

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja dapat dianggap sebagai fase peralihan, namun peralihan ini tidak berarti putus atau mengubah sepenuhnya dari apa yang telah terjadi sebelumnya. Ketika anak-anak berpindah dari masa kanak-kanak ke masa remaja, mereka harus melepaskan aspek-aspek kekanak-kanakan dan belajar mengembangkan pola perilaku dan sikap baru yang akan menggantikan perilaku dan sikap yang telah ditinggalkan sebelumnya (Marwoko, 2019).

Peran remaja dalam memenuhi tugas perkembangannya melibatkan kemampuan beradaptasi dengan diri dan lingkungan. Faktor-faktor seperti masalah psikologis, ketidakpuasan dengan potensi fisik dan mental, salah tafsir nilai-nilai hidup, serta gangguan emosional dapat memengaruhi remaja. Selain itu, faktor eksternal seperti pengaruh orang tua yang menghambat kemandirian dan lingkungan sekitar juga memainkan peran penting dalam perkembangan remaja (Pratiwi & Wahyuni, 2019).

Interaksi remaja dengan lingkungannya berdampak besar pada berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk cara berpikir, berbicara, dan berperilaku (Zis et al., 2021). Setiap lingkungan memberikan pengaruh unik pada perilaku remaja. Contohnya, lingkungan dapat memengaruhi remaja untuk terlibat dalam perilaku negatif seperti mencuri, berjudi, penyalahgunaan obat-obatan terlarang, tindakan

ugal-ugalan, dan mengemudi dengan kecepatan tinggi yang berbahaya. Tingkat kematangan emosional yang berbeda di antara individu juga berperan dalam kemampuan mereka mengendalikan diri (Fajarika & Herdajani, 2021).

Emosi adalah respons pribadi terhadap faktor internal atau eksternal yang melibatkan reaksi fisik, mental, dan perilaku terhadap perasaan seperti kegembiraan, kesedihan, kemarahan, ketakutan, dan kecemasan. Emosi memainkan peran penting dalam pengambilan keputusan, interaksi sosial, dan adaptasi lingkungan (Sarasati & Nurvia, 2021). Kematangan emosi adalah kemampuan individu untuk memahami, mengelola, dan mengatasi emosi dengan sehat. Ini penting dalam perkembangan diri dan interaksi sosial, membantu individu beradaptasi, mengatasi tantangan, dan hidup lebih bahagia (Putri, 2020). Menurut Hurlock (2004) individu dewasa emosional bisa merasakan tanpa beban, tanpa hambatan emosi, dan dengan kontrol diri yang baik. Mereka mengungkapkan emosi secara tepat sesuai situasi tanpa berlebihan. Kemampuan ini tidak mengurangi fleksibilitas berpikir dan bertindak mereka.

Berdasarkan kutipan tersebut dapat disimpulkan bahwa seiring dengan peningkatan kedewasaan emosional seseorang, emosi negatif akan mengalami penurunan. Bentuk-bentuk emosi positif seperti rasa kasih sayang, kebahagiaan, dan cinta akan mengalami perkembangan yang lebih positif. Seseorang dianggap memiliki kematangan emosi ketika adanya kontrol diri dengan baik, sehingga dapat mengungkapkan emosi lebih sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Kontrol diri adalah kemampuan mengelola emosi, dorongan, perilaku, dan reaksi dalam berbagai situasi. Ini mencakup kesadaran emosi, kemampuan memilih

tindakan sesuai dengan nilai dan tujuan, serta menahan hasrat instan demi tujuan yang lebih besar. Kontrol diri penting untuk menjaga hubungan sosial yang sehat, pengambilan keputusan yang bijaksana, dan pencapaian tujuan jangka panjang. Kurangnya kontrol diri dapat menyebabkan perilaku yang tidak sesuai, kesulitan menghubungkan stimulus dengan tindakan yang tepat, dan perilaku agresif. Ini khususnya berlaku untuk remaja, yang seringkali menghadapi tantangan emosional dan kurangnya kontrol diri (Mansyur & Casmini, 2022).

Mengembangkan kontrol diri membantu individu merasa bahagia, produktif, menerima diri sendiri, dan mendapatkan penerimaan sosial. Pentingnya kontrol diri terlihat dalam jumlah pelanggaran aturan sekolah dan insiden perkelahian di kalangan siswa, yang sering kali terkait dengan kurangnya kontrol diri dan kematangan emosi pada siswa-siswa tersebut (Agustian, 2019).

Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan guru Bimbingan Konseling (BK) SMP N 3 Kesugihan pada hari Selasa, 20 September 2023 menunjukkan bahwa siswa di sekolah tersebut masih mengalami ketidakmatangan emosional. Siswa tersebut mengalami kesulitan mengenali, mengungkapkan perasaannya, dan mengatasi emosi pribadi dengan sehat. Seringkali siswa kesulitan dalam mengidentifikasi perasaan mereka sendiri, baik kesedihan maupun amarah. Siswa juga merespon emosi yang dimilikinya dengan marah atau menangis tanpa alasan yang jelas dalam situasi tertentu seperti diejek teman, dengan sebagian besar yaitu 30% siswa dari mereka cenderung melakukan perilaku tersebut (Endah, 2023).

Selain itu, siswa juga memiliki minat dan motivasi belajar yang rendah. Hal ini tergambar dari penjelasan guru BK tersebut, yang mengatakan bahwa:

*“Kasus yang pernah saya tangani di sini dan rata-rata siswa memiliki minat belajar yang rendah. Seringkali didapati siswa yang suka membolos pelajaran dan tidak mengerjakan PR. Siswa juga memiliki semangat belajar yang kurang dikarenakan kurangnya motivasi, canggung atau pemalu, dan malas belajar. Namun penerapan bimbingan konseling di sekolah ini terkendala karena kesulitan dalam meningkatkan belajar yang dipengaruhi lingkungan luar seperti keluarga. Siswa menghadapi tantangan dalam mengelola waktu belajar, bertanggung jawab atas tugas, dan menjaga kedisiplinan. Siswa tidak memanfaatkan waktu luang untuk mengulang pelajaran secara konsisten. Selain itu, rasa tanggung jawab siswa juga masih terbatas, misalnya dalam hal menunda pekerjaan rumah (PR) dan tugas sekolah hingga mendekati tenggat waktu, bahkan tidak mengerjakan PR. Siswa seringkali lalai dalam membawa buku pelajaran atau peralatan yang diperlukan untuk pelajaran.” (Endah, 2023)*

Selain itu, siswa memiliki kendala dalam berkomunikasi dengan baik dalam situasi sosial. 50 siswa dari 88 sampel siswa masih belum mampu berkomunikasi secara efektif, baik dalam interaksi dengan sesama siswa maupun dengan para guru. Siswa seringkali sulit berbicara di depan umum atau berpartisipasi aktif dalam diskusi kelompok. Siswa juga kesulitan dalam memahami pesan orang lain atau mengekspresikan pemikiran mereka dengan jelas. Mereka juga masih menghadapi kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang baik, baik itu dalam lingkup hubungan sesama siswa maupun dengan guru di sekolah.

Siswa sering menampilkan perilaku agresif seperti bermain kejar-kejaran dengan teman, ejek-mengejek, dan tidak masuk tanpa keterangan. Siswa juga menggunakan bahasa kasar atau mengancam rekan-rekannya. Bahkan siswa terlibat dalam perkelahian fisik dengan sesama siswa

Hal ini diakibatkan kurangnya kontrol diri pada beberapa siswa, yang mengarah pada perilaku impulsif atau kurangnya kemampuan untuk menahan diri. Siswa yang memiliki kontrol diri kurang baik akan terlihat dari sikap belajar para

siswa yang belum optimal, seperti ketidakmampuan untuk fokus, kurangnya kedisiplinan dalam mengerjakan tugas, dan rendahnya daya tahan terhadap frustrasi saat menghadapi tantangan pembelajaran. 50 dari 88 siswa menghadapi kesulitan dalam mengendalikan kemarahannya ketika mendapat kritik atau frustrasi. Ketidakmatangan emosional dan kurangnya kontrol diri ini dapat berdampak negatif pada perkembangan pribadi, sosial, dan akademis siswa (Ramadhan et al., 2020). Oleh karena itu, penting untuk memberikan dukungan dan bimbingan yang sesuai kepada siswa-siswa ini untuk membantu mereka mengembangkan kematangan emosional yang lebih baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Fajarika & Herdajani (2021) menemukan hubungan negatif antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku agresif pada siswa SMA. Penelitian yang dilakukan Sovitriana & Sianturi (2021) menemukan hubungan negatif antara kematangan emosi dan perilaku agresif. Meskipun terdapat kesamaan variabel kematangan emosi, penelitian ini berfokus pada hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri. Penelitian lain oleh Agustian (2019) menunjukkan korelasi kuat antara kematangan emosi dan kontrol diri pada siswa MAN 4 Sumpur, dengan perbedaan pada sampel penelitian yang menggunakan siswa SLTA.

Hasil penelitian (Mahfud & Khoirunnisa, 2020) pada siswa SMK "X" Sidoarjo 1 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan perilaku agresi di media sosial. Penelitian lain oleh (Pramesthi, 2022) juga menemukan bahwa kedua variabel tersebut bersama-sama hanya menjelaskan 32,6% dari kecenderungan perilaku agresif. Dengan demikian, dapat

disimpulkan bahwa tidak selalu terdapat hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri dengan perilaku agresif.

Berdasarkan jabaran di atas, penulis merasa tertarik untuk menyelidiki hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri. Penting untuk melakukan penelitian lebih lanjut dalam lingkungan ini guna memahami secara mendalam dampak dari kurangnya kematangan emosi dan kontrol diri pada sikap belajar siswa. Pentingnya penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk mengidentifikasi strategi intervensi yang efektif dalam meningkatkan kematangan emosi dan kontrol diri siswa, dengan harapan dapat meningkatkan kualitas dan efisiensi proses pembelajaran di sekolah tersebut. Oleh karena itu, penulis merasa penting untuk melakukan sebuah penelitian tentang **“Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Kontrol Diri pada Siswa SMP N 3 Kesugihan”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan penelitian dapat diidentifikasi antara lain sebagai berikut:

1. Beberapa siswa memiliki tingkat kematangan emosi yang masih rendah.
2. Siswa memiliki minat dan motivasi belajar yang rendah.
3. Siswa memiliki pengelolaan waktu belajar, tanggung jawab dan kedisiplinan dalam mengerjakan tugas yang belum maksimal.
4. Kurangnya kemampuan komunikasi siswa dalam berinteraksi.
5. Siswa menampilkan perilaku agresif di sekolah.
6. Kurangnya kontrol diri siswa.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, peneliti memberi batasan dalam penelitian ini, yaitu kematangan emosi dan kontrol diri siswa SMP N 3 Kesugihan yang didapatkan dari poin 1 dan 6 dari identifikasi masalah. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam pemahaman terhadap hubungan antara kematangan emosi dan kendali diri dengan sikap belajar siswa di lingkungan tersebut. Manfaat penelitian ini tidak hanya terletak pada pemecahan masalah konkret di sekolah tersebut, tetapi juga dapat memberikan pandangan dan pedoman bagi peningkatan kualitas pendidikan di tingkat lebih luas.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kematangan emosi siswa SMP N 3 Kesugihan?
2. Bagaimana kontrol diri siswa SMP N 3 Kesugihan?
3. Apakah terdapat hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri pada siswa SMP N 3 Kesugihan?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah maka disimpulkan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui kematangan emosi siswa SMP N 3 Kesugihan.
2. Untuk mengetahui kontrol diri siswa SMP N 3 Kesugihan.

3. Untuk mengetahui dan menguji hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri pada siswa SMP N 3 Kesugihan, serta mengeksplorasi arah hubungan dan seberapa besar atau jauh korelasi antara kematangan emosi dan kontrol diri siswa di SMP N 3 Kesugihan.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi penelitian lain, guru, siswa dan sekolah yang terbagi menjadi manfaat teoritis dan praktis. Secara rinci manfaat dari penelitian ini adalah:

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan, wawasan dan pengalaman dalam melakukan penelitian jenis kuantitatif khususnya menguji hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri. Penelitian ini juga dapat memberikan kontribusi dalam memahami dan menjelaskan peran tingkah laku manusia, khususnya dalam konteks kematangan emosi dan kontrol diri. Penelitian ini tidak hanya mengeksplorasi kematangan emosi dan kontrol diri secara terpisah, tetapi juga bertujuan untuk menggambarkan hubungan antara keduanya. Dengan menunjukkan hubungan antara kedua faktor ini dan sikap belajar siswa, penelitian ini dapat memberikan landasan teoritis untuk pengembangan pendekatan pendidikan yang lebih baik dan strategi intervensi yang lebih efektif.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Siswa**

Membantu siswa yang mengalami kematangan emosi dan kontrol diri positif, sehingga hasil ini dapat dijadikan sebagai pedoman dan siswa dalam mengontrol dirinya.

b. Bagi Guru

Membantu guru melihat kematangan emosi pada siswa sehingga dapat memberikan solusi yang dapat diberikan agar siswa dapat mengontrol dirinya..

c. Bagi Sekolah

Menjadi masukan sekolah untuk meningkatkan mutu dan kualitas pendidikan di sekolah.