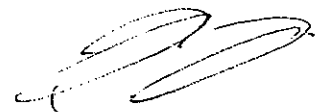
Hari : Selasa
 Tanggal : 19 Feb 2019
 Nama Observer : Angga

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Mengumpulkan buku harian	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Pira - cowok - Sofas - Irma
	Tridimen	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Sehat - Sehat - Sehat - Datuk Keluh - Ceria - Fokus - mengizinkan diam - Suka bercanda - diam - sedikit ket. - sedikit ket. - main hp sedang kurus enak badan
	Pencatupin	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i> Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunikasi (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i> Lain-lain	

Ttd.

Observer



LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (2)

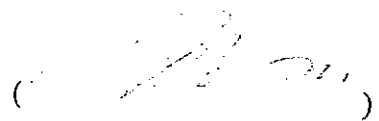
Hari : Selasa
Tanggal : 19 Feb 2019
Nama Observer : Angge

Catatan Observasi

- Ruangan berisik sedikit
- Ruangan sedikit lembab
- Subjek merasa pada kondisi yang lelah

Ttd.

Observer



LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (3)

Hari : Rabu, ~~20 Feb 2019~~
 Tanggal : 20 Feb 2019
 Nama Observer : Intan Octaviana Putri

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan dan Pembahasan Tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Kiki : tenang, mengisi diary Fatma : tenang, mengisi diary Amanda : tenang, mengisi diary Sarah : tenang, lebih bersemangat, tersenyum, mengisi diary Fera : tenang, belum mengisi diary
	Treatment	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Kiki : nyaman, tenang, menopang kepala, menguap, komunikasi non verbal (menyentuh dan bertatap mata) uh tenang Fatma : nyaman, menggerakkan kepala, tenang Amanda : nyaman, memejamkan mata, tenang Sarah : nyaman, lebih bersemangat, menggerakkan jari menggerakkan kaki Fera : nyaman, menyilangkan tangan memejamkan mata, komunikasi non verbal
	Penutupan dan Pemberian tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Kiki : tenang, senyum Fatma : tenang Amanda : tenang, rileks Sarah : tenang, lebih bersemangat Fera : tenang, senyum
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunikas i (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	

Ttd.

Observer



(Intan Octaviana P.)

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (3)

Hari : Rabu
Tanggal : 20 Feb 2019
Nama Observer : Intan Octaviana Putri

Catatan Observasi

- masih ada sedikit suara yang terdengar dari luar.
- suhu udara nyaman
- pencahayaan yang cukup
-

Ttd.

Observer



(Intan Octaviana P.)

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (3)

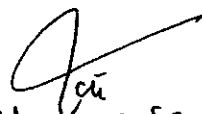
Hari : Rabu,
 Tanggal : 20 Februari 2019.
 Nama Observer : Umayatul Sri Dindari -

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan dan Pembahasan Tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	- Lielis : Mengisi Buku Diary & Mengumpulkan - Azizah : Mengisi Buku Diary & Mengumpulkan - Muhasin : Mengisi Buku Diary & Mengumpulkan - Anggita : Mengisi Buku Diary & Mengumpulkan.
	Treatment	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	- Lilis : Nyender, Ngeliatin Hujan, Fokus (tbtb Gak N) - Azizah : Nyender, Fokus (Ngantuk). - Muhasin : Banyak Bergerak, Fokus Beberapa kali Main HP (Ngantuk). - Anggita : Nyender, Merem, Beberapa Fokus (Ngantuk).
	Penutupan dan Pemberian Tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	- Lilis : - Azizah : - Muhasin : - Anggita :
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunikasi (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	

Ttd.

Observer


(Umayyahul Sri D.)

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan ()


Hari : Rabu
Tanggal : 20 Februari 2019.
Nama Observer : Umayatul Sri D.

Catatan Observasi

- Cahaya Cukup.
- Hujan di luar Ruangan.
- Aqak & Kedengeran suara orang dari luar.
-

Ttd.

Observer


(Umayatul Sri D.)

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (3)

Hari : Rabu

Tanggal :

Nama Observer : Angga

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan dan Pembahasan Tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	<p>Jma Cowok Dira Lora</p> <p>Batak/tp</p>
	Treatment	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	<p>Sehat Sehat Sehat Sehat</p> <p>d m berangs dgn yg lain d m d m</p> <p>mengantuk bosan menghayati Lelah</p> <p>menunjukkan mencari pengasih bersandar</p> <p>bosan memegang menghayati MERUBA 2 CV</p> <p>kepala mengisik tidur</p>
	Penutupan dan Pemberian tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunika si (verbal & nonverbal) • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	

Ttd.

Observer

()

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (3)

Hari

: Rabu

Tanggal

:

Nama Observer


: Angge

Catatan Observasi

Ruangan sedikit gelap
berisik karena ujan
sedikit berdesakan

Ttd.

Observer


Angge

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (4)

Hari : Kamis
 Tanggal : 21 Feb 2019
 Nama Observer : Intan Octavianna Putri

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan dan Pembahasan tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Fatma = mengisi diary, lebih semangat Kiki = mengisi diary, lebih ceria Fera = mengisi diary, tenang Amanda = mengisi diary, tenang Sarah = mengisi diary, semangat
	Treatment	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Fatma = tenang, nyaman, menggerakkan jari, memejamkan mata, senyum Kiki = nyaman, tenang, menopang dagu, memejamkan mata Fera = nyaman, tenang, memejamkan mata Amanda = nyaman, tenang, menopang dagu, memejamkan mata Sarah = nyaman, tenang, menggerakkan jari, memejamkan mata, senyum, menggerakkan
	Penutupan dan Pembagian tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Fatma = mengantuk Kiki = mengantuk, suka, Fera = rileks, menikmati, mengantuk Amanda = mengantuk, bosan, Sarah = mengantuk,
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunikasi (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	

Ttd.

Observer



(Intan Octaviana P.)

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (4)

Hari : Kamis
Tanggal : 21 Februari 2019
Nama Observer : Intan Octaviana Putri

Catatan Observasi

- ruangan nyaman
- masih ada sedikit suara yang terdengar dari luar
- ruangan agak gerah

Ttd.

Observer



(Intan Octaviana P.)

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (4)

Hari : Kamis
 Tanggal : 21 Feb 2019
 Nama Observer : Umayatul Sri Dindari

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan & Pembahasan Tugas Rumah.	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	→ Mendengarkan & Menceritakan Tugas Rumah dengan Exited. 😊.
	Mendengarkan Musik (treatment).	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	<ul style="list-style-type: none"> → Mendengarkan dengan serius. → Mengantuk, → Hening. →.
	Pengumpulan Tugas Rumah.	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	→ Menjerjakan dan Mengumpulkan Tugas Rumah.
	Penutup.	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i> Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunika si (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i> Lain-lain	

Ttd.

Observer

()

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (4)

Hari : Kamis
Tanggal : 21 Feb 2019
Nama Observer : Umayatul Sri Dindari.

Catatan Observasi

Ruangan. Sejuk, cahaya cukup, Tidak bising,

Ttd.

Observer

()

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (1)

Hari : Kamis
 Tanggal : 21 Feb 2019
 Nama Observer : Anggo Pratama

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan & Pembahasan tugas	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Mendengarkan & menceritakan tugas ramah dengan semangat
	Mendengarkan musik	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	- Mendengarkan & memahami - Menyantak - Hening
	Pengumpulan tgs Ramah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	- Menyerahkan & menyerahkan kembali tugas
	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunikas i (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i>Lain-lain	

Ttd.

Observer



LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (4)

Hari : Kamis
Tanggal : 21 Feb 2019
Nama Observer : Angga Pratomo

Catatan Observasi

Ruangan talk pans & bagas

Ttd.

Observer



LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (5)

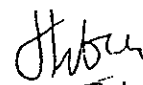
Hari : Jumat
 Tanggal : 22 Feb 2019
 Nama Observer : Intan Octaviana Putri

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan Pengumpulan Tugas Rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Mendengarkan & Menceritakan tugas rumah dengan baik
	Post test	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Mengerjakan skala Post test dengan baik
	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture Lain-lain 	Mendengarkan dan Memberikan kesan, pesan dan feedback pada penelitian ini.
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikas i (verbal & nonverbal) • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	

Ttd.

Observer


 (Intan Octaviana P)

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (5)

Hari : Jumat
Tanggal : 22 Feb 2019
Nama Observer : Intan Octaviana Putri

Catatan Observasi

- Ruangan sejuk
- nyaman
- terang

Ttd.

Observer


(Intan Octaviana P .)

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (5)

Hari : Jum'at.
 Tanggal : 22 Feb 2019.
 Nama Observer : Umayatul Sri Dindari

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan & Pembahasan Tugas Rumah.	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	> Indira : mengumpulkan tp tdk mengerjakan. > Azizah : mengumpulkan diary & tdk mengerjakan. > Wiwin : mengumpulkan diary & mengerjakan. > Lelis : Mengumpulkan diary dan mengerjakan. > >
	Refleksi diri	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	> > > >
	Post Test.	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	> Indira : Mengerjakan dg serius > Azizah : - " - > Wiwin : - " - > Lelis : - " -
	Penutupan :)	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none">• Ekspresi• <i>Gesture</i> Lain-lain	
		<ul style="list-style-type: none">• Fisik• Komunikasi (verbal & nonverbal)• Ekspresi• <i>Gesture</i> Lain-lain	

Ttd.

Observer

()

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (9)

Hari : Jum'at
Tanggal : 22 Feb 2019
Nama Observer : Umayatul Sri Dindari

Catatan Observasi

- Ruangan sejuk
- Cahaya Terang
- Tenang
-

Ttd.

Observer

()

LEMBAR OBSERVASI PESERTA

Pertemuan (5)

Hari : Jumat
 Tanggal : 22 Feb 2015
 Nama Observer : Ayu Pratama

Waktu	Kegiatan	Aspek	Catatan Observasi
	Pembukaan Pengampuhan tgs rumah	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	Mendengarkan
	Post test	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	menyampaikan skor post test
	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) • Ekspresi • Gesture • Lain-lain 	memberi feedback
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunikasi (verbal & nonverbal) 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	
		<ul style="list-style-type: none"> • Fisik • Komunika si (verbal & nonverbal) • Ekspresi • <i>Gesture</i> Lain-lain 	

Ttd.

Observer

()

LEMBAR OBSERVASI

Pertemuan (F)

Hari : Jumat
Tanggal : 22 Feb 2019
Nama Observer : Angga Pratomo

Catatan Observasi

- Ruangan sama dengan yang lain
- Jingga
- lunc

Ttd.

Observer



BUKU HARIAN

Nama : Rizky Amalia

Usia : 18 tahun

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Senin 18/02/2019	20.35	Dirumah Sorangin	<p>Paling males kalo dirumah sorangan. apolagi kepusat. jauh, jalan dul yang ngajar juga gak masuk. mana gak ada koneksiensi buat yang ngerjain tugas lagi. dan akhirnya aku berangkat. Tapi gak ke pusat, cuman dekas air aja buat nyari matah.</p>

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Selasa 1/2/2018	07.00	Salah Kelas	Jadi Pas dijadual Ruanganmy di 323, naiklah keatas lantai 3 dan teruyata 323 itu toik putri. Trus anak kelas pada masuk ke 321. ikutlah aku. gale launa kemuditan Siuser katrns kotanya itu kelas 8a. akhirnya namya 323 Simans, gak tauanya di Firman ygans barat lantai 3 lagi. naik turun tauanya cepet.
	4.20	Ngyar Les	Palang males kalo disuruda ngyar les, amat SD pula. susah diatur. Akhirnya kulbarin.
	19.45	Disuruda Sorogan	Maaf sama, tapi kadi ini gak males ngaji. cumana kanna guru gada saya barangkat. Tapi cumana ke ATM abis itu ke awalayan deket perdok. Hal palng kngpt. Tapi aku sita, apalagi bali es krim :)

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Rabu 20/02/2019	12.58	Masuk Kuliah Strang	Paling suka hari ini, karena masuk strang. Jadinya bisa tidur lebih lama. Walaupun 3 sks, tapi aku juga suka dosen & materinya. Bu sara enak banget dan buat dong. Lebih matkul mgn kepribadian aku suka.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan	Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Kejadian
Kawis, 21/02/2015	17.15	Naik Turun Tanaga	<p>Sebelumnya Peding gak safa hari Kawis, berangkat jam 7 dan gak boleh telat, lantai 3 pula. Abis itu selesai jam 8.40 turun dulu ke bawah, sambil nunggu Mba Vinsia, eh gantinya suruh keatas lagi, yaudah deh naik ke lantai 3 lagi. Terus Turun lagi buat sholat dhuhur. Abis itu masuk ke kelas jam 1 di lantai 2, nait lagi dan turun lagi buat smolat ahar, Masuit lagi abis ahar dilantai 3:1. Mana aku puasa lagi. haha gak papa deh, ihung-ihung buat diet.</p> <p>aku disuruh ikut rapat buat acara perkemahan anak SD gitu, males sebenarnya. apalagi ujan. Tapi gppapa deh, ada mas-mas ganteng. hehe.</p>				
	20.18	Rapat					

BUKU HARIAN

Nama SARAH BALQIS K

Usia : 15 tahun

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Senin, 18 Feb 2015	17.30	Beli Citok	senang, karena sedang lapar setelah pulang dan trans Jogja lalu menemukan orang berjualan citok dengan serabek.
9 " "	19.00	Ditinggal makan malam sendiri	Merasa malu. Keras karena tidak ditunggu makan bersama dan tidak (lupa diajak) -sangat itu itu sedang hebesih badan. Karena makan sendiri saja saya mengajari m. alar.
Selasa, 19 Feb 2015	20.30	Mengantuk berlewat alarm bangun untuk resume tugas	Kecewa karena tidak bisa mengajari tugas. Sedang karena waktu tidur banyak
Rabu, 20 Feb 2015	06.18 09.00	Ayah pamit ke Bandung Jam kuliah Pikafat menulis kosong	bergytun karena masih diberi tiku paku sedih karena ayah baru pergi lama untuk kecewa karena sudah 3x pertemuan bapakinya blm hadir & tdk ada kabar Senang & lega karena bisa menyicil meningkatkan resume
	11.00	Mulai menulis sangat jam kuliah	busup dan khawatir karena merasa tubuh tak enak, ingin muntah, takut tambah parah jadi drop

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Kamis, 21 Feb 2019	12.25	Makan ayam saus BBQ level 3	Senang karena tidak makan ayam goreng biasa sedikit mengesal karena kepedasan. ayam tidak habis, kulit yg kena saus tidak ikut dimakan Bu Doreen Kagum dan heran. Karena alasan Bu Doreen makan kelas telat adalah = mahasiswa (Kating) yg mau sidang TA mumpung yg hampir rechedule jadwal karena pengisi telat / tdk ada. Bu Doreen merasa dan mendiskusikan dan memperdebatkan hal yang agar tidak perlu santai hari besoknya. Bu Doreen juga mengapresiasi kerajinan kating itu. Bu Doreen juga tidak menandatangani dan palans ketertarikan.
	18.00	Baca etika sinopsis buku "Banswit atau ketetapan dan perbedaan kuman faeni" tugas mata kuliah & jurnal pernikahan	Sealin dan lb, rhan karena dibawa emosi melihat keselishan yg diceritakan

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Jum'at 22 Feb 2019	06:35	Berangkat awal	Senang. Karena dapat membaca materi dulu dan tidak telat. Udra pasti juga segar
	07:20	Presentasi teman di kelas	Terhibur. Karena pembukuan presentasi materi mensungkan video yang mereka rekam sendiri.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Kejadian

BUKU HARIAN

Nama : AZIAH OCTAVIA DEWI

Usia : 19 th.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Senin, 18/2/2019	23 : 55	ada pesan masuk dari cowok lain di Instagram dan di baca oleh doi. kemudian menim balikkan perteng karan.	mendiamkan dan hanya noeread chat.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
<p>kelas q 9/2 2019</p>	<p>08:45</p>	<p>untuk pertama kali dosen psikologi belajar mengajar di kelas dan menyebutkan aturan didalam kelasnya, saya menjadi contoh salah dari penggunaan pakalan.</p>	<p>malu</p>

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan	Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
				Rabu 20/2019 /02		sehabis mendeng arkan musik klasik pada hari Selasa. sepulang dari itu saya langsung ketiduran dan merasa ngantuk yang sangat berat.	Saya tidur sekitar pukul 19:30 hingga keesokan harinya. biasanya saya sulit untuk tidur dan baru tertidur ketika pukul 1:30 pagi. tetapi kali ini saya tertidur sangat pulas.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan	Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Kejadian
<p> xmis 1/2019 /02 </p>	<p>17:30</p>	<p> setelah melihat saldo uang di atm saya merasa terkejut karena saldonya hanya cukup untuk membayar kos dan jangka waktu pengri-rimanya masih lama. </p>	<p> mengurit makan mulai hari ini dan bingung memikirkan untuk biaya makan kedepanya. </p>	<p> Jumat 22/2019 /2 </p>	<p>10:00</p>	<p> seharusnya saya presentasi hari ini karena kemarin sore saya dan kelompok saya mengerjakan dari awal hingga selesai. tetapi ternyata hari ini belum presentasi. </p>	<p>kecewa.</p>
		<p> karena hujan deras yang mengguyur kos saya tadi malam mengakibatkan kolam di samping kamar saya meluap dan membasahi seluruh kamar saya. </p>	<p> kesal karena saya sudah membayar kos mahal tetapi selalu banjir jika hujan deras. selain itu saya jadi tambah capek member sihan apalagi baru pulang kuliah. </p>				

BUKU HARIAN

Nama : Nurul Triana

Usia : 19

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon/Tindakan
Senin 18/2-2019		<p>Headline psiko kepribadian asyura, masalah, presentasi. Akibatnya kaitannya mau diselesaikan tenanaku, malah ternyata belum diedit lagi, namun yg ujungnya atau yg apedit.</p>	<p>kesel, buru-buru, sebel, gregetan</p>
Selasa, 19/2-19		<p>psikologi sosial, pertama manuk, udah bikin loadman, dg asyura</p>	<p>Tasyak mau met, merasa terpaksa. akhirnya aku memutuskan keluar kelas</p>

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Rabu 10/2/2019	Pagi baru bangun pukul 6	<p>Menyempati motor orang selama minggu ya pakein</p> <p>↳ Suka pertunjukan hari ini. Filiafat pembahasannya asik, kepribadian yg biasanya mendominasi jadi lunayan km karn presensi yang pro aktif</p>	<p>terkut, gelisah. merasa ber salalah, jadi kepikiran</p> <p>seneng, rasa takut gelisah yg tadi pagi jadi hilang</p>

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan	Respon Tindakan
Kamis 21/9	Pagi jam 07.1			kesel, baru sebel bgt
				<p> udah samangat bgt brangkat dr persek jam 6. niatnya mau ngeprint tugas buku, eh malah pas ngeprint belum pada buka f.canya. ada satu yg udah buka.tp-tinggal file nya yg ga ada dan sebelum itu connect ke komputernya juga lama. bayangkambah, di fotokopian sampe setengah jam. dan akhirnya muka kelong kenen buat ngeprint. Alhasil telat masuk kelas. </p>

BUKU HARIAN

Nama : Muhasinatun Najjah.

Usia : 18 tahun.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Senin, 18 Februari 2019.	Jam 5 sore-an	Mau di srempep org.	Ngedumel, jengkel.

Selasa, 19 februari 2019.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
	5. Pagi.	bangun tidur inget hari sabtu ternyata hari selasa. gatah kalah masuk jam 7.	Kaget, langsung bangun. dari tidur pas jam 6 set 6.
	Set. 1 Siang	hati-hati senang bisa. melihat dia > <	Senyum & ngak jelas. bahagia alah pokonya.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Rabu, 20 Februari 2019.	07.00	<p>selalu masuk Pagi, ketika S aku nggak telat. eh dosennya us. Melat ⁱⁿ ☹</p>	lelah, bete.

Kamis, 21 february 2019.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
	07.00.	hari-hari ku slaku diawali dengan. masuk kuliah jam. 7 pagi, dan begitu. aku harus berangkat. Jam 6. yg begitu. (tu sangat sulit. y dikului. Namun, demi y aku bisa. berenditikan. akan aku lakukan dgn. hati ikhlas puzat. barana Allah.	Lelah, Relat. harus Relat. pagi - pagi & sudah wajib berangkat.
	13.30.	Pelangy kuliah. kebutuhan & cupa nggatk' bawa mantel.	Main air hujan. (menerobos utran).

Jum'at, 22 february 2019.

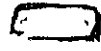
Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Kejadian
	07.00.	utk hari ini sedikit lbh lega. karena tdk masuk Jam 7.	bersyukur Alhamdulillah. :))

BUKU HARIAN

Nama : *Fatma Haidar*

Usia : *18 tahun.*

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan



Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Sabtu Februari 19	5.51	Nungguin orang, Pengen ketemu, tapi sehorian dihungguin ga kelihatan?.	kegel.sebel.
	21.00	belajar taksin Al- auran. flu berat jadi pening	kegel.sebel. soalnya taksinya ga kelar-kelar.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Rabu 20 Februari 2019	08.40	mou pake sepatu to warna biru, tapi bbr waluku di cek di klu sepatu, Sepatu biru alui Da ada, ada to Make tanpa jin.	kesel, sebel bang et. kenapa gitu pinjem sepatu ga bolano.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan	Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Kejadian
Kamis 21 Februari 2019	08.00	tidur habis subuh. dengan jebelum bu sama masuk.	seneng aja setelah selatin larna ga tidur pagi. akhirnya kari ini bisa tidur pagi lagi hehe. mangsa seneng aja ga keburu?	Jum'at 22 Februari	05.00	bangun tidur.	gatau kenapa tiba-tiba beteksel gitu soalnya yg ngembangin judes bet ngembanginnya.
	08.40				07.00	ingehin temen buat ngedenger lagunya stardust.	seneng aja, soalnya lawunya gaje. terus merena ngertasa di kersain hehe.
					08.00	masuk Teori kepribadian	Aktif? udah bosen banget ngedengerin bu sama ngejelatin :)).
					11.00	jam Pulang kuliah	senang, akhirnya bosok tidur!

BUKU HARIAN

Nama : IMDIRA PRASASTI

Usia : 18 th

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Senin, 18 Feb 2019	21:00	merasa kesal karena hodon banget	menyebutkan

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Selasa, 19 Feb 2019	17.30	kesal, menyesal karena beli roti bakar melebihi budget yang diinginkan	bersusah mengikis lemak
	19.00	merasa ngantuk yang terus menerus sehingga tidak mengikuti kegiatan pondok	tidur

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Kabu, 20 Feb 2019	18.00	sebel aya datang pondok hujan", bel catering belum ada, habis tu malah nyuci jamaah shalat jadi telat	menangin diri, ngaji, istidhat.
	20.00	seneng banget karena ngaji malam pondok tiba-tiba diliburkan	seneng, bahagia
	20.00	nyesel gara- gara ngeprank "mbak" pondok	

BUKU HARIAN

Nama : Nashih Dayu Larasak

Usia : 18 tahun.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon/Undakan
Senin 18 Feb 2019	Pagi	Pas mau berangkat kuliah dari klaten ke pagja ibu minta tolong buat nampung tee wedi untuk nganter Pesanan roti Padahal waktu lumayan mepet	sedikit sebal, tapi puga kesian. Soalnya ibu lagi capek banget dr semalem. Padi tetep di lalukan tapi sedikit dengan rasa jengkel.
	Malem	Dapat kabar dari dosen di grup kelas yang respon dosennya ngeselin	Sebel banget sama dosen Padi ngedumel sendaman tentang dosennya.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
19 Feb- 2019	Malam	Mimpi nonton Puper moon	Bedukit lececece tapi bawara aja.

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan	Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Kejadian
21 Feb 2019		<p>Bergek mal yang tidak diinginkan terjadi. Tidak bertahan baik dari pagi. Tapi Alhamdulillah daerah sore tetap bertahan lancar. Walaupun suasana hati masih buruk.</p> <p>Bahkan namini lebih buruk.</p> <p>Rasanya pengen sendiri ngelatin apapun.</p> <p>2 hari yang buruk</p>	-				

22 Feb 2019

BUKU HARIAN

Nama : Lilius Nur Fariawati

Usia : 18 tahun

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
1. Senin, 18 Feb 2019	17.45	- Terburu-buru berangkat ke Pondok	Cemas, khawatir, tidak konsentrasi
2. Selasa, 19 Feb 2019	19.30	- Teman membuat kesal atas tindakan yang berstap dingin	kesal, gregat, sedikit marah
	08.58	- Bosan di kelas	lemas, kurang bersemangat
	11.00 14.00	- Gabut menunggu kelas selanjutnya - Kuliah I	mengantuk, menyandarkan diri aktif berbicara, semangat, suasana penuh sanda
3. Rabu, 20 Feb 2019	07.00	Hp tertinggal di rumah	kesal pada diri sendiri
	16.00	Bensin hampir habis, tapi tidak diisi oleh si Pemakai terakhir Rencana tidak berjalan sesuai program	kesal, mengis bensin di POM dalam keadaan hujan sedang berusaha tihlas, beresap sekuat, beresap agar besok punya waktu melakukan rencana yang sangat
	19.30	Pelajaran fresh, ugad lucu	Mengantuk jadi hilang
	20.30	Bosan menggunakan alat TAF kungjung datang	Keti duren di kelas

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Kamis, 21 Feb 2019	06.10	Terburu-buru mengeslit tugas kelompok dan berangkat	Takut terlambat, berangkat 09.10 lebih dosen belum masuk kelas
	09.30	Ditunjuk dosen membacakan Pendapat tentang Self Schema	Senang karena otak saya sedang bekerja dengan baik sehingga percaya diri pada pendapat yang dikira benar.
	12.30	Dan inselarasnya sudah mulai kelas ICT, namun masih ada teman yang tidak berprestasi, tapi Saya juga harus makan. Saat saya selesai makan, masih harus menunggu yang sholat	kesal pada teman yang jantani dan tidak meepon untuk segera sholat.
	13.00	Teman mengintrin pesan 'gombakan' secara tiba-tiba?	Merasa ilfeel dan jgif meikipun sudah tau pesan itu hanya, carutulan.
	14.20	Bogal melakukan rencana lagi, yaitu bergantian piket dengan teman. Namun teman tidak melakukan tugas yg seharusnya dikerjakan.	Terap melakukan piket yg seharusnya teman yang melakukan. Sedikit keal, karena perlu kerja keras lebih banyak.
	16.50	Berasahababat berangkat ke pondok untuk melakukan piket, Saat tiba tidak ada yang diharapkan. Teman lebih dahulu berangkat karena tidak sabar akan kedatangan saya.	Sabar, berusaha tenang

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Komits, 22 Feb 2019	05.30	Lebih santai berangkat kuliah yang seharusnya masuk jam 7 namun masuk 09.45	Istirahat dan bersantai, tidak terburu-buru seperti hari sebelumnya
	10.30	Dosen mengajar menarik mengajanku	Bosan

Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Tindakan
Hari/Tanggal	Waktu	Kejadian	Respon Kejadian

Lampiran 8.

Semua Tentang Partisipan Pengaruh Musik Klasik Mozart

CONSENT FORM

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN

Dengan hormat,

Saya, Vinsia Rizkyna Rili sebagai peneliti dan mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Daerah Istimewa Yogyakarta yang saat ini menyusun tugas akhir (skripsi) dan memohon kepada :

Nama : Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi

Sebagai Pemeriksa kelayakan modul Musik Klasik Mozart (*manipulation check*) pada penelitian yang saya lakukan. Tugas akhir (skripsi) ini berjudul “Pengaruh Musik Klasik Mozart terhadap Stabilitas Emosi Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta”.

Berdasarkan hal tersebut, saya Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi menyatakan bahwa saya telah membaca lembar persetujuan ini dengan seksama dan bersedia sebagai Pemeriksa kelayakan modul Musik Klasik Mozart.

Yogyakarta, Februari 2019

Pemeriksa

Peneliti

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
NIP. 19811014 200901 2 004

Vinsia Rizkyna Rili

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : perkenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaannya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti



Vinsia Rizkyna Rili

Partisipan



Indira

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : perkenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaannya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti



Vinsia Rizkyna Rili

Partisipan



FAT

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : perkenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaannya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti

Partisipan



Vinsia Rizkyna Rili



AOD

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : perkenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaannya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti

Partisipan



Vinsia Rizkyna Rili



Wiw...

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : perkenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaanya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti

Partisipan



Vinsia Rizkyna Rili



R. A.

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : perkenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaannya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

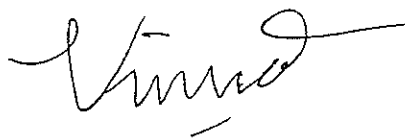
Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti

Partisipan



Vinsia Rizkyna Rili



Lie

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : perkenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaannya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti

Partisipan



Muh

Vinsia Rizkyna Rili

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : perkenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaanya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti



Vinsia Rizkyna Rili

Partisipan



SAR

CONSENT FORM

Persetujuan Partisipasi dalam Penelitian

Undangan :

Dengan hormat,

Kami ingin meminta kesediaan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini: Silahkan membaca lembar persetujuan ini. Jika ada pertanyaan, tidak perlu merasa sungkan atau ragu untuk menanyakannya.

Aktivitas penelitian :

Dalam penelitian ini akan dilakukan suatu kegiatan berupa mendengarkan musik klasik Mozart yang akan di pandu oleh peneliti.

Keterlibatan Partisipan :

Dalam partisipasi selama penelitian ini, kami membutuhkan anda untuk meluangkan waktu. Peneliti akan menemui anda dengan maksud :

- 1) Meminta anda membaca dan menandatangani surat persetujuan partisipasi dalam penelitian
- 2) Meminta anda mengikuti rangkaian acara penelitian selama 5 kali pertemuan
- 3) Meminta anda mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti selama kegiatan berlangsung

Jika ada sesuatu yang membuat anda terganggu selama penelitian, anda berhak dan bisa mengundurkan diri.

Penjelasan Prosedur :

Rangkaian kegiatan ini akan dilakukan 5 kali pertemuan, dengan masing-masing sesi memiliki kegiatan dan target pencapaian yang berbeda. Adapun urutan pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini diantaranya :

1. Pertemuan pertama : pengenalan, psikoedukasi dan *treatment* (bagian 1)
2. Pertemuan kedua : pemberian *treatment* (bagian 2)
3. Pertemuan ketiga : pemberian *treatment* (bagian 3)
4. Pertemuan empat : pemberian *treatment* (bagian 4)

5. Pertemuan kelima : penutup dan pengisian skala

Manfaat Penelitian :

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peserta untuk dapat membantu peserta merasakan manfaat mendengarkan musik klasik Mozart.

Jaminan Kerahasiaan :

Kerahasiaan dalam kegiatan ini akan kami jaga. Kami tidak akan menyebutkan anda. Kami hanya akan memberi nama samaran (inisial). Semua informasi yang anda berikan akan kami jaga kerahasiaannya dan identitas anda tetap kami lindungi. Semua informasi menjadi rahasia peneliti. Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sebagai Tugas Akhir (Skripsi) Program Studia Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Hak untuk Berpartisipasi dan Mengundurkan diri :

Anda dengan sepenuh hati berpartisipasi dalam penelitian ini. Sewaktu-waktu, anda bisa menarik diri dari keterlibatan dalam penelitian ini. Jika ada pertanyaan anda tidak perlu sungkan atau ragu untuk bertanya.

Saya selaku partisipan telah memahami semua informasi di atas dan dengan ini menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini.

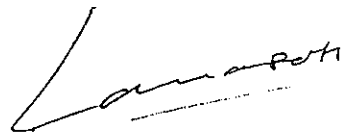
Yogyakarta, 18 Febuari 2019

Peneliti

Partisipan



Vinsia Rizkyna Rili



Nar.

CONSENT FORM

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN

Dengan hormat,

Saya, Vinsia Rizkyna Rili sebagai peneliti dan mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Daerah Istimewa Yogyakarta yang saat ini menyusun tugas akhir (skripsi) dan memohon kepada .. :

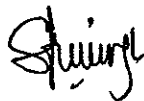
Nama : Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi

Sebagai Pemeriksa kelayakan modul Musik Klasik Mozart (*manipulation check*) pada penelitian yang saya lakukan. Tugas akhir (skripsi) ini berjudul "Pengaruh Musik Klasik Mozart terhadap Stabilitas Emosi Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta".

Berdasarkan hal tersebut, saya Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi menyatakan bahwa saya telah membaca lembar persetujuan ini dengan seksama dan bersedia sebagai Pemeriksa kelayakan modul Musik Klasik Mozart.

Yogyakarta, 16 Februari 2019

Pemeriksa



Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
NIP. 19811014 200901 2 004

Peneliti



Vinsia Rizkyna Rili

CONSENT FORM

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN

Sehubungan akan dilaksanakannya penelitian dengan judul "Pengaruh Musik Klasik Mozart terhadap Stabilitas Emosi Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta" maka saya, Vinsia Rizkyna Rili sebagai peneliti memohon kepada Umayatul Sri Dindari untuk menjadi *observer* pada penelitian yang akan saya lakukan.

Berdasarkan hal yang disampaikan tersebut maka saya, Umayatul Sri Dindari telah membaca pernyataan dengan seksama dan menyatakan kesediaan saya untuk menjadi *observer* dalam proses penelitian yaitu pada pelaksanaan musik klasik mozart.

Demikian pernyataan kesediaan ini saya sampaikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 17 Februari 2019

Observer,



Intan Octaviana Putri

Peneliti



VINSIA RIZKYN R

CONSENT FORM

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN


Sehubungan akan dilaksanakannya penelitian dengan judul “Pengaruh Musik Klasik Mozart terhadap Stabilitas Emosi Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta” maka saya, Vinsia Rizkyna Rili sebagai peneliti memohon kepada Umayatul Sri Dindari untuk menjadi *observer* pada penelitian yang akan saya lakukan.

Berdasarkan hal yang disampaikan tersebut maka saya, Umayatul Sri Dindari telah membaca pernyataan dengan seksama dan menyatakan kesediaan saya untuk menjadi *observer* dalam proses penelitian yaitu pada pelaksanaan musik klasik mozart.


Demikian pernyataan kesediaan ini saya sampaikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Febuari 2019

Observer,


Umayatul Sri D

Peneliti


VINSIA RIZKYNARA R

CONSENT FORM

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN

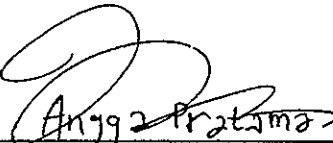
Sehubungan akan dilaksanakannya penelitian dengan judul "Pengaruh Musik Klasik Mozart terhadap Stabilitas Emosi Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta" maka saya, Vinsia Rizkyna Rili sebagai peneliti memohon kepada Umayatul Sri Dindari untuk menjadi *observer* pada penelitian yang akan saya lakukan.

Berdasarkan hal yang disampaikan tersebut maka saya, Umayatul Sri Dindari telah membaca pernyataan dengan seksama dan menyatakan kesediaan saya untuk menjadi *observer* dalam proses penelitian yaitu pada pelaksanaan musik klasik mozart.

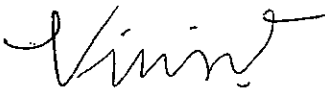
Demikian pernyataan kesediaan ini saya sampaikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 17 Februari 2019

Observer,


Angga Pratama

Peneliti


VINSIA RIZKYN RILI

CURRICULUM VITAE

A. IDENTITAS DIRI

Nama : Vinsia Rizkyna Rili
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/Tgl. Lahir : Cirebon, 10 Oktober 1995
Email : Vinsiarizky@gmail.com
No. Hp : 089653508510

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

Jenjang	Nama Sekolah	Tahun
TK	TK TUNAS PATRA CIREBON	2000
SD	SD N KRAMAT 1 CIREBON	2001-2007
SMP	SMP N 2 CIREBON	2007-2010
SMA	SMA N 4 CIREBON	2010-2013
S1	UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA	2013-2019

C. PENGALAMAN ORGANISASI

Nama Organisasi	Jabatan	Tahun
Sekawan Softball SMA N 4 Cirebon	Bendahara	2010-2012

D. PENGALAMAN PEKERJAAN

Barista Gending Kopi Nusantara 2017/2018