

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kematangan Emosi

Berdasarkan Teori Daniel Goleman Kematangan emosi merupakan konsep fundamental dalam psikologi yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain secara efektif.²⁸ Konsep ini menjadi semakin penting dalam berbagai aspek kehidupan, mulai dari kesuksesan akademis dan profesional hingga kesejahteraan mental dan relasi interpersonal yang sehat. Daniel Goleman, seorang psikolog terkemuka, mempopulerkan konsep kecerdasan emosional (EQ) yang memiliki kaitan erat dengan kematangan emosi. Dalam pandangan Goleman, individu yang matang secara emosional memiliki kesadaran diri yang tinggi, mampu mengelola emosi dengan baik, termotivasi untuk mencapai tujuan, berempati terhadap orang lain, dan memiliki keterampilan sosial yang baik.²⁹

1. Definisi Kematangan Emosi

Kematangan emosi dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengolah informasi emosional secara akurat dan adaptif, yang meliputi kemampuan untuk mengenali emosi diri dan orang lain, memahami penyebab dan konsekuensi dari emosi tersebut, serta menggunakan informasi emosional untuk membimbing pikiran dan tindakan.³⁰ Individu yang matang secara emosional tidak hanya mampu memahami dan mengelola emosinya sendiri, tetapi juga mampu

²⁸ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ* (New York: Bantam Books, 1995). 56-59.

²⁹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002). 49.

³⁰ J. D. Mayer, P. Salovey, and D. R. Caruso, 'Emotional Intelligence: New Ability or Eclectic Traits?', *American Psychologist*, 63.3 (2008), 503.

memahami dan merespons emosi orang lain dengan tepat. Kematangan emosi merupakan proses perkembangan yang berkelanjutan dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman hidup, lingkungan sosial, dan pendidikan.³¹

2. Aspek-aspek Kematangan Emosi

Daniel Goleman mengidentifikasi lima aspek utama kematangan emosi yang saling terkait dan berkontribusi pada kemampuan individu untuk berfungsi secara optimal dalam kehidupan:

- a. **Kesadaran Diri:** Aspek ini merujuk pada kemampuan individu untuk mengenali dan memahami emosi diri sendiri secara akurat.³² Kesadaran diri meliputi kemampuan untuk mengidentifikasi berbagai jenis emosi yang dirasakan, memahami penyebab dan konsekuensi dari emosi tersebut, serta mengenali pengaruh emosi terhadap pikiran dan perilaku. Individu dengan kesadaran diri yang tinggi memiliki pemahaman yang mendalam tentang kekuatan dan kelemahan emosional mereka, serta mampu mengenali bagaimana emosi mereka mempengaruhi orang lain.
- b. **Pengaturan Diri:** Pengaturan diri merupakan kemampuan untuk mengelola dan mengontrol emosi secara efektif.³³ Aspek ini mencakup kemampuan untuk menenangkan diri ketika sedang marah atau cemas, mengendalikan impuls, mengatasi stres, dan beradaptasi dengan situasi yang menantang. Individu yang matang dalam pengaturan diri mampu menjaga keseimbangan emosional, menghindari reaksi yang berlebihan, dan membuat keputusan yang rasional meskipun dalam situasi yang penuh tekanan

³¹ R Bar-On, *Emotional and Social Intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory (EQ-i) In The Handbook of Emotional Intelligence*, Edited by R. Bar-On and J. D. A. Parker (San Francisco: Jossey-Bass, 2000). 65.

³² Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. 43

³³ Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. 137

- c. **Motivasi Diri:** Motivasi diri adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, mempertahankan semangat, dan mengarahkan energi untuk mencapai tujuan, meskipun menghadapi hambatan atau kesulitan.³⁴ Individu yang matang dalam motivasi diri memiliki inisiatif, optimisme, ketekunan, dan kemampuan untuk menunda kepuasan demi mencapai tujuan jangka panjang. Mereka mampu mengatasi rasa frustrasi dan kegagalan, serta tetap fokus pada tujuan yang ingin dicapai.
- d. **Empati:** Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan perspektif, pikiran, dan emosi orang lain.³⁵ Individu yang empatik mampu menempatkan diri pada posisi orang lain, merasakan apa yang mereka rasakan, dan melihat situasi dari sudut pandang mereka. Empati memungkinkan individu untuk membangun hubungan yang harmonis, menunjukkan kepedulian, dan merespons kebutuhan emosional orang lain dengan tepat.
- e. **Keterampilan Sosial:** Keterampilan sosial merupakan kemampuan untuk membangun dan memelihara hubungan interpersonal yang positif, serta berkomunikasi dan berinteraksi secara efektif dengan orang lain.³⁶ Keterampilan sosial yang matang meliputi kemampuan untuk berkomunikasi secara asertif, mendengarkan secara aktif, bekerja sama, menyelesaikan konflik secara konstruktif, dan memberikan pengaruh positif dalam interaksi sosial.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kematangan Emosi

³⁴ Goleman, *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*. 165

³⁵ Goleman, *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*. 99

³⁶ Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. 107

Perkembangan kematangan emosi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks dan saling berinteraksi, antara lain:

- a. **Pengalaman Masa Kanak-kanak:** Pengalaman masa kanak-kanak, terutama pola asuh orang tua dan interaksi dengan anggota keluarga, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan emosional individu.³⁷ Pola asuh yang responsif, suportif, dan memberikan kesempatan bagi anak untuk mengekspresikan emosi secara sehat akan mendukung perkembangan kematangan emosi. Sebaliknya, pengalaman traumatis atau pola asuh yang negatif dapat menghambat perkembangan kematangan emosi.
- b. **Temperamen:** Temperamen, yaitu kecenderungan bawaan individu dalam hal reaktivitas emosional dan pengaturan diri, juga berperan dalam perkembangan kematangan emosi.³⁸ Individu dengan temperamen yang mudah beradaptasi dan memiliki regulasi emosi yang baik cenderung lebih mudah mengembangkan kematangan emosi. Namun, individu dengan temperamen yang lebih sulit memerlukan dukungan dan bimbingan ekstra untuk mengembangkan keterampilan dalam mengelola emosi.
- c. **Lingkungan Sosial:** Interaksi dengan teman sebaya, guru, dan lingkungan sosial yang lebih luas memberikan kesempatan bagi individu untuk belajar tentang emosi, mengembangkan keterampilan sosial, dan mempraktikkan regulasi emosi dalam berbagai konteks sosial.³⁹
- d. **Pendidikan:** Pendidikan, baik formal maupun informal, dapat membekali individu dengan pengetahuan dan strategi untuk memahami dan mengelola

³⁷ J Bowlby, *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment* (New York: New York, 1969). 50.

³⁸ J.W. Santrock, *Life-Span Development* (Jakarta: Erlangga, 2007). 41-48.

³⁹ A Bandura, *Social Learning Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977). 93.

emosi secara efektif.⁴⁰ Pendidikan kecerdasan emosional dapat membantu individu mengembangkan kesadaran diri, keterampilan regulasi emosi, empati, dan keterampilan sosial.

- e. **Pengalaman Hidup:** Pengalaman hidup, baik positif maupun negatif, berkontribusi pada perkembangan kematangan emosi.⁴¹ Menghadapi tantangan, mengatasi kesulitan, belajar dari kesalahan, dan berinteraksi dengan orang lain dalam berbagai situasi merupakan bagian penting dalam mengembangkan kematangan emosi.

4. Indikator Kematangan Emosi

Kematangan emosi dapat diidentifikasi melalui berbagai indikator yang mencerminkan kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi:

- a. **Kesadaran Diri:** Individu yang matang secara emosional mampu mengidentifikasi dan mengekspresikan emosi secara verbal, mengenali pemicu emosi, dan memahami dampak emosi terhadap perilaku. Mereka memiliki pemahaman yang mendalam tentang dunia emosional mereka sendiri dan mampu merefleksikan pengalaman emosional mereka.
- b. **Pengaturan Diri:** Individu yang matang dalam pengaturan diri mampu mengontrol amarah, mengatasi stres dengan efektif, mengendalikan impuls, dan beradaptasi dengan perubahan situasi. Mereka mampu menjaga keseimbangan emosional dan menghindari reaksi yang berlebihan atau merusak.
- c. **Motivasi Diri:** Individu yang matang dalam motivasi diri memiliki tujuan

⁴⁰ M Zubair and R Damar, *Psikologi Dan Pendidikan* (Yogyakarta: Pustaka Karya, 2021). 50.

⁴¹ E. H. Erikson, *Childhood and Society* (New York: Norton, 1950). 29-32.

yang jelas, mampu memotivasi diri sendiri, dan menunjukkan ketekunan dalam menghadapi tantangan. Mereka memiliki inisiatif, optimisme, dan keyakinan pada kemampuan diri untuk mencapai tujuan.

- d. **Empati:** Individu yang empatik mampu mendengarkan dan memahami perspektif orang lain, menunjukkan kepedulian, dan merespons kebutuhan emosional orang lain dengan tepat. Mereka mampu membangun dan mempertahankan hubungan interpersonal yang harmonis.
- e. **Keterampilan Sosial:** Individu dengan keterampilan sosial yang matang mampu berkomunikasi secara asertif, membangun hubungan yang sehat, bekerja sama secara efektif dalam kelompok, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Mereka mampu berinteraksi dengan orang lain secara positif dan produktif.

B. Kepatuhan

Dalam Perspektif Teori Perkembangan Moral Kohlberg konsep kepatuhan merupakan elemen penting dalam interaksi sosial dan berfungsinya masyarakat secara harmonis. Kepatuhan, dalam konteks teori perkembangan moral Lawrence Kohlberg, melampaui sekadar tindakan mengikuti aturan. Kohlberg memandang kepatuhan sebagai suatu proses yang dinamis dan berkembang seiring kematangan kognitif dan sosial individu.⁴² Teorinya mengungkapkan bahwa pemahaman dan alasan individu di balik kepatuhan berubah seiring waktu, mencerminkan perkembangan moral yang kompleks. Alih-alih sekedar "patuh" atau "tidak patuh", Kohlberg mengajukan kerangka yang menjelaskan nuansa dan tahap-tahap dalam perkembangan moral yang mempengaruhi bagaimana individu memahami dan

⁴² Lawrence Kohlberg, 'The Development of Children's Orientations Toward a Moral Order: I. Sequence in the Development of Moral Thought', *Vita Humana*, 6 (1963), 11–33.

merespon aturan, norma, dan ekspektasi sosial.⁴³

1. Definisi Kepatuhan

Kepatuhan dapat didefinisikan sebagai tindakan individu yang selaras dengan aturan, norma, atau ekspektasi yang ditetapkan oleh otoritas atau kelompok sosial.⁴⁴ Namun, definisi ini perlu diperdalam untuk memahami kompleksitas kepatuhan dalam perspektif Kohlberg. Kepatuhan bukan sekedar respons pasif terhadap aturan, tetapi melibatkan proses kognitif aktif di mana individu menginterpretasi aturan, menilai legitimasinya, dan memutuskan apakah akan menaatinya atau tidak. Keputusan untuk patuh dapat didasari oleh berbagai alasan, mulai dari menghindari hukuman hingga menjunjung prinsip-prinsip moral universal. Oleh karena itu, kepatuhan merupakan suatu kontinum yang dinamis dan dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal.

2. Aspek-aspek Kepatuhan

Teori perkembangan moral Kohlberg menjelaskan bahwa pemahaman individu tentang kepatuhan berkembang melalui serangkaian tahap yang berurutan. Berikut adalah uraian lebih lanjut mengenai aspek-aspek kepatuhan yang tercermin dalam tiap level perkembangan moral Kohlberg:

- a. **Level Pra-Konvensional:** Pada level ini, yang umumnya terjadi pada masa kanak-kanak, individu memiliki pandangan egosentris tentang kepatuhan. Mereka menaati aturan terutama untuk menghindari hukuman atau memperoleh imbalan.⁴⁵ Misalnya, seorang anak mungkin tidak mencontek

⁴³ Lawrence Kohlberg, *Stage and Sequence: The Cognitive-Developmental Approach to Socialization.* "In *Handbook of Socialization Theory and Research*, ed. by D. A. Goslin (Chicago: Rand McNally, 1969).

41.

⁴⁴ William C Crain, *Theories of Development: Concepts and Applications* (Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall, 2000). 87.

⁴⁵ Kohlberg, *The Development of Children's Orientations Toward a Moral Order.* 40-53.

karena takut dihukum guru, atau ia mungkin membantu teman karena mengharapkan pujian. Pada tahap ini, konsep benar dan salah masih sangat terikat pada konsekuensi langsung bagi diri sendiri.

- b. **Level Konvensional:** Pada level ini, yang biasanya muncul pada masa remaja dan dewasa awal, individu mulai memahami pentingnya norma sosial dan menghargai ekspektasi kelompok.⁴⁶ Kepatuhan dimotivasi oleh keinginan untuk memperoleh persetujuan sosial, menjaga hubungan baik dengan orang lain, dan memelihara ketertiban sosial. Misalnya, seorang remaja mungkin menaati aturan berpakaian di sekolah karena ingin diterima oleh teman-temannya, atau seorang dewasa mungkin mematuhi hukum karena percaya bahwa itu penting untuk menjaga ketertiban masyarakat. Pada tahap ini, individu mulai memahami bahwa kepatuhan memiliki nilai intrinsik dalam menjaga harmonisasi sosial.
- c. **Level Pasca-Konvensional:** Level ini menandai tahap perkembangan moral yang lebih tinggi, di mana individu telah mengembangkan prinsip-prinsip moral yang otonom dan universal.⁴⁷ Kepatuhan pada aturan dievaluasi berdasarkan prinsip-prinsip etika yang abstrak seperti keadilan, kesetaraan, dan martabat manusia. Individu pada tahap ini mungkin tidak patuh pada aturan yang dianggap tidak adil atau bertentangan dengan hati nurani mereka, meskipun harus menanggung konsekuensi negatif. Misalnya, seorang aktivis hak asasi manusia mungkin melanggar hukum dengan melakukan aksi protes untuk menentang kebijakan yang dianggap

⁴⁶ Lawrence Kohlberg, 'The Development of Children's Orientations Toward a Moral Order: I. Sequence in the Development of Moral Thought'. 64

⁴⁷ Lawrence Kohlberg, *Stage and Sequence: The Cognitive-Developmental Approach to Socialization.* "In *Handbook of Socialization Theory and Research*. 53

diskriminatif, atau seorang warga negara mungkin menolak untuk mematuhi perintah pemerintah yang dianggap melanggar hak asasi manusia. Pada tahap ini, kepatuhan didasari oleh keyakinan yang kuat akan prinsip-prinsip moral yang transenden dan universal.

Menurut Darley dan Blass dalam Hartono, ada tiga aspek yang membentuk kepatuhan. Aspek-aspek tersebut adalah:

- a. **Percaya:** Seseorang cenderung patuh kalau ia yakin aturan itu penting, percaya pada orang yang memberi perintah, dan merasa bagian dari kelompok yang menjalankan aturan itu.
- b. **Menerima:** Individu menerima aturan dengan kesadaran penuh karena memang merasa itu benar.
- c. **Bertindak:** Menjalankan aturan tersebut secara sadar dan tidak terpaksa.⁴⁸

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan

Perkembangan moral dan kepatuhan individu merupakan hasil interaksi kompleks dari berbagai faktor. Kohlberg menekankan peran perkembangan kognitif dan interaksi sosial sebagai faktor utama, namun faktor-faktor lain juga turut berperan:

- a. **Perkembangan Kognitif:** Kematangan kognitif merupakan prasyarat untuk perkembangan moral yang lebih tinggi.⁴⁹ Kemampuan berpikir abstrak, memahami perspektif orang lain, dan menalar secara logis memungkinkan individu untuk menginterpretasi aturan secara lebih kompleks, menilai keadilan dan konsekuensi dari tindakan, serta mengembangkan prinsip-prinsip

⁴⁸ Hartono, 'Kepatuhan Kemandirian Santri (Analisis Psikologi)', *Jurnal Study Islam Dan Budaya*, 4.1 (2006). 29

⁴⁹ Jean Piaget, *The Moral Judgment of the Child* (New York: Free Press, 1965). 11-21.

moral yang otonom. Misalnya, anak kecil mungkin kesulitan memahami aturan yang abstrak atau memikirkan konsekuensi jangka panjang dari tindakannya, sedangkan orang dewasa dengan kematangan kognitif yang lebih tinggi mampu memahami aturan dalam konteks yang lebih luas dan mempertimbangkan dampak tindakannya terhadap orang lain.

- b. **Interaksi Sosial:** Lingkungan sosial di mana individu berkembang memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan moral dan kepatuhan.⁵⁰

Interaksi dengan orang tua, guru, teman sebaya, dan figur otoritas lainnya memberikan kesempatan bagi individu untuk belajar tentang norma sosial, mengembangkan nilai-nilai moral, dan mempraktikkan kepatuhan dalam berbagai konteks. Misalnya, pola asuh yang demokratis dan menekankan dialog dan diskusi dapat mendorong perkembangan moral yang lebih tinggi dibandingkan pola asuh otoriter yang hanya menekankan kepatuhan tanpa penjelasan.

- c. **Pendidikan Moral:** Pendidikan moral yang terstruktur dan sistematis, baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat, dapat memfasilitasi perkembangan moral dan kepatuhan.⁵¹ Pendidikan moral yang efektif tidak hanya mengajarkan aturan dan nilai-nilai, tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir kritis, empati, dan pengambilan keputusan yang etis. Misalnya, program pendidikan karakter di sekolah dapat membantu siswa mengembangkan nilai-nilai seperti kejujuran, tanggung jawab, dan rasa hormat, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kepatuhan terhadap aturan sekolah dan norma sosial.

⁵⁰ Elliot Turiel, *The Development of Social Knowledge: Morality and Convention* (Cambridge: Cambridge University Press, 1983). 40-51.

⁵¹ Thomas Lickona, *Raising Good Children* (New York: Bantam Books, 1983). 64-71.

- d. **Pengalaman Hidup:** Pengalaman hidup yang beragam, baik yang positif maupun negatif, dapat memicu pertumbuhan moral dan memperdalam pemahaman individu tentang kepatuhan.⁵² Menghadapi dilema moral, menyaksikan ketidakadilan, atau mengalami konsekuensi dari tindakan yang tidak patuh dapat merangsang individu untuk merefleksikan nilai-nilai dan keyakinan mereka, serta mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya kepatuhan dalam menjaga ketertiban sosial dan mewujudkan keadilan.

4. Indikator Kepatuhan

Mengidentifikasi kepatuhan dalam kerangka teori Kohlberg memerlukan pemahaman yang mendalam tentang motivasi dan alasan di balik tindakan individu. Berikut adalah beberapa indikator kepatuhan yang dapat diamati dengan memperhatikan tahap perkembangan moral individu:

- a. **Tahap Pra-Konvensional:** Pada tahap ini, kepatuhan ditunjukkan dengan menghindari hukuman dan mencari imbalan. Individu patuh karena takut akan konsekuensi negatif atau mengharapkan pujian dan hadiah.
- b. **Tahap Konvensional:** Kepatuhan pada tahap ini ditandai dengan kesesuaian terhadap norma sosial dan keinginan untuk memperoleh persetujuan dari orang lain. Individu patuh karena ingin diterima oleh kelompok, menjaga hubungan baik, dan memenuhi ekspektasi sosial.
- c. **Tahap Pasca-Konvensional:** Pada tahap ini, kepatuhan didasari oleh prinsip-prinsip moral yang universal dan keyakinan yang kuat akan keadilan dan kemanusiaan. Individu patuh pada aturan yang dianggap adil dan etis, dan

⁵² James R Rest, *Moral Development: Advances in Research and Theory* (New York: Praeger, 1986). 32.

bersedia menentang aturan yang dianggap tidak adil meskipun harus menanggung risiko pribadi.

Selain itu, kepatuhan juga dapat dimanifestasikan melalui berbagai perilaku spesifik, seperti:

- 1) Menaati aturan dan norma sosial yang berlaku di berbagai konteks, seperti keluarga, sekolah, tempat kerja, dan masyarakat.
- 2) Menghormati otoritas dan figur yang memiliki legitimasi, seperti orang tua, guru, pemimpin masyarakat, dan penegak hukum.
- 3) Bertanggung jawab atas tindakan dan keputusan sendiri, serta bersedia menerima konsekuensi dari perilaku yang tidak patuh.
- 4) Menunjukkan perilaku prososial yang menguntungkan orang lain dan masyarakat, seperti membantu orang lain, berbagi, bekerja sama, dan menjaga lingkungan