

## Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Percaya Diri Dengan Penyesuaian Sosial

**Eli Kristianawati**  
Guru SD Kr Petra 5  
Surabaya

**M. As'ad Djalali**  
Universitas 17 Agustus 1945  
Surabaya  
e-mail: drmasda@yahoo.com

**Abstract** ,The purpose of the research is to know the relations between the emotional maturity and self confidence with to social adjustment. The subject of this research is 106 of 5<sup>th</sup> grade students of Petra 5 Christian Elementary School. The result of this research shows that there is a significant correlation between the emotional maturity and self confidence to social adjustment ( $F = 37,310$  pada  $p = 0,000$ ) ; partially, the result shows that correlates positively which is very significant between the emotional maturity with social adjustment ( $t = 5,715$  pada  $p = 0,000$ ) and self confidence, correlates positively which is significant with social adjustment ( $t = 2,053$  pada  $p = 0,043$ ).

**Keyword** : social adjustment, the emotional maturity, and self confidence

**Intisari**, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan percaya diri dengan penyesuaian sosial. Subyek penelitian siswa kelas V SD Kristen Petra 5 sebanyak 106 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kematangan emosi dan percaya diri terhadap penyesuaian sosial ( $F = 37,310$  pada  $p = 0,000$ ); Secara parsial diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial ( $t = 5,715$  pada  $p = 0,000$ ) dan percaya diri mempunyai hubungan positif yang signifikan dengan penyesuaian sosial ( $t = 2,053$  pada  $p = 0,043$ ).

**Kata kunci** : penyesuaian sosial, kematangan emosi, dan percaya diri

Penyesuaian sosial sebagai salah satu aspek dari penyesuaian diri individu, yang menuju kepada kesesuaian antara kebutuhan dirinya dengan keadaan lingkungan tempat ia berada dan berinteraksi secara efektif dan efisien. Penyesuaian sosial akan terasa menjadi penting, manakala individu dihadapkan pada kesenjangan-kesenjangan yang timbul dalam hubungan sosialnya dengan orang lain. Betapapun kesenjangan-kesenjangan itu dirasakan sebagai hal yang menghambat, akan tetapi sebagai makhluk sosial, kebutuhan individu akan pergaulan, penerimaan, dan pengakuan orang lain atas dirinya tidak dapat dielakan sehingga dalam situasi tersebut, penyesuaian sosial akan menjadi wujud kemampuan yang dapat mengurangi atau mengatasi kesenjangan-kesenjangan tersebut.

Penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai kemampuan dan keberhasilan penyesuaian individu dalam berinteraksi dengan orang lain dalam situasi-situasi tertentu secara efektif dan sehat, sehingga dapat mencapai kehidupan sosial yang menyenangkan dan memuaskan. Penyesuaian sosial sebagai suatu proses penyesuaian diri berlangsung secara berkelanjutan, dimana dalam kehidupannya seseorang akan dihadapkan pada dua realitas, yakni diri dan lingkungan di sekitarnya. Hampir sepanjang kehidupannya seseorang selalu membutuhkan orang lain untuk dapat berinteraksi satu sama lain.

Salah satu konteks yang penting dalam proses belajar adalah sekolah. Kita sering berpendapat bahwa sekolah adalah suatu tempat dimana proses belajar secara akademis mendominasi. Tetapi sekolah sebenarnya lebih dari

sekadar kelas akademis dimana siswa dapat berpikir, melakukan penalaran, dan mengingat. Sekolah juga merupakan suatu arena sosial yang penting bagi anak, dimana teman dan perkumpulan memiliki makna yang besar. Sekolah memiliki pengaruh yang besar bagi anak. Pengaruh sekolah sekarang ini lebih kuat dibandingkan pada generasi sebelumnya karena lebih banyak individu yang menghabiskan waktunya di sekolah.

Melakukan penyesuaian sosial yang baik bukanlah hal yang mudah. Akibatnya, banyak anak yang kurang dapat menyesuaikan diri, baik secara sosial maupun secara pribadi. Begitulah kenyataan yang ditemui penulis di tengah anak didiknya di SD Kristen Petra 5, ada beberapa anak yang sangat pendiam dan sulit untuk diajak berkomunikasi, ada sekelompok anak yang membentuk kelompok-kelompok tersendiri, dan ada juga anak yang sangat mudah bergaul dengan siapapun.

Banyak kondisi yang menimbulkan kesulitan bagi anak untuk melakukan penyesuaian sosial dengan baik, tetapi ada empat kondisi yang penting. Pertama, bila perilaku sosial yang buruk dikembangkan di rumah, maka anak akan menemui kesulitan untuk melakukan penyesuaian sosial yang baik di luar rumah. Kedua, bila rumah kurang memberikan model perilaku untuk ditiru, anak akan mengalami hambatan serius dalam penyesuaian sosialnya di luar rumah. Ketiga, kurangnya motivasi untuk melakukan penyesuaian sosial akibat pengalaman sosial awal yang tidak menyenangkan. Keempat, anak tidak mendapatkan bimbingan dan bantuan yang cukup dalam proses belajar. Maka variabel tergantung (variabel Y) dalam penelitian ini adalah penyesuaian sosial.

### **Perumusan Masalah**

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial anak di antaranya adalah kematangan emosi dan kepercayaan diri. Kematangan emosi akan memungkinkan individu untuk dapat bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya dan orang lain, selain itu mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif. Kematangan emosi berguna untuk mengendalikan diri dalam menghadapi

situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosi yang berlebihan. Pada akhirnya siswa yang memiliki kematangan emosi, maka lebih mudah untuk melakukan penyesuaian sosial.

Berkembangnya rasa percaya diri atau citra diri yang positif pada diri anak sangatlah penting untuk kebahagiaan dan kesuksesan anak. Anak yang mempunyai penyesuaian sosial yang tinggi akan merasa nyaman dengan dirinya sendiri, cenderung mengetahui potensi yang ada pada dirinya, dapat bersosialisasi, dan berkomunikasi dengan orang lain dengan baik.

Menurut para ahli, anak-anak akan tumbuh dengan baik bila kebutuhannya terpenuhi, yaitu kebutuhan untuk merasa penting dan berharga/berarti. Ketika anak merasa aman, kompeten, dan mampu, ketika mereka didengarkan, terutama sebagai sumber kewenangan sehubungan dengan diri mereka sendiri. Ketika anak dapat mengembangkan bakat yang dimilikinya, anak akan tumbuh dengan perasaan kuat dalam diri mereka dan percaya diri. Sebaliknya, bila kebutuhan dasar anak tidak terpenuhi, ia akan merasa diabaikan, tersisih, merasa tidak pantas mendapat perhatian, dan mudah malu.

Dari latar belakang masalah di atas, maka menimbulkan pertanyaan mengenai apakah ada hubungan antara kematangan emosi dan percaya diri dengan penyesuaian sosial pada anak SD kr. Petra 5. Pertanyaan tersebut memerlukan jawaban, oleh karena itu diadakan penelitian agar dapat ditemukan jawaban

### **Penyesuaian Sosial**

Hurlock (2000) menyatakan bahwa penyesuaian sosial merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Salah satu indikator penyesuaian sosial yang berhasil adalah kemampuan untuk menetapkan hubungan yang dekat dengan seseorang. Lebih lanjut Eysenk et al. (1964) menyatakan bahwa penyesuaian sosial sebagai proses belajar, yaitu belajar memahami, mengerti, dan berusaha untuk melakukan apa yang diinginkan oleh individu itu sendiri maupun lingkungannya.

### Pengertian kematangan emosi

Menurut Chaplin (2002) kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional seseorang, dan karena pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola-pola emosional yang seringkali membawa implikasi adanya kontrol emosional.

Dijelaskan lebih lanjut, Patton (1998) mengatakan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan untuk menggunakan emosi secara efektif untuk mencapai tujuan, membangun hubungan produktif dan meraih keberhasilan.

### Percaya Diri

Orang yang berpandangan realistis, akan tumbuh menjadi orang yang percaya diri. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (2000) yang mendefinisikan kepercayaan diri sebagai pandangan realistis terhadap diri sendiri, tidak melebihi dan mengurangi kenyataan sebagaimana adanya. Definisi ini memiliki kesamaan dengan George dan Christian (dalam Hasanah, 2006) yang mendefinisikan kepercayaan diri sebagai kemampuan berpikir rasional berupa keyakinan, ide, dan proses berpikir yang tidak mengandung unsur keharusan yang penuh tuntutan sehingga menghambat proses perkembangan.

### Hipotesis Penelitian

Bertolak dari kerangka berpikir tersebut maka hipotesis penelitian ini sebagai berikut:

1. Ada hubungan antara kematangan emosi dan percaya diri dengan penyesuaian sosial.
2. Ada hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial.
3. Ada hubungan antara percaya diri dengan penyesuaian sosial.

### Subyek Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan subyek yang akan diteliti. Populasi yang digunakan adalah siswa kelas V (kelas A, B, C, D) SD Kristen Petra 5 dengan jumlah 162 siswa. Oleh karena satu kelas yaitu kelas C yang berjumlah 42 siswa dipakai sebagai subyek uji coba skala, maka jumlah populasi adalah tinggal 120 siswa

(kelas A, B, dan D). Proses pemilihan subjek diambil secara *Multistage Cluster Sampling* dengan cara random.

### HASIL ANALISIS

1. Hasil analisis data menggunakan analisis regresi ganda menghasilkan harga koefisien  $F = 37,310$  pada  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) yang berarti ada hubungan sangat signifikan antara kematangan emosi dan percaya diri dengan penyesuaian sosial.
2. Hasil analisis regresi juga menghasilkan tabel  $R^2$  (R Square) yang menunjukkan harga  $R^2$  sebesar 0,420 yang memberikan informasi bahwa presentase sumbangan dua variabel bebas (kematangan emosi dan percaya diri) terhadap variabel tergantung (penyesuaian sosial) adalah sebesar 42 %. Artinya, terdapat variabel-variabel lain sebesar 58 % yang berpengaruh terhadap penyesuaian sosial.
3. Hasil analisis parsial menunjukkan harga korelasi parsial antara variabel kematangan emosi dengan variabel penyesuaian sosial yaitu dari harga koefisien  $t = 5,715$  pada  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hal ini berarti bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial. Sehingga, semakin tinggi kematangan emosi semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya.
4. Korelasi parsial antara variabel percaya diri dengan penyesuaian sosial menunjukkan harga koefisien  $t = 2,053$  pada  $p = 0,043$  ( $p < 0,05$ ). Jadi ada hubungan positif yang signifikan antara percaya diri dengan penyesuaian sosial. Sehingga, semakin tinggi percaya diri akan semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya.

### PEMBAHASAN

Hipotesis pertama yang berbunyi ada hubungan antara kematangan emosi dan percaya diri dengan penyesuaian sosial dapat diterima. Hal ini berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara kematangan emosi dan percaya diri dengan penyesuaian sosial. Hasil ini berarti pula mendukung asumsi peneliti bahwa siswa yang matang emosinya dapat melakukan

penyesuaian sosial karena siswa mampu membangun kekuatan mentalnya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga tercapai hidup yang selaras dan harmonis. Siswa akan mengontrol emosinya, terutama perasaan takut dan cemas sehingga tidak diluapkan dalam ekspresi yang salah misalnya bersikap diam atau menolak untuk berhubungan dengan orang lain. Selain itu juga, siswa memiliki kemampuan untuk menghadapi setiap kenyataan. Kematangan emosi membuat siswa mampu beradaptasi terhadap setiap keadaan.

Emosi sebagai salah satu aspek berpengaruh besar terhadap sikap dan perilaku manusia. Bersama dengan dua aspek lainnya, yakni kognitif (daya pikir) dan konatif (psikomotorik), emosi sering disebut aspek afektif merupakan penentu perilaku manusia.

Kematangan emosi pada individu tidak diperoleh begitu saja, melainkan dipengaruhi oleh faktor lingkungan tempat individu hidup, kepribadian individu, dan pengalaman yang diperoleh individu.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kematangan emosi mempunyai hubungan positif dan sangat signifikan dengan penyesuaian sosial. Hal ini menunjukkan semakin tinggi kematangan emosi seseorang, maka akan semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya.

Sebaliknya seseorang yang tidak mengalami kematangan emosi akan menunjukkan perilaku yang ekstrim berorientasi pada diri sendiri, suka menunjukkan keterampilan tipu muslihat, suka mencari alasan ketika melakukan kesalahan sehingga menghindari dari rasa bersalah, selalu menghindar dari tugas-tugas yang menyulitkan dan mudah meledakkan emosinya.

Faktor lain yang lebih mempengaruhi penyesuaian sosial selain kematangan emosi ialah percaya diri. Hasil analisis data juga menunjukkan bahwa percaya diri mempunyai hubungan positif yang signifikan dengan penyesuaian sosial. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi percaya diri seseorang maka semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Y.I. dan Widyarini, N. (2006). *Contribution The Emotional Maturity in Adolescent Assertive Behavior*. <http://www.gunadarma.ac.id>.
- Albin, R. S. (1998). *Emosi : Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkannya* (Cetakan ke sembilan). Yogyakarta: Kani-sius.
- Albrecht, K. ; Essenb, E.V. and Szechd, J.P. (2012). *Updating, Self-Confidence and Discrimination*. [www.econ2.uni-bonn.de/...of-the.../updatingnew.pdf](http://www.econ2.uni-bonn.de/...of-the.../updatingnew.pdf).
- Atkinson, R. L.; Atkinson, R. C. & Hilgard, E.R. (1991). *Pengantar Psikologi*. (Taufiq & Barhana, pengalih bahasa). Jakarta: Erlangga.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy : The Exercise of Control*. New York : Freeman and Company.
- Bintar, M.B. (2012). *Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Motif Berafiliasi Terhadap Penyesuaian Diri Pada Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Tesis, tidak diterbitkan, Program Pascasarjana Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Chaplin, J. P. (2000). *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah Kartini Kartono. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Charnes, G. ; Rustichini, A and Van, J.V. (2010). *Self-Confidence and Strategig Behavior*. <http://www.gsm.pku.edu.cn/resource/uploadfiles/docs/20121218/201212180425335237.pdf>.
- Daradjat, Z. (1997). *Kesehatan Mental*. Jakarta: CV. Haji Masagung.
- Dayakisni, T. & Hudania. (2009). *Psikologi Sosial* (Edisi Revisi). Malang : UMM Press.
- Einsberg, N., Gersoft, E.T., Fabes, R.A., Shepard, S.A., Cumberland, A.J., Losoya, S.H., Guthrie, I.K., & Murphy, B.C. (2001). Mothers' Emotional Expressivity and Children's Behavior Problem and Social Competence : Mediation Through Children Regula-

- tion. *Journal Development Psychology*. Vol.37, 475 – 490.
- Fitriah, Y.N. (2010). *Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua dan Percaya Diri Terhadap Penyesuaian Sosial*. Tesis, tidak diterbitkan, Program Pascasarjana, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Manisha, G. dan Preeti, A. (2012). *A Comparative Study of Self Confidence of Single Child and Child with Sibling*. <http://www.ijmra.us/project%20doc/ijrssi/ijmra-rss1379.pdf>.
- Munandar, U. (2009). *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Gaur, R. (2013). *Emotional Maturity and Social Intelligence of First Born and Last Born Girls of Working Mothers*. <http://www.naspublishers.com>.
- Goel, M. and Anggarwal, P. (2012). *A Comparative Study of Self Confidence of Single Child and Child with Sibling*. <http://www.ijmra.us/project%20doc/ijrssi/ijmra-rss1379.pdf>.
- Goleman (2000). *Emotional Intelligence* (terjemahan). Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Puspa Swara.
- Hall, C.S. & Linzey, G. (1985). *Introduction Of Theories of Personality*. Canada : John Wiley & Sons.
- Handayani, C. T. (1995). *Studi Kolerasi antara Penerimaan Diri dengan Kematangan Emosi pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 1994*. Skripsi, tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi Universitas Erlangga Surabaya.
- Hurlock, E.B. (2000). *Perkembangan Anak Jilid 1 dan 2*. Jakarta : Erlangga.
- Iswidharmanjaya, D. (2004). *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo.
- Jersild, A. (1978). *The Psychology of Adolescence*. London : Collier Mc Millan International.
- Kartono, K. (1985). *Seri Psikologi Terapan I : Peranan Keluarga Memandu Anak*. Jakarta : CV. Rajawali.
- Luxori. (2004). *Percaya Diri*. Jakarta : Khalifa.
- Maramis, W.E. (1990). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya : Airlangga University Press.
- Martani, W. & Adiyanti, M.G. (1991). *Kompetensi Sosial Dan Kepercayaan Diri Remaja. Laporan Penelitian*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Meichati, S. (1983). *Kesehatan Mental*. Yogyakarta : Yayasan Fakultas Psikologi Gajah Mada.
- Monks, F. J. (1991). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Prasetyo, B. & Jannah, L.M. (2005). *Metode Penelitiann Kuantitatif*. Jakarta: PT. Grafindo Pusat.
- Punithavathi, P. (1994). *Emotional Maturity and Decision Making Styles Among Art and Science and Engineering College Women Students*. Online available at indianresearch journals. Com.
- Rachnat, J. (2002). *Psikologi Komunikasi*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Sa'adiyah, K. (2005). *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Penyandang Cacat Tunarungu*. Skripsi, tidak diterbitkan, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.
- Sarason, I and Sarason, B.R. (1996). *Social Support Theory Research and Aplication*. Boston : Matinus Hjhott.
- Schneiders, A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York : Rinehart & Winston.
- Soesilowindradini. (1980). *Psikologi Perkembangan (masa remaja)*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Suryabrata, S. (1998). *Metodologi Penelitian*. Jakarata : Grafindo Persada.

- Young, P.T. (1975). *Understanding Your Feeling and Emotions*. New Jersey : Rentice Hall, Inc.
- Yusuf, P.M. (1990). *Komunikasi Pendidikan dan Komunikasi Instruksional*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Wardani, R. dan Apollo. (2010). *Hubungan Antara Kompetensi Sosial dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja*. Skripsi, tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi Universitas Widya Mandala, Madiun.
- Wirawan, S.S. (1999). *Psikologi Sosial: Individu dan Teori-teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka.