

Hubungan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Siswa

Melinda Adhilarari Miyanti

Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan
melinda.adhila@gmail.com

Ismiradewi

Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan
Ismira.dewi@psy.uad.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri siswa. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII MTs Al Ma'had An Nur Bantul, Yogyakarta. Jumlah subjek yang diambil pada penelitian ini sebanyak 115 siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kematangan emosi dan skala penyesuaian diri. Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi *product moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri, ditunjukkan dengan nilai $r = 0,180$ dengan $p=0,055$ ($p>0,05$) Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri siswa MTs Al Ma'had An Nur Bantul, Yogyakarta.

Kata kunci: Kematangan Emosi, Penyesuaian Diri, Remaja

ABSTRACT

The aims of this study to examine the relationship between emotional maturity and students' adjustment. The subjects in this study were students of class VII MTs Al Ma'had An Nur Bantul, Yogyakarta. The number of subjects taken in this study were 115 students. Method used in this research is the quantitative method, the measuring instrument used in this research is the emotional maturity scale and the self-adjustment scale. The data obtained in this study were analyzed using the product moment correlation technique. The results of this study indicate that there is no significant relationship between emotional maturity and self-adjustment, indicated by the value of $r = 0.180$ with $p = 0.055$ ($p > 0.05$) This indicates that there is no relationship between emotional maturity and self-adjustment of MTs students. Al Ma'had An Nur Bantul, Yogyakarta.

Key words: emotional maturity, adjustment, adolescence

PENDAHULUAN

Pendidikan berdasarkan UU no 23 tahun 2003 merupakan hak setiap warga negara, yang meliputi usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran, agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Salah satu wadah untuk mendapatkan pendidikan adalah sekolah. Santrock dalam (Azizah dan Hidayati, 2015) menyatakan Sekolah adalah sebuah institusi pendidikan formal yang disediakan oleh pemerintah yang memiliki fungsi sebagai tempat menuntut ilmu dan juga tempat pembentukan moral, karakter, pengembangan minat dan bakat siswa. Sekolah menjadi salah satu tempat peserta didik mendapatkan stimulus untuk mengoptimalkan tumbuh kembangnya.

Sekolah MTs Al Ma'had An Nur Bantul Yogyakarta, di mana MTs tersebut merupakan lembaga pendidikan yang memadukan antara sistem pendidikan umum (sekolah) dengan model pesantren melalui model pendidikan sekolah berasrama (*boarding school*), yang mengharuskan siswa untuk tinggal di asrama selama 24 jam. Pesantren sebagai lembaga pendidikan membentuk dan mengembangkan nilai-nilai moral menjadi pelopor sekaligus inspirator pembangkit moral bangsa (Syafe'i, 2017). Sekolah berasrama (*boarding school*) adalah sekolah yang didalamnya terdapat berbagai fasilitas penginapan yang disediakan untuk siswanya dan fasilitas tersebut dalam lokasi yang berdekatan dengan sekolah (Maslihah, 2011). Menurut Hayati (Syafe'i, 2017) pendidikan pesantren diselenggarakan dalam bentuk asrama yang dipimpin oleh kyai atau ulama dibantu oleh ustaz dan ustazah yang hidup bersama di tengah para santri dengan masjid atau surau sebagai pusat kegiatan keagamaan, gedung-gedung sekolah atau ruang-ruang belajar sebagai pusat kegiatan belajar mengajar, serta pondok-pondok sebagai tempat tinggal santri.

Padatnya jadwal ketika di sekolah maupun di pondok asrama dimana setelah sekolah berakhir masih ada kegiatan lainnya di pondok seperti bimbingan belajar, bimbingan membaca Al Quran sampai malam dan tentunya dengan waktu tidur yang sedikit. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti beberapa siswa MTs Al Ma'had An Nur Bantul diperoleh bahwa siswa kesulitan dalam menjalin hubungan

sosial dengan teman baru, kondisi yang jauh dari orang tua dan keluarga, masih sulit untuk bersikap mandiri ketika mengerjakan semua tugas sendiri misalnya membersihkan kamar, mencuci baju, menyetrika, mencuci piring setelah makan, padatnya jadwal ketika di sekolah maupun di pondok asrama dimana setelah sekolah berakhir masih ada kegiatan lainnya di pondok seperti bimbingan belajar, bimbingan membaca Al Quran sampai malam dan tentunya dengan waktu tidur yang sedikit. Hasil wawancara tambahan dengan salah satu guru bimbingan belajar di asrama pondok MTs dengan beberapa indikator perilaku yang menunjukkan ketidakmampuan dalam penyesuaian diri pada siswa diantaranya siswa sering menyendiri, sulit berkomunikasi, tidak percaya diri, sulit menyampaikan pendapat saat berdiskusi, tidak mempunyai teman baru.

Penelitian Pritaningrum dan Wiwin (2013) mengenai penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren modern Nurul Izzah, Gresik menunjukkan masih banyak santri yang mengalami masalah dalam menyesuaikan diri terutama pada tahun pertama, sehingga hampir setiap tahun selalu ada santri keluar sebelum lulus atau tetap bertahan namun dalam kondisi terpaksa sehingga sering mengakibatkan santri menunjukkan perilaku yang tidak terarah dan prestasi akademik menurun. Penyesuaian diri berlangsung secara terus menerus antara memuaskan kebutuhan diri sendiri dan tuntutan lingkungan, termasuk tuntutan orang lain secara kelompok ataupun masyarakat.

Agustiani (2006) menjelaskan bahwa individu akan mampu mengatasi berbagai permasalahan yang dialami apabila memiliki kemampuan penyesuaian diri. Menurut Schneiders (dalam Agustiani, 2006), penyesuaian diri yaitu kemampuan individu yang termasuk respon mental yang bertujuan untuk dapat menghadapi kebutuhan internal, ketegangan frustrasi, konflik, serta menghasilkan kualitas antara tuntutan internal dengan tuntutan eksternal atau lingkungan sekitar individu.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan, frustrasi dan konflik batin serta menelaraskan tuntutan batin ini dengan tuntutan yang dikenakan kepadanya oleh dunia dimana individu hidup (Semiun, 2006). Ali dan Asrori (2004) mengatakan bahwa Individu dikatakan memiliki

kemampuan penyesuaian diri yang baik (*well adjusted person*) jika mampu melakukan respons-respons yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat.

Adapun faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri berasal dari eksternal dan internal. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri, sedangkan faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu, yang salah satunya yaitu kematangan emosi (Ghufron & Risnawati, 2010). Adanya berbagai perubahan dan tuntutan sosial ini, secara langsung memaksa remaja agar memiliki kematangan emosi. Hurlock (2003) mengatakan bahwa individu yang matang emosinya memiliki kontrol diri yang baik, mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat atau sesuai dengan keadaan yang dihadapinya, sehingga lebih mampu beradaptasi karena dapat menerima beragam orang dan situasi dan memberikan reaksi yang tepat sesuai dengan tuntutan yang dihadapi. Remaja yang dapat menerima kondisinya akan terbebas dari kecemasan dan konflik batin yang pada akhirnya akan mengarah pada kemampuan penyesuaian diri yang baik. Remaja yang menunjukkan kecerdasan emosional akan memberi kesan yang positif tentang dirinya, mampu mengenali emosi yang dirasakan, berusaha ikut serta dengan lingkungan, mengendalikan emosi sesuai dengan waktu dan kondisi (Fatimah dalam Himmah & Desiningrum, 2017).

Gambaran kondisi siswa yang berada di sekolah MTs Al Ma'had An Nur Bantul Yogyakarta, yang memadukan antara sistem pendidikan umum (sekolah) dengan model pesantren melalui model pendidikan sekolah berasrama (*boarding school*), menuntut siswa agar memiliki penyesuaian diri yang baik. Kemampuan penyesuaian diri yang baik untuk melewati berbagai tuntutan dan perubahan agar proses pendidikan antara system pendidikan umum (sekolah) dengan model pesantren dapat mencapai keberhasilan yang tentunya didukung dengan kecerdasan emosional.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII MTs Al Ma'had An Nur Bantul Yogyakarta. Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah remaja awal 12-15 tahun, siswa kelas VII MTs Al Ma'had An Nur, siswa bertempat tinggal di asrama. Teknik yang digunakan *Cluster Random Sampling* yaitu pengambilan sampel dengan cara merandom (mengundi) *cluster* atau rumpun. Sampel dalam penelitian

ini adalah 115 siswa yang terdiri dari kelas VIIB, VIIC, VII D dan VIIG MTs Al Ma'had An Nur Bantul Yogyakarta. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala yaitu Skala Penyesuaian Diri berjumlah 16 aitem dan Skala Kecerdasan Emosional berjumlah 28 aitem. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *product moment* dengan menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) for windows 16.0*

HASIL

Hasil deskripsi masing-masing variabel penelitian berdasarkan penyebaran skala dapat dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 1.
Deskripsi data penelitian

Var	Jumlah aitem	Skor empirik				Skor hipotetik			
		Min	Maks	Mean	SD	Min	Maks	Mean	SD
X	28	63	104	88.16	8.660	28	112	70	14
Y	16	48	64	56.54	4.233	16	64	40	8

Keterangan:

X: Kematangan emosi

Y: Penyesuaian diri

Setelah diperoleh data statistik deskriptif, maka dapat dilakukan pengkategorisasian skor variabel penyesuaian diri dan kematangan emosi. Kategorisasi variabel penelitian, peneliti menggunakan distribusi skor empiric. Alasan menggunakan skor empiric yaitu berdasarkan hasil yang diperoleh, subjek sebagian berada pada kategori rendah sedangkan ketika menggunakan skor hipotetik, tidak didapatkan hasil subjek berada pada kategori rendah.

Kategorisasi tersebut didasarkan pada mean empiric dan standar empiric pada masing-masing variabel yang dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 2.
Kategorisasi Skor Kematangan Emosi

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategorisasi
$X < 79,5$	19	16,5%	Rendah
$79,5 \leq X \leq 96,82$	78	67,8%	Sedang
$X \geq 96,82$	18	15,6%	Tinggi

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa dari 115 subjek penelitian, sebanyak 19 (16,5%) subjek memiliki kematangan emosi berada dalam kategori rendah, 78 (67,8%) subjek berada pada kategori sedang dan 18 (15,6%) subjek berada pada kategori tinggi.

Tabel 3.
Kategorisasi Penyesuaian Diri

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategorisasi
$X < 52,307$	22	19,1%	Rendah
$52,307 \leq X \leq 60,733$	76	66,1	Sedang
$X \geq 60,733$	17	14,8	Tinggi

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa dari 115 subjek penelitian, sebanyak 22 (19,1%) subjek memperoleh penyesuaian diri berada dalam kategori rendah, 76 (66,1%) subjek berada pada kategori sedang dan 17 (14,8%) subjek berada pada kategori tinggi.

Hasil dari variabel penyesuaian diri menunjukkan nilai *K-S Z* sebesar 0,842 dengan nilai $p = 0,478$. Variabel kematangan emosi menunjukkan nilai *K-S Z* sebesar 0,957 dengan nilai $p = 0,319$. Dari hasil analisis kedua variabel memperoleh nilai $p > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data memenuhi asumsi normalitas. Selanjutnya, hasil yang diperoleh dari uji linearitas pada variabel penyesuaian diri dengan kematangan emosi menunjukkan bahwa $F_{linearity} = 3,788$ dengan nilai signifikansi $p = 0,054$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki hubungan yang linier.

Analisis data penelitian dilanjutkan dengan menggunakan teknik korelasi product moment dari Pearson, dimana hasilnya sebagai berikut.

Tabel 6
Hasil analisis korelasi product moment

Variabel	r	Sig (p)	Keterangan
kematangan emosi dengan penyesuaian diri	0,180	0,055	($p > 0,05$) tidak signifikan

Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri, berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment pearson* diketahui bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel kematangan emosi dengan penyesuaian diri dengan diperoleh nilai $r = 0,180$ dengan $p = 0,055$ ($p > 0,05$) menunjukkan tidak terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak.

PEMBAHASAN

Hasil analisis antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri siswa MTs Al Ma'had An Nur Bantul menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara keduanya. Hal ini menunjukkan bahwa kematangan emosi siswa, tidak memberikan pengaruh apapun pada kemampuan dalam menyesuaikan diri siswa. Hal ini bertentangan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Himmah dan Desiningrum (2017) disebutkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada santri remaja. Hasil penelitian lain yang menyatakan bahwa dengan kematangan emosi yang tinggi, seseorang akan semakin tegar menghadapi kesulitan dan mampu mengatasi kesulitan dengan tepat sehingga bisa bertahan dengan berbagai rintangan (Yusuf dan Sugandhi, 2011).

Seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik (*well adjusted person*) jika mampu melakukan respons-respons yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat (Ali dan Asrori, 2004). Ditambahkan oleh Hurlock (2008) bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri individu di sekolah, yaitu: 1) Teman-teman sebaya. Individu dengan teman-teman sebayanya mulai belajar bahwa standar perilaku yang dipelajari mereka di rumah sama dengan standar teman dan beberapa yang lain berbeda. 2) Guru. Secara langsung guru dapat mempengaruhi konsep diri individu

dengan sikap terhadap tugas-tugas pelajaran serta perhatian terhadap siswa. 3) Peraturan sekolah. Peraturan sekolah memperkenalkan pada individu perilaku yang disetujui dan perilaku yang tidak disetujui oleh anggota kelompok tempat individu belajar, apa yang dianggap salah dan benar oleh kelompok sosial. Soeparwoto (2004) menambahkan bahwa penyesuaian diri terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari motif, konsep diri, persepsi, sikap, inteligensi, minat, dan kepribadian. Faktor eksternal terdiri dari keluarga, kondisi sekolah, teman sebaya, prasangka sosial, hukum dan norma. Siswa MTs Al Ma'had An Nur lebih banyak menghabiskan waktu berada di asrama sekolah (*boarding school*) sehingga faktor eksternal dalam penyesuaian diri ini lebih dipengaruhi oleh kondisi sekolah, teman sebaya, prasangka sosial, hokum dan norma yang berlaku di sekolah.

Penyesuaian diri tidak hanya penyesuaian diri pada diri sendiri, menurut Willis (2017) disamping penyesuaian terhadap diri sendiri ada lagi beberapa bentuk penyesuaian diri yaitu penyesuaian diri dalam keluarga, penyesuaian diri di sekolah, dan penyesuaian diri di masyarakat. Subjek dalam penelitian ini menggunakan siswa MTs Al Ma'had An Nur yang banyak menghabiskan waktu mereka tinggal di sekolah dan asrama sekolah (*boarding school*). Maka dari itu, siswa juga dituntut agar mampu melakukan penyesuaian diri terutama ketika berada di sekolah.

KESIMPULAN

Berdasarkan simpulan dari penelitian ini, menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada siswa MTs Al Ma'had An Nur. Secara umum hasil penelitian juga menunjukkan bahwa rata-rata siswa di MTs Al Ma'had An Nur memiliki kemampuan penyesuaian diri yang relatif cukup bagus, begitupula dengan kematangan emosi mereka.

Berdasarkan hasil penelitian, maka bagi peneliti selanjutnya ini diharapkan peneliti dapat mengembangkan penelitian dengan menggunakan metode yang berbeda serta memperbaiki kualitas angket penelitian. Peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel bebas lainnya selain kematangan emosi, seperti kematangan intelektual, motivasi dan lain sebagainya.

September 16, 2020, Hal. 33-42

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2006). Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja. Bandung: Refika Aditama.
- Ali, M., Asrori, M. (2015). Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Bandung: PT Bumi Aksara.
- Azizah & Hidayati. (2015). Penyesuaian Sosial Dan School Well-Being: Studi pada Siswa Pondok Pesantren yang Bersekolah di MBI Amanatul Ummah Pacet Mojokerto. *Jurnal Empati*, Vol 4(4).
- Ghufron, M.N & Risnawati, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Himmah, L & Desiningrum, D.R. (2017). Hubungan kecerdasan emosional dan penyesuaian diri pada santri pondok pesantren remaja jekas VII Askhabul Kahfi. *Jurnal Empati*, Vol 7 (3).
- Hurlock, E. B. (2003) *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E.B. (2008). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Erlangga Press.
- Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia Bandung*, Vol, 10 (2).
- Mu'tadin, Z. (2002). *Penyesuaian Diri Remaja*. PT. Elek Media Komputindo.
- Pritaningrum, M & Wiwin, H. (2013). Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Vol 2 (3).
- Sarwono, S. W. 2012. Pengantar Psikologi Umum. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Semium, Y. (2006). *Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Kanisius.
- Soeparwoto. (2004). Psikologi Perkembangan. Semarang: UPT MKK UNNES
- Syafe'I. (2017). Pondok Pesantren: Lembaga Pendidikan Pembentukan Karakter. Al-Tadzkiyyah: *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol 8 (I).
- Walgito, B. (2004). Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Andi.

September 16, 2020, Hal. 33-42

Willis, S. (2017). *Remaja & Masalahnya*. Bandung: Alfabeta

Yusuf, S. 2014. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Yusuf, S., & Sugandhi, N. M. (2011). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.