

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kematangan Emosi

##### 1. Pengertian Kematangan emosi

###### a. Emosi

Kata emosi berasal dari bahasa perancis emotion, dari kata *emouvoir, excite* yang berdasarkan kata latin *emovere* yang terdiri dari kata-kata e- (variant ex-) artinya keluar dan *movere* yang artinya bergerak. Dengan demikian secara etimologi emosi memiliki arti “bergerak keluar”.<sup>1</sup> Campos, Frankel & Camras mengatakan bahwa emosi sebagai sebuah perasaan afek yang muncul ketika seseorang berada dalam sebuah kondisi atau berada pada sebuah interaksi. Emosi ditandai dengan perilaku senang atau sedih seseorang terhadap interaksi yang sedang terjadi, emosi terwujud dalam bentuk gembira, takut, marah, dan seterusnya tergantung pada bagaimana kondisi mempengaruhi orang tersebut.<sup>2</sup> Emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari ditandai dengan perubahan perilaku. Definisi lain menyatakan bahwa emosi adalah respon terhadap suatu perangsang yang menyebabkan perubahan fisiologis disertai perasaan yang kuat dan

---

<sup>1</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2010), 125

<sup>2</sup> Santrock, remaja., 200

biasanya mengandung kemungkinan untuk meletus. Respon demikian terjadi baik rangsangan eksternal maupun internal.<sup>3</sup>

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa emosi adalah sebuah perasaan afek yang muncul ketika seseorang mendapatkan stimulus atau rangsangan dalam sebuah kondisi atau berada pada sebuah interaksi.

#### b. Kematangan emosi

Menurut Walgito kematangan emosi dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengadakan tanggapan-tanggapan emosi secara matang dan mampu mengontrol serta mengendalikan emosinya sehingga menunjukkan suatu kesiapan dalam bertindak.<sup>4</sup> Sebagaimana Allah berfirman dalam surat Ali Imron ayat 134 yang menjelaskan tentang kriteria orang yang bertakwa yaitu:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ (١٣٤)<sup>5</sup>

Artinya: (yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan.

kematangan emosi menurut Murray adalah suatu kondisi mencapai perkembangan pada diri individu dimana individu mampu mengarahkan dan mengendalikan emosi yang kuat agar dapat diterima oleh diri sendiri dan orang lain.<sup>6</sup>

<sup>3</sup> Muhammad Ali dan Asrori, *Psikologi Remaja* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2017), 62

<sup>4</sup> Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*. (Yogyakarta: Andi. 2004), 44.

<sup>5</sup> QS. Ali Imron (3): 134

<sup>6</sup> Kapri dan Rani, "emotional maturity: characteristics and leves", *International Journal Of Technological Exploration And Leasrning*. Volume 3, No.1, (2014), 359-361, 360

Chaplin mengatakan bahwa kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi anak-anak. Istilah kematangan atau kedewasaan seringkali membawa implikasi adanya kontrol emosi.<sup>7</sup> Kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya secara baik, dalam hal ini orang yang telah matang emosinya tidak akan cepat terpengaruh oleh rangsangan atau stimulus yang datang dari dalam maupun dari luar dirinya.<sup>8</sup>

Berdasarkan pengertian di atas dapat kita tarik kesimpulan bahwa kematangan emosi adalah suatu kondisi pencapaian tingkat kedewasaan dimana individu mampu mengarahkan, mengendalikan dan mengadakan tanggapan-tanggapan emosi secara matang sehingga menunjukkan suatu kesiapan bertindak dalam menanggapi stimulus yang diterimanya.

## **2. Ciri-ciri kematangan emosi**

Murray mengemukakan ciri-ciri kematangan emosi sebagai berikut:

### **a. Mampu memberi dan menerima cinta**

Sebagai anak yang matang secara emosi maka ia mampu mengekspresikan rasa cinta dan dapat menerima cinta dari orang lain.

---

<sup>7</sup> James P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2002), 164

<sup>8</sup> Kartini, *kamus*,. 122

Misalnya ia mampu mengekspresikan cinta atau kasih dari ayah dan ibunya.

b. Mampu menghadapi kenyataan atau masalah yang dihadapi

Anak yang matang secara emosi akan menghadapi masalah-masalah yang ada karena mengetahui satu-satunya cara untuk menyelesaikan masalah adalah dengan menghadapi masalah itu.

c. Ada ketertarikan untuk saling memberi dan menerima

Anak yang matang secara emosi memperhatikan kebutuhan-kebutuhan orang lain dan memberikan apa yang ia bias berikan. Rasa aman membuatnya mau menerima bantuan orang lain.

d. Belajar dari pengalaman

Anak yang matang secara emosi memandang hidup sebagai proses belajar, ketika mengalami pengalaman yang menyenangkan, anak menikmatinya dan bersukaria. Ketika menghadapi pengalaman pahit, anak menganggap hal itu sebagai tanggung jawab pribadi dan meyakini bahwa dari pengalaman pahit itu anak dapat mengambil pelajaran yang berguna bagi kehidupan selanjutnya.

e. Mampu mengatasi frustrasi

Ketika menghadapi konflik, individu yang matang secara emosi menggunakan cara atau pendekatan lain. Apabila tidak bisa, anak mengalihkan perhatiannya dan mencari target lain.

f. Mampu mengganti konflik secara konstruktif

Ketika menghadapi konflik, individu yang matang secara emosi menggunakan amarahnya sebagai sumber energi untuk meningkatkan usahanya dalam mencari solusi.

g. Berfikir terbuka.

Orang yang matang emosinya tidak mengkhawatirkan hal-hal yang negatif, mereka berfikiran cukup terbuka untuk mendengarkan pendapat orang lain, mereka percaya pada perkataan teman mereka sendiri dari pada perkataan orang lain yang belum jelas kepastiannya.

h. Penuh harapan.

Orang yang matang emosinya berharap dalam hidup dan selalu berharap yang terbaik, mereka melihat positif dalam segala hal dan tidak pesimis akan kemampuan diri mereka. Hal ini membuat mereka menjadi orang yang percaya diri dan selalu siap untuk menghadapi kehidupan dengan keyakinan diri yang kuat.

i. Mampu berfikir positif mengenai diri pribadi.

Individu yang matang emosinya memandang positif pengalaman hidup dan menikmati hidup. Ketika mereka menghadapi masalah mengenai diri pribadi, mereka berusaha untuk menerima dan berfikiran positif mengenai masalah kehidupannya.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Kapri dan Rani, "emotional maturity: characteristics and leves", *International Journal Of Technological Exploration And Leasrning*. Volume 3, No.1, (2014), 359-361, 360

Menurut Murray remaja yang emosinya tidak matang, memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Keadaan emosional yang relatif tinggi

Meliputi mudah marah, toleransi rendah, tidak mau dikritik, rasa cemburu dan enggan memaafkan orang lain.

b. Tidak mampu menunda keinginan dan cenderung impulsif.

c. Ketergantungan yang berlebihan pada orang lain

mudah terpengaruh dan cenderung menilai secara tergesa-gesa.

d. Egosentris yang merupakan manifestasi dari egoisme.

Individu yang tidak matang emosinya menunjukkan rasa tidak hormat pada orang lain, menuntut simpati orang lain dan meminta hal-hal yang kurang beralasan.<sup>10</sup>

### 3. Aspek-aspek kematangan emosi

Kematangan emosi disusun berdasarkan teori Walgito. Menurut Walgito kematangan emosi memiliki beberapa aspek, aspek-aspek kematangan emosi adalah:

a. Penerimaan diri sendiri dengan orang lain.

Individu mampu menerima keadaan atau kenyataan yang objektif bagi diri sendiri dan orang lain.

b. Tidak impulsive

Individu akan merespon stimulus dengan cara mengatur pikirannya secara baik untuk memberikan tanggapan terhadap stimulus

---

<sup>10</sup> Ibid., 360

yang didapat. Orang yang bersifat impulsive ketika bertindak cenderung tidak dipikirkan terlebih dahulu. Yang artinya bahwa memiliki emosi yang kurang matang.

c. kontrol emosi

individu akan mengontrol emosinya dengan baik walaupun dalam keadaan marah, tetapi kemarahan itu tidak ditampakan keluar melalui ekspresi. Karena dapat mengatur kemarahan dengan memanifestasikan kemarahan.

d. Berpikir objektif

lebih bersifat sabar, memiliki rasa percaya diri, sikap realistik, dan optimistik, tidak terobsesi dengan perasaan bersalah, cemas maupun kesepian.

e. Tanggung jawab dan ketahanan menghadapi frustrasi

individu akan mempunyai tanggung jawab yang baik terhadap minat yang dimiliki, dapat mandiri, tidak mudah mengalami frustrasi terhadap harapan dan segala aspirasi

#### **4. Faktor yang mempengaruhi kematangan emosi**

Bimo Walgito mengatakan bahwa kematangan emosi berkaitan dengan unsur individu. Salah satu ciri kedewasaan seseorang dilihat dari segi psikologis ialah bila seseorang telah dapat mengendalikan emosinya, dan dengan demikian dapat berpikir secara baik, dapat menempatkan persoalan sesuai dengan keadaan seobyektif-obyektifnya.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Bimo walgito, *Bimbingan Konseling dan Perkawinan*. (Yogyakarta. ANDI, 2004) 43

Rogers menguraikan beberapa faktor yang mempengaruhi kematangan emosi yaitu:

a. Keluarga

Pengalaman dengan keluarga mempengaruhi perkembangan emosiseorang dan menumbuhkan perasaan kesepian, ketakutan, dan kecemasan akanperpisahan.

b. Jenis Kelamin

Perempuan lebih matang emosinya daripada laki-laki. Peneliti Barkeley menunjukkan bahwa perilaku perempuan terganggu pada awal masa remaja, barangkali karena budaya permisif pada perempuan yang mengakibatkan perempuan cepat emosi, tetapi lebih cepat stabil dibandingkan laki-laki dan perempuan lebih dapat mengekspresikan emosinya daripada laki-laki.

c. Televisi

Televisi memberikan gambaran yang membingungkan antara yang nyata dan tidak nyata. Efeknya sangat besar terutama film-film keras sehingga mengakibatkan munculnya agresi.<sup>12</sup>

Menurut Young faktor yang mempengaruhi kematangan emosi antara lain adalah:

a. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan tempat hidup termasuk didalamnya yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat. Keadaan keluarga

---

<sup>12</sup> Rogers. D, *Adolescents and Youth* (New York: Prentice Hall, 1981), 105



yang tidak harmonis, terjadi keretakan dalam hubungan keluarga yang tidak ada ketentraman dalam keluarga dapat menimbulkan persepsi yang negatif pada diri individu. Begitu pula lingkungan sosial yang tidak memberikan rasa aman dan lingkungan sosial yang tidak mendukung juga akan mengganggu kematangan emosi.

b. Faktor individu

Faktor individu meliputi faktor kepribadian yang dimiliki individu. Adanya persepsi pada setiap individu dalam mengartikan sesuatu hal juga dapat menimbulkan gejala emosi pada diri individu. Hal ini disebabkan oleh pikiran negatif, tidak realistis dan tidak sesuai dengan kenyataan. Kalau individu dapat membatalkan pikiran - pikiran yang keliru menjadi pikiran - pikiran yang benar, maka individu dapat menolong dirinya sendiri untuk mengatur emosinya sehingga dapat mempersepsikan sesuatu hal dengan baik.

c. Faktor pengalaman

Pengalaman yang diperoleh individu selama hidupnya akan mempengaruhi kematangan emosinya. Pengalaman yang menyenangkan akan memberikan pengaruh yang positif terhadap individu, akan tetapi pengalaman yang tidak menyenangkan bila selalu terulang dapat memberi pengaruh negatif terhadap individu maupun terhadap kematangan emosi individu tersebut.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> Young, K, *Social Psychology*, (New York: Aapleton Century, 1985), 345

Berdasarkan pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor yang mempengaruhi kematangan emosi antara lain adalah keluarga, lingkungan, jenis kelamin, pengalaman, individu itu sendiri.

## **B. Penerimaan Teman Sebaya**

### **1. Pengertian penerimaan teman sebaya**

#### **a. Penerimaan**

Menurut kamus psikologi Chaplin, penerimaan (*acceptance*) merupakan sikap positif yang ditandai oleh adanya pengakuan atau penghargaan terhadap nilai-nilai individual tanpa menyertakan pengakuan terhadap tingkah lakunya atau tanpa keterikatan emosional yang terdapat pada pihak yang bersangkutan.<sup>14</sup>

Menurut Cecil penerimaan adalah disambutnya atau diterimanya seseorang dalam suatu komunitas kelompok masyarakat, baik keluarga, suku, bangsa, ataupun kelompok sosial lainnya.<sup>15</sup> Sedangkan menurut Rahmat, menerima adalah kemampuan berhubungan dengan orang lain tanpa menilai dan berusaha mengendalikan. dengan demikian penerimaan adalah sikap positif yang melihat orang lain sebagai manusia dan sebagai individu yang patut dihargai.<sup>16</sup>

Dari beberapa penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan adalah pengakuan atau disambutnya individu dalam

<sup>14</sup> J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi Terjemahan Kartini Kartono* (Jakarta : Rajawali Pers, 2004), 4

<sup>15</sup> G. Osborne Cecil, *Seni Mengasahi Diri Sendiri Terjemahan Fenny Veronika* (Jakarta : PT BPK Gunung Mulia, 2001), 30

<sup>16</sup> Jalaludin Rakhmat, *Psikologi komunikasi* (Bndung:PT. Remaja Rosdakarya, 2008), 131

suatu kelompok masyarakat, baik keluarga, suku, bangsa, ataupun kelompok sosial lainnya.

b. Teman sebaya

Teman sebaya adalah anak-anak atau remaja dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan yang sama. Hal senada juga dikemukakan oleh Santrock bahwa teman sebaya adalah anak-anak atau remaja dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan yang sama. Keduanya memiliki kesamaan dalam memberikan batasan pada pengertian teman sebaya yaitu bahwa teman sebaya merupakan teman yang sejajar atau memiliki tingkat usia dan kematangan yang sama.<sup>17</sup>

Sebagaimana dalam surat Al-Hujurat ayat 13:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ (١٣)

Artinya: Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling takwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.<sup>18</sup>

Menurut Horrock dan Benimoff menjelaskan bahwa teman sebaya yaitu orang lain yang sejajar dengan dirinya yang tidak dapat memisahkan sanksi-sanksi dunia dewasa, serta memberikan sebuah tempat untuk melakukan sosialisasi dalam suasana nilai-nilai yang

<sup>17</sup> Santrock, *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup*(Alih bahasa Achmad Chusairi dan Juda Damanik) (Jakarta: Erlangga.2003), 232

<sup>18</sup> QS. Al Hujurat (49): 13

berlaku dan telah ditetapkan oleh teman-teman seusianya, dimana anggotanya dapat menerima dan menjadi tempat bergantung.<sup>19</sup>

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa teman sebaya adalah individu atau orang lain yang memiliki kesamaan tingkat usia atau tingkat kedewasaan serta memberikan sebuah tempat untuk melakukan sosialisasi dalam suasana nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat.

c. Pengertian penerimaan teman sebaya

Menurut Hurlock penerimaan teman sebaya berarti dipilih sebagai teman untuk satu aktivitas dalam kelompok dimana seseorang menjadi anggota.<sup>20</sup> Hal senada juga dijelaskan Buhs & Ladd bahwa penerimaan teman sebaya adalah dipilihnya seseorang sebagai teman untuk suatu aktivitas dalam kelompok tempat ia menjadi anggota dan merupakan indeks keberhasilan siswa untuk berperan dalam kelompok dan menunjukkan derajat rasa suka anggota kelompok untuk bekerja atau bermain dengannya.<sup>21</sup> Sedangkan Berk menyatakan bahwa penerimaan teman sebaya mempunyai pengertian sejauh mana seorang anak atau remaja secara sosial diterima oleh kelompok teman sebaya.<sup>22</sup>

Maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan teman sebaya adalah sejauh mana dipilihnya seseorang sebagai teman untuk melakukan

---

<sup>19</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, edisi kelima, (Jakarta : Erlangga, 2006), 214

<sup>20</sup> Hurlock, *Psikologi*, 214

<sup>21</sup> Marlina. *Tingkat Penerimaan Teman Sebaya pada Siswa Berkesulitan Belajar di Sekolah Inklusi*. Jurnal Pendidikan Khusus, vol. 02 (2006, Mei), 203-227.

<sup>22</sup> L, E, Berk. *Life-Span Development* (5th ed.). (Daryatno, Penerjemah.) (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012). 464

suatu kegiatan dalam kelompok tempat ia diterima menjadi anggota dan menunjukkan peran serta rasa suka anggota kelompok untuk bekerja atau bermain dengannya.

## **2. Aspek-aspek penerimaan teman sebaya**

Penerimaan teman sebaya disusun berdasarkan teori Hurlock. Adapun aspek yang dapat diukur dan diamati antara lain:

- a. Partisipasi sosial: Mendahulukan kepentingan kelompok, Punya inisiatif, Cepat mengambil keputusan.
- b. Mudah mendapat teman; Aktif dan mudah bergaul, Menarik, rapi, Cekatan dalam bekerja.
- c. Perlakuan baik dari orang lain; mendapat perhatian dan kasih sayang.
- d. Ditempatkan pada posisi yang bagus atau terhormat; dipilih, diajak untuk selalu terlibat dalam berbagai aktivitas kelompok, sering dimintai saran oleh teman-teman karena sikap yang simpati, dapat dipercaya dan berwibawa.<sup>23</sup>

## **3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Teman Sebaya**

Dalam kelompok teman sebaya, merupakan kenyataan adanya remaja yang diterima dan ditolak. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti yang dikemukakan oleh Hurlock, yaitu sebagai berikut:

---

<sup>23</sup> Elizabeth.B.Hurluck, *Adolencenct Development*, Fourt Edition, (Tokyo Japan : Kosaido Printing, 1898), 95

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi seorang remaja diterima oleh teman sebaya adalah sebagai berikut :

- 1) Kesan pertama yang menyenangkan sebagai akibat dari penampilan yang menarik perhatian, sikap tenang dan gembira.
- 2) Reputasi sebagai seorang yang sportif dan menyenangkan.
- 3) Penampilan diri yang sesuai dengan penampilan kelompok.
- 4) Perilaku sosial yang ditandai oleh kerjasama, tanggung jawab, panjang akal, senang bersama orang lain, bijaksana dan sopan.
- 5) Matang, terutama dalam hal pengendalian emosi serta kemauan untuk mengikuti peraturan-peraturan.
- 6) Sifat pribadi yang menimbulkan penyesuaian sosial baik seperti jujur, tidak mementingkan diri sendiri dan ekstraversi.
- 7) Status sosial ekonomi yang sama atau sedikit di atas anggota-anggota lain dalam kelompoknya dan hubungan yang baik dengan anggota-anggota keluarga.
- 8) Tempat tinggal yang dekat dengan kelompok sehingga mempermudah hubungan dan partisipasi dalam berbagai kegiatan kelompok.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi seorang remaja ditolak oleh teman sebaya adalah sebagai berikut :

- 1) Penampilan (*performance*) dan perbuatan antara lain meliputi : sering menantang, malu-malu, dan senang menyendiri.
- 2) Kemampuan pikir, meliputi : bodoh sekali atau sering disebut tolol.

- 3) Tempat tinggal : faktor rumah yang terlalu jauh dari teman sekelompok.
- 4) Sikap, sifat meliputi: suka menguasai anak lain, suka curiga, dan suka melaksanakan kemauansendiri.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> Hurlock, psikologi., 217