

**PENGELOLAAN *EMOTIONAL LABOR* DENGAN TEKNIK  
*ART THERAPY* PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN  
KONSELING ANGKATAN 2021**

**SKRIPSI**



**AISYAH RAYHAN FARADINA**

**NIM 1910123120001**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN  
TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
BANJARMASIN  
2023**

**PENGELOLAAN *EMOTIONAL LABOR* DENGAN TEKNIK  
*ART THERAPY* PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN  
KONSELING ANGKATAN 2021**

**SKRIPSI**



**AISYAH RAYHAN FARADINA**

**NIM 1910123120001**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN  
TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
BANJARMASIN  
2023**

**PENGELOLAAN *EMOTIONAL LABOR* DENGAN TEKNIK  
*ART THERAPY* PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN  
KONSELING ANGKATAN 2021**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan  
dalam menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan  
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat

**Oleh**

**AISYAH RAYHAN FARADINA**

**NIM 1910123120001**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN  
TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
BANJARMASIN  
2023**

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

**PENGELOLAAN *EMOTIONAL LABOR* DENGAN TEKNIK *ART THERAPY* PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING  
ANGKATAN 2021**

**AISYAH RAYHAN FARADINA**


**NIM. 1910123120001**

Disetujui untuk Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pembimbing I

  
Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd  
NIP. 19800702 200501 2 004

Pembimbing II

  
M. Andri Setiawan, M.Pd  
NIP. 19860808 201601 1 01001

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat

  
Dr. Ali Rachman, M.Pd  
NIP. 19760427 200801 1 011

## LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Aisyah Rayhan Faradina  
Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji  
Pada tanggal 22 Juni 2023  
Dewan Penguji

Dr. Ali Rachman, M.Pd  
NIP. 19760427 200801 1 011



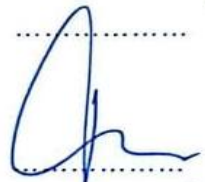
Ketua

Dr. Ririanti Rachmayanie J., S.Psi., M.Pd  
NIP. 19750214 200501 2 001



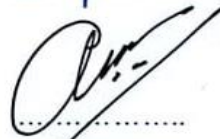
Sekretaris

Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd  
NIP. 19800702 200501 2 004



Penguji I

M. Andri Setiawan, M.Pd  
NIP. 19860808 201601 1 01001



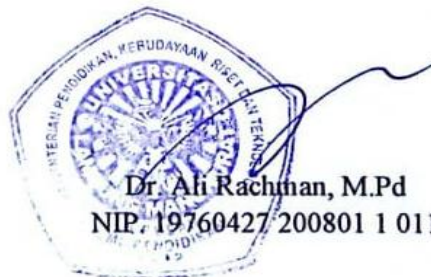
Penguji II

Rizky Ildiyanita, M.Psi., Psikolog  
NIP. 19900205 20180120 1 001



Penguji III

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat



## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

“Ketika kamu menyadari bahwa segala apapun di dunia ini hanyalah sementara, maka kamu akan mengerti bahwa keluhmu perlu sujud, lelahmu perlu ibadah, dan usahamu perlu pasrah. Yang membuat manusia lelah ialah karena ketidakyakinannya perihal persoalan, yang sebenarnya sudah ada di genggaman Allah”. (suka.sepi)

“Sometimes you’re doing better, sometimes you’re doing worse. But, at the end, it’s you. So, I want you to have no regrets, I want you to feel yourself grow and I just want you to also love yourself” (Mark Lee)

### PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil Alamin, segala puji dan syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta’ala, Tuhan yang Maha Esa. Atas Ridho dan Kuasa-Nya lah saya diberikan kemampuan dan kemudahan untuk menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Nabi Besar Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam berkat beliau lah kita mampu mengenal dunia dengan ilmu pengetahuan dan kebaikan.

Saya persembahkan karya sederhana ini sebagai tanda hormat dan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada kedua orang tua yang saya cintai dan sayangi yaitu ibu dan bapak. Terima kasih atas segala doa dan dukungan yang tiada habisnya yang selalu diberikan kepada saya, terima kasih juga tidak pernah mengeluh untuk memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya.

Terima kasih saya ucapkan untuk diri saya sendiri karena terus bertahan walaupun beberapa kali ingin menyerah. Terima kasih sudah selalu mengingat bahwa selalu ada orang tua yang menunggu kabar baik dan ke pulangan anaknya di rumah. Terima kasih sudah berjuang dan melakukan yang terbaik hingga akhir.

Begitu pula saya ucapkan terima kasih kepada Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lambung Mangkurat yang telah membimbing dan mengajarkan banyak ilmu dan pengetahuan yang sangat berharga hingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini, khususnya ibu dan bapak dosen pembimbing 1 dan 2 yang tak pernah lelah membimbing dan memotivasi saya dalam pembuatan skripsi ini.

Terima kasih kepada semua pihak yang tidak bisa saya ucapkan satu persatu atas segala bantuan, doa dan semangatnya, yang mampu menghantarkan saya menyelesaikan pendidikan S1 saya.

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

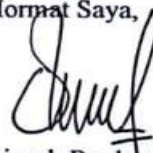
Nama : Aisyah Rayhan Faradina  
NIM : 1910123120001  
Tempat/tanggal lahir : Muara Badak, 20 Agustus 2001  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas : Lambung Mangkurat Banjarmasin

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“PENGELOLAAN *EMOTIONAL LABOR* DENGAN TEKNIK *ART THERAPY* PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING ANGKATAN 2021”** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmua dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Banjarmasin,      Juni 2023

Hormat Saya,



Aisyah Rayhan Faradina  
NIM. 1910123120001

## **ABSTRACT**

Aisyah Rayhan Faradina. 2023. Management of Emotional Labor with Art Therapy Techniques for Guidance and Counseling Students Class of 2021. Advisors: (I) Dr. Nina Permata Sari, S.Psi, M.Pd. (II) M. Andri Setiawan, M.Pd.

Keywords: Emotional Labor, Art Therapy, Mandala Coloring

The purpose of this study was to determine the description of emotional labor in Guidance and Counseling students class of 2021 before and after the art therapy technique was given. This study also aims to determine the effectiveness of art therapy techniques for managing emotional labor in Guidance and Counseling students Class of 2021.

This research is a quantitative study using experimental methods with the form of quasi experiment. This research was conducted at Lambung Mangkurat University Banjarmasin. Experimental research was conducted for 4 meetings. The setting of this research is Guidance and Counseling students class of 2021. The data in this study were obtained from an emotional labor questionnaire and inclusion criteria using purposive sampling technique.

Based on the results of the t-test, it shows that Exact. Sig. (2-tailed) / significance is 0.011 or probability below 0.05 ( $0.011 < 0.05$ ) with the conclusion that there is a difference in the level of emotional labor before and after being given art therapy techniques. So, the art therapy technique is effective for managing emotional labor in Guidance and Counseling students class of 2021.



## ABSTRAK

Aisyah Rayhan Faradina. 2023. Pengelolaan *Emotional Labor* Dengan Teknik *Art Therapy* Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021. Pembimbing: (I) Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd. (II) M. Andri Setiawan, M.Pd.

Kata Kunci: *Emotional Labor*, *Art Therapy*, Mewarnai Mandala

Tujuan penelitian ini adalah untuk menegetahui gambaran *emotional labor* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021 sebelum dan sesudah diberikannya teknik *art therapy*. Penelitian ini juga untuk mengetahui efektivitas teknik *art therapy* untuk pengelolaan *emotional labor* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen dengan bentuk *quasi experiment*. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Penelitian eksperimen dilaksanakan sebanyak 4 pertemuan. Setting penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021. Data dalam penelitian ini diperoleh dari angket *emotional labor* dan kriteria inklusi dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Berdasarkan hasil uji-t, menunjukkan bahwa Exact. Sig. (2-tailed)/signifikansi adalah 0,011 atau probabilitas dibawah 0,05 ( $0,011 < 0,05$ ) dengan hasil kesimpulan yaitu bahwa adanya perbedaan tingkat *emotional labor* sebelum dan sesudah diberikan teknik *art therapy*. Maka, teknik *art therapy* efektif untuk pengelolaan *emotional labor* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga skripsi berjudul (*Pengelolaan Emotional Labor dengan Teknik Art Therapy Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021*) berhasil diselesaikan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat.

Disadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari person serta dari berbagai pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materil. Untuk itu disampaikan ucapan terimakasih khususnya kepada Ibu Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd sebagai pembimbing I dan Bapak M. Andri Setiawan, M.Pd sebagai Pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan arahan dan saran dalam penyusunan skripsi ini. Selain itu, ucapan terimakasih ditunjukkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad, S.E., M.Si selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Dr. Chairil Faif Pasani, M.Si selaku Dekan FKIP ULM Banjarmasin yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam rangka kelancaran pelaksanaan penelitian.
3. Bapak Dr. Ali Rachman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan pengarahan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

4. Ibu Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain, S.Psi., M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
5. Bapak/Ibu dosen Pengajar Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam melaksanakan penelitian ini.
6. Ibu Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd selaku Dosen Pembimbing 1 saya yang tidak lelah membantu, memberi masukan, dan terus memberikan motivasi selama penelitian ini berlangsung.
7. Bapak M. Andri Setiawan, M.Pd selaku Dosen Pembimbing 2 saya yang sudah banyak memberikan masukan dan ilmu yang bermanfaat.
8. Ibu Eklyns Cheseda Makaria, M.Pd selaku penguji ahli buku panduan saya yang sudah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan serta memberikan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Bapak Muhammad Najamuddin, M.Pd selaku penguji ahli buku panduan saya yang sudah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan serta memberikan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini.
10. Seluruh mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021 yang telah mendukung dan membantu terlaksananya kegiatan penelitian.
11. Kedua orangtua terbaik saya Bapak Hariyanto dan Ibu Parida Amalia yang telah sangat berjasa dan bekerja keras, yang selalu bersedia memaafkan, mengerti, memahami, mendukung baik secara moral maupun materi, dan menjadi tempat pulang ternyaman.

12. Seluruh keluarga saya yang selalu mendukung dan meyakinkan bahwa semua pasti bisa dilalui dengan baik dan berakhir bahagia.
13. Teman-teman saya Indri, Nabilla, Risma, Ayu, Fitri, Vira, Dinar, Dellania, Izah dan Verra yang selalu menemani dan mendukung disaat suka duka selama menjadi mahasiswa perantau.
14. Semua pihak yang memberikan bantuan dan dukungan baik secara langsung ataupun tidak langsung sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam skripsi ini masih banyak kekurangan. Sehingga, diharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun agar isi dari skripsi dapat menjadi lebih baik. Semoga amal baik yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Banjarmasin, Juni 2023  
  
Aisyah Rayhan Fajadina

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Batasan Masalah .....	10
D. Tujuan Penelitian .....	10
E. Manfaat Penelitian .....	11
F. Asumsi Dasar Penelitian .....	12
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK.....</b>	<b>13</b>
A. Deskripsi Konseptual .....	13
1. Emotional Labor.....	13
2. Teknik <i>Art Therapy</i> .....	22
B. Strategi Bimbingan dan Konseling yang Digunakan.....	30
1. Layanan Konseling Individual .....	30
C. Kerangka Berpikir.....	37
D. Hipotesis .....	39
E. Hasil Penelitian Yang Relevan .....	40
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>43</b>
A. Pendekatan dan Jenis Pendekatan.....	43
B. Rancangan/Desain Penelitian.....	45

C. Variabel Penelitian.....	46
D. Jenis dan Sumber Data.....	47
1. Jenis Data.....	47
2. Sumber Data.....	48
E. Populasi dan Sampel.....	49
F. Teknik Penarikan Sampel.....	50
G. Tempat, Subjek dan Objek Penelitian.....	51
1. Tempat Penelitian.....	52
2. Subjek Penelitian.....	52
3. Objek Penelitian.....	52
H. Teknik Pengumpulan Data.....	52
1. Instrumen <i>Emotional Labor</i> .....	53
2. Instrumen <i>Art Therapy</i> .....	56
I. Uji Persyaratan Analisis Data.....	64
J. Teknik Analisis Data.....	65
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>67</b>
A. Prosedur Penelitian.....	67
B. Hasil Pelaksanaan Penelitian.....	68
C. Deskripsi Data.....	79
D. Hasil Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	81
1. Uji Normalitas.....	81
2. Uji Homogenitas.....	82
E. Hasil Analisis Data.....	83
1. Teknik Pengelolaan dan Analisis Data.....	83
2. Hasil Pengukuran <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> .....	87
F. Hasil Pengujian Hipotesis.....	96
G. Pembahasan.....	98
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>106</b>
A. Kesimpulan.....	106
B. Saran.....	107
<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>	<b>110</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>114</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1: Desain Penelitian .....	46
Tabel 3.2: Populasi Penelitian .....	49
Tabel 3.3: Kisi-kisi Instrumen <i>Emotional Labor</i> .....	55
Tabel 3.4: Instrumen Validasi Ahli Panduan Pelaksanaan <i>Art Therapy</i> .....	57
Tabel 3. 5: Pemuatan Faktor Skala <i>Emotional Labor</i> dan Penjelasan Varian	61
Tabel 4.1: Hasil Uji Normalitas .....	81
Tabel 4.2: Hasil Uji Homogenitas .....	82
Tabel 4.3 Interpretasi Presentase Skor <i>Emotional Labor</i> .....	84
Tabel 4.4: Hasil Skala Pengukuran <i>Emotional Labor</i> .....	85
Tabel 4.5: Persentase Kemampuan <i>Emotional Labor</i> .....	86
Tabel 4.6: Gambaran Hasil <i>Pre-Test</i> Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021 FKIP ULM Banjarmasin (Sampel) .....	88
Tabel 4.7: Hasil <i>Pre-Test Emotional Labor</i> Kelompok Eksperimen .....	89
Tabel 4.8: Hasil <i>Post-Test Emotional Labor</i> Kelompok Eksperimen .....	89
Tabel 4.9: Gambaran Perbedaan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test Emotional Labor</i> Kelompok Eksperimen .....	90
Tabel 4.10: Hasil <i>Pre-Test</i> Kelompok Kontrol .....	92
Tabel 4.11: Hasil <i>Post-Test Emotional Labor</i> Kelompok Kontrol .....	93
Tabel 4. 12: Gambaran Perbedaan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test Emotional Labor</i>	93
Tabel 4.13: Gambaran Hasil <i>Post-Test Emotional Labor</i> Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021 FKIP ULM (Sampel) .....	95
Tabel 4.14: Perbedaan Hasil Perhitungan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test Emotional</i> <i>Labor</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	96
Tabel 4.15: Hasil Uji <i>Paired Sample Test</i> .....	97
Tabel 4.16: Hasil Uji <i>t</i> .....	98

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 3. 1: Analisis Faktor Konfirmasi Untuk Skala <i>Emotional Labor</i> dalam Sampel Turki .....</b>	<b>63</b>
<b>Gambar 4.1: Diagram Batang Perbandingan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test Emotional Labor</i> pada Mahasiswa Kelompok Eksperimen .....</b>	<b>91</b>
<b>Gambar 4.2: Diagram Batang Perbandingan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test Emotional Labor</i> Mahasiswa Kelompok Kontrol .....</b>	<b>94</b>