

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan kedewasaan, dan ditandai dengan pematangan fisik dan mental yang cepat. Di masa kini, seorang remaja harus dapat memilih apakah sesuatu itu baik atau tidak untuk dirinya. Pada masa remaja adalah masa yang penuh perhatian, dimasa ini remaja mulai percaya diri, memiliki integritas atau berkarakter dan belajar menumbuhkan potensi diri ataupun kepiawaian yang dimilikinya, agar dapat menyesuaikan diri dengan masyarakat dan bebas mengutarakan diri agar mencapai harapan yang diinginkan.¹

Masa remaja adalah masa usia 12 tahun hingga 15 tahun dikenal sebagai masa pencarian jati diri. Remaja memiliki tanggung jawab yang semakin bertambah, berkurangnya ketergantungan kepada orang tua, mengalami perubahan dalam pertemanan dan meingkatnya fokus pada prestasi.² Remaja juga mengalami efek top-dog ketika mereka beralih dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama. Ini terjadi ketika seorang anak yang dulunya paling tua, paling besar, dan paling kuat di kelas sekolah dasar menjadi paling muda, paling kecil, dan paling lemah di kelas sekolah menengah pertama. Para peneliti yang telah mengamati transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama telah menunjukkan bahwa banyak remaja yang merasa tahun pertama di sekolah menengah pertama adalah

¹ John W. Santrock, "Perkembangan Masa-Hidup: Edisi 13 Jilid 1, Terjemahan Benedictine Widyasinta (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012)"

² Jhon W. Santrock, "Remaja: Edisi 11 Jilid 2, Terjemahan Benedictine Widyasinta (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2007)"

tahun yang sulit. Siswa di tahun pertama sekolah menengah pertama perlu melakukan beberapa penyesuaian diri untuk menghindari masalah-masalah ini.³

Siswa harus memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan baik selama masa ini agar dapat mengikuti prosedur belajar mengajar di sekolah. Siswa harus belajar menyesuaikan diri dengan kebutuhan mereka sendiri agar dapat belajar dengan baik dan berkontribusi pada perkembangan kesehatan mental remaja. Para siswa yang mengalami kesulitan pada penyesuaian diri dengan guru, teman, mata pelajaran dan lingkungan, bisa menimbulkan efek seperti perasaan tidak aman, bersikap agresif, tidak bertanggung jawab, mengabaikan pelajaran, merasa ingin pulang apabila jauh dari lingkungan yang tidak dikenal dan mudah menyerah.⁴

Persoalan pada penyesuaian diri disekolah kerap kali muncul saat siswa menempuh ke jenjang yang baru, yaitu disekolah lanjutan pertama atau lanjutan atas. Dimana siswa menjumpai sebuah perubahan yang dialami dirinya ketika memasuki tahap perkembangan remaja. Transisi yang terjadi pada perkembangan remaja yaitu transisi kognitif merupakan perubahan cara berpikir yang lebih logis dan idealis, transisi biologis merupakan perubahan fisik, dan transisi social merupakan hubungan dengan teman sebaya dan mulai membangkang terhadap orang tua.⁵

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Firda pada tahun 2015 dengan topik kematangan emosi dan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau, hasilnya

³ M. Adi Setia Azhari, "Mrina Dwi Mayangsari dan Neka Erlyani, Hubungan Perilaku Asertif Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Tahun Pertama Di SMP, *Jurnal Ecospy Mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat*, Vol. 2 No. 1, (2015)"

⁴ Elizabeth B. Hurlock, "Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan: Edisi 5, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2006)"

⁵ John W. Santrock, "Remaja: Edisi 11 Jilid 2, Terjemahan Benedictine Widyasinta (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2007)"

menunjukkan adanya korelasi yang signifikan secara statistik antara kedua konsep tersebut. Dari apa yang telah dikatakan, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan semacam ini. Menurut hasil penelitian Firda dan pengamatannya sendiri, masih banyak siswa SMP di tahun pertama yang mengalami kesulitan dalam bertransisi karena beberapa faktor seperti senioritas yang tinggi, banyaknya tugas tambahan, dan lain-lain seperti yang ditunjukkan di bawah ini.⁶

Kematangan emosi adalah bagian dari penerimaan sosial, dimana seseorang yang dapat mengendalikan emosi terhadap orang lain dengan cara menanti sesaat dan waktu yang tepat untuk mengutarakan emosinya agar mudah diterima. Kematangan emosi merupakan kepiawaian seseorang agar dapat merasa nyaman, dapat menerima dirinya dan orang lain, bersikap toleran, mempunyai kontrol diri, dan dapat mengungkapkan emosinya dengan konstruktif serta kreatif.⁷ Kemampuan seseorang untuk merespons berbagai peristiwa kehidupan dengan cara yang lebih bertanggung jawab atau konstruktif daripada bersikap kekanak-kanakan adalah definisi lain dari kedewasaan emosional. Remaja dengan kematangan emosi akan mengomunikasikan perasaan mereka pada waktu yang tepat. Jika emosi remaja terkendali, ia akan dapat berkompromi atau menyesuaikan diri dengan apa yang benar dan diharapkan sehingga ia dapat menghadapi masalah secara efektif dan dingin. Remaja tidak memiliki kematangan emosi jika mereka dapat dengan mudah mengekspresikan perasaan negatif mereka ketika dihadapkan pada suatu tantangan dan tidak mampu mengelolanya.

Kematangan emosional remaja yang stabil memungkinkan mereka untuk menyesuaikan harapan dan keinginan mereka dengan dunia apa adanya dan

⁶ Firda Shafira, "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta (2015)"

⁷ Syamsu Yusuf, "Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011)"

menghadapi tantangan dengan cara yang terukur dan efektif. Penyesuaian diri melibatkan upaya dua orang atau lebih untuk menjaga keharmonisan dalam interaksi mereka dengan mengantisipasi dan menyelesaikan sumber-sumber konflik yang potensial. Penyesuaian diri adalah upaya yang dilakukan seseorang untuk mencapai dan menjaga keseimbangan mental dan fisik, serta pengembangan potensi penuh mereka.⁸

Ali mendefinisikan orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik sebagai orang yang mampu menghadapi dan mengatasi tekanan emosional, konflik interpersonal, dan kesulitan psikologis dengan cara yang sehat, produktif, memuaskan, dan dewasa, tanpa menunjukkan perilaku simptomatik atau gangguan psikotik yang dapat menghalangi upaya mencapai tujuan-tujuan sosial, profesional, religius, atau moral yang penting.⁹

Pada tahun 2017, Julia Aridhona mempelajari korelasi antara kecerdasan spiritual, kematangan emosi dengan penyesuaian diri remaja. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penyesuaian diri dan kecerdasan spiritual serta perkembangan emosi berhubungan secara signifikan. Kemampuan remaja dalam mengatur emosi dan kecerdasan spiritual meningkat seiring dengan bertambahnya usia.¹⁰

Saat melakukan penelitian pendahuluan, penulis mencatat bahwa murid-murid di tahun pertama sekolah menengah pertama lebih cenderung enggan untuk mengangkat tangan mereka di kelas dan mengajukan pertanyaan ketika mereka bingung dengan pelajaran. Hal ini disebabkan oleh rendahnya perilaku asertif dan tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik.

⁸ Zariatul Rahma, "Hubungan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Siswa Di SMA Negeri 8 Banda Aceh, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar Raniry Darussalam Banda Aceh, 2019)"

⁹ M. Ali, "*Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2005)"

¹⁰ Julia Aridhona, "Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja, Vol. 2 No. 2 (2017)"

Peningkatan diri memang menantang, tetapi salah satu pendekatannya adalah dengan mengambil sikap tegas dengan bersikap terbuka dan berterus terang tentang nilai dan emosi seseorang. Lazarus, dikutip dalam Fensterheim & Baer, mendefinisikan perilaku asertif sebagai "jelas secara eksplisit" karena otonomi emosional yang melekat pada setiap upaya untuk mengekspresikan hak-hak seseorang dan adanya situasi yang mendukung, yaitu pengetahuan akan hak-hak diri sendiri, mengambil tindakan untuk mengamankan hak-hak tersebut, dan menjalankan tindakan tersebut sebagai bentuk usaha untuk mencapai kebebasan emosional. tanpa bertindak negatif terhadap orang yang bersangkutan, bertindak dengan cara yang akan membantunya mencapai hak-haknya sesuai dengan standar sosial yang berlaku.¹¹

Pada tahun 2015, Paskalia Novianti melakukan penelitian berjudul "Hubungan Antara Perilaku Asertif dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas X SMK Kristen Salatiga," dan menemukan adanya korelasi yang signifikan secara statistik antara kedua variabel tersebut. Tingkat penyesuaian diri seseorang secara signifikan meningkat dengan meningkatnya tingkat asertivitas. Perilaku asertif dan penyesuaian diri tampaknya memiliki korelasi positif, seperti yang ditunjukkan oleh kekuatan hubungan ini.¹²

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Perilaku Asertif Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Baru Kelas VII MTsN 2 Kota Kediri" berdasarkan konteks permasalahan yang telah dibahas di atas.

¹¹ Fensterheim, H & J. Baer. 1995. "Jangan Bilang Ya Bila Anda Akan Mengatakan Tidak. Jakarta: Gunung Jati. Hal. 24"

¹² Paska Novianti C. A. "Sari, Hubungan Antara Perilaku Asertif Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Kelas X SMK Kristen Salatiga, Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana, (Salatiga: 2015)"

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah berikut ini dapat digunakan berdasarkan latar belakang yang telah ditetapkan:

1. Apakah terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri siswa kelas VII di MTsN 2 Kota Kediri?
2. Apakah terdapat hubungan antara perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri ?
3. Apakah terdapat hubungan antara kematangan emosi dan perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa kelas VII di MTsN 2 Kota Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian berikut ini dapat diadopsi berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan:

1. Mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri
2. Mengetahui hubungan antara perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri
3. Mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini berguna sebagai bahan pertimbangan dalam ilmu pendidikan yang spesifiknya bidang psikologi untuk menambah pemahaman mengenai kematangan emosi dan perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Hal ini mengarahkan upaya sekolah untuk menciptakan lingkungan sosial yang mendukung tujuan pembelajaran antara guru dan siswa, antar siswa, dan antara siswa dan lingkungannya.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan-temuan dari penelitian ini dapat memandu investigasi di masa depan dan memberi manfaat bagi para peneliti lainnya.

E. Hipotesis Penelitian

1. H_{a1} : Terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri

H_{o1} : Tidak terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri

2. H_{a2} : Terdapat hubungan positif antara perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri

H_{o2} : Tidak terdapat hubungan positif perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri

3. H_{a3} : Terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dan perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri

H_{o3} : Tidak terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dan perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa kelas VII MTsN 2 Kota Kediri.

F. Penelitian Terdahulu

Penelitian ini mengikuti protokol yang telah ditetapkan sebelumnya yang telah didokumentasikan secara tertulis atau melalui penelitian sebelumnya. Untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dan perilaku asertif dengan penyesuaian diri di kalangan siswa kelas VII di MTsN 2 Kota Kediri, berikut bukti-bukti yang disajikan di bawah ini.

1. Menurut hasil penelitian tahun 2015 yang diterbitkan dengan judul "Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantauan" oleh Firda Shafira. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti bagaimana perkembangan emosi mahasiswa perantau berhubungan dengan tingkat penyesuaian diri mereka, dan seberapa besar pengaruh perkembangan emosi terhadap penyesuaian diri. Kematangan emosi dan penyesuaian diri ditemukan memiliki hubungan positif yang kuat, sebagaimana ditentukan oleh metode kuantitatif penelitian ini.

Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel yang digunakan dan tujuan yang ingin diperoleh sama. Sedangkan perbedaannya terletak pada pengambilan subjek dan teknik pengambilan sampel.

2. Kedua, temuan penelitian tahun 2021 oleh Wiki Aryanto, Cucu Arumsari, dan Dewang Sulistiana yang berjudul "Hubungan Antara Harga Diri dengan Perilaku Asertif pada Remaja" Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara harga diri remaja dengan perilaku asertif mereka. Penelitian

kuantitatif mengenai hubungan antara kepercayaan diri dan perilaku asertif ini memberikan hasil yang signifikan.

Terdapat kesamaan antara metodologi kuantitatif dan investigasi yang direncanakan. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel X yang digunakan

3. Penelitian tahun 2015 oleh M. Adi Setia A, Marina Dwi M, dan Neka Erlyani berjudul "Hubungan Antara Perilaku Asertif dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Tahun Pertama di SMP" Penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk mendapati hubungan antara perilaku asertif dengan penyesuaian diri siswa dengan lingkungan baru mereka di SMP Negeri 1 Banjarmasin. Perilaku asertif ditemukan memiliki dampak yang signifikan terhadap kemampuan siswa untuk menyesuaikan diri mereka sendiri.

Perilaku Asertif dengan penyesuaian diri merupakan dua variabel yang serupa dengan variabel yang akan diteliti, dan metodologi yang digunakan adalah kuantitatif. Perbedaannya terletak pada area di mana penelitian dilakukan.

4. Secara spesifik, penelitian tahun 2015 oleh Paskalia Novianti Chandra Ayudya Sari yang berjudul "Hubungan Antara Perilaku Asertif dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas X SMK Kristen Salatiga" Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara asertifitas dengan penyesuaian diri di kalangan siswa SMK Teknologi dan Industri Kristen Salatiga. Dengan menggunakan strategi kuantitatif dan uji korelasi, penulis menemukan hubungan yang positif dan signifikan antara perilaku asertif dan penyesuaian diri. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu menggunakan variabel yang sama, perilaku asertif dan penyesuaian diri, serta metode kuantitatif. Sedangkan perbedaannya terletak pada pemilihan subyek dan lokasi penelitian.

5. Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Zariatul Rahma pada tahun 2019 yang berjudul "Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Siswa di SMA Negeri 8 Banda Aceh." Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan tingkat penyesuaian diri siswa di SMA Negeri 8 Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan uji korelasi Kendall tau b dan hasil menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi siswa dengan penyesuaian diri siswa di SMA Negeri 8 Banda Aceh.

Persamaannya terletak pada variabel yang digunakan yaitu, kematangan emosi dan penyesuaian diri. Namun, latar penelitian dan partisipan yang digunakan berbeda.

G. Definisi Operasional

Definisi operasional dari variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan proses individu dalam menyesuaikan dirinya terhadap lingkungannya, agar dapat berinteraksi dengan baik untuk mengatasi kesulitan dan konflik pada dirinya dengan lingkungannya.

2. Kematangan Emosi

Kematangan emosi yakni suatu keahlian individu untuk mengekspresikan emosi dengan wajar yang dibarengi pengendalian diri, mempunyai independensi, mempunyai pengaruh diri dan memiliki penerimaan diri yang tinggi. Seseorang yang masak emosinya mengamati kondisi dalam hidup ibarat apa adanya dan

tidak berpikir atas diri mereka sendiri. Ia selalu bersemarak dalam menghadapi kenyataan hidup dan tidak takut dalam menghadapi situasi yang sulit.

3. Perilaku Asertif

Kemampuan untuk mengekspresikan keinginan, perasaan, dan pikiran diri sendiri kepada orang lain sambil menjunjung tinggi dan menghormati hak-hak dan perasaan mereka dikenal sebagai perilaku asertif.