

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu unsur penting dalam membentuk pola pikir dan perilaku seseorang. Pendidikan mencakup proses belajar mengajar. Belajar merupakan suatu proses berpikir dan berubah melalui tahapan-tahapan dan latihan secara berulang-ulang untuk memperoleh pengetahuan (Hurit et al., 2021). Salah satu jenjang pendidikan atas di Indonesia adalah sekolah menengah atas (SMA). SMA merupakan satu fase pendidikan yang menjadi kewajiban untuk dituntaskan. Masa ini sering disebut juga sebagai masa yang paling indah dimana pada tahap ini siswa berada pada masa remaja yang merupakan masa dimana seseorang mencari identitas diri. Masa remaja merupakan satu periode yang menyenangkan, tetapi sekaligus merupakan masa yang banyak menimbulkan masalah.

Menurut Santrock (2003) Masa remaja adalah sebuah peralihan dan kelanjutan perkembangan dari masa anak – anak menuju masa dewasa yang di dalamnya mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional. Remaja berada pada rentang usia 12-21 tahun dengan pembagian usia 12-15 tahun adalah masa remaja awal, usia 15-18 tahun adalah masa remaja tengah atau madya, dan usia 18-21 tahun adalah masa remaja akhir (Monks, Knoer & Haditono, 2006).

Remaja pada fase perkembangannya mempunyai serangkaian tugas perkembangan yang harus diselesaikan dengan baik. Cole (1963) mengklasifikasikan tugas perkembangan remaja ke dalam sembilan kategori yaitu: mencapai kematangan emosional, mencapai kematangan sosial, mencapai kematangan intelektual, mampu menggunakan waktu senggang secara tepat, pemantapan minat-minat heteroseksual, mencapai kemandirian dari kontrol keluarga, mampu mengidentifikasi diri, mampu memilih pekerjaan, dan mampu memiliki falsafah hidup.

Chaplin (2014) menjelaskan bahwa kematangan adalah keadaan telah mencapai satu bentuk kedewasaan psikologis dari inteligensi, proses-proses emosional, dan seterusnya. Proses perkembangan kematangan berasal dari keturunan dan usaha belajar individu terhadap lingkungannya. Emosi diartikan sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme, mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku (Chaplin, 2014). Sedangkan kematangan emosi merupakan suatu kondisi dimana individu sudah mampu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, mampu menyalurkan emosinya dengan cara yang tepat, dan terbuka mengenai perasaan dan pikirannya pada orang lain dengan rasa aman (Hurlock, 1991).

Kematangan emosi dapat disebabkan oleh banyak faktor salah satunya adalah faktor jenis kelamin. Menurut Hungu (2016) jenis kelamin adalah perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang dilahirkan. Senada dengan Santrock (2003) yang mengatakan bahwa istilah jenis kelamin mengacu pada dimensi biologis seorang laki-laki dan perempuan. Young (2009) mengatakan bahwa adanya perbedaan karakteristik emosi antara laki-laki dan perempuan disebabkan karena ada perbedaan hormonal, perbedaan badaniah, kondisi psikologis, dan peran sosial. Individu dengan jenis kelamin dan usia yang sama pun sering kali berada pada tahap perkembangan hormonal dan fisik yang berbeda sehingga mengakibatkan kematangan emosionalnya pun juga berbeda-beda (Fischer & Evers, 2011).

Davis dalam Astuti (2005) menjelaskan bahwa perbedaan jenis kelamin pada kematangan emosi disebabkan karena pengaruh sosialisasi awal emosi. Laki-laki dan perempuan tumbuh dalam dunia percakapan yang berbeda. Orang tua, saudara, kawan, guru, dan orang lain berbicara kepada laki-laki dan perempuan dengan cara yang berbeda (Santrock, 2007). Anak laki-laki diharapkan dapat lebih mandiri, aktif, dan percaya diri. Sedangkan anak perempuan diharapkan lebih ekspresif, hangat secara emosional, suka menolong, dan sensitif (Neumann, van Lier, Frijns, Meeus, & Koot, 2011).

Berdasarkan tugas perkembangan remaja yang dikemukakan oleh Cole (1963) bahwa remaja seharusnya mampu mencapai kematangan

emosional sehingga menciptakan moral dan perilaku yang harmonis. Namun pada kenyataannya kenakalan remaja di Indonesia meningkat pada usia 15-19 tahun (Kartono, 2002). Pada usia ini remaja masuk ke dalam tahap remaja tengah atau remaja madya. Pada masa ini idealnya remaja mulai menentukan nilai-nilai moral, mulai melakukan perenungan terhadap pemikiran filosofis dan etis, dan timbul kesadaran akan kepribadian dan kemantapan pada diri sendiri (Ahyani & Astuti, 2018).

Dalam kehidupan sehari-hari dan dalam konteks hubungan interpersonal siswa di sekolah, kematangan emosi mempengaruhi bagaimana cara siswa mengekspresikan emosinya melalui tingkah laku yang tepat sehingga tidak menyakiti dirinya sendiri dan orang lain. Jadi dapat dikatakan bahwa emosi mempengaruhi pembentukan suatu tingkah laku atau respon dalam diri seseorang. Grasha dan Krischenbaum dalam Silaban (1992) menjelaskan bahwa emosi adalah suatu bentuk perasaan (afek) yang dipergunakan untuk menentukan respon terhadap stimulus, baik yang berasal dari dalam maupun dari luar diri individu. Emosi juga merupakan hal yang dapat merangsang tingkah laku menuju pada suatu tujuan dan berhubungan dengan proses-proses fisiologis, kognitif, dan gerakan tubuh yang terlihat.

Sebagai suatu pola respon afektif terhadap stimulus, dapatlah dikatakan bahwa emosi merupakan suatu hal yang bersifat situasional, yaitu sesuatu yang dipengaruhi oleh keadaan individu pada saat itu. Smitson (1974) mengatakan bahwa individu memiliki pengalaman yang berfluktuasi dalam bidang emosional. Pada situasi tertentu mereka dapat bereaksi secara matang namun pada situasi lainnya mereka bereaksi dengan cara kurang matang. Meskipun demikian reaksi emosional seseorang tetap memiliki kecenderungan tertentu. Dalam hal ini, menurut Smitson didasari oleh suatu hal yang disebut sebagai tingkat reaksi emosional.

Emosi yang matang dapat menjadikan individu lebih dapat menempatkan dirinya sesuai dengan keadaan. Kematangan emosi sangat diperlukan untuk pendewasaan diri. Ciri-ciri orang yang matang emosinya menurut Hurlock (1991) adalah ketika individu mampu mengontrol emosinya dengan tidak meledakkan emosi di hadapan orang lain, tidak memberikan

dampak buruk pada orang lain, mampu memberikan reaksi emosi yang stabil, mampu memahami emosi yang dirasakan dan mengetahui penyebabnya, dapat mengambil keputusan dengan tidak tergesa-gesa dan mempertimbangkan dampaknya.

Peristiwa yang telah terjadi di Indonesia belakangan ini menunjukkan rendahnya kematangan emosi siswa seperti kasus siswa yang membawa sabit ke sekolah karena ponselnya disita oleh guru (Kompas.com, 2019), melanggar dan ditilang polisi, siswa marah-marah (Kompasiana.com, 2022), berawal dari saling ejek, seorang siswa di Batam menghajar temannya hingga koma (Tribunbatam.id, 2020), gara gara ledakan, siswa SMP di Pekanbaru dianiaya di kelas (Detik.news, 2019).

*Unicef* (2021) melaporkan bahwa masalah ketidakstabilan emosi remaja meningkatkan faktor resiko gangguan kecemasan, gangguan perilaku, penarikan diri dari kehidupan sosial hingga aksi percobaan bunuh diri. Gejala mental emosional yang dialami remaja di Indonesia pun bervariasi mulai dari 44% remaja mengalami kesepian, 40% remaja mengalami gangguan kecemasan, dan 7% memiliki pikiran untuk bunuh diri (Mubasyiroh, Putri & Tjandrarini, 2017).

Hasil penelitian Lumenta dan Karundeng (2019) mengungkapkan bahwa sebanyak 50,5% remaja memiliki kematangan emosi yang tidak terkontrol dan tercermin dalam perilaku sehari-hari di sekolah seperti siswa yang kurang sopan dalam bertutur kata dan menggunakan kosakata yang cenderung kasar saat berkomunikasi dengan teman sebaya. Hal tersebut menunjukkan bahwa kondisi kematangan emosi pada diri remaja yang terjadi saat ini belum menunjukkan kondisi ideal.

Peneliti melakukan wawancara kepada salah satu guru di SMA X Bekasi pada Jum'at, 30 September 2022 dimulai pada pukul 11.00 WIB dan berakhir pukul 12.00 WIB di ruang tata usaha untuk mengetahui gambaran perilaku siswa dan beliau menuturkan bahwa siswa sering mengucapkan kata-kata kasar, mendiskriminasi teman yang memiliki kondisi fisik tertentu, merendahkan kemampuan intelegensi teman, diantara siswa sering terjadi kehilangan uang, saling mengejek nama orang tua, siswa laki-laki berkelahi

secara fisik seperti mencubit, memukul, hingga menghantam temannya. Guru tersebut juga menuturkan bahwa terdapat dua siswa yang melukai dirinya sendiri secara sadar dan sengaja dengan menggunakan alat tajam silet di tangannya. Satu siswa melakukannya karena ada masalah keluarga, ia merasa sedih, kesal, berkecamuk menjadi satu namun tidak berdaya sehingga siswa tersebut melukai dirinya sendiri. Sedangkan satu siswanya lagi melakukan karena ikut-ikutan saja. Berdasarkan hasil wawancara bersama guru tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa-siswa di SMA X Bekasi ini mampu meluapkan emosi yang dirasakannya tetapi cara mereka bereaksi terhadap emosinya tersebut masih belum tepat sehingga memiliki efek yang kurang baik kepada diri sendiri dan kepada orang lain seperti berkelahi hingga masuk ke ruang bimbingan konseling dan melakukan *self injury*.

Peneliti melakukan penggalan data awal berupa wawancara kepada 10 siswa SMA X Bekasi untuk mengetahui sejauh mana tingkat kematangan emosi pada siswa tersebut. Wawancara ditujukan kepada 5 siswa berjenis kelamin perempuan dan 5 siswa berjenis kelamin laki-laki. Wawancara dilakukan pada Sabtu, 01 Oktober 2022 di ruang kelas, wawancara pada hari tersebut memakan waktu 10 jam dari pukul 07.00 – 17.00 WIB.

Jenis wawancara yang dilakukan adalah wawancara semi terstruktur. Menurut Herdiansyah (2013) wawancara semi terstruktur ini memiliki tujuan untuk memahami suatu fenomena dan permasalahan tertentu, wawancara semi terstruktur juga lebih tepat digunakan pada penelitian ini karena sifatnya fleksibel, natural, dan peneliti memiliki kebebasan dalam bertanya namun tetap ada kontrol terhadap bahan pembicaraan yang dipegang oleh peneliti yaitu *guideline* wawancara sebagai pedoman penggalan data yang sudah disiapkan sebelumnya agar pembicaraan subjek penelitian tidak melebar ke arah yang tidak diperlukan. Selain itu peneliti juga memiliki kontrol dalam mengatur waktu dan kecepatan wawancara.

Wawancara dilakukan dalam *setting* penelitian, peneliti menanyakan 5 pertanyaan pokok yang didasarkan pada aspek-aspek kematangan emosi yang dikemukakan oleh Walgito (2017) yaitu kemampuan menerima diri sendiri dan

orang lain, kemampuan tidak bersifat impulsif, kemampuan mengontrol emosi, kemampuan berpikir objektif, dan kemampuan bertanggung jawab.

Jenis pertanyaan wawancara penelitian ini adalah pertanyaan terbuka, dimana subjek penelitian dapat bebas mengemukakan jawabannya sepanjang tidak keluar dari konteks pembicaraan, pertanyaan terbuka ini juga digunakan karena dapat menggali dan memperoleh data secara mendalam bahkan mampu mengungkap hal-hal yang bersifat pribadi seperti perasaan, persepsi, pengetahuan, dan prasangka dari subjek penelitian serta peneliti juga bisa melakukan *probing* ditengah proses wawancara.

Berikut ini uraian hasil wawancara lima siswa perempuan. Pertanyaan pertama dari aspek kemampuan menerima keadaan dirinya dan orang lain. Subjek pertama H (16 tahun) mengatakan bahwa dirinya termasuk orang yang aktif namun banyak teman yang menganggapnya cari perhatian kepada semua orang. H juga mengatakan bahwa teman-temannya tidak ada yang menghargai pendapatnya. Subjek kedua S (17 tahun) mengatakan bahwa tidak semua orang di lingkungan sekolahnya itu baik, dia merasa tidak nyaman karena lingkungannya terlalu keras dan tidak mendukung sehingga ia merasa berputus asa. Subjek ketiga K (15 tahun) mengatakan bahwa dirinya adalah orang yang malas berbicara banyak walaupun hanya pertanyaan ringan sehingga sering kali menjawab temannya dengan nada tinggi yang akhirnya menimbulkan kesalahpahaman. Subjek keempat N (17 tahun) mengatakan bahwa dirinya adalah orang yang *introvert* namun banyak teman yang menggunjingnya di belakang. N mengatakan teman-temannya suka membahas kekurangan orang lain. Awalnya ia merasa biasa saja, tetapi karena sudah terlalu banyak yang menggunjing N pun bertanya-tanya apa salahnya, hal ini cukup mengganggu kesehariannya sampai mengalami perubahan *mood* bahkan dirinya mengatakan pernah mengalami stres karena hal itu. Subjek kelima U (16 tahun) mengatakan bahwa ia sering di acuhkan oleh teman-temannya. U merasa tertekan dan sudah tidak bergairah untuk sekolah. U menganggap bahwa dunia ini tidak adil, karena orang lain punya banyak kasih sayang, punya banyak teman, U mengatakan merasa depresi karena terlalu banyak pikiran dan akibat depresi yang besar tersebut, U berkeinginan untuk bunuh diri. Hal tersebut sejalan

dengan pernyataan Brent dan Birhamer (2002) yang menyatakan bahwa depresi pada remaja tidak selalu muncul sebagai kesedihan, tetapi sebagai perasaan mudah terganggu, bosan, atau ketidakmampuan untuk mengalami rasa senang. Depresi menjadi hal yang sangat serius karena berkaitan dengan meningkatnya ide bunuh diri dan usaha bunuh diri di masa remaja (Santrock, 2007).

Pertanyaan kedua dari aspek kemampuan tidak bersifat impulsif. Subjek pertama H (16 tahun) mengatakan bahwa saat marah dirinya sangat impulsif dan ketus dalam berbicara hingga membuat orang lain sedih. Subjek kedua S (17 tahun) mengatakan bahwa saat marah dirinya berkata kasar seperti mengucapkan kata-kata binatang. Subjek ketiga K (15 tahun) mengatakan bahwa saat berada dalam situasi yang tidak menyenangkan K sering bertindak merendahkan orang lain. Subjek keempat N (17 tahun) mengatakan bahwa dirinya berbicara kasar seperti mengucapkan nama binatang dan mencela keluarga teman. Subjek kelima U (16 tahun) mengatakan saat situasi sedang runyam U akan menangis dan melampiaskan emosinya kepada benda di sekitarnya seperti merobek-robek kertas, membanting bedak, melempar bolpoin, dan melempar bantal.

Pertanyaan ketiga dari aspek kemampuan mengontrol emosi. Subjek pertama H (16 tahun) mengatakan jika sedang sedih ia merasa lelah dan serba salah dimana pun baik dirumah maupun di sekolah sehingga muncul keinginan untuk bunuh diri. Subjek kedua S (17 tahun) mengatakan lebih banyak diam ketika marah dan sedih. S merasa tidak ada orang yang tepat untuk meluapkan emosinya tersebut. Subjek ketiga K (15 tahun) mengatakan lebih memilih untuk memendam emosinya dan terkadang memilih untuk menyendiri. Subjek keempat N (17 tahun) mengatakan ia meluapkan emosinya dengan menangis dan menyalahkan diri sendiri. Subjek kelima U (16 tahun) mengatakan bahwa saat sedang marah atau sedih ia suka menyendiri hingga merenung dan menangis.

Pertanyaan keempat dari aspek kemampuan berpikir objektif. Subjek pertama H (16 tahun) mengatakan saat terdapat sesuatu yang tidak sesuai dengan ekspektasinya ia merasa kesal, lalu berteriak dan memaki orang-orang

di sekelilingnya. Subjek kedua S (17 tahun) mengatakan dirinya merasa geram dan marah pada dirinya sendiri lalu akan menjudeasi orang-orang di sekitarnya. Subjek ketiga K (15 tahun) mengatakan akan menanggapi hal tersebut dengan cara yang kurang bersahabat. K tidak ragu mengajak bertikai orang yang bahkan tidak salah dan tidak tahu permasalahannya tersebut. Subjek keempat N (17 tahun) mengatakan ia merasa sedih dan menarik diri dari orang-orang di sekitarnya. Subjek kelima U (16 tahun) mengatakan bahwa saat itu ia kesal dan langsung meluapkan emosinya dengan berkata kasar saat itu juga meski banyak orang yang melihatnya.

Pertanyaan kelima dari aspek kemampuan bertanggung jawab. Subjek pertama H (16 tahun) mengatakan saat dihadapi suatu masalah ia merasa kesal dan malas untuk mencari jalan keluarnya. Subjek kedua S (17 tahun) mengatakan akan berusaha terlebih dahulu tanpa ingin terbuka kepada sekelilingnya, ia mengatakan menjadi individu tertutup saat dilanda masalah. Subjek ketiga K (15 tahun) mengatakan akan menangis saat ada masalah. Subjek keempat N (17 tahun) mengatakan bahwa terkadang merasa depresi saat mendapati suatu masalah, N merasa kurang dukungan sehingga dalam menyelesaikan masalah N dituntut untuk serba melakukannya sendiri. Subjek kelima U (16 tahun) mengatakan lebih banyak memendam sendiri masalahnya, U mengatakan tidak memiliki tempat bercerita, baik dari teman maupun keluarga.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 5 siswa perempuan diketahui bahwa kelimanya memiliki gejala diri dalam sisi emosionalnya. Banyak siswa yang memiliki masalah interpersonal dengan teman sebaya, belum mampu menerima keadaan diri seutuhnya, masih bersifat impulsif dalam bertindak dan berucap, siswa masih belum dapat mengendalikan emosi dengan tepat, banyak siswa perempuan yang cenderung menutup diri dalam melampiaskan emosi yaitu dengan cara memendam masalahnya sendirian dan menangis hingga merasa depresi. Chaplin (2014) mendefinisikan depresi pada dua keadaan, yaitu pada orang normal dan pada kasus patologis. Pada orang normal, depresi merupakan keadaan kemurungan, kesedihan, dan patah semangat yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan, dan pesimisme menghadapi

masa yang akan datang. Sedangkan pada kasus patologis, depresi merupakan ketidakmauan ekstrim untuk mereaksi terhadap perangsang, disertai menurunnya nilai diri, delusi ketidakpasan, dan putus asa. Brent dan Birhamer (2002) menyatakan bahwa depresi pada remaja tidak selalu muncul sebagai kesedihan, tetapi sebagai perasaan mudah terganggu, bosan, atau ketidakmampuan untuk mengalami rasa senang. Depresi menjadi hal yang sangat serius karena berkaitan dengan meningkatnya ide bunuh diri dan usaha bunuh diri di masa remaja (Santrock, 2007).

Beberapa siswa mengatakan bahwa dirinya memiliki pikiran untuk bunuh diri. Remaja yang memikirkan untuk bunuh diri cenderung memiliki gangguan emosional, mereka cenderung menjadi pelaku ataupun korban kekerasan dan memiliki banyak masalah di sekolah, baik akademis maupun perilaku (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Siswa banyak yang tidak tahu bagaimana cara menghadapi masalah dengan benar, belum mampu bertanggung jawab membuat keputusan, sehingga masih membutuhkan saran dan bantuan dari lingkungan sekitar. Muawanah, Suroso, dan Praktikto (2012) mengatakan remaja dengan emosi yang matang akan mampu mempertahankan dorongan emosi, memahami emosi diri untuk diarahkan kepada tindakan-tindakan positif, tidak menggantungkan diri kepada orang lain, sadar dan bertanggung jawab menjalankan keputusan, mampu menerima kelemahan maupun kelebihan diri secara fisik maupun psikis dengan baik.

Berikut uraian hasil wawancara kepada lima siswa laki-laki. Pertanyaan pertama dari aspek kemampuan menerima keadaan dirinya dan orang lain. Subjek pertama R (15 tahun) berpikir bahwa dirinya harus bisa di segala bidang pengetahuan namun ketika mendapati kenyataan bahwa hal tersebut adalah sesuatu yang tidak memungkinkan ia akan menyalahi diri sendiri dan mempertanyakan kenapa hasilnya tidak sempurna, sehingga ia merenungi apa sebenarnya yang menjadi tolak ukur suatu kebahagiaan. Subjek kedua S (15 tahun) mengatakan ia kurang percaya diri dan merasa tertinggal dari teman-temannya. Subjek ketiga T (16 tahun) mengatakan teman-temannya memiliki perilaku yang buruk seperti merokok dan tawuran, namun T masih tetap mau berteman bersama mereka dengan terus menjaga diri agar tidak ikut

terjerumus. Subjek keempat A (16 tahun) merasa sulit bergaul dan kurang percaya diri. Subjek kelima G (17 tahun) mengatakan bahwa ia merasa terkekang dan tidak bebas, ia memiliki ibu yang otoriter, melarang G bermain gawai, menguncinya di kamar, membatasi kegiatan G di luar rumah, G merasa sangat kesal dan marah terhadap ibunya, G mengatakan karena sikap ibunya tersebut ia menjadi anak yang kurang terampil dalam bersosialisasi dan G mengatakan pada ibunya bahwa lebih baik saya tiada daripada hidup terkekang seperti ini.

Pertanyaan kedua dari aspek kemampuan tidak bersifat impulsif. Subjek pertama R (15 tahun) mengatakan bahwa saat situasi sedang runyam R akan langsung berkata kasar seperti menyebut kata-kata binatang dan menonjok temannya namun jika hal itu tidak memungkinkan untuk dilakukan R akan menyayat tangannya menggunakan silet sebagai bentuk kekesalannya yang tidak dapat ditahan. Subjek kedua S (15 tahun) mengatakan saat berada dalam situasi runyam, ia akan merundungi orang lain secara verbal, menghantam orang tersebut hingga saling berkelahi. Subjek ketiga T (16 tahun) mengatakan bahwa saat sedang runyam ia akan berbicara dengan nada tinggi dan memukul tembok. Subjek keempat A (16 tahun) mengatakan sering berkata kasar, bahkan saat sedang ada masalah A pernah tidak pulang ke rumah, A mengatakan pernah ikut-ikutan teman mencuri barang milik orang lain. Subjek kelima G (17 tahun) mengatakan saat berada dalam situasi rumit ia merasa sangat marah dan berani berkelahi saat ada orang yang menantangnya, G mengatakan dirinya bahkan pernah sampai tawuran dengan membawa senjata tajam clurit. G pun mengatakan berhasil melukai anggota tubuh lawannya dengan menggunakan benda tajam yang dibawanya tersebut.

Pertanyaan ketiga dari aspek kemampuan mengontrol emosi. Subjek pertama R (15 tahun) mengatakan bahwa dirinya meluapkan marah ketika sendiri dengan cara memukul tembok ataupun memaki. Subjek kedua S (15 tahun) mengatakan kalau marah ia jarang cerita ke orang lain, ia melampiaskannya ke benda atau berkelahi. Subjek ketiga T (16 tahun) mengatakan akan memukul orang yang menyebabkan ia marah tersebut. Subjek keempat A (16 tahun) tidak enggan untuk mengacuhkan temannya, jika

emosinya sudah sangat memuncak ia pun memilih untuk tetap menahannya. Subjek kelima G (17 tahun) mengatakan akan memukul meja ketika sedang marah.

Pertanyaan keempat dari aspek kemampuan berpikir objektif. Subjek pertama R (15 tahun) mengatakan bahwa saat ada sesuatu yang tidak sesuai dengan ekspektasinya ia akan memarahi dirinya sendiri dan memarahi orang lain dengan saling bertengkar secara verbal. Subjek kedua S (15 tahun) mengatakan akan mengacuhkan orang di sekitar sebagai bentuk kekesalannya, S akan menyalahkan orang lain juga, lalu jika sangat marah S akan menantang temannya dengan mengajak melakukan hal yang negatif seperti balapan liar. Subjek ketiga T (16 tahun) mengatakan akan marah dan mencubit diri sendiri, T juga mengatakan dirinya menjadi lebih sensitif dan berapi-api sehingga jika ada orang yang menggangukannya ia akan mencekik dan mendorong orang tersebut. Subjek keempat A (16 tahun) mengatakan akan sangat kesal dan marah, lalu berbicara kasar, dan memukul lemari. Subjek kelima G (17 tahun) mengatakan sangat kesal, marah, dan langsung pergi ke tempat yang sepi untuk menangis jika sesuatu tidak berjalan sesuai ekspektasinya.

Pertanyaan kelima dari aspek kemampuan bertanggung jawab. Subjek pertama R (15 tahun) mengatakan bahwa dahulu dirinya sering menangis ketika menghadapi suatu masalah namun sekarang R selalu berusaha untuk menghadapi masalah sekalipun masalah itu berat. R melakukan kegiatan positif seperti membaca buku hingga pada akhirnya R tahu bagaimana cara menghadapi masalah dengan baik dan tenang. Subjek kedua S (15 tahun) mengatakan ia tipe yang memendam dan melarikan diri dari masalah. Subjek ketiga T (16 tahun) pernah mengalami perundungan oleh kakak kelas, ia mengatakan bukannya membela diri tetapi memilih pergi dari masalah tersebut dan tidak mau menghiraukannya. Subjek keempat A (16 tahun) mengatakan pernah mendapat sebuah tugas namun karena merasa itu terlalu sulit A tidak mau mengerjakannya dengan beralasan lupa. Subjek kelima G (17 tahun) mengatakan akan pergi menyendiri untuk berpikir terlebih dahulu.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 5 siswa laki-laki diketahui bahwa siswa secara emosional belum terlalu mampu mengontrol dirinya. Beberapa dari mereka ada yang mampu mengenali dan menahan emosi yang dirasakannya, namun beberapa dari mereka masih belum mampu berpikir secara matang bagaimana harus mengendalikan emosi yang muncul tersebut sehingga apa yang mereka lakukan memiliki efek yang tidak baik dan merugikan diri sendiri serta orang lain.

Berdasarkan data wawancara yang sudah didapatkan, peneliti melihat adanya *gap* antara kenyataan dan harapan, dimana teori Santrock (2007) menyatakan bahwa pada masa remaja, individu cenderung lebih menyadari siklus emosionalnya. Kesadaran ini meningkatkan kemampuan remaja dalam mengatasi emosi-emosinya. Pada masa remaja juga terjadi peningkatan kemampuan kognitif dan kesadaran diri yang dapat membuat remaja lebih siap menghadapi stres dan fluktuasi emosi secara lebih efektif sehingga mereka akan menjadi lebih terampil dalam menampilkan emosi ke orang lain dan lebih memahami bahwa memiliki kemampuan mengomunikasikan emosi secara konstruktif dapat meningkatkan kualitas relasi mereka. Sedangkan data empiris menunjukkan bahwa banyak remaja yang tidak dapat mengelola emosinya secara efektif, akibatnya mereka rentan mengalami depresi dan kemarahan yang pada akhirnya memicu munculnya berbagai masalah seperti keinginan untuk bunuh diri, kesulitan akademis, kenakalan remaja, tawuran, balapan liar, pencurian, dan sebagainya.

Remaja masih dalam kondisi yang labil dan rendahnya kematangan emosi remaja akan menjadi masalah jika tidak segera diatasi (Saragih, 2019). Borowsky et al. (2001) mengatakan faktor pelindung untuk mengurangi resiko bunuh diri adalah perasaan memiliki hubungan dengan keluarga dan sekolah, pencapaian akademis, dan kesejahteraan emosional.

Membimbing perkembangan emosi remaja perlu kerja sama antara orang tua, tenaga pendidik, dan diri remajanya sendiri. Penting bagi remaja memiliki tingkat kematangan emosi yang baik karena dengan ini remaja akan tumbuh menjadi pribadi lebih baik serta mengisi hari-harinya dengan kegiatan positif. Remaja yang mampu mengekspresikan emosi dengan tepat, akan

mewujudkan moral yang dapat diterima oleh lingkungan sosial (Ashran, Latipun, & Amalia, 2020).

Berdasarkan penjabaran fenomena di atas, peneliti ingin mengkaji lebih dalam mengenai bagaimana tingkat pencapaian kematangan emosi pada diri siswa dengan penelitian yang berjudul “Perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada siswa SMA X Bekasi”. Penelitian ini dilakukan di sebuah sekolah menengah atas yang berlokasi di kabupaten Bekasi, responden yang dilibatkan yaitu siswa dari kelas X, XI, XII baik laki-laki maupun perempuan, metode yang akan digunakan ialah metode kuantitatif komparatif.

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Penelitian yang dilakukan oleh Sukirman (2014) yang meneliti tentang perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada komunitas Malang *Cat Lovers*. Subjek dalam penelitian ini adalah anggota komunitas penyayang kucing di kota Malang yang berjumlah 50 orang, terdiri dari 25 anggota laki-laki dan 25 anggota perempuan. Usia subjek penelitian berkisar antara 19-33 tahun, dimana karakteristik usia pada kisaran tersebut termasuk pada periode usia dewasa awal. Hasil penelitian ini menemukan bahwa tingkat kematangan emosi perempuan lebih baik daripada tingkat kematangan emosi laki-laki, dimana perempuan berada pada kategori tinggi sedangkan laki-laki berada pada kategori sedang. Keterbatasan penelitian ini berada pada usia sampel yang tidak sama, pada laki-laki usianya berkisar antara 19-33 tahun sedangkan untuk perempuan usianya berkisar antara 21-34 tahun. Perempuan dalam penelitian ini sudah baik dalam mengendalikan emosinya ketika marah atau sedih. Mereka tidak berperilaku negatif pada diri sendiri maupun orang lain, mereka mengungkapkannya dengan menangis. Sedangkan pada laki-laki dalam penelitian ini mengekspresikan emosi negatifnya dengan berkata kotor dan bersikap agresif.

Penelitian mengenai kematangan emosi lainnya dilakukan oleh Ulfah dan Syafrizaldi (2017) dengan judul perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada remaja di SMAS Sinar Husni Medan. Subjek penelitian ini

berjumlah 160 orang, yaitu 80 remaja laki-laki dan 80 remaja perempuan yang menduduki bangku kelas X dan XI dan berusia 15-16 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kematangan emosi remaja laki-laki dan perempuan, dimana kematangan emosi remaja perempuan berada pada kategori rendah sedangkan remaja laki-laki berada pada kategori tinggi. Remaja laki-laki sudah mampu mengendalikan emosinya dalam menghadapi masalah sehingga tidak larut dalam emosi negatif dengan melakukan tindakan-tindakan positif seperti berolahraga, aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler, dll. Sedangkan remaja perempuan cenderung tertutup dengan keluarga saat ada masalah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Djafar, Noviekayati, dan Saragih (2018) yang berjudul perbedaan *adversity quotient* dan kematangan emosi remaja SMA ditinjau dari jenis kelamin. Subjek penelitian ini berjumlah 150 remaja SMP di kota Kendari yang terdiri dari 75 remaja laki-laki dan 75 remaja perempuan. Hasil penelitian ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan *adversity quotient* dan kematangan emosi remaja SMA ditinjau dari jenis kelamin, namun terdapat hubungan antara *adversity quotient* dan kematangan emosi remaja SMA di Kota Kendari, dan selanjutnya tidak terdapat perbedaan kematangan emosi remaja SMA berjenis kelamin laki-laki dan remaja SMA berjenis perempuan. Remaja laki-laki dan remaja perempuan memiliki *adversity quotient* dan kematangan emosi yang sama baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Istiono dan Efendy (2021) dengan judul kematangan emosi dan prososial pada relawan desa lawan Covid-19 ditinjau dari jenis kelamin. Subjek penelitian ini berjumlah 72 anggota relawan *Covid-19* yang ada di Desa Wilayut, Kecamatan Sukodono, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Subjek terdiri dari 36 relawan laki-laki dan 36 relawan perempuan yang berada pada usia dewasa awal hingga dewasa madya. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kematangan emosi dan perilaku prososial pada relawan desa lawan Covid-19. Hasil penelitian juga menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan pada perilaku prososial antara relawan laki-laki dan relawan perempuan serta tidak

ada perbedaan yang signifikan pada kematangan emosi antara relawan laki-laki dan relawan perempuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pranoto dan Simbolon (2021) dengan judul perbedaan kematangan emosi berdasarkan jenis kelamin di FK UISU angkatan 2017. Subjek penelitian ini sebanyak 70 mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara angkatan 2017 yang terdiri dari 35 mahasiswa laki-laki dan 35 mahasiswa perempuan dengan rentang usia 20-23 tahun. Adapun hasil penelitian yang didapatkan yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara kematangan emosi dengan jenis kelamin. Dimana laki-laki lebih matang emosinya dibanding dengan perempuan pada mahasiswa FK UISU angkatan 2017.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti melihat bahwa kematangan emosi merupakan masalah yang penting dan perlu dikaji. Maka rumusan masalah penelitian ini, yaitu : “Apakah terdapat perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada siswa SMA X Bekasi?”.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada siswa SMA X Bekasi.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini terdiri dari dua manfaat, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur keilmuan psikologi khususnya pada perkembangan remaja berkaitan dengan kematangan emosi yang ditinjau dari jenis kelamin pada siswa SMA.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat mampu memberikan manfaat bagi :

- a. Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan dan wawasan baru kepada para siswa mengenai kematangan emosi agar lebih mampu mengenali diri sendiri, mampu mempertajam kemampuan mengelola afeksi diri, sehingga dapat membangun hubungan yang lebih baik kepada diri sendiri dan kepada orang lain.

b. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan masukan dan acuan untuk peneliti-peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji mengenai kematangan emosi. Dengan demikian, hasil penelitian ini dengan yang selanjutnya dapat saling melengkapi dan saling memberikan kontribusi.

