BAB I
PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa disebut dengan masa remaja. Masa remaja ditandai dengan perkembangan fisik, sosial, dan emosional. Pada masa tersebut, remaja menuju pribadi yang mandiri, ingin mencari identitas dirinya, dan lepas dari ketergantungan dengan orang tuanya. Anak remaja sebetulnya tidak memiliki tempat yang jelas. Ia tidak termasuk golongan anak, tetapi tidak pula termasuk golongan orang dewasa atau orang tua. Batasan usia remaja adalah masa diantara 12-21 tahun dengan pembagian 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun masa remaja akhir. Pada umumnya anak remaja masih belajar di sekolah menengah atau Perguruan Tinggi. Apabila ia bekerja, ia melakukan pekerjaan sambilan dan belum mempunyai pekerjaan yang tetap (Monks, 2014).

Remaja belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Perkembangan fisik pada masa remaja membuat mereka seringkali mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan. Hal ini menyebabkan mereka cenderung menyendiri, merasa kurang diperhatikan, diasingkan, dan tidak diperdulikan oleh orang lain. Mereka sulit mengontrol dirinya sehingga mereka mudah marah. Perilaku tersebut muncul karena adanya kecemasan dalam dirinya sehingga muncul reaksi-reaksi yang tidak wajar. Bentuk perilaku kecemasan cenderung berbentuk perilaku negatif. Oleh karena itu, pada masa ini seorang remaja sebaiknya telah mampu mencapai kematangan emosi (Ali, 2012).

Kematangan emosi adalah kesadaran yang mendalam terhadap kebutuhan-kebutuhan, keinginan-keinginan, cita-cita, alam perasaannya serta pengintegrasian sehingga mampu memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu suasana hati ke suasana hati

Perbedaan Kematangan.., Meddy Sukmawanto, Fakultas Psikologi, 2022

yang lain dan mampu menekan atau mengontrol emosi yang timbul secara baik meskipun dalam situasi yang kurang menyenangkan. Kematangan emosi sangat mempengaruhi pola perilaku remaja, karena kematangan emosi menyebabkan remaja berperilaku realistis dan tidak gegabah dalam mengambil keputusan (Astuti, 2012). Menurut Murray dalam (Kapri, 2014) seorang remaja dikatakan telah memiliki kematangan emosi bila ia memiliki karakteristik kematangan emosi sebagai berikut mudah mengalirkan cinta dan kasih sayang, mampu untuk menghadapi kenyataan, kemampuan menilai secara positif pengalaman hidup, mempu berpikir positif mengenai diri pribadi, penuh harapan, ketertarikan untuk memberi, kemampuan untuk belajar dari pengalaman, kemampuan menangani permusuhan konstruktif, dan berfikir terbuka.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah jenis kelamin. Menurut Hungu (2007) jenis kelamin adalah perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir. Hal ini senada dengan Santrock (2012) mengatakan bahwa istilah jenis kelamin mengacu pada dimensi biologis seorang laki-laki dan perempuan. Perbedaan jenis kelamin memiliki pengaruh yang berkaitan dengan adanya perbedaan hormonal, kondisi psikologis, maupun tuntutan sosial yang berpengaruh terhadap adanya perbedaan karakteristik emosi diantara keduanya.

Davis dalam Astuti (2012) mengatakan bahwa perbedaan jenis kelamin pada kematangan emosi dijelaskan sebagai pengaruh sosialisasi awal emosi. Anak laki-laki diharapkan lebih mandiri, aktif, dan percaya diri. Sementara itu, anak perempuan diharapkan lebih ekspresif, hangat secara emosional, suka menolong dan sensitif. Akan tetapi, dalam mencapai kematangan emosinya, tidak semua remaja laki-laki dan perempuan dapat mencapainya dengan baik. Terdapat beberapa remaja laki-laki dan perempuan yang belum mampu mengontrol emosinya

dengan baik berupa marah, sedih, merasa tertekan, dan mudah tersinggung.

Menurut Ali dan M. Asrori (2012) bentuk-bentuk emosi dibedakan menjadi delapan. Pertama, amarah meliputi kesal hati, tersinggung, benci, marah besar, bermusuhan, dan tindak kekerasan. Kedua, kesedihan meliputi sedih, muram, melankolis, kesepian, ditolak, putus asa, dan depresi. Ketiga, rasa takut meliputi cemas, takut, gugup, khawatir, waswas, waspada, tidak tenang, panik, dan pobia. Keempat, kenikmatan meliputi kebahagiaan, gembira, riang, senang, bangga, terpesona, dan girang. Kelima, cinta meliputi penerimaan, persahabatan, kepercayaan, bakti, hormat, kasmaran, dan kasih sayang. Keenam, terkejut meliputi takjub dan terpana. Ketujuh, jengkel meliputi hina, muak, tidak suka, dan benci. Kedelapan, malu meliputi rasa bersalah, menyesal, aib, dan hati hancur lebur.

Seorang remaja yang telah matang emosinya maka ia mudah mengalirkan cinta dan kasih sayang, mampu menghadapi kenyataan, belajar dari pengalaman hidup, berfikir positif, penuh harapan, ketertarikan untuk memberi, dan berfikir terbuka. Sedangkan, seorang remaja yang emosinya belum matang maka ia akan mudah marah, tidak mau dikritik, tidak mau memaafkan orang lain, mudah terpengaruh, dan cenderung impulsif (Kapri, 2014).

Peneliti melakukan wawancara melalui media sosial kepada 10 mahasiswa Fakultas Bhayangkara Jakarta Raya. Wawancara dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kematangan emosi pada mahasiswa. Adapun hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti beberapa mahasiswa yang tidak mampu bertanggung jawab membuat keputusan, sebagai berikut:

Subjek pertama, mahasiswa berinisal AR berjenis kelamin laki-laki. AR mengatakan bahwa ia belum mampu untuk mengendalikan emosi dan belum mampu membuat keputusan saat menghadapi masalah sehingga membutuhkan saran atau masukan dari orang terdekat.

Subjek kedua, mahasiswa berinisial I berjenis kelamin laki-laki, ia mengatakan bahwa saat ingin memiliki suatu barang ia selalu memaksa untuk dibelikan saat itu juga serta sering bergantung kepada orang lain dalam melakukan suatu hal. Selain itu, ia juga belum mampu bertanggung jawab atas setiap keputusan yang diambil.

Subjek ketiga, mahasiswa berinisial R berjenis kelamin perempuan mengatakan belum mampu menyesuaikan diri dengan baik dan masih mudah tersinggung saat bercanda dengan temannya. Subjek R sulit mengontrol emosinya dan biasanya cepat menjadi marah.

Subjek keempat, mahasiswa berinisial T berjenis kelamin perempuan mengatakan bahwa sangat marah ia belum mengetahui penyebab dari amarahnya. Selain itu, ia juga belum mampu bertanggung jawab atas keputusan yang diambil sehingga ia membutuhkan bantuan orang terdekatnya untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Subjek kelima, mahasiswa berinisial F berjenis kelamin perempuan mengatakan bahwa ia kurang peka terhadap perasaan orang lain yang sedang mengalami masalah sehingga ia belum mampu memiliki rasa empati.

Subjek keenam, mahasiswa berinisial N berjenis kelamin perempuan. Ia mengatakan bahwa merasa tertekan saat terjadi masalah, sehingga ia sulit mengontrol emosinya dan merasa cepat marah ketika menghadapi masalah tersebut.

Adapun beberapa mahasiswa yang mampu bertanggung jawab untuk menyelesaikan masalahnya, sebagai berikut:

Subjek pertama, mahasiswa berinisial AD berjenis kelamin laki-laki mengatakan saat memiliki masalah ia bertanggung jawab untuk menyelesaikan masalah itu sendiri. AD mampu untuk menyelesaikan masalah secara baik-baik dan tidak terbawa emosi.

Subjek kedua, mahasiswa berinisial A berjenis kelamin perempuan mengungkapkan bahwa memiliki emosi yang cukup baik, ia mampu

menyelesaikan masalah yang dihadapi dan menemukan jalan keluar yang tepat atas masalahnya.

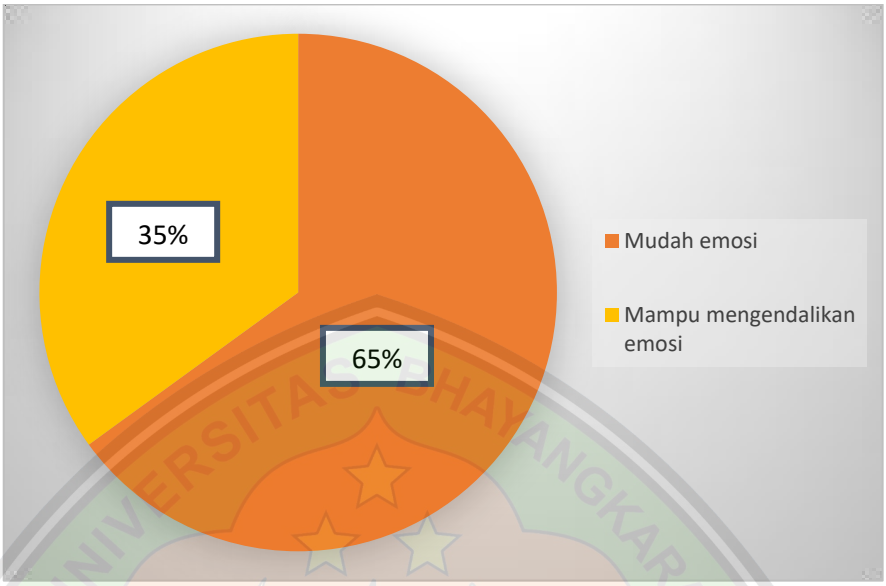
Subjek ketiga, mahasiswa berinisial U berjenis kelamin perempuan. U mengatakan bahwa ia bertanggung jawab dengan keputusan yang diambil. Akan tetapi, ia membutuhkan bantuan orang lain untuk membuat keputusan tersebut.

Subjek keempat, mahasiswa berinisal D berjenis kelamin laki-laki mengatakan bahwa apabila ia memiliki masalah yang dapat diselesaikan sendiri maka ia tidak perlu melibatkan orang lain. Akan tetapi untuk masalah yang tidak dapat diselesaikan sendiri D membutuhkan orang lain untuk menyelesaikannya.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, diketahui bahwa mahasiswa laki-laki saat memiliki masalah ia mampu bertanggung jawab untuk menyelesaikan masalahnya sendiri. Namun, saat ia belum mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, ia membutuhkan saran atau masukan orang lain untuk menyelesaikan masalah tersebut. Sedangkan, pada mahasiswa perempuan, saat memiliki masalah ia belum mampu bertanggung jawab membuat keputusan dan merasa tertekan sehingga ia membutuhkan bantuan orang lain untuk menyelesaikan masalahnya tersebut. Selain itu, ia kurang peka dengan perasaan orang sehingga ia belum mampu memiliki rasa empati, tersinggung saat bercanda bersama temannya dan sulit mengontrol emosinya sehingga menjadi mudah marah.

Sejalan dengan fenomena lapangan yang dilakukan peneliti melalui penyebaran kuesioner *online* menggunakan *google form* kepada 30 subjek mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Hasil survei menyimpulkan bahwa 65% subjek mengatakan tidak dapat mengatur emosi yang dirasakannya dengan baik sehingga amarahnya dapat meledak-ledak. Selain itu, mudah tersinggung, tidak peka terhadap perasaan orang lain, dan sulit untuk membuat keputusan sendiri. Sebanyak 35% subjek mengatakan sudah mampu

mengendalikan dan mengekspresikan emosi yang dirasakannya dengan tepat. Data tersebut disajikan dalam Gambar 1.1.



Gambar 1.1 Diagram hasil survei lapangan melalui kuesioner *online*

Selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ulfah (2017) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kematangan emosi yang ditinjau dari jenis kelamin, dimana kematangan emosi pada remaja laki-laki berada pada kategori tinggi sedangkan kematangan emosi pada remaja perempuan berada pada ketegori rendah. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil analisis t-test dengan t = 16,737 dan kooefisien signifkan 0,000 < 0,050, sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja laki-laki lebih matang emosinya daripada remaja perempuan. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Saragih (2019) dengan judul "Kematangan Emosi Siswa Kelas X SMK Penerbangan AAG Adisutjipto tahun ajaran 2018/2019 menunjukkan bahwa kematangan emosi sebagian besar siswa kelas X SMK Penerbangan AAG Adisutjipto tahun ajaran 2018/2019 termasuk tinggi.

Berdasarkan uraian di atas, menunjukkan bahwa kematangan emosi setiap inidividu tidaklah sama. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari

perbedaan jenis kelamin, yaitu laki-laki dan perempuan. Ketika dihadapkan dalam situasi tertentu setiap individu baik itu laki-laki maupun perempuan mengekspresikannya dengan berbagai cara tergantung dengan situasi yang dialaminya. Pada mahasiswa laki-laki cenderung memikirkan terlebih dahulu masalah tersebut sebelum membuat keputusan. Ia mampu bertanggung jawab atas setiap keputusan yang dibuat. Dalam hal ini, emosi yang dirasakan oleh mahasiswa laki-laki adalah bahagia. Sedangkan pada mahasiswa perempuan, saat mempunyai masalah ia merasa tertekan dan sulit membuat keputusan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Selain itu, ia sulit mengontrol emosinya sehingga mudah merasa tersinggung jika orang lain berkata hal yang tidak disukainya. Dalam hal ini, emosi yang dirasakan oleh mahasiswa perempuan adalah kesedihan, benci, rasa takut, dan jengkel. Oleh karena itu, peneliti tertarik ingin mengetahui perbedaan kematangan emosi pada remaja laki-laki dan perempuan dengan melakukan penelitian berjudul "Perbedaan Kematangan Emosi Ditinjau Dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini yaitu "Apakah terdapat perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya?".

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, antara lain:

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya yang berkaitan langsung dengan kematangan emosi remaja.

1.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dapat menjadi bahan refleksi untuk memahami kematangan emosi sehingga dapat mengembangkan kematangan emosinya dengan baik dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Diharapkan sebagai bahan informasi, acuan, ataupun masukan dalam melakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kematangan emosi remaja serta untuk menjadi bahan kajian lebih lanjut.

1.5. Uraian Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan Ulfah dan Syafrizaldi (2017) yang berjudul "Perbedaan Kematangan Emosi Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Remaja di SMAS Sinar Husni Medan" menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kematangan emosi yang ditinjau dari jenis kelamin, dimana kematangan emosi pada remaja laki-laki berada pada kategori tinggi sedangkan kematangan emosi pada remaja perempuan berada pada ketegori rendah. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil analisis t-test dengan t = 16,737 dan kooefisien signifkan 0,000 < 0,050, sehingga dapat disimpulkan

bahwa remaja laki-laki lebih matang emosinya daripada remaja perempuan. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang dilakukan terletak pada subjek penelitian, yaitu dalam penelitian ini subjek yang digunakan adalah mahasiswa fakultas psikologi universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Saragih (2019) yang berjudul Kematangan Emosi Siswa Kelas X SMK Penerbangan AAG Adisutjipto Tahun Ajaran 2018/2019 menunjukkan bahwa kematangan emosi sebagian besar siswa kelas X SMK Penerbangan AAG Adisutjipto tahun 2018/2019 termasuk tinggi. Perbedaan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada subjek penelitian, yaitu dalam penelitian ini subjek yang digunakan adalah mahasiswa fakultas psikologi universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Zahara (2013) dengan judul "Pengaruh Kematangan Emosi pada Remaja Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua dan Jenis Kelamin" menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kematangan emosi pada remaja laki-laki memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi dibandingkan remaja perempuan. Perbedaan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada variabel bebas dan subjek penelitian. Pada penelitian ini variabel yang digunakan adalah jenis kelamin.