

ABSTRAK KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI

(Studi Deskriptif pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi dan yang Baru Saja Lulus dan Program Kemampuan Mengelola Emosi Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Angkatan Tahun 2013)

Desi Natalia Sihombing

Universitas Sanata Dharma

2018

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi dan yang Baru Saja Lulus dan Program Kemampuan Mengelola Emosi Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Angkatan Tahun 2013.

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah 36 Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Angkatan Tahun 2013 yang sedang menyelesaikan skripsi dan yang baru saja lulus. Instrument penelitian berupa kuesioner yang mengukur usulan mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma angkatan 2013 yang sedang menyelesaikan skripsi dan yang baru saja lulus dalam mengelola emosinya yang menggunakan skala likert. Tingkatan Mahasiswa Mengelola Emosi dibagi menjadi empat tingkat yaitu Sangat Rendah (Sangat Kurang Mampu), Rendah (Kurang Mampu), Sedang (Cukup Mampu), Tinggi (Mampu), dan Sangat Tinggi (Sangat Mampu).

Hasil penelitian ini menunjukkan sebesar 2 (8,3%) mahasiswa yang sangat mampu mengelola emosinya, sebesar 20 (52,8%) mahasiswa yang mampu mengelola emosinya, sebesar 14 (38,9%) mahasiswa yang cukup mampu mengelola emosinya dan tidak ada mahasiswa yang kurang mampu dan yang sangat kurang mampu mengelola emosinya dengan hasil reliabilitas 0,980. Lalu Program Kemampuan Mengelola Emosi adalah Ketekunan (Tetap menyelesaikan skripsi meskipun sulit), Mendahulukan yang Utama (Mengabaikan kesempatan bermain ketika harus menyelesaikan skripsi, Sikap yang Positif (Mampu menghadapi tantangan menyelesaikan skripsi). Instrumen Penelitian ini dikembangkan oleh Peneliti sebelumnya Cicilia Indah Nuraeny dengan menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif dengan nilai reliabilitas 0,886.

ABSTRACT

THE ABILITY TO MANAGE EMOTION

(*A Descriptive Study of the Students Working on their Thesis, Fresh Graduates, and Emotion Management Ability Program of Class of 2013, Guidance and Counseling Study Program, Sanata Dharma University*)

Desi Natalia Sihombing

Sanata Dharma University

2018

The present research has the objective to determine the ability level of the Students working on their Thesis, Fresh Graduates, and Emotion Management Ability Program of Class of 2013, Guidance and Counseling Study Program, Sanata Dharma University.

This research employed quantitative descriptive analysis. The subjects were 36 students who were working on their thesis and fresh graduates of class of 2013, Guidance and Counseling Study Program, Sanata Dharma University. The instrument was in the form of questionnaires, measuring the proposals of the students working on their thesis and fresh graduates of class of 2013, Guidance and Counseling Study Program, Sanata Dharma University, in managing their emotion using Likert Scale. The students' ability in managing their emotion was divided into four levels: Very Low (Very Incapable), Low (Less Capable), Moderate (Fairly Capable), High (Capable), and Very High (Very Capable).

The results show that 2 (8.3%) students are very capable of managing their emotion, 20 (52.8%) students are capable of managing their emotion, 14 (38.9%) are fairly capable of managing their emotion, and none of the students are less capable and very incapable of managing their emotions, with reliability score result of 0.980. Furthermore, the Emotion Management Ability Program is Persistence (Keep working on their thesis despite the difficulties), Priority Scale (Ignoring the opportunity to have fun when they have to work on their thesis), Positive Attitude (Capable of dealing with challenges in working on their thesis). The research instruments were developed by previous researcher, Cicilia Indah Nuraeny, using the quantitative descriptive data analysis technique, with a reliability score of 0.886.