

Studi Deskriptif Tentang Kematangan Emosi Pada Siswa Kelas X DPB Di SMK Muhammadiyah Gamping Tahun Ajaran 2023/2024

Laili Rakhma Aidhina¹, Agungbudiprabowo¹, Witri Nur Laela²

¹Universitas Ahmad Dahlan, ²SMK Muhammadiyah Gamping

Key Words:

Emosional, Lingkungan, Kepribadian

Abstrak

Kajian penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kematangan emosi pada siswa terutama pada siswa kelas X DPB di SMK Muhammadiyah Gamping tahun ajaran 2023/2024. Dengan menggunakan penelitian kualitatif yang mendeskripsikan hasil yang didapat dari AKPD SMA tersebut. Pada masa remaja, kontrol emosi belum dapat dikendalikan disebabkan berbagai faktor terutama lingkungan. Hasil dari kajian penelitian menyatakan permasalahan tingkat kematangan emosi yang ada dalam siswa masih tinggi yaitu 93,3% sehingga perlu upaya yang harus dilakukan agar emosional yang ada pada setiap siswa kelas tersebut menjadi lebih stabil, penyebab dari rendahnya dalam mengontrol emosi pada siswa dapat disebabkan dari faktor internal maupun eksternal.

How to Cite: Aidhina. (2023). Studi Deskriptif Tentang Kematangan Emosi Pada Siswa Kelas X DPB Di SMK Muhammadiyah Gamping Tahun Ajaran 2023/2024. *Seminar Nasional Pengenalan Lapangan Persekolahan UAD*.

PENDAHULUAN

Sekolah ialah tempat siswa menempuh pendidikan secara formal yang dimana terbagi menjadi berbagai tingkat dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Dengan pendidikan para peserta didik akan diberikan ilmu pengetahuan, pembelajaran, pengalaman dan lainnya yang berlandaskan dengan aturan pendidikan yang ada. Selain itu dalam pendidikan para peserta didik diharapkan agar dapat mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Tujuan para peserta didik harus menyesuaikan dengan lingkungan agar watak dan prilaku para peserta didik dapat terbentuk menjadi prilaku yang positif dan dapat berkontribusi secara baik kepada lingkungan masyarakat dan sekitar dengan landasan norma di Indonesia. Setiap peserta didik atau siswa memiliki proses yang terjadi pada tumbuh dan berkembang bagi setiap individu dengan melalui fase anak, remaja dan dewasa.

Kematang emosi ialah kunci utama dalam perkembangan kepribadian pada siswa (Ramadani, Supriatna, & Yuliani, 2023). Setiap kematangan emosi pada siswa berbeda-beda, tergantung bagaimana siswa dapat mengendalikan dan mengontrol emosi saat berinteraksi dan berbaur dalam kehidupan yang dihadapi. Walgito menyatakan ciri dari kematangan emosi yaitu dapat menentukan sikap emosi yang sesuai, memiliki tujuan yang jelas serta kebiasaan yang dilakukan dengan efisien, dapat mengontrol emosional pribadi, objektif, sikap yang baik, dan bertanggungjawab dengan yang dilakukan serta realitis akan hal-hal baru (Ulima, 2023). Sehingga kematangan emosi tergantung pada keadaan sebagai cara untuk mencapai perkembangan emosional, supaya dapat menreima realita diri, berpikir dengan objektif dan dapat mengatur emosi yang ada dalam diri sendiri (Fajrina, 2022).

Pada tingkat SMA/SMK yaitu dimana tahap dari perahlian masa kanak-kanak menuju sebelum dewasa atau dapat disebut sebagai fase remaja. Pada fase remaja banyak hal yang dihadapi oleh anak remaja karena pada saati inilah proses penyesuaian dalam pertumbuhan dan perkembangan berlangsung. Remaja banyak mengalami kesulitan dalam mengontrol diri terutama pada emosi yang tidak stabil yang bisa disebabkan oleh berbagai faktor. Pada fase ini kelabilan emosional yang ada

pada remaja terutama pada siswa yang berada di bangku SMA kelas 10. Pada fase ini yang dimana dapat disebabkan dari tekanan sosial maupun kondisi baru yang memerlukan adaptasi.

Pada masa ini remaja identik sebagai tempat beraktivitas sosial, membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif. Banyak permasalahan emosional yang menimpa generasi muda saat ini, seperti rasa frustrasi dan rasa jengkel terhadap hal-hal kecil, baik yang berkaitan dengan konflik internal maupun eksternal dalam diri individu. Ketika tujuan pribadi tidak lagi tercapai, frustrasi dan tekanan perasaan adalah respons emosional umum yang berhubungan dengan perasaan marah, sedih, dan kecewa.

Hurlock (2016) menyatakan tujuan yang terjadi dalam perkembangan anak remaja supaya dapat membantu dalam menghilangkan sikap dan perilaku kanak-kanak sehingga dapat tercipta kemandirian dalam mengendalikan emosional diri pribadi, berpikir sebelum bertindak, dan perilaku yang sewajarnya dalam umurnya. Remaja harus dapat mengontrol dan membatasi emosinya dalam lingkungan (dalam Ali dan Asrori, 2017) karena faktor utama yang dapat disebabkan dari peristiwa internal maupun eksternal. Oleh karena itu pentingnya dalam meninjau kematangan emosional karena kematangan emosional ialah cara seseorang dalam mengatur dan menahan emosinya dengan baik dari luar maupun dalam dirinya (Srivastava, 2016). Dengan dapat mengontrol emosional yang ada dalam diri maka akan dapat bertindak dengan sesuai norma dan baik dalam bersikap.

Goleman (2017) menjabarkan emosi terbagi menjadi positif dan negatif, yang dimana dideskripsikan dalam delapan bentuk emosi. Emosi positif diantaranya ialah gembira, senang, dan bahagia, sedangkan emosi negatif meliputi rasa takut, tidak suka, kemarahan, sedih dan perasaan buruk lainnya. dalam masa inilah anak remaja akan mengalami berbagai emosi yang tak terkendali dan terkadang bisa hingga meledak-ledak. Dengan demikian, remaja sangat perlu dapat mengendalikan emosinya secara tepat dan menyesuaikan. Hurlock (2016) menyatakan ada 3 ciri kematangan emosi yaitu kontrol emosi, pemahaman pada diri sendiri dan berpikir kritis.

METODE

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif, yang dimana pada penelitian kualitatif adalah penelitian yang mengkaji masalah-masalah sosial berdasarkan pengujian suatu teori yang terdiri dari variabel-variabel yang diukur secara numerik. Penelitian ini menggunakan karakteristik dari penelitian kualitatif yaitu deskriptif sebagai uraian dan memaknai untuk mengetahui lebih dalam dari fenomena atau kejadian (Dede, 2020). Teknik pengumpulan data dalam kajian ini menggunakan Hasil AKPD dari sekolah yang dikaji, dengan melakukan penelitian di SMK Muhammadiyah Gamping. Subjek penelitian yaitu pada kelas X DPB (Desain dan Produksi Busana) di SMK Muhammadiyah Gamping dengan jumlah siswa 15 orang dan dalam kelas tersebut terdiri semua siswa berjenis kelamin perempuan. Peneliti dilakukan sebagai instrumen kunci sebagai pengumpul data dan mengetahui keadaan lapangan untuk memperoleh data secara mendalam dan menyeluruh. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data yang berhubungan dengan siswa yaitu tepatnya pada emosional siswa. Serta dengan Analisis data dilakukan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan (Ulfatin, 2015).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian yang dilakukan dalam Studi Deskriptif tentang Kematangan Emosi pada Siswa Kelas X DPB di Smk Muhammadiyah Gamping Tahun Ajaran 2023/2024, dengan data sebagai berikut:

Tabel 1. Profil Kelas dari Hasil Analisa Angket Kebutuhan Peserta Didik
X DPB 2023/2024

BUTIR ANGKET	PRESENTASE	PRIORITAS
Saya belum tahu cara mengendalikan emosi	93,3%	TINGGI

Sumber: Data aplikasi AKPD kelas X DPB SMK Muhammadiyah Gamping 2023/2024

Data yang diambil dari aplikasi AKPD SMK tersebut merupakan data yang digunakan dalam bimbingan konseling SMK tersebut guna melihat perkembangan yang terjadi pada siswa. Kegiatan yang dilakukan sekolah dengan memberikan jenis layanan seperti memberi penyebaran angket kepada 15 orang siswa SMK guna melihat kematang emosional dalam diri siswa. Dalam data diatas terdeteksi bahwa kematangan emosional pada siswa sangat tinggi dalam kategori tidak mengetahui cara mengendalikan emosi sebesar 93,3%. Sehingga kematang emosional pada siswi kelas X DPB SMK Muhammadiyah Gamping 2023/2024 masih sangat rendah.

Pembahasan

Dari data AKPD SMK tersebut pada kelas DPB persentase yang paling tinggi terdapat dalam butir angket cara pengendalian emosi yang belum banyak diketahui siswi kelas tersebut. Seseorang yang belum dapat mengendalikan emosinya biasanya dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Dari data tersebut 93,3% dari 15 orang siswi dikategorikan bahwa masih sangat tinggi permasalahan mengendalikan emosinya. Ketidakmampuan dalam mengelola emosi ialah salah satu gangguan dasar psikologis dan kepribadian, reaksi ataupun ekpresi yang belum terkendali sehingga dapat memberikan dampak yang buruk akan kehidupan pribadi maupun merugikan orang lain (Halik, Helwa, Ramadhani, 2022).

Garrison menjabarkan hidup yang bahagia bukan berarti tidak ada bentuk emosi yang meliputinya, akan tetapi kebiasaan menahan semua hal sehingga emosi yang ada dalam diri tertahan yang dapat berdampak buruh bagi kesehatan. Banyak hal yang terjadi ketika hanya dapat menahan emosional diri tapi tidak dapat mengendalikan emosinya, salah satu contohnya sakit yang diterima jika menahan emosi ialah stress yang berkelanjutan tanpa disadari. Emosi sebagai salah satu faktor pendukung dalam memberikan respon pada kehidupan, emosi dapat menjagi sumber tenaga dalam diri individu seperti, dapat menghibur diri sendir, menghilangkan kecemasan yang tidak penting, dan bangkit dari emosi yang menyebabkan tertekan dalam kehidupan.

Siswa dalam keadaan yang tidak dapat mengendalikan emosinya yaitu berada pada fase remaja yang cenderung memiliki emosional kuat dan susah untuk dikendalikan, tidak berpikir secara logis, mudah tersinggung, dan sikap buruk lainnya. Ketika seorang siswa yang tidak dapat mengendalikan emosi dalam menghadapi masalah, maka orang tersebut hanya akan menahan dan berlarut-larut dalam masalah tersebut. Sehingga akan sangat menyebabkan gangguan dalam proses belajar.akibat dari tidak dapat mengendalikan emosional dalam diri pribadi ialah sikap yang tidak sopan kepada semua orang di sekolah, melanggar tata tertib, sering terlambat dan lainnya. Sehingga akan menimbulkan presepsi sampai dengan julukan yang tidak baik dari guru ke siswa tersebut.

Penyebab lainnya dari tidak dapat mengendalikan emosi yang ada pada siswa yaitu disaat emosi siswa lebih dominan dari pada pemikiran, sehingga walaupun ilmu pengetahuan dan kesadaran

dalam diri siswa dapat membantu dalam mengatasi stress atau frustrasi emosional. Akibat dari hal tersebut dapat membentuk perilaku negatif lainnya dan akan sulit untuk dilepaskan emosi negatif pada diri siswa. Setiap emosi pada siswa berbeda-beda dalam tingkat emosi terbagi dalam tingkat intensitas yang berbeda, misalnya dalam kejadian yang sama akan dapat memicu perbedaan emosi yang dikeluarkan siswa berbeda. Jika intensitas terlalu tinggi pada emosi yang ada maka akan menyebabkan hilangnya kendali dalam mengontrol diri.

Ketika tidak dapat mengendalikan emosi yang ada pada diri maka ada berbagai cara untuk mengatasi hal tersebut, Mudjran (dalam Yuliani, 2013) menyatakan ada beberapa cara yang bisa dilakukan ketidak mengendalikan emosi yang buruk ialah selalu berpikir baik dan menghargai semua orang dalam berpendapat, selalu sabar dan bisa mengalihkan pemikiran akan hal baik saja. Selain itu dapat dilakukan dengan cara terbuka akan rasa bahagia dan mampu dalam mempertimbangkan berbagai hal yang berkaitan dengan emosional pribadi demi kebahagiaan diri sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis maka Siswa Kelas X DPB di SMK Muhammadiyah Gamping Tahun Ajaran 2023/2024 tingkat permasalahan kematangan emosi yang ada dalam siswa masih tinggi yaitu 93,3% sehingga perlu upaya yang harus dilakukan agar emosional yang ada pada setiap siswa kelas tersebut menjadi lebih stabil, penyebab dari rendahnya dalam mengontrol emosi pada siswa dapat disebabkan dari faktor internal maupun eksternal. Dengan beragam hal banyak yang dapat dilakukan agar siswa dapat mengendalikan kematangan emosional dalam diri pribadi yang dimana bisa dilakukan dengan mengikuti kegiatan positif dan bisa mengenal diri sendiri lebih dalam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada semua pihak yang telah ikut terlibat dalam kajian ini terutama kepada DPL yang membimbing mengenai penelitian yang dilakukan. Selain itu terima kasih kepada guru BK SMK Muhammadiyah Gamping sehingga saya dapat memperoleh data dari aplikasi AKPD siswa disekolah tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2017). Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Fajarina, A. (2022). Pencapaian Kematangan Emosi Pada Siswa Kelas XII Man 2 Bojonegoro. *Edustream: Jurnal Pendidikan Dasar*, Volume VI, Nomor 1, Mei 2022.
- Goleman, D. (2017). Kecerdasan Emosi Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ. Jakarta: P.T Gramedia Pustaka Utama.
- Halik, A., Helwa, A., & Ramadhani, A. (2022). Penerapan Teknik Expressive Writing Langkah Membantu Siswa Mengelola Emosi. *Semanggi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, Volume 1 Nomor 02, Oktober 2022.
- Hurlock, E. (2016). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Terjemahan Istiwardyanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Ramdani, D., Supriatna, E., & Yuliani, Wiwin. (2023). Validitas Dan Reliabilitas Angket Kematangan Emosi. *Fokus*, Volume 6, No. 3, Mei 2023.
- Rosyada, Dede. (2023). Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Pendidikan. Jakarta: Kencana.
- Srivastava, K. S. (2016). Applied and Community Psychology. Study Habbit and Emotional Maturity of Under-Graduate and PostGraduate (Ed.). New Delhi: Sarup and Sons.
- Ulima, T. S. (2023). Hubungan Antara Tingkat Keharmonisan Keluarga Dan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIII Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Pematangsiantar Semester Genap

T.P.2019/2020. Journal Educational Research and Social Studies, Volume 4, Nomor 2, April 2023