

**PENGARUH PELATIHAN DASAR KEAKTORAN  
TERHADAP KECENDERUNGAN KESTABILAN EMOSI**

**SKRIPSI**



Oleh :

**MARIA NATALIA WIJAYA**

**NRP : 7103098024**

No. BUDUK	4027/03
TEL. WISMA	08-12-2003
DAFTAR KULIAH	F-PSY
DAFTAR KULIAH	KPSI Wij P-1
REVISI	1 (Satu).

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA  
SURABAYA  
2003**

# **PENGARUH PELATIHAN DASAR KEAKTORAN TERHADAP KECENDERUNGAN KESTABILAN EMOSI**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada**

**Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi**



**OLEH :**

**MARIA NATALIA WIJAYA**

**NRP : 7103098024**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA  
SURABAYA  
2003**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PELATIHAN DASAR KEAKTORAN TERHADAP  
KECENDERUNGAN KESTABILAN EMOSI**

Oleh:

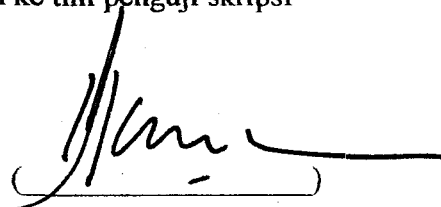
**MARIA NATALIA WIJAYA**

**NRP 7103098024**

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

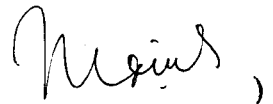
Pembimbing utama

: Seger Handoyo, M.Si



Pembimbing pendamping

: Monica Eviandaru, S.Psi



Surabaya, 25 September 2003

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
Dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan  
memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

pada tanggal 1 Oktober 2003

Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi,  
Dekan,

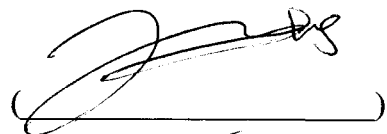
(Drs.M.L.Oetomo, Psikolog)

Dewan Penguji :

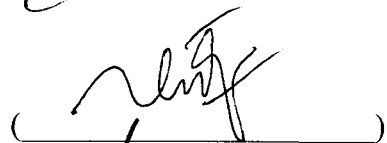
1. Ketua : Drs. M. L. Oetomo, Psikolog

()

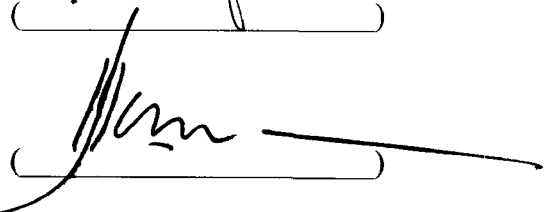
2. Sekretaris : James Waskito, S.Psi

()

3. Anggota : Ermida, S.Psi

()

4. Anggota : Seger Handoyo, M.Si

()

## MOTTO

- \* *Marilah kepadaKu semua yang letih lesu dan berbeban berat, AKU akan memberi kelegaan kepadamu. (Matius 11 : 28)*
- \* *Tak berkesudahan kasih setia TUHAN, tak habis – habisnya rahmatNya. (Ratapan 3 : 22)*
- \* *Percayalah kepada Tuhan dengan segenap hatimu, dan janganlah bersandar kepada pengertianmu sendiri. Akuilah Dia dalam segala lakumu, maka Ia akan meluruskan jalanmu. (Amsal 3 : 5-6)*
- \* *Ia membuat segala sesuatu indah pada waktunya. (Pengkotbah 3 : 11a)*
- \* *Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur. (Filipi 4 : 6)*

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga Skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Pelatihan Dasar Keaktoran Terhadap Kecenderungan Kestabilan Emosi” ini dibuat dalam rangka melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar jenjang strata-1 (S-1) pada Fakultas Psikologi, Program Studi Psikologi, Universitas Widya Mandala Surabaya.

Penulis menghaturkan banyak terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bantuan baik moral maupun material selama proses penyelesaian Skripsi ini. Dengan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Bapak Drs. Psi. M.L. Oetomo selaku Dekan Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala beserta para dosen sekalian yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini.
2. Bapak Seger Handoyo, M.Si, selaku Dosen Pembimbing Utama, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan serta memberikan nasehat-nasehat yang sangat berharga sehingga skripsi ini dapat selesai.
3. Ibu Monika Eviandaru, S.Psi, selaku Dosen Pembimbing Pedamping dalam penulisan Skripsi ini, yang telah berkenan memberi koreksi dan masukan bagi penyempurnaan penulisan skripsi ini.
4. Papa, mama, dan adik-adikku tercinta yang selalu memberikan dukungan baik moral maupun materiil dalam penulisan skripsi ini.

5. Orang yang paling kukasihi Handoyo, yang selalu menemani dan memberi semangat juga dorongan selama penulisan skripsi ini.
6. Saudara Ismu Utoro dan Dhanar Vijay yang telah memberikan waktunya untuk membantu dalam pelaksanaan eksperimen hingga terselesainya skripsi ini.
7. Sahabatku Adelina, Steven, dan Kika yang selalu memberi dorongan selama penulisan skripsi ini.
8. Temanku Hera, Della serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Kiranya Tuhan Yang Maha Pengasih dan Penyayang membalas segala budi baik yang telah diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa sebagai manusia, penulis memiliki kekurangan dan keterbatasan sehingga penulisan Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari seluruh pihak guna penyempurnaan penulisan yang akan datang.

Akhir kata penulis mohon maaf atas kekurangan dalam penulisan Skripsi ini dan semoga Skripsi ini berguna bagi pembaca.

## DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman judul.....	i
Halaman persetujuan.....	ii
Halaman pengesahan.....	iii
Halaman persembahan/motto.....	iv
Kata pengantar.....	v
Daftar isi.....	vii
Daftar tabel.....	x
Daftar lampiran.....	xi
Abstraksi.....	xii
<b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar belakang masalah penelitian.....	1
1.2. Batasan masalah.....	3
1.3. Rumusan masalah.....	7
1.4. Tujuan penelitian.....	7
1.5. Manfaat penelitian.....	7
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1. Kestabilan emosi.....	8
2.1.1. Pengertian emosi.....	8
2.1.2. Perkembangan emosi.....	10
2.1.3. Pengertian kestabilan emosi.....	13
2.1.4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kestabilan emosi...	16
2.2. Latihan Dasar Keaktoran.....	18
2.2.1. Pengertian teater.....	18
2.2.2. Latihan dasar keaktoran.....	19
2.3 Hubungan antara Latihan Dasar Keaktoran dengan Kestabilan Emosi	24
2.4 Hipotesis.....	27



BAB III. METODE PENELITIAN.....	28
3.1. Desain Penelitian.....	28
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	29
3.3 Definisi Operasional variabel Penelitian.....	29
3.4 Populasi dan Metode Pengambilan Sampel.....	31
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	32
3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	34
3.7 Metode Analisis Data.....	35
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	37
4.1 Orientasi Kancha Penelitian.....	37
4.2 Persiapan Penelitian.....	39
4.2.1 Pembuatan Skala Kestabilan Emosi.....	39
4.2.2 Pembuatan Modul Pelatihan Teater.....	40
4.2.3 Uji Coba Skala.....	40
4.3 Pelaksanaan Penelitian.....	41
4.3.1 Penentuan Subyek.....	41
4.3.2 Pelaksanaan Eksperimen.....	42
4.3.2.1 Perlakuan terhadap kelompok eksperimen...	42
4.3.2.2 Perlakuan terhadap kelompok kontrol.....	55
4.4 Hasil Penelitian.....	55

BAB V. PENUTUP.....	59
5.1. Pembahasan.....	59
5.2. Kesimpulan.....	64
5.3. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN.....	69

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Penyebaran nomor pernyataan skala kestabilan emosi.....	32
Tabel 2. Penyebaran nomor pernyataan skala kestabilan emosi sebelum uji coba.....	38
Tabel 3. Penyebaran nomor pernyataan skala kestabilan emosi setelah uji coba.....	39
Tabel 4. Karakteristik subyek penelitian.....	41
Tabel 5. Skor mentah pre-test post-test kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.....	55
Tabel 6. Statistik deskriptif.....	55
Tabel 7. Data deskriptif.....	56
Tabel 8. Hasil analisis Mann-Whitney U Test.....	56

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Modul latihan teater.....	69
Lampiran B. Skala kestabilan emosi sebelum uji coba.....	71
Lampiran C. Skala kestabilan emosi setelah uji coba.....	73
Lampiran D. Validitas dan Reliabilitas.....	75
Lampiran E. Output uji U-Mann Whitney.....	78
Lampiran F. Surat Ijin Penelitian.....	80

**Maria Natalia Wijaya, 7103098024 (2003). "Pengaruh Pelatihan Dasar Keaktoran terhadap Kestabilan Emosi". Skripsi Sarjana Strata 1. Surabaya : Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.**

## **ABSTRAKSI**

Kekerasan sudah menjadi persoalan tersendiri dalam perilaku masyarakat Indonesia. Salah satunya adalah berita tentang kerusuhan yang terjadi di desa Babakan, Tangerang. Sebuah warung remang-remang yang diduga menjual minuman keras dengan pelayan perempuan dibakar ibu-ibu rumah tangga karena dilatarbelakangi kemarahan salah seorang dari mereka yang suaminya sering mampir di warung tersebut. Kondisi ini dapat dijadikan sebagai gambaran bahwa pengendalian emosi bisa menjadi sesuatu yang begitu penting dalam mempengaruhi pola kehidupan bersama. Salah satunya bisa dilihat sebagai persoalan pengendalian emosi yang berkaitan dengan kestabilan emosi. Wahyudi (1998) telah membuktikan melalui penelitiannya tentang adanya perbedaan kestabilan emosi antara mahasiswa berteater dengan yang tidak dan hasilnya adalah bahwa mahasiswa yang mengikuti teater memiliki kestabilan emosi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak berteater. Karena itulah peneliti ingin mengetahui apakah pengaruh pelatihan dasar keaktoranlah yang menyebabkan kestabilan emosi tinggi.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen yang dalam pelaksanaannya subyek dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan. Perlakuan dalam penelitian ini adalah pemberian pelatihan dasar keaktoran. Sampel diambil dengan menggunakan metode *Purposive Sampling*, sedang penentuan subyek ke kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan cara undian. Pengumpulan data dilakukan dengan metode skala yaitu Skala kestabilan emosi.

Dari hasil analisis dapat disimpulkan bahwa pemberian pelatihan dasar keaktoran dapat meningkatkan kestabilan emosi, dibuktikan dengan: (1) Tidak ada perbedaan kestabilan emosi antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebelum perlakuan diberikan, (2) Ada perbedaan kestabilan emosi antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen setelah perlakuan diberikan, (3) Ada perbedaan peningkatan kestabilan emosi antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Hasil analisis data dapat dilihat bahwa hipotesis diterima, yaitu pemberian pelatihan dasar keaktoran akan meningkatkan kestabilan emosi. Setiap individu mempunyai karakter yang khas, dan ketika berinteraksi dengan lingkungan akan menghasilkan pemaknaan-pemaknaan yang berbeda. Proses pelatihan dasar keaktoran ini telah memperkaya pengalaman individu dalam mengekspresikan emosinya pada berbagai situasi interaksi sosial yang tercipta.