

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU**

**NASKAH PUBLIKASI**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Mencapai Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Diajukan Oleh :

**FIRDA SHAFIRA**

**F 100 110 063**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2015**

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU**

**Naskah Publikasi**

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh

Derajat Sarjana S-1 Psikologi

**Diajukan Oleh :**

**FIRDA SHAFIRA**

**F 100 110 063**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2015**

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU**

Diajukan Oleh :

**FIRDA SHAFIRA**

**F 100 110 063**

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji

Pembimbing



**(Rini Lestari, S. Psi, M. Si)**

Surakarta, 6 Agustus 2015

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN  
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU**

Yang Diajukan Oleh :

**FIRDA SHAFIRA**

**F 100 110 063**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 12 Agustus 2015  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

**Rini Lestari, S. Psi., M. Si**

Penguji Utama



**Aad Satria Permadi, S. Psi., MA**

Penguji Pendamping I



**Permata Ashfi Raihana, S. Psi., MA**

Penguji Pendamping II



Surakarta, 12 Agustus 2015  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Fakultas Psikologi  
Dekan,



**Taufik Kasturi, M. Si., Ph. D)**

# HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU

**Firda Shafira**

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

firda\_shafira@rocketmail.com

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk : 1) Mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. 2) Mengetahui tingkat kematangan emosi pada mahasiswa perantau. 3) Mengetahui tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. 4) Mengetahui sumbangan efektif kematangan emosi terhadap penyesuaian diri mahasiswa perantau. Hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau.

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa-mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2011-2014 yang berusia 18-22 tahun berjumlah 100 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala kematangan emosi dan skala penyesuaian diri. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Berdasarkan analisis *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,747$  dan signifikansi ( $p$ ) = 0,000; ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka akan semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri. Sumbangan efektif kematangan emosi terhadap penyesuaian diri sebesar 55,8%, yang berarti 44,2% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang mempengaruhi penyesuaian diri selain variabel kematangan emosi. Kematangan emosi pada subjek penelitian tergolong sangat tinggi yang ditunjukkan dengan rerata empirik (RE) sebesar 84,89, sedangkan rerata hipotetik (RH) sebesar 60. Penyesuaian diri pada subjek penelitian tergolong tinggi yang ditunjukkan dengan rerata empirik (RE) sebesar 155,72, sedangkan rerata hipotetik (RH) sebesar 127,5.

**Kata Kunci :** *kematangan emosi, penyesuaian diri*

## **PENDAHULUAN**

Setiap individu mempunyai keinginan untuk mengubah diri menjadi lebih baik. Hal ini bisa disebabkan lingkungan tempat tinggalnya kurang baik, ingin mencari pengalaman hidup serta ingin menuntut ilmu yang lebih tinggi di perguruan tinggi. Berbagai cara yang dapat dilakukan oleh individu untuk mewujudkan keinginan tersebut salah satunya adalah pergi ke daerah lain atau yang biasa disebut merantau. Para perantau yang pergi ke daerah lain dengan alasan pendidikan dan mencari keterampilan pada umumnya adalah mahasiswa.

Usia mahasiswa untuk strata 1 (S1) pada umumnya berkisar antara 18-25 tahun yang dalam kategori psikologi berada pada masa remaja akhir dan mulai memasuki masa dewasa awal. Pada masa ini individu masih sering menampakkan ketidakdewasaan, masih terombang-ambing dan tergantung kepada orang lain (Nurhayati, 2011). Pada masa ini individu dituntut untuk mulai hidup mandiri. Individu pada masa ini juga sudah mulai memiliki pandangan

tentang masa depan yang lebih realistis, diwujudkan dengan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Akan tetapi perguruan tinggi yang diinginkan mungkin tidak didapatkan di daerah sendiri, sehingga menyebabkan individu harus merantau.

Fenomena mahasiswa perantau umumnya bertujuan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik pada bidang yang diinginkan. Fenomena ini juga dianggap sebagai usaha pembuktian kualitas diri sebagai orang dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab dalam membuat keputusan (Santrock, dalam Lingga & Tuapattinaja, 2012).

Mahasiswa perantau dihadapkan pada berbagai perubahan dan perbedaan di berbagai aspek kehidupan, seperti pola hidup, interaksi sosial, serta tanggung jawab terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan sehingga dituntut untuk menyesuaikan diri. Penyesuaian diri menurut Fatimah (2006) yaitu proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi

kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Penyesuaian diri merupakan suatu proses psikologis sepanjang hayat (*life long process*) dan manusia akan terus-menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat.

Fitriyani (2008) menyatakan bahwa penyesuaian diri sosial sangat diperlukan oleh mahasiswa perantauan, karena mahasiswa perantauan menghadapi perubahan di lingkungan baru yang berbeda adat, norma, dan kebudayaan, sehingga penyesuaian diri yang baik dibutuhkan agar diterima oleh masyarakat sekitar.

Kemampuan menyesuaikan diri setiap mahasiswa perantau berbeda, tergantung pada berbagai faktor, salah satunya dipengaruhi oleh kematangan emosi. Kematangan emosi memiliki peran yang sangat penting. Mahasiswa perantau yang matang secara emosional lebih dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Yusuf dan Sugandhi (2011) mengungkapkan bahwa kematangan emosi merupakan kemampuan untuk dapat bersikap toleran, merasa

nyaman, mempunyai kontrol diri, perasaan untuk menerima diri sendiri dan orang lain, serta mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif.

Faktor-faktor penyesuaian diri menurut Fatimah (2006) salah satunya yaitu perkembangan dan kematangan. Sesuai dengan hukum perkembangan, tingkat kematangan yang dicapai individu berbeda-beda, sehingga pola-pola penyesuaian dirinya juga akan bervariasi sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangan yang dicapainya. Selain itu, hubungan antara penyesuaian dan perkembangan dapat berbeda-beda menurut jenis aspek perkembangan dan kematangan yang dicapai. Kondisi-kondisi perkembangan dan kematangan mempengaruhi setiap aspek kepribadian individu, seperti emosional, sosial, moral, keagamaan, dan intelektual.

Yusuf (2004) menyatakan bahwa individu yang memiliki kematangan emosi akan mampu menerima dirinya sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik. Individu yang dapat menerima

kondisinya akan terbebas dari kecemasan dan konflik batin yang pada akhirnya akan mengarah pada kemampuan penyesuaian diri yang baik.

Hal serupa juga diungkapkan Sutirna (2014) bahwa kematangan emosi berkaitan dengan penyesuaian diri. Kematangan emosi merupakan aspek yang sangat dekat dengan kepribadian. Bentuk kepribadian ini akan dibawa individu dalam kehidupan sehari-hari dan lingkungannya. Individu dapat dikatakan telah matang emosinya apabila telah dapat berpikir secara objektif. Kematangan emosi merupakan ekspresi emosi yang bersifat konstruktif dan interaktif. Individu yang telah mencapai kematangan emosi ditandai oleh adanya kemampuan dalam mengontrol emosi, mampu berpikir realistik, memahami diri sendiri, dan mampu menempatkan emosi di saat dan tempat yang tepat.

Sejalan dengan bertambahnya kematangan emosi seseorang maka akan berkuranglah emosi negatif. Bentuk-bentuk emosi positif seperti rasa sayang, suka, dan cinta akan

berkembang jadi lebih baik. Perkembangan bentuk emosi yang positif tersebut memungkinkan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan menerima dan membagikan kasih sayang untuk diri sendiri maupun orang lain. Untuk mencapai kematangan emosi, mahasiswa perantau harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Adapun caranya adalah membicarakan berbagai masalah pribadinya dengan orang lain ataupun teman sebayanya (Hurlock, dalam Susilowati, 2013).

Hipotesis penelitian ini menyatakan terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Semakin tinggi kematangan emosi yang dimiliki mahasiswa perantau maka semakin tinggi penyesuaian dirinya. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kematangan emosi yang dimiliki mahasiswa perantau, maka semakin rendah pula penyesuaian dirinya.



## **METODE PENELITIAN**

Identifikasi variabel penelitian :

Variabel bebas : kematangan emosi

Variabel tergantung : penyesuaian diri.

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa-mahasiswi perantau di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2011 sampai 2014 yang berusia 18-22 tahun berjumlah 100 orang, dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala kematangan emosi dan skala penyesuaian diri. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,747$  dan signifikansi ( $p$ ) = 0,000; ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Artinya semakin tinggi kematangan emosi

maka akan semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri. Sumbangan efektif menunjukkan seberapa besar peran atau kontribusi variabel bebas terhadap variabel tergantung. Sumbangan efektif variabel kematangan emosi terhadap penyesuaian diri yaitu sebesar 55,8% yang ditunjukkan oleh nilai  $r$  sebesar 0,747 kemudian dikuadratkan ( $(r^2) = 0,558$ ). Hal ini masih terdapat 44,2% faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri, misalnya faktor internal yang meliputi frustrasi, konflik, kecemasan, faktor fisiologis, faktor psikologis dan kepribadian, dan faktor eksternal yang meliputi kematangan moral, kematangan sosial, faktor lingkungan, budaya dan agama. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa kematangan emosi tergolong dalam kategori sangat tinggi dengan rerata empirik (RE) sebesar 84,89, sedangkan rerata hipotetik (RH) sebesar 60, dengan standar deviasi (SD) = 12, sedangkan analisis penyesuaian diri pada subjek

penelitian tergolong tinggi yang ditunjukkan dengan rerata empirik (RE) sebesar 155,72, sedangkan rerata hipotetik (RH) sebesar 127,5, dengan standar deviasi (SD) = 25,5. Mahasiswa dan mahasiswi perantau yang memiliki kematangan emosi yang baik ditunjukkan dengan kemampuan mengelola emosi yang dimilikinya baik emosi positif maupun emosi negatif. Selain itu tidak menampakkan emosi yang meledak-ledak di muka umum dan mampu bertindak secara wajar. Mahasiswa dan mahasiswi perantau yang memiliki penyesuaian diri yang baik, ketika berada di lingkungan baru dapat dengan mudah berbaaur dengan orang lain di sekitarnya dan tidak mengalami hambatan yang berarti dalam penyesuaian dirinya di lingkungan baru tersebut.

Menurut Hurlock (2002) kematangan emosi didefinisikan sebagai tidak meledaknya emosi di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

Sumbangan efektif kematangan emosi terhadap penyesuaian diri sebesar 55,8 % yang berarti masih terdapat 44,2 % faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri. Seperti pendapat Fatimah (2006), proses penyesuaian diri sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik internal maupun eksternal. Adapun faktor internal yaitu faktor fisiologis, faktor psikologis yang mencakup faktor pengalaman, faktor belajar, determinasi diri, dan faktor konflik. Sedangkan faktor eksternal meliputi kematangan sosial, moral, faktor lingkungan, agama dan budaya.

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa kematangan emosi tergolong dalam kategori sangat tinggi dengan rerata empirik (RE) = 84,89 dan rerata hipotetik (RH) = 60 dengan standar deviasi (SD) = 12. Sedangkan hasil analisis penyesuaian diri tergolong dalam kategori tinggi dengan rerata empirik (RE) = 155,72 dan rerata hipotetik (RH) = 127,5 dengan standar deviasi (SD) = 25,5. Mahasiswa dan mahasiswi perantau yang menghadapi lingkungan baru di

perantauan dituntut untuk memiliki penyesuaian diri yang mumpuni. Hal ini karena di lingkungan perantauan terjadi perubahan pola hidup, kebudayaan, bahasa, serta tuntutan untuk hidup mandiri.

Hasil penelitian menunjukkan ketidaksesuaian antara data awal dengan data akhir. Penelitian ini masih terdapat kelemahan, diantaranya hanya menggunakan satu variabel bebas untuk mengungkap tingkat penyesuaian diri yaitu kematangan emosi, padahal masih banyak variabel lain yang dapat mengungkap penyesuaian diri seseorang. Selain itu, pemilihan subjek sebaiknya mahasiswa tahun pertama karena mahasiswa perantau tahun pertama masih dalam proses penyesuaian diri di perantauan.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau, artinya semakin tinggi kematangan emosi

maka semakin tinggi penyesuaian diri dan sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka semakin rendah penyesuaian diri.

2. Tingkat kematangan emosi termasuk ke dalam kategori sangat tinggi.

3. Tingkat penyesuaian diri termasuk ke dalam kategori tinggi.

4. Peranan atau sumbangan efektif kematangan emosi terhadap penyesuaian diri menunjukkan bahwa koefisien determinan ( $r^2$ ) sebesar 0,558. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kematangan emosi memberi sumbangan efektif sebesar 55,8 % dalam mempengaruhi penyesuaian diri, sedangkan sisanya yaitu 44,2 % dipengaruhi oleh variabel lain.

## **SARAN**

Berdasarkan hasil analisis maka penulis mengajukan saran sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa dan Mahasiswi
  - a. Diharapkan mahasiswa dan mahasiswi perantau Fakultas

Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta mempertahankan kematangan emosi serta penyesuaian diri yang dimiliki, karena tingkat kematangan emosi dan penyesuaian diri sudah baik.

- b. Sebaiknya mahasiswa dan mahasiswi perantau mampu menyesuaikan diri dengan baik terutama di lingkungan yang baru dan jauh dari orang tua. Hal yang dapat dilakukan oleh mahasiswa dan mahasiswi perantau misalnya melakukan diskusi mengenai perkuliahan dan mengerjakan tugas bersama-sama dengan teman sejawat.
2. Bagi peneliti selanjutnya
- a. Untuk peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel lain selain kematangan emosi, karena masih banyak faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri individu.
  - b. Pemilihan subjek sebaiknya mahasiswa dan mahasiswi tahun pertama karena mahasiswa dan mahasiswi perantau tahun pertama

masih dalam proses penyesuaian diri di perantauan.

- c. Disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan metode kualitatif yaitu dengan metode wawancara, sehingga data yang diungkap lebih mendalam.
- d. Selain metode kualitatif, peneliti selanjutnya juga disarankan agar melakukan studi komparatif untuk mengetahui perbandingan skor penyesuaian diri antar mahasiswa perantau berdasarkan asal pulau, misal Sumatera, Jawa, Kalimantan dan Sulawesi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Fatimah, E. (2006). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: CV. PUSTAKA SETIA.
- Fitriany, R. (2008). Hubungan Adversity Quotient Dengan Penyesuaian Diri Sosial Pada Mahasiswa Perantauan Di UIN Syarif Hidayatullah. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Lingga, R. W., & Tuapattinaja, J. M. (2012). Gambaran Virtue Mahasiswa Perantau. *Predicara*, 1 (2), 60.
- Nurhayati, E. (2011). *Psikologi Pendidikan Inovatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Susilowati, E. (2013). Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Akselerasi Tingkat SMP. *Jurnal Online Psikologi, Volume 1* (1), 105.
- Sutirna. (2014). *Perkembangan dan Pertumbuhan Peserta Didik*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Yusuf, S. (2004). *Mental Hygiene : Pengembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Yusuf, S., & Sugandhi, N. M. (2011). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.