



Elia Rizky Safira¹
 Ibnu Mahmudi²
 Ana Anggraini³

HUBUNGAN KONTROL DIRI (SELF CONTROL) DENGAN KEMATANGAN EMOSI SISWA KELAS VII SMPN 6 MADIUN TAHUN AJARAN 2024-2025

Abstrak

Pendidikan pada jenjang SMP mempunyai peranan penting dalam membentuk karakter dan perkembangan emosi peserta didik. Salah satu aspek yang dapat mempengaruhi kematangan emosi adalah pengendalian diri. Berdasarkan penjelasan tersebut tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengendalian diri dengan kematangan emosi peserta didik kelas VII SMPN 6 Madiun tahun ajaran 2024-2025. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, jenis penelitian ini adalah korelasional. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VII SMPN 6 Madiun tahun ajaran 2024-2025. Instrumen yang digunakan adalah angket pengendalian diri dan kematangan emosi. Data dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara kematangan emosi dengan pengendalian diri sebesar 3,272505. Sementara itu, r tabel dengan derajat kebebasan (df 108-2 106) pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai t tabel sebesar 1,65936. yang berarti korelasi dalam penelitian tersebut signifikan.

Kata Kunci: Self control, Kematangan Emosi, Hubungan

Abstract

Education at the junior high school level has an important role in shaping the character and emotional development of students. One aspect that can affect emotional maturity is self-control. Based on this explanation, the purpose of this study is to determine the relationship between self-control and emotional maturity of class VII students of SMPN 6 Madiun in the 2024-2025 academic year. This type of research is quantitative research, this type of research is correlational. The subjects of this study were class VII students of SMPN 6 Madiun in the 2024-2025 academic year. The instrument used was a self-control and emotional maturity questionnaire. Data were analyzed using the product moment correlation technique. The results of the study showed a positive correlation between emotional maturity and self-control of 3.272505. Meanwhile, the r table with degrees of freedom (df 108-2 106) at a significance level of 0.05 obtained a t table value of 1.65936. which means that the correlation in the study is significant

Keywords: Self Control, Emotional Maturity, Relationships

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidik yang menyiapkan peserta didik untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyebutkan bahwa pendidikan adalah suatu upaya secara sadar dan terencana untuk menciptakan suasana dan proses pembelajaran, sehingga peserta didik dapat aktif mengembangkan potensi dalam diri yang diperlukan untuk menjadi anggota masyarakat, bangsa, dan Negara (Mahfud & Khoirunnisa, 2020) Potensi peserta didik perlu dikembangkan dengan suasana dan proses pembelajaran yang mendukung. Sehingga dapat menghasilkan peserta didik yang siap menjadi masyarakat yang pintar dan memberikan kontribusi yang positif kepada lingkungan dan Negara.

^{1,2)} Universitas PGRI Madiun

³⁾ SMPN 6 Madiun

email: eliarisa720@gmail.com¹, mahmudiibnu@gmail.com², andira2113@gmail.com³

Pendidikan pada tingkat SMP mempunyai peran penting dalam pembentukan karakter yang positif. Pengendalian diri atau self control pada peserta didik tingkat SMP menjadi hal yang krusial, mengingat masa SMP merupakan fase transisi yang penuh dengan perubahan fisik dan psikologis (Adelia et al., 2024). Oleh karena itu perlu adanya kontrol diri dari dalam diri peserta didik untuk melakukan perilaku positif agar tetap berada dalam garis tujuan yang telah ditetapkan.

Kontrol diri adalah kemampuan individu dalam merencanakan, membimbing, mengolah dan mengarahkan perilaku dengan tujuan mencapai hasil yang positif (Karakter et al., 2022). Kontrol diri atau Self Control mempunyai peranan penting dalam kehidupan sehari-hari setiap individu peserta didik agar terhindar dari perilaku-perilaku negative yang dapat menghambat proses pembelajaran. Terlebih pada usia siswa SMP kontrol diri menjadi cenderung tidak stabil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar. (Rozanah, et al., 2023). Kontrol diri sebagai sifat kepribadian dalam diri seseorang akan tetapi dapat dilihat melalui perilaku. Sehingga kontrol diri sangat diperlukan oleh peserta didik terutama dalam kematangan emosi

Menurut Darmono dkk (Sobri, M 2020). Disiplin merupakan suatu bentuk kesadaran untuk pengendalian diri atau pengarahan diri yang bersumber dari dalam diri individu. Pengendalian diri yang dimaksud bermakna menguasai perilaku yang dilakukan oleh diri sendiri sesuai dengan norma-norma dan aturan-aturan yang berlaku di masyarakat. Dengan demikian individu mampu menguasai tingkah lakunya sendiri secara sadar untuk berperilaku positif agar mencapai tujuan yang diinginkan. Oleh karena itu kontrol diri di butuhkan oleh seluruh peserta didik untuk mencapai kematangan emosi yang optimal sebagai pelajar

Kematangan emosi di definisikan sebagai kemampuan untuk merefleksikan emosi, yang mengarah pada peningkatan penguasaan atau kendali terhadap emosi tersebut (Putri, 2020). hal ini berarti, orang yang matang secara emosional akan mempunyai kemampuan dalam menguasai dan mengendalikan emosinya untuk mampu beradaptasi dengan kondisi tertentu. Green (2001) menyatakan bahwa kematangan emosi melibatkan kemampuan seseorang untuk beradaptasi, menempatkan diri, dan mengatasi situasi yang beragam dengan cara tertentu. Jika seorang remaja mampu menempatkan diri dan menghadapi berbagai kondisi dengan cara tertentu, maka ia akan memiliki kemampuan untuk menjalani hubungan dengan orang lain secara bertanggung jawab (Agustina et al., 2023)

Kematangan emosi adalah keadaan yang bersifat relatif, mencerminkan sejauh mana seseorang dapat mengoptimalkan potensi internalnya dalam mengalami proses perkembangan dan berupaya mencapai pertumbuhan. Individu yang mencapai kematangan emosional tidak selalu berarti bahwa mereka akan konsisten bertindak berdasarkan penilaian emosional yang baik dan bertanggung jawab (Christopher, 2019) Namun, semakin mereka mengungkapkan gaya hidup mereka, semakin jelas aspek-aspek kematangan emosional mereka, semakin besar kemungkinan mereka untuk bertindak lebih dewasa mencerminkan ketidakmatangan emosi.

Berbagai layanan konseling telah dilakukan di SMPN 6 Madiun untuk mengatasi berbagai masalah peserta didik salah satunya masalah dalam kematangan emosi. Sayangnya dari hasil pengamatan dan pengumpulan data awal berbasis observasi, wawancara dan pengamatan hasil DCM yang telah dilaksanakan peneliti, menunjukkan belum adanya emosi yang matang oleh beberapa peserta didik yang ada di SMPN 6 Madiun. Hal ini ditunjukkan dengan sikap beberapa peserta didik yang masih ke kanak-kanakan seperti tidak antusias dalam mengikuti proses pembelajaran, tidak mengerjakan pr atau tugas dengan tepat waktu yang diberikan oleh guru, kurang memperhatikan penjelasan guru serta menyibukkan diri dengan mengobrol pada teman, ataupun mengganggu teman yang lainnya sehingga ketika beberapa peserta didik tersebut diberi pertanyaan, tidak dapat menjawab dengan baik, bahkan beberapa siswa melontarkan ejekan ke teman lainnya yang berbeda pendapat sehingga berpengaruh negatif pada hubungan sosial di antara sesama siswa.

Menurut Yusuf dalam (Dedy Firmansyah Dkk, 2022) Kematangan emosi merujuk pada kemampuan individu untuk bersikap toleran, merasa nyaman, memiliki kendali diri, menerima diri sendiri dan orang lain, serta mampu mengungkapkan emosinya secara konstruktif. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa salah satu ciri individu yang matang secara emosional ialah ditandai dengan mampu mengendalikan dirinya atau dalam arti lain memiliki kontrol diri.

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang atau individu dalam merencanakan, membimbing, mengolah, dan mengarahkan perilaku dengan niat tujuan mencapai hasil yang positif (Karakter, et al, 2022). Kontrol diri dianggap sebagai potensi yang dapat diperkaya dan dimanfaatkan oleh individu selama perjalanan hidup, termasuk dalam menghadapi situasi di sekitarnya (Zulfah, 2021) Oleh karena itu, keahlian dalam self-control menjadi penting bagi siswa, karena dengan kemampuan ini, perilaku mereka dapat diarahkan ke hal-hal yang positif. Namun, perlu diingat bahwa kemampuan ini tidak muncul begitu saja, melainkan melalui berbagai proses kehidupan, termasuk menghadapi kondisi di lingkungan sekitar (Murni Dahlena Nst et al., 2023)

Adapun beberapa hasil penelitian yang mengungkap tentang kontrol diri dalam kematangan emosi, salah satunya jurnal (Ahmad, 2022) bertujuan untuk melihat hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri siswa sekolah menengah pertama, menunjukkan bahwasannya ada hubungan antara yang “Signifikan” antara kestabilan emosi dengan kontrol diri Siswa SMP. Penelitian lainnya seperti jurnal (Syavitri, 2024) yang bertujuan untuk melihat hubungan kontrol diri dan kematangan emosi dengan agresivitas siswa SMK di kota Pati, menunjukkan bahwasannya terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan kontrol diri dan kematangan emosi dengan agresivitas melalui kematangan individu yang mengontrol siswa. Penelitian ketiga yakni jurnal (Ela Adelia, 2024) yang bertujuan untuk melihat korelasi kontrol diri dan kematangan emosi siswa menunjukkan adanya hubungan antara kontrol diri dengan kematangan emosi siswa kelas VIII di SMPN 3 tanggul

Berdasarkan fenomena di atas terdapat beberapa fakta lapangan dan teori yang telah dijelaskan. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Kontrol Diri (Self Control) Dengan Kematangan Emosi Siswa Kelas VII SMPN 6”

METODE

Metode penelitian menurut Sugiono merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan bertujuan dan untuk kegunaan tertentu (Hariadi Ahmad.,2021). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan dengan jenis penelitian korelasi. Adapun tujuan penelitian korelasinya adalah untuk mendeteksi sejauh mana hubungan antara satu variabel dengan beberapa variabel lain dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasinya secara statistika. Hasil statistik yang menyatakan derajat hubungan linier antar dua variabel atau lebih yang di temukan oleh seorang Karl Pearson biasa di sebut dengan sebutan pearson product moment (Utami et al., 2024)

populasi terdiri dari 155 siswa. Maka peneliti mengambil sebuah sampel Berdasarkan tabel Kijrejie Morgan yaitu jumlah sampel yang dipilih adalah sebanyak 108 siswa. Dalam pengambilan sampel penelitian ini, peneliti menerapkan teknik probabilitas sampling, khususnya jenis random sampling yang juga dikenal sebagai sampel acak. Penelitian ini tidak menetapkan kriteria tertentu untuk mencapai target sampel. Dengan menggunakan metode random sampling, peneliti secara acak memilih sampel tanpa memperhatikan faktor kognitif atau aspek lain pada populasi.

Tabel 1. Jumlah Populasi

No	Data Siswa Kelas VIII	Jumlah Siswa
1	Kelas VII A	31
2	Kelas VII B	31
3	Kelas VII C	31
4	Kelas VII D	31
5	Kelas VII E	31
	Jumlah Siswa	155

Analisis dalam pengumpulan data dilakukan melalui penggunaan angket dan wawancara sebagai instrumen untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan oleh peneliti. Angket merupakan instrumen yang terdiri dari kumpulan pertanyaan atau pernyataan yang disusun secara berurutan. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan data atau informasi dari responden yang berkaitan dengan topik atau masalah tertentu. Sedangkan wawancara merupakan metode yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh data atau informasi. Wawancara dalam

penelitian ini digunakan untuk menggali, memperkuat dan melengkapi data atau informasi yang diperoleh dengan cara angket. (Education et al., 2021)

Angket yang disampaikan peneliti berupa angket variabel X berupa pengendalian diri dan angket variabel Y berupa kematangan emosi. Untuk menjawab dan menguji hipotesis, kemudian data dianalisis dengan menggunakan uji statistik product moment dengan menggunakan SPSS versi 22.0 for Windows dan perhitungan manual. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel (Hafifah & Anggraeni, 2022) Berikut adalah tabel panduan olah data untuk mengetahui skor interval dari ke dua variabel

Tabel 2. Interval Angket Kontrol Diri

Kriteria	Skor Interval
Rendah	24 s/d 55
Sedang	56 s/d 87
Tinggi	88 s/d 120

Tabel 3. Interval Angket Kematangan Emosi

Kriteria	Skor Interval
Rendah	25 s/d 58
Sedang	59 s/d 92
Tinggi	93 s/d 125

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data kemudian dianalisis menggunakan Uji Statistik Product Moment dengan SPSS versi 22.0 for Windows dan perhitungan manual. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh dari data 108 subjek yang merupakan siswa kelas VII SMPN 6 Madiun tahun ajaran 2024-2025. Adapun hasil analisa sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Analisis Data Korelasi Product Moment

Correlations			
		Self Control	Kematangan Emosi
Self Control	Pearson Correlation	1	,303**
	Sig. (2-tailed)		,001
	N	108	108
Kematangan Emosi	Pearson Correlation	,303**	1
	Sig. (2-tailed)	,001	
	N	108	108

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

Berdasarkan tabel diatas, terlihat koefisien korelasi Pearson menunjukkan angka $r=0,303$ dan $p= 0,001$ pada sig. (2-tailed). Dari hasil tersebut angka 0,303 pada koefisien korelasi (r) bernilai positif sehingga korelasi kedua variabel bersifat searah. Sehingga apabila kontrol diri Siswa tinggi maka kematangan emosi siswa juga tinggi. Begitu pula sebaliknya apabila kontrol diri siswa rendah maka kematangan emosi siswa juga rendah. Sedangkan angka 0,001 pada probability / p-value (p) berarti signifikan karena p lebih kecil dari 0.05 ($p < 0.05$). hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri atau self control dengan kematangan emosi siswa kelas VII SMPN 6 Madiun

Hasil perhitungan analisis data baik menggunakan SPSS versi 22.0 for windows maupun dihitung di peroleh koefisien korelasi yang yaitu 0,303. Sedangkan dalam melihat interpretasi angka korelasi product moment dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 5. Interpretasi Angka Korelasi Product Moment

No	Nilai r	Interprestasi
1	0,00	Tidak ada hubungan
2	0,01 - 0,09	Hubungan yang kurang berarti
3	0,10 - 0,29	Hubungan moderat
4	0,30 - 0,49	Hubungan kuat
5	0,50 – 0,69	Hubungan sangat kuat
6	0,70 – 0, 89	Hubungan mendekati sempurna

Perhitungan di atas menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,303. Nilai r besaran ini berkisar antara 0,30 hingga 0,49 yang menunjukkan terdapat hubungan yang kuat antara kontrol diri dengan kematangan emosi.

Berdasarkan perhitungan di atas diperoleh nilai thitung sebesar 3,272505. Sedangkan r^{tabel} dengan derajat kebebasan ($df = 108 - 2 = 106$) dengan tingkat signifikansi 0,05 mempunyai nilai t^{tabel} sebesar 1,65936. Jadi $3,272505 > 1,6536$ yang berarti terhitung lebih besar dari t^{tabel} . Oleh karena itu, dapat kita simpulkan bahwa pernyataan H_0 bahwa “tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan perkembangan emosi siswa kelas VII SMPN 6 Madiun” ditolak. Sedangkan H_a yaitu “Adanya hubungan antara kontrol diri dengan kematangan emosi siswa kelas VII di SMPN 6 Madiun” diterima, serta koefisiensi korelasi pada taraf 0.05 yaitu signifikan.

Selanjutnya untuk melihat hubungan antara kedua variabel yaitu Kontrol Diri dengan Kematangan Emosional Siswa dilakukan pengolahan data. Hasil korelasi product moment dapat dilihat pada tabel 5..

Tabel 6 Hasil olah data

No	Rxy	r tabel	Keterangan	Tingkat korelasi
		Taraf signifikansi 0,05		
1	0,3032	0,1874	Diterima	Kuat / Cukup

Berdasarkan hasil tabel di atas terlihat siswa kelas VII SMPN 6 Madiun berada pada fase kuat untuk tahun ajaran 2023-2024. Hasil analisis korelasi antara kontrol diri dengan kematangan emosi menunjukkan korelasi positif sebesar 0,303 dengan tingkat signifikansi 0,05. Yang terpenting nilai r (koefisien korelasi) menurut John Creswell (2015) mempunyai kestabilan yang konstan, yaitu antara 0,30 hingga 0,49.

Pembahasan

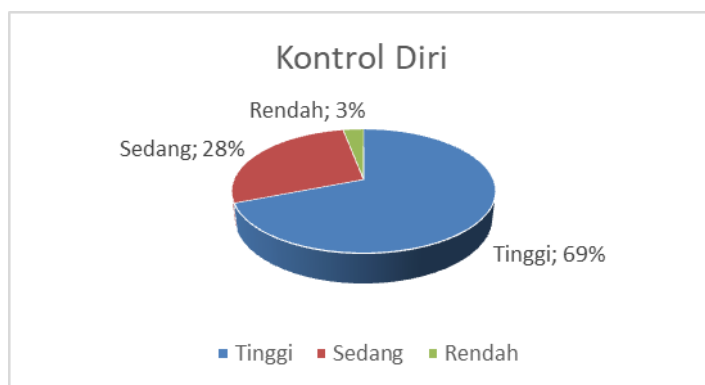
Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hariadi Ahmad.,2021) bertujuan untuk melihat hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri siswa sekolah menengah pertama, menunjukkan bahwasannya ada hubungan antara yang “Signifikan” antara kestabilan emosi dengan kontrol diri Siswa SMP. Penelitian lainnya seperti jurnal (Abdurrohman dan Desyi Nur, 2024) yang bertujuan untuk melihat hubungan kontrol diri dan kematangan emosi dengan agresivitas siswa SMK di kota Pati, menunjukkan bahwasannya terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan kontrol diri dan kematangan emosi dengan agresivitas melalui kematangan individu yang mengontrol siswa. Penelitian ketiga yakni jurnal (Ela Adelia, 2024) yang bertujuan untuk melihat korelasi control diri dan kematangan emsi siswa menunjukkan adanya hubungan antara kontrol diri dengan kematangan emosi siswa kelas VIII di SMPN 3 tanggul. Maka berdasarkan penjelasan penelitian terdahulu di atas, maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kematangan emosi pada siswa kelas VII SMPN 6 Madiun tahun ajaran 2023-2024.

Menurut Calhoun dan Acocella 1990 (Laia & Daeli, 2022)Kontrol diri atau Self Control merupakan pengaturan dari proses prilaku, psikologis, fisik individu. Sehingga dengan mengembangkan kemampuan kontrol diri individu akan mampu menguasai diri untuk tidak berperilaku yang berlawanan dengan norma-norma yang ada.Kontrol diri adalah keahlian seseorang dalam mengontrol prilaku dengan cara mengatur, menahan, mengarahkan, bahkan

menekan keinginan hati nuraninya dengan banyak pertimbangan agar terhindar dari permasalahan dari menentukan keputusan, sehingga seseorang yang mempunyai Kontrol Diri yang tinggi akan mempunyai perilaku yang tidak bertolak belakang dengan norma social karena akan membawa perilaku yang positif kepada diri individu tersebut (Nofitriani, 2020)

Menurut pengertian di atas, pengendalian diri atau Self Control adalah kemampuan untuk mengatur sikap dan pola perilaku individu, dimana ia memilih perilaku berdasarkan perilaku yang diyakininya, dan ini mencakup seluruh proses pembentukan ego sebagai bentuk persiapan fisik, psikologis dan perilaku dengan penekanan pada tanggung jawab pribadi, dengan demikian semakin baik individu dalam pengenalan diri maka akan cenderung memiliki sifat yang tekun dan memiliki kemampuan dalam membiasakan diri dengan aturan-aturan atau norma yang berlaku pada lingkungan sekitarnya

Berdasarkan hasil angket yang telah diberikan, kontrol diri siswa berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat pada gambar diagram lingkaran berikut:



Gambar 1. Diagram Lingkaran Kontrol Diri

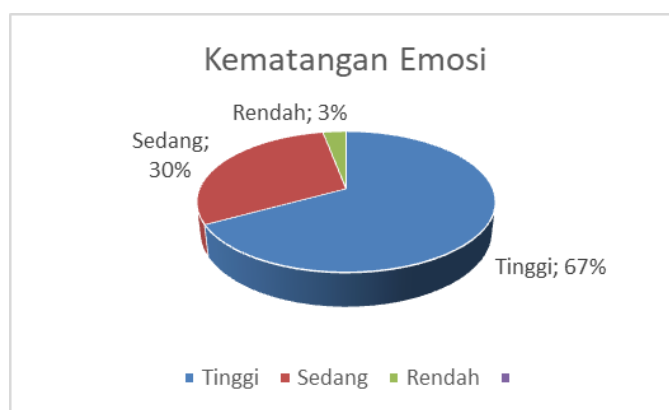
Dari diagram tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata siswa SMPN 6 Madiun di kelas VII pada tahun ajaran 2024-2025 memiliki kontrol diri dengan kategori tinggi. Faktor yang mempengaruhi hal tersebut yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti usia dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengontrol diri. Dalam kasus siswa kelas VII di SMPN 6 Madiun, karena mereka berada dalam rentang usia yang masih dalam tahap perkembangan, kemungkinan besar usia akan memegang peranan penting dalam kemampuan mereka untuk mengendalikan diri. Namun, selain usia, ada faktor internal lain seperti kecerdasan emosional, pengalaman hidup, dan faktor genetik yang juga dapat berperan. Dalam memperkuat data angket maka peneliti melakukan wawancara dan observasi ketika kegiatan asistensi PPL 1 PPG Calon Guru Bimbingan dan Konseling kepada siswa kelas VII di SMPN 6 Madiun, yang mana hasil dari wawancara tersebut dari 5 indikator kontrol diri, indikator kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengontrol stimulus menjadi indikator yang lebih dominan mempengaruhi kontrol diri. Adapun indikator kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian kurang berpengaruh. Faktor atau hal yang menyebabkan self control tinggi dan rendah adalah keadaan individu serta strategi dalam mengelola kontrol diri.

Kematangan emosi menurut Chaplin 2011 adalah suatu keadaan pada diri remaja yang telah mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosi. Kematangan emosi yang dimiliki remaja dipengaruhi oleh banyak factor. Hurlock 1980 menyatakan bahwa salah satu factor yang mempengaruhi kematangan emosi yaitu factor dukungan teman sebaya. Karena remaja banyak menghabiskan waktunya diluar rumah bersama dengan teman sebayanya sebagai teman akrab maupun kelompok. Sehingga dapat dipahami bahwa pengaruh teman sebaya lebih besar dari pada pengaruh keluarga pada sikap, perilaku, pakaian, pembicaraan bahkan emosi (Putri, 2020). Sedangkan pendapat lain mengemukakan Kematangan Emosi merupakan keadaan mencapai tingkat perkembangan emosional yang matang, di mana individu tidak lagi menunjukkan pola emosi seperti anak kecil. Individu yang telah mencapai kedewasaan emosional mampu menghadapi permasalahan dengan stabilitas, sehingga mereka dapat mengambil keputusan atau berperilaku berdasarkan musyawarah. Adapun kematangan emosi merujuk pada kapasitas individu untuk menunjukkan toleransi, kenyamanan, kemandirian, penerimaan terhadap diri

sendiri dan orang lain, serta kemampuan untuk mengungkapkan emosi secara alami, dengan cara yang konstruktif dan kreatif (Pramesthi et al., 2022)

Individu yang memiliki kematangan emosi dapat mengelola emosinya dengan baik, yang pada gilirannya memungkinkannya untuk berpikir kritis dan objektif. Orang yang lebih matang secara emosi akan memiliki kontrol emosi yang baik, bereaksi terhadap rangsangan dengan pemikiran yang baik, dan tidak akan mengalami kesulitan dalam pemahaman penuh. Berdasarkan penjelasan beberapa pemikiran di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan dan mengelola emosinya terhadap orang lain dan lingkungannya serta mampu mengevaluasi situasi secara kritis sebelum mengungkapkan perasaannya..

Berdasarkan hasil angket yang telah diberikan, kematangan emosi siswa berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat pada diagram lingkaran berikut:



Gambar 2. Diagram Lingkaran Kematangan Emosi

Dari diagram tersebut, ditemukan bahwa rata-rata siswa SMPN 6 Madiun di kelas VII pada tahun ajaran 2024-2025 memiliki kematangan emosi dengan kategori tinggi. Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi antara lain adalah, perubahan jasmani, pola asuh orang tua, dan interaksi dengan pihak sekolah. Adapun yang terjadi di lapangan, berupa perubahan jasmani yang dialami siswa SMPN 6 Madiun seperti perubahan fisik dan hormonal selama masa pertumbuhan, yang mana hal tersebut dikuatkan oleh teori psikodinamik Freud bahwasannya perubahan fisik yang dialami oleh remaja dapat mempengaruhi dinamika antara ketiga struktur kepribadian (id, ego, superego) serta mempengaruhi cara siswa tersebut dalam mengatasi konflik emosionalnya (Aryati & Utami, 2022) Sedangkan pola asuh orang tua dalam hal ini tidak digali secara mendalam, dikarenakan keterbatasan waktu. Selain itu, interaksi dengan para guru juga merupakan faktor penting dalam memengaruhi kematangan emosi, karena guru dianggap sebagai tokoh otoritas dan intelektual dalam kehidupan siswa.

Dalam memperkuat data angket maka dilakukan wawancara dengan siswa kelas VII di SMPN 6 Madiun, yang mana dari hasil wawancara tersebut menghasilkan bahwa dari keempat indikator kematangan emosi. Indikator memiliki rasa tanggung jawab dan komunikasi yang efektif yang lebih dominan dalam mempengaruhi kematangan emosi siswa. Sedangkan 2 indikator yang lainnya kurang berpengaruh seperti sikap kurang belajar dan kemampuan menjalin hubungan sosial.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada hasil penelitian tersebut, maka diperoleh kesimpulan :

Hasil dari analisis korelasi self control dan kematangan emosi menunjukkan korelasi positif besar bernilai 0,303 dengan taraf signifikan sebesar 0,05. Yang memiliki arti besar interpretasi nilai r (koefisien korelasi) menurut John Creswell (2015) berada pada interpretasi yang kuat yakni antara 0,30 s/d 0,49. Dengan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa H_0 yang berbunyi “Tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kematangan emosi siswa kelas VII di SMPN 6 Madiun” ditolak. Sedangkan H_a yaitu “Adanya hubungan antara kontrol diri

dengan kematangan emosi siswa kelas VII di SMPN 6 Madiun” diterima, serta koefisiensi korelasi pada taraf 0.05 yaitu signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Sobri, M., 2020, *Kontribusi Kemandirian Dan Kedisiplinan Terhadap hasil Belajar*, Praya, Penerbit : Guepedia.
- Adelia, E., Budiono, A. N., & Faqih, N. (2024). *Jurnal Konseling Indonesia (JKI) Hubungan Kontrol Diri (Self Control) Dengan Kematangan Emosi Siswa Kelas VIII SMPN 3 Tanggul TA 2023-2024 Jurnal Konseling Indonesia (JKI)*. x.
- Agustina, M., Aminudin, S. Z., Ubaidillah, Aniqotuzzuhro, & Fitriana. (2023). *Analisis Manajemen Konflik Kematangan Emosi Terhadap Wanita Yang Menikah di Usia Muda. Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora Dan Seni (JISHS)*, 1(2), 232–238.
- Ahmad, H. (2022). *Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v6i2.4495>
- Aryati, S. indah, & Utami, N. I. (2022). *Hubungan antara konsep diri dengan kematangan emosi pada dewasa awal. Jurnal Spirits*, 12(1), 9–14. <https://doi.org/10.30738/spirits.v12i1.12713>
- Christopher, H. G. (2019). *Hubungan Iklim Sekolah Dengan Kecerdasan Emosional Siswa. Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(1), 215–220. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i1.643>
- Dedy Firmansyah, Wardatul Mufidah, D. W. (2022). *IDEA : Jurnal Psikologi IDEA : Jurnal Psikologi*. 6(1), 61–74.
- Education, E., Elisa, P. N., & Perjuangan, U. B. (2021). *Jurnal basicedu*. 5(1), 446–452.
- Hafifah, N., & Anggraeni, F. (2022). *Kematangan Emosi, Religiusitas Dan Perilaku Agresif. Jurnal At-Taujih*, 2(1), 19. <https://doi.org/10.30739/jbkid.v2i1.1476>
- Karakter, J. P., Demonstran, M., Maturity, E., & Demonstrators, S. (2022). *Self-Control , Kematangan Emosi , dan Agresivitas*. 2(1), 87–94. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i1.1439>
- Laia, B., & Daeli, B. (2022). *Hubungan Kematangan Emosional dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Faomasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat*. 2(2).
- Mahfud, S. M., & Khoirunnisa, R. N. (2020). *Hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agres i di media sosial pada siswa smk “ x ” sidoarjo. Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 1–8. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/31996>
- Murni Dahlena Nst, Sri Ugika Wulandari, Jamilah Harahap, & Yentiarsini Yentiarsini. (2023). *Peningkatan Kemampuan Kontrol Diri Siswa dengan Pemberian Konseling Kelompok dan Konseling Individual. Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora*, 2(1), 137–145. <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v2i1.663>
- Nofitriani, N. N. (2020). *Hubungan antara kontrol diri dan harga diri dengan perilaku konsumtif terhadap gadget pada Siswa Kelas XII SMAN 8 Bogor. Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 4(1), 53–65.
- Pramesthi, K. G., Psikologi, P. S., Psikologi, F., & Surakarta, U. M. (2022). *Hubungan kematangan emosi dan kontrol diri dengan agresivitas remaja akhir anggota persaudaraan setia hati terate*.
- Putri, D. (2020). *Kematangan Emosional Terhadap Siswa Disiplin Di Sekolah. Psikologi Konseling*, 17(2), 733. <https://doi.org/10.24114/konseling.v17i2.22076>
- Rozanah, at al.. (2023). *Hubungan kontrol diri dengan disiplin belajar siswa di SMPN 7 Muaro Jambi. Journal of Social Science Research*, 3(3), 3.
- Syavitri, D. N. (2024). *Hubungan Antara Kontrol Diri dan Kematangan Emosional dengan Agresivitas pada Siswa SMK “X” di Kota Pati. Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 6(2), 472–480.
- Utami, R. V., Meilinda, E., & Haryati, A. (2024). *Peran Self Estem dalam Mencegah Emosional Distres pada Siswa SMA 7 Kepahiang. Mandira Cendikia*, 2(7), 70–79.
- Zulfah. (2021). *Karakter: Pengembangan Diri. IQRA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1), 28–33.