



HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DAN PENYESUAIAN DIRI PADA PEMBELAJARAN TATAP MUKA SISWA KELAS X DI MAN 3 TULUNGAGUNG

¹Laurina Eka Putri, ²Dzinnun Hadi

^{1,2}Universitas Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, Jawa Timur, Indonesia

Contributor Email : laurinaeka7@gmail.com

Received: Apr 12, 2022

Accepted: May, 2023

Published: Jun 30, 2023

Abstract: The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between emotional maturity and self-adjustment in face-to-face learning in grade 10 students of MAN 3 Tulungagung. This study uses correlational quantitative methods with simple random sampling method which was conducted on a student population of 159 students with a sample of 48 students. The data collection technique used a scale of emotional maturity and self-adjustment scale. In data analysis, researchers used the normality test method, linearity test, and product moment correlation test with the SPSS 20.0 for the Windows program. The results of this study indicate that there is a relationship between emotional maturity and self-adjustment in face-to-face learning in grade 10 students of MAN 3 Tulungagung. This relationship is shown by the significant result of 0.000 with $p < 0.05$ which states that the two variables are interrelated. An r -count of 0.744 means the correlation between emotional maturity and self-adjustment is classified as positive with a strong correlation. So, in this study, if the emotional maturity of the individual is high, then the adjustment is also high, as well as better.

Keywords: Emotional Maturity; Self Adjustment; Face-to-face Learning.

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pembelajaran tatap muka pada siswa kelas 10 MAN 3 Tulungagung. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan metode simple random sampling yang dilakukan pada populasi mahasiswa sebanyak 159 mahasiswa dengan sampel sebanyak 48 mahasiswa. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kematangan emosi dan skala penyesuaian diri. Dalam analisis data peneliti menggunakan metode uji normalitas, uji linieritas, dan uji korelasi product moment dengan program SPSS 20.0 for windows. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pembelajaran tatap muka pada siswa kelas 10 MAN 3 Tulungagung. Hubungan ini ditunjukkan dengan hasil signifikansi 0,000 dengan $p < 0,05$ yang menyatakan bahwa kedua variabel saling berhubungan. Nilai r -hitung sebesar 0,744 berarti korelasi antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri tergolong positif dengan korelasi yang kuat. Jadi, dalam penelitian ini, jika kematangan emosi individu tinggi, maka penyesuaiannya juga tinggi, serta lebih baik.

Kata Kunci: Kematangan Emosi; Penyesuaian Diri; Pembelajaran Tatap Muka.

A. PENDAHULUAN

Sebuah fenomena pada Akhir tahun 2019, muncul sebuah wabah virus di Wuhan, Hubei, China yang dinamakan *Coronavirus Disease 2019* atau dikenal masyarakat sebagai Covid-19 yang disebabkan oleh Virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*

(SARS-CoV-2) ((WHO), 2021). Pandemic *Covid-19* memiliki dampak dalam bidang pendidikan, khususnya jenjang SMA/MAN sederajat. Melalui surat edaran dari Kemendikbud Dikti No. 1 tahun 2020, penyelenggaraan sekolah dilakukan secara daring atau secara *online* guna mencegah penyebaran *Covid-19* (Rahayu, 2020).

Berdasarkan hasil wawancara kepada salah satu siswa di MAN 3 Tulungagung, terdapat permasalahan yang muncul selama pembelajaran daring berupa kesulitan mengakses materi maupun memahami materi sehingga menyebabkan siswa malas dalam mengikuti pembelajaran, adanya tuntutan kuota internet sedangkan perekonomian keluarga mengalami kesulitan. Akhirnya pemerintah mengeluarkan Surat Keputusan Bersama (SKB) Empat Menteri mengenai Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi *Covid-19* yang berisikan mengenai pelaksanaan Pembelajaran Tatap Muka (PTM) yang dilaksanakan pada awal bulan Juli 2021 dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan. Melalui SKB ini, pemerintah memberikan beberapa strategi PTM yang dapat diterapkan di masa pandemi seperti mengkombinasikan pembelajaran daring dengan pembelajaran tatap muka (Direktorat, 2021).

Lelebih lanjut, Tak hanya persiapan dari pemerintah para orang tua dan siswa dituntut untuk mempersiapkan diri dalam pembelajaran tatap muka, seperti yang dijelaskan oleh Nadiem yang mana hampir 1 tahun lebih kondisi psikologis anak serta kognitif *learning loss* anak sudah mulai kritis sehingga hal ini memiliki dampak buruk untuk perkembangan pendidikan generasi bangsa. Kesiapan secara psikologis sangat dibutuhkan bagi para siswa terutama dalam kemampuan belajar secara tatap muka. Menurut Rahma, dalam edukasi webinar beliau menjelaskan mengenai fase anak pada masa ini cenderung menunjukkan sikap egosentris serta kecenderungan dalam membandingkan diri dengan orang lain. Data yang diperoleh dari Satgas Penanganan Covid-19 menunjukkan terdapat 47% anak mengalami kebosanan dengan kondisi rumah, 35% merasakan kekhawatiran akan tertinggal materi pembelajaran, 15% anak merasa tidak aman, 20% anak merasa merindukan teman sebaya dan lingkungan permainan, serta 10% anak merasa khawatir akan perekonomian keluarga (Prameswari, 2021).

Pembelajaran tatap muka yang dilakukan cukup menguras tenaga baik secara psikologis maupun fisiologis. Siswa yang semula telah terlatih dalam pembelajaran daring kini dituntut untuk menyesuaikan diri dengan pembelajaran secara tatap muka. Kekhawatiran akan tertinggal materi cukup membuat was-was para siswa, tak hanya itu

kekhawatiran para siswa menyebutkan mengenai meningkatnya kasus Covid-19 ketika pembelajaran tatap muka diterapkan. Beberapa juga mengalami stress dikarenakan kesulitan dalam pembelajaran jarak jauh karena banyaknya tugas daripada materi yang diberikan dan kini ditambah pula harus mampu beradaptasi dengan pembelajaran tatap muka. Namun juga terdapat beberapa siswa yang cukup menikmati momen tatap muka dikarenakan hampir setahun penuh hanya melakukan interaksi secara online (Wijaya, 2020).

Pembelajaran tatap muka tak hanya menumbuhkan permasalahan psikologis bagi siswa, namun juga berdampak baik akan kebutuhan psikologis yakni berupa membangkitkan kembali rasa jenuh dan bosan, meningkatkan kemampuan dalam menangkap materi pembelajaran, meningkatkan sosialisasi siswa dengan guru, teman sebaya maupun lingkungan sekolah. Pembelajaran tatap muka yang mulai diterapkan di beberapa sekolah menjadikan momen penting bagi para siswa untuk mengembangkan sosialisasi serta meningkatkan kemampuan belajar siswa yang semula hanya terbatas dalam pembelajaran daring. (Kurniawan, 2021).

Kesulitan para siswa dalam menyesuaikan diri dalam waktu yang cukup singkat terutama dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan juga berkaitan dengan keseimbangan emosional serta perkembangan kematangan emosi dalam diri individu. Pada fase remaja tingkat keingintahuan cukup tinggi terhadap segala hal, bingung dalam menentukan perilaku baru, serta kemampuan dalam penyesuaian diri terhadap teman sebaya, orang tua maupun lingkungan. Sebagai individu seharusnya kita mampu mengendalikan emosi dalam diri agar tidak saling menyakiti sesama serta mampu mensyukuri kelebihan maupun kekurangan dalam diri. Sebagaimana yang tertulis dalam QS. Ibrahim ayat 7 yakni:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya: "Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih".

Adapun makna ayat tersebut dalam tafsir *Al-Wajiz* karya Wahbah Az-Zuhaili, yang menjelaskan mengenai adanya himbauan kepada umat muslim untuk selalu bersyukur atas nikmat dan karunia Allah. Sebagai manusia yang diciptakan Allah, kita tak akan terlepas dari adanya kekurangan baik secara psikologis maupun fisiologis.

Maka dari itu rasa bersyukur dalam diri individu harus ditingkatkan agar terhindar dari iri dan dengki yang dapat mempengaruhi psikologis individu. Tak hanya dengan bersyukur saja, individu juga mampu untuk menerima segala ujian maupun musibah yang dialaminya sehingga individu dapat merasakan kesulitan dan kekurangan yang orang lain rasakan.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses interaksi sosial yang menyangkut diri individu dan juga lingkungan untuk tidak saling mengganggu antar sesama dengan cara pencegahan, mengurangi, maupun menghentikan ketegangan pada lingkungan maupun secara personal yang dapat menimbulkan sebuah konflik. Proses penyesuaian diri masing-masing individu memiliki beberapa perbedaan diantaranya pemahaman (*insight*), pengetahuan diri sendiri (*self-knowledge*) dan pengendalian diri. Dengan mengetahui *insight* dan *self-knowledge* dalam diri, maka individu dapat mengetahui kapasitas serta kekurangan sehingga kita dapat menangani permasalahan yang ada dalam diri kita dan menghindari dari adanya permasalahan yang ada (Mohammad Ali, 2009).

Elida dalam buku Prayitno, mengemukakan beberapa ciri khas dalam perkembangan remaja diantaranya perubahan secara fisiologis, rasa ketertarikan kepada teman sebaya serta pencarian identitas diri (Prayitno, 2006). Dengan adanya penyesuaian diri yang baik dalam individu, mereka akan cenderung memiliki tingkat emosional cenderung stabil, sadar akan identitas diri, mampu untuk menerima dan mengenali kekurangan serta kelebihan dalam dirinya dan mampu belajar dari sebuah pengalaman. Keterkaitan penyesuaian diri dengan kematangan emosi memiliki pengaruh yang signifikan dalam diri individu, tak jarang beberapa individu yang memiliki kematangan emosi rendah memiliki penyesuaian diri juga rendah. Hal ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Ita Maulidya, dimana pada penelitian ini menyebutkan terdapat hubungan yang signifikan pada penyesuaian diri dan kematangan emosi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang selama pembelajaran daring (Maulidya, 2021).

Kematangan emosi merupakan suatu kemampuan dalam bersikap toleran, mempunyai control diri, sikap penerimaan diri sendiri dan orang lain, mampu menyatakan emosi secara konstruktif dan kreatif, serta mampu memberikan penilaian secara kritis sebelum memberikan respon secara emosional (Walgito, 2004). Masing-

masing individu memiliki tingkat kematangan emosi yang berbeda dengan individu lainnya, hal ini dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, lingkungan maupun gender.

Dari pemaparan tersebut menunjukkan bahwa kematangan emosi pada siswa dan penyesuaian diri siswa pada pembelajaran tatap muka cukup membutuhkan perhatian khusus serta evaluasi guna meminimalisir perilaku buruk pada siswa terkait kemampuan penyesuaian diri pada pembelajaran tatap muka. Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti melakukan penelitian mengenai “Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Pembelajaran Tatap Muka Siswa kelas 10 di MAN 3 Tulungagung” untuk mengetahui ada tidaknya hubungan terkait kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada individu.

1. Pengertian kematangan emosi

Kematangan emosi merupakan suatu proses perkembangan pada diri individu dalam mengelola emosi diri, mengekspresikan diri sesuai kondisi dan situasi, serta kemampuan dalam berfikir lebih kritis dalam menangani permasalahan. Hurlock, berpendapat seorang individu yang memiliki kematangan emosi dapat diketahui melalui kebutuhan, keinginan, cita-cita serta telah mampu mengelola emosi dan beradaptasi dengan lingkungan baru (Hurlock, 2000). Walgito (Walgito, 2004) menyebutkan bahwa kematangan emosi dinilai melalui usia individu, dimana ketika bertambahnya usia seseorang maka dalam mengontrol emosi individu memiliki peningkatan dalam pengelolaan emosi. Namun, Walgito juga menyebutkan bahwa usia tidak bisa dijadikan sebagai patokan bagi individu dalam mengetahui tingkat kematangan emosi.

Secara emosional (*Maturing Emotional Self*) kematangan emosi mencakup segala perilaku afektif pada diri individu yang melibatkan aspek kognitif, biologis serta sosial. Dalam proses mengelola emosi dalam diri, bukan berarti individu harus mengeliminasi emosi moral melainkan dengan belajar mengekspresikan diri melalui cara yang dapat diterima oleh lingkungan sosial (Pratikto, 2012). Yusuf dan Sugandhi (Sughandi, 2011) menyebutkan kematangan emosi merupakan bentuk pengungkapan sikap toleransi, rasa aman dan nyaman, sikap pengontrolan diri, penerimaan diri apa adanya, serta kemampuan individu dalam mengungkapkan emosi di hadapan umum dengan baik. Dari beberapa definisi di atas peneliti menyimpulkan bahwa kematangan emosi merupakan bentuk perkembangan diri pada individu yang menyangkut pengelolaan emosi dalam berperilaku maupun menangani permasalahan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi

Hurlock (Baron, 2004) menyebutkan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kematangan emosi pada diri individu, yakni berupa:

- Usia
Bertambahnya usia pada diri individu sangat mempengaruhi emosional diri. Semakin dewasa individu pengendalian emosi dalam diri juga ikut berkembang. Individu akan lebih rasional dan berfikir secara matang dalam mengamati serta menafsirkan suatu permasalahan.
- Perubahan fisik dan kelenjar
Perubahan fisik dan kelenjar dalam hal ini mengarah pada perkembangan hormon dalam diri individu. Seperti pada masa remaja menuju dewasa perubahan hormon sangat mempengaruhi emosional diri dikarenakan pada fase ini hormon pada individu berubah-ubah.
- Jenis kelamin
Perbedaan jenis kelamin juga sangat mempengaruhi kematangan emosi. Terutama pada laki-laki dimana laki-laki cenderung mengandalkan kerasionalan daripada emosi dalam diri dalam menafsirkan suatu hal. Berbeda dengan perempuan, mereka menafsirkan suatu hal melalui emosional yang dimiliki.

3. Aspek-aspek kematangan emosi

Bimo Walgito yang menyebutkan terdapat beberapa aspek untuk mengukur kematangan emosi pada individu, yakni sebagai berikut:

- Mampu menerima dengan baik diri maupun orang lain
Individu yang memiliki kematangan emosi yang baik mampu menghargai dan memahami diri sendiri serta mampu menghargai dan memahami kondisi orang lain.
- Tidak impulsive
Individu dengan kematangan emosi yang baik mampu berfikir secara matang dan rasional dalam bertindak maupun mengambil sebuah keputusan.
- Mampu mengontrol emosi dengan baik
Individu dengan kematangan emosi yang baik memiliki pengendalian emosi yang baik dalam situasi maupun kondisi apapun.
- Bersikap objektif

Individu dengan kematangan emosi yang baik memiliki sikap sabar dan pengertian kepada orang lain maupun dalam kondisi apapun. Individu juga memiliki sikap toleransi yang baik terhadap sesama tanpa memandang strata sosial maupun latar belakang seseorang.

- **Tanggung jawab**

Individu dengan kematangan emosi yang baik memiliki sikap penuh tanggung jawab akan segala hal dan keputusan yang telah diambil serta segala tindakan dan keputusan yang diambil sangat dipertimbangkan secara matang dan rasional.

4. Ciri-ciri kematangan emosi

Terdapat ciri-ciri yang dimiliki oleh individu dengan kematangan emosi yang baik yakni sebagai berikut:

- Memiliki sikap penerimaan diri yang optimal dalam menerima kelebihan maupun kekurangan diri.
- Kemampuan dalam pengendalian emosi dengan tetap berpendirian sesuai dengan norma dan nilai yang berlaku di masyarakat.
- Bersikap objektif dalam menafsirkan suatu hal.

5. Pengertian penyesuaian diri

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang melibatkan respon emosional dari individu dalam menghadapi kebutuhan secara internal serta konflik yang muncul agar individu mampu dalam menyeimbangkan tuntutan dalam diri dan lingkungan. Penyesuaian diri juga disebut sebagai bentuk upaya dalam diri individu dalam bertahan pada lingkungan baru yang ditempatinya. Schneiders menyebutkan penyesuaian diri merupakan bentuk perubahan pada perilaku individu agar terjalannya hubungan antara diri individu dengan lingkungan (Asrori, 2006).

Pada prinsipnya penyesuaian diri dilakukan dalam bentuk respon secara emosional maupun tingkah laku dimana dalam hal ini individu mampu mengatasi dan menelaraskan segala bentuk konflik maupun ketegangan yang muncul pada lingkungan yang ditinggali oleh individu (El-Idhami, 2009). Willis menyebutkan penyesuaian diri pada individu mencakup hal-hal di luar diri individu. Salah satunya yakni penyesuaian diri di sekolah, hal ini meliputi penyesuaian diri dengan teman sebaya, mata pelajaran, guru, warga sekolah, serta lingkungan sekolah. Sehingga pada proses penyesuaian diri yang mana individu menghabiskan waktu di lingkup sekolah

dengan jangka waktu yang cukup lama. Individu diharuskan mampu menyesuaikan diri dengan baik pada aturan maupun tuntutan dalam lingkungan sekolah.

6. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri

Sunarto dan Hartono (Hartono, 2013) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dalam diri individu diantaranya yakni berupa:

- Kondisi fisik termasuk yang dipengaruhi oleh gen/garis keturunan, konsitusi fisik, susunan syaraf maupun kelenjar, dll.
- Perkembangan kepribadian, terutama pada kematangan secara emosional, intelektual, sosial dan moralitas.
- Kondisi psikologis, yang meliputi pengalaman, pengkondisian diri serta penentuan dan penerimaan diri.
- Kondisi lingkungan yang melibatkan keluarga, masyarakat, maupun sekolah
- Kultural lingkungan.

7. Aspek-aspek penyesuaian diri

Menurut Albert dan Emmons (Ahyani, 2012) terdapat aspek-aspek dalam penyesuaian diri individu yakni berupa:

- *Self-knowledge* dan *Self-insight*, merupakan bentuk menyadari kelebihan serta kekurangan dalam diri individu. Melalui sikap ini, individu lebih memahami kekurangan yang dimiliki sehingga ia mampu mengoptimalkan kelebihan yang dimiliki untuk menutupi kekurangannya.
- *Self-objectivity* dan *Self-acceptance*, merupakan bentuk penerimaan dalam diri secara realistis baik kekurangan maupun kelebihan dalam diri.
- *Self-development* dan *Self-control*, merupakan bentuk kontrol diri serta lingkungan sesuai nilai dan norma.
- *Satisfaction* merupakan bentuk kepuasan akan pencapaian serta pengalaman baik maupun buruk yang telah dilakukan selama ini.

B. METODE

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan variable X yakni kematangan emosi dan variable Y berupa penyesuaian diri yang dilaksanakan di MAN 3 Tulungagung. Populasi pada penelitian ini sejumlah 159

berdasarkan ketentuan apabila jumlah subjek <100 dinyatakan kurang memenuhi syarat sehingga pengambilan subjek bisa dilakukan dengan presentase sebanyak 60%-75% atau dapat diambil keseluruhan. Sedangkan, apabila jumlah subjek >100 pengambilan sampel dapat dilakukan dengan presentase 25%-30% (Arikunto, 2012). Sehingga pada penelitian ini sampel yang diperoleh sejumlah 48 siswa dengan pengambilan sampel menggunakan metode *random sampling*.

Pengumpulan data pada penelitian ini berupa observasi dan wawancara sebagai data pelengkap pada penelitian ini untuk mendukung hasil pada penelitian. Sebagai pengumpulan data utama dilakukanlah penyebaran angket atau kuisioner berupa skala kematangan emosi dan skala penyesuaian diri. Pada pengumpulan data melalui angket, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala *likert* dengan 2 konsep yakni *favourable* dan *unfavourable* dengan 5 item jawaban yakni sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Penyebaran angket dilakukan melalui *google Form* yang disebarakan secara langsung di kelas.

Analisis data yang digunakan berupa uji normalitas, uji linieritas dan uji hipotesis menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dari Kears Pearson dengan dibantu menggunakan program SPSS 20.0 *for windows*.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Subjek pada penelitian ini yakni siswa/i kelas X di MAN 3 Tulungagung dengan total keseluruhan sejumlah 159 orang. Berikut ini jumlah siswa kelas X MAN 3 Tulungagung:

Tabel 1.1 Jumlah Siswa Kelas X MAN 3 Tulungagung

Kelas	Jumlah Siswa
X Agama	35
X MIPA 1	16
X MIPA 2	15
X MIPA 3	16
X IPS 1	26
X IPS 2	26
X IPS 3	25
TOTAL	159

Apabila jumlah subjek <100 dinyatakan kurang memenuhi syarat sehingga pengambilan subjek bisa dilakukan dengan presentase sebanyak 60%-75% atau dapat diambil keseluruhan. Sedangkan, apabila jumlah subjek >100 pengambilan sampel dapat dilakukan dengan presentase 25%-30% (Arikunto, 2012). Sebagai penjelasan lebih rinci, sebagai berikut:

Rumus:

$$\text{Sampel: } 30\% \times \text{Populasi}$$

$$\text{Sampel: } 30/100 \times 159 = 47,7 \text{ dibulatkan menjadi } 48$$

Tabel 1.2 Pembagian Sampel Penelitian

Kelas	Pengambilan Sampel
X Agama	6
X MIPA 1	7
X MIPA 2	7
X MIPA 3	7
X IPS 1	7
X IPS 2	7
X IPS 3	7
Total	48

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, maka pengambilan sampel pada penelitian ini yakni 30% dari populasi yang ada yakni berjumlah 159 orang, dikarenakan jumlah populasi pada penelitian ini > 100, maka diperoleh sampel data sebanyak 48 orang dalam penelitian ini. Selanjutnya variable dapat dikatakan valid apabila r hitung > r tabel. Dalam penelitian yang dilakukan peneliti, uji validitas dilakukan melalui program SPSS 20.0 for Windows. Penghitungan r tabel diperoleh melalui:

$$df = n - 2$$

$$df = 37 - 2$$

$$df = 35$$

Melalui perhitungan di atas diperoleh hasil sejumlah 35, dalam r tabel menunjukkan angka 0,3246.

Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan pada skala kematangan emosi dengan total item sebanyak 42 item diperoleh hasil terdapat 8 item yang tidak valid yakni item 2,4,5,8,10,13,15, dan 33. Item yang tidak valid ini digugurkan dan hanya

mengambil item yang valid. Sehingga pada instrument kematangan emosi item pernyataan yang valid berjumlah 34. Sedangkan pada skala penyesuaian diri, diketahui terdapat 5 item yang dinyatakan tidak valid yakni item 14,17,21,22, dan 24. Sehingga untuk instrument penelitian penyesuaian diri, peneliti menggunakan item pernyataan sebanyak 19.

Tabel 1.3 Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,910	42

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,845	24

Pada uji reliabilitas, item pernyataan dianalisis dengan program SPSS 20.0 *for Windows* melalui pengujian dengan uji *Cronbach Alpha*. Item dapat dinyatakan valid apabila nilai signifikansi berada pada taraf 0,50-0,70 maka instrument penelitian tergolong memiliki reliabilitas tinggi. Begitupula sebaliknya apabila $\alpha < 0.50$ maka tingkat reliabilitasnya rendah (Sugiyono, 2013). Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada penelitian ini pada variable kematangan emosi memiliki nilai 0,910 yang berarti lebih dari 0,50 maka variable kematangan emosi dinyatakan reliable. Selanjutnya, pada variable penyesuaian diri memiliki nilai $0,845 > 0.50$ sehingga pada variable penyesuaian diri dinyatakan reliable.

Tabel 1.4 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Kematangan Emosi	Penyesuaian Diri
	N	48	48
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	120,8750	64,9167
	Std. Deviation	13,79890	8,55479
Most Extreme Differences	Absolute	,077	,091
	Positive	,075	,091
	Negative	-,077	-,088
Kolmogorov-Smirnov Z		,533	,633
Asymp. Sig. (2-tailed)		,939	,819

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Dalam proses uji normalitas suatu data dapat dilakukan melalui uji *Kolmogrov-Smirnov Test* dengan menggunakan aplikasi SPSS 20.0 *for Windows*. Untuk mengetahui data termasuk dalam distribusi normal atau tidak yakni dapat diketahui melalui nilai dari *2-tailed significance*, apabila variable memiliki nilai $> 0,05$ maka dikatakan variable tersebut normal (Sugiyono, 2013).

Berdasarkan data yang telah diperoleh di atas, variable kematangan emosi memiliki nilai sig senilai 0,939. Hal ini nilai yang diperoleh lebih dari 0,05 maka variable kematangan emosi dinyatakan berkontribusi normal. Selanjutnya pada variable penyesuaian diri memperoleh nilai sig senilai 0,819 $> 0,05$. Maka pada variable penyesuaian diri dinyatakan berkontribusi normal.

Tabel 1.5 Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PENYESUAIAN DIRI *	Between Groups	(Combined)	2825,750	33	85,629	1,953	,091
KEMATANGAN EMOSI		Linearity	1905,497	1	1905,497	43,454	,000
		Deviation from Linearity	920,253	32	28,758	,656	,842
	Within Groups		613,917	14	43,851		
	Total		3439,667	47			

Selanjutnya uji linieritas, pada penelitian ini uji linieritas menggunakan bantuan aplikasi SPSS 20.0 *for Windows*, adapun aturan linieritas digunakan (M. Djazari, 2013). dalam sebuah penelitian yakni berupa:

- Apabila $p > 0,05$ maka variable dinyatakan memiliki hubungan yang linier.
- Apabila $p < 0,05$ maka variable dinyatakan tidak memiliki hubungan linieritas.

Tabel 1.6 Uji Hipotesis Data Penelitian

Correlations			
		Kematangan Emosi	Penyesuaian Diri
Kematangan Emosi	Pearson Correlation	1	,744**

	Sig. (2-tailed)		,000
	N	48	48
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	,744**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	48	48

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 1.7 Pedoman Derajat Hubungan Korelasi

Nilai Pearson Correlation	Keterangan
0,00 – 0,20	Tidak ada korelasi
0,21 – 0,40	Korelasi lemah
0,41 – 0,60	Korelasi sedang
0,61 – 0,80	Korelasi kuat
0,81 – 1,00	Korelasi sempurna

Uji hipotesis pada sebuah penelitian dilakukan menggunakan analisis *korelasi product momens* oleh *pearson*. Hal ini dikarenakan, pada variable kematangan emosi dan penyesuaian diri memiliki kontribusi normal dan hubungan yang linier. Berdasarkan data yang telah diperoleh dengan nilai sig senilai $0,000 < 0,05$ maka variable kematangan emosi dengan penyesuaian diri dinyatakan memiliki hubungan korelasi yang signifikan. Selanjutnya, nilai *pearson correlation* pada variable bernilai 0,744 dan pada pedoman derajat hubungan korelasi (Sugiyono, 2017) tergolong pada nilai 0,61 – 0,80 dengan keterangan korelasi kuat.

Maka dapat disimpulkan bahwa variable kematangan emosi dengan penyesuaian diri memiliki tingkat korelasi yang kuat dan bentuk hubungan variable tersebut positif yang berarti yakni apabila semakin tinggi kematangan Begitupun sebaliknya, apabila kematangan emosi pada diri individu rendah maka penyesuaian diri juga rendah.

2. Pembahasan

Tahapan kriteria pada hipotesis penelitian ini yakni apabila $P < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sedangkan apabila $P > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak (Azwar, 2007). Rumusan hipotesis pada penelitian yakni sebagai berikut:

Ho = Tidak ada hubungan antara kematangan emosi dan penyesuaian diri pada pembelajaran tatap muka siswa kelas X di MAN 3 Tulungagung.

Ha = Ada hubungan antara kematangan emosi dan penyesuaian diri pada pembelajaran tatap muka siswa kelas X di MAN 3 Tulungagung.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan hasil yang diperoleh yakni nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga hasil penelitian ini dinyatakan bahwa ada hubungan antara kematangan emosi dan penyesuaian diri pada pembelajaran tatap muka siswa kelas X di MAN 3 Tulungagung.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswa kelas X di MAN 3 Tulungagung diperoleh hasil berupa terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pembelajaran tatap muka. Dengan nilai korelasi sebesar 0,744 dengan hasil keterangan yang diperoleh yakni hubungan korelasi yang terjadi berbentuk positif dan kuat. Hubungan positif pada penelitian ini diartikan sebagai hubungan yang searah yang berarti apabila kematangan emosi pada diri seseorang tinggi maka penyesuaian diri pada individu juga termasuk tinggi. Begitupun sebaliknya, apabila kematangan emosi pada seseorang rendah maka penyesuaian diri pada individu juga tergolong rendah.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nindi Tantalia Oktavi (Oktavi, 2019) bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Prambanan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,694. Hasil tersebut diartikan hubungan korelasi yang diperoleh tergolong tinggi. Hal ini berarti bahwa ketika kematangan emosi pada individu tinggi maka penyesuaian diri akan tinggi pula. Tak hanya pada siswa, hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri juga memiliki hubungan yang signifikan pada mahasiswa. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Firda Shafira (Shafira, 2015) pada mahasiswa perantau di Universitas Muhammadiyah Surakarta, dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,747.

Kematangan emosi dalam diri individu dapat diketahui melalui kemampuan pengelolaan emosi yang baik, baik emosi yang positif maupun emosi yang negative. Individu dengan pengontrolan emosi yang baik ditunjukkan ketika berada di tempat

umum atau lingkungan baru emosi yang ada dalam diri dimunculkan sewajarnya dan tidak terprovokasi dengan emosi yang meledak-ledak. Menurut Bimo Walgito (Pratiwi, 2010) kematangan emosi dalam diri individu dapat diketahui dari kemampuan individu tersebut dalam mengontrol emosi dengan baik, salah satunya yakni dengan mengungkapkan emosi yang dimiliki dengan sewajarnya tanpa meledak-ledak. Siswa dengan kematangan emosi yang baik dapat diketahui melalui tindakan keseharian selama proses pembelajaran maupun pada lingkungan sekolah seperti mengikuti pembelajaran dengan baik, membantu teman yang kesulitan serta menunjukkan sikap saling menghargai satu sama lain.

Penyesuaian diri pada individu dapat diketahui melalui perilaku individu ketika berada di lingkungan baru seperti dalam beradaptasi dengan aturan dan norma yang ada pada lingkungan tersebut maupun dengan orang yang berada pada lingkungan tersebut. Menurut Albert dan Emmons (Ahyani, 2012) penyesuaian diri pada individu dapat diketahui melalui 4 aspek, yakni berupa: *Self-knowledge* dan *Self-insight*, *Self-objectivity* dan *Self-acceptance*, *Self-development* dan *Self-control*, *Satisfication*. Salah satunya yakni *Self-development* dan *Self-control* atau menghormati segala bentuk nilai, norma, dan aturan di masyarakat. Dengan sikap saling menghormati dan menghargai perbedaan dalam diri individu maupun orang lain dapat dikatakan individu tersebut memiliki penyesuaian diri yang baik (Deswita, 2006). Pada penelitian ini penyesuaian diri pada pembelajaran tatap muka tergolong tinggi dan kuat. Sehingga para siswa banyak yang beradaptasi dengan baik pada pembelajaran tatap muka.

Sunarto dan Hartono (Hartono, 2013) menyebutkan penyesuaian diri pada individu dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal maupun internal. Faktor eksternal meliputi hal-hal yang berasal dari lingkungan seperti keluarga, sekolah maupun masyarakat. Faktor internal meliputi kondisi individu baik secara jasmani maupun psikologi. Siswa yang mengalami kesulitan dalam pembelajaran tatap muka dilator belakang oleh minimnya pengawasan orang tua terhadap pendidikan anak dikarenakan kesibukan dari orang tua. Selain itu, lingkungan pertemanan individu juga mempengaruhi pola pikir, sikap dan tingkah laku.

Faktor psikologi salah satunya berupa kematangan emosi yang mengatur perkembangan pada kepribadian individu secara bertahap agar terbentuknya

kematangan emosi yang ideal. Individu yang memiliki kematangan emosi yang baik akan mampu menyesuaikan diri dalam kondisi maupun situasi apapun serta mampu melampiaskan emosi sesuai dengan waktu dan kondisi yang tepat (Jahja, 2011). Hal ini dapat diketahui dari beberapa siswa dalam pembelajaran tatap muka lebih semangat dan antusias daripada pembelajaran daring. ANR salah satu siswa kelas X Agama menyatakan bahwa pembelajaran daring banyak kekurangan yang mana siswa kesulitan dalam memahami materi dikarenakan guru jarang untuk menjelaskan materi pembelajaran serta guru hanya memantau siswa dari absen dan pengumpulan tugas. Namun, ANR juga menyebutkan bahwa pembelajaran daring memiliki waktu yang maksimal dalam pengerjaan tugas sehingga nilai yang diperoleh juga optimal. Beberapa permasalahan yang muncul terkait kematangan emosi juga memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri. Begitu pula sebaliknya, permasalahan pada penyesuaian diri juga dikaitkan dengan kematangan emosi pada individu.

Pengoptimalan serta perkembangan emosi dalam diri individu dapat dilatih melalui pengontrolan emosi, sikap tanggung jawab, aktualisasi diri, rasa aman dan nyaman dari lingkungan maupun dari diri sendiri. Siswa dengan kematangan emosi dan penyesuaian diri yang baik mengoptimalkan diri melalui terus berusaha meskipun mengalami kegagalan, dan berusaha untuk mengontrol diri dengan lebih baik. Meskipun pengoptimalan diri seringkali mengalami kegagalan, individu dengan kematangan emosi yang baik akan berusaha keras memperoleh solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang dialaminya. Hal ini sesuai dengan aspek pada kematangan emosi yang disebutkan oleh Bimo Walgito (Pratiwi, 2010) yang berupa dapat menerima dengan baik diri sendiri maupun orang lain, bersikap tidak impulsive, mampu mengontrol emosi dengan baik, bersikap objektif, serta mampu bertanggung jawab.

D. PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan serta hasil dari analisis dan pengolahan data terkait hubungan antara kematangan emosi dan penyesuaian diri pada siswa kelas X di MAN 3 Tulungagung memperoleh hasil berupa terdapat hubungan positif yang signifikan pada kematangan emosi dan penyesuaian diri pada siswa kelas X terhadap pembelajaran tatap muka. Hal ini di dukung melalui data yang diperoleh

dengan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,744 yang menunjukkan bahwa hubungan antara variable kematangan emosi dan penyesuaian diri termasuk pada hubungan yang positif dan kuat. Hal ini diartikan sebagai hubungan yang searah yang berarti apabila kematangan emosi pada diri seseorang tinggi maka penyesuaian diri pada individu juga termasuk tinggi. Begitupun sebaliknya, apabila kematangan emosi pada seseorang rendah maka penyesuaian diri pada individu juga tergolong rendah.

REFERENSI

- Ahyani, F. K. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 21-31.
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Asrori, M. A. (2006). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian, Edisi I*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Deswita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- El-Idhami, D. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.
- Hartono, S. d. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Hurlock, E. B. (2000). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT Kencana.
- M. Djazari, D. (2013). Pengaruh Sikap Menghindari Risiko Sharing dan Knowledge Self-Efficacy Terhadap Informal Knowledge Sharing pada Mahasiswa FISE UNY. *Jurnal Nominal*, 195.
- Maulidya, I. (2021). *Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang Selama Pembelajaran Daring*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Mohammad Ali, d. (2009). *Ilmu dan Aplikasi Pendidikan*. Bandung: PT Imperial Bhakti Utama.
- Oktavi, N. T. (2019). *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Di Sekolah Pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Prambanan*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Pratikto, L. B. (2012). Kematangan Emosi, Konsep Diri Dan Kenakalan Remaja. *Psikologi*, 492-493.
- Pratiwi, G. Y. (2010). Perilaku Prosocial ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, 37.

- Prayitno. (2006). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: FIP UNP.
- Shafira, F. (2015). Hubungan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau. *Jurnal Publikasi*, 5.
- Sughandi, Y. d. (2011). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- Walgito, B. (2004). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi OFFset.