

SKRIPSI
HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DAN KONTROL DIRI
PADA SISWA SMP N 3 KESUGIHAN



**Disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap**

Disusun Oleh:

Nama : Fina Rizqi

NIM : 19862013006

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL - GHAZALI CILACAP
TAHUN 2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fina Rizqi

NIM : 19862013006

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul "HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DAN KONTROL DIRI PADA SISWA SMP N 3 KESUGIHAN" ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Cilacap, 20 Januari 2024

Yang membuat pernyataan


Fina Rizqi

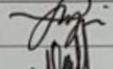
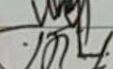
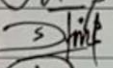


PENGESAHAN

PENGESAHAN

Nama : FINA RIZQI
NIM : 19862013006
Judul : Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Kontrol Diri Pada Siswa SMP N 3 Kesugihan

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Jum'at, tanggal 02, bulan Februari tahun 2024 dengan hasil **LULUS**. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Penguji & Penguji 1	Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd.		16-02-2024
Penguji 2	Mawan Akhir Riwanto, M.Pd		13-02-2024
Pembimbing 1	Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I.		13-02-2024
Ass. Pembimbing	Syifa'ul Ummah, M. Pd		16-02-2024
Sekretaris	Endang Rifani, M.Pd.		13-02-2024

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 16 Februari 2024

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd.
NIDN. 0628098303

PERSETUJUAN

PERSETUJUAN

Nama : Fina Rizqi

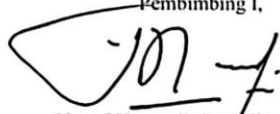
NIM : 19862013006

Judul : HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DAN
KONTROL DIRI PADA SISWA SMP N 3 KESUGIHAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali
Cilacap.

Cilacap, 18 Januari 2024
Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I,



Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I
NIDN. 0629/19101

Pembimbing II,



Svifaul Ummah, M.Pd
NIDN. 0603098705

v

NOTA KONSULTAN

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Fina Rizqi
Lamp : -

Kepada
Yth. Dekan FKIP
Universitas Nahdlatul
Ulama Al Ghazali
Cilacap
Di -
Cilacap

Assalamualaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara

Nama : FINA RIZQI
NIM : 19862013006
Fakultas/Prodi : FKIP/BK
Judul Skripsi : **HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN
EMOSI DAN KONTROL DIRI PADA SISWA
SMP N 3 KESUGIHAN**

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1).

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Cilacap, 13 Februari 2024
Konsultan



Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd.
NIDN. 0628098303

MOTTO

*“Memulai dengan penuh keyakinan, menjalankan dengan penuh keikhlasan,
menyelesaikan dengan penuh kebahagiaan.”*

(Fina Rizqi)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohim

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan [enyusunan skripsi dengan judul “ **Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Kontrol Diri Pada Siswa SMP N 3 Kesugihan** “ sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Skripsi ini tidak akan dapat selesai tanpa bantuan, dukungan, dan dorongan dari berbagai pihak yang dengan ikhlas memberikan kontribusi. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih kepada :

1. Kedua orang tua penulis, Ayah Rasim dan Ibu Jumiati yang telah senantiasa memberikan dukungan, semangat, serta doa kepada anaknya. Terimakasih untuk keluarga dan Adik tercinta, Azizatul Nikmah yang telah memberi doa kepada penulis.
2. Diriku sendiri yang tak pernah berhenti berjuang dalam menyelesaikan skripsi ini dalam situasi apapun.
3. Dosen pembimbing Bapak Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I dan Ibu Syifa Ummah, M.Pd yang sudah membimbing serta memberi masukan dan saran selama ini, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Sahabat-sahabat terbaikku, Saffina Arif Nuranisa, Meiana Setyaningsih dan Tri Mahmudah yang bersama-sama berjuang dalam menyelesaikan skripsi

dan senantiasa memberikan arahan, dukungan serta motivasi kepada penulis.

5. Teman kecilku sekaligus saudaraku, yaitu Riswanti yang selalu setia mendengarkan keluh kesah selama mengerjakan skripsi serta memberi motivasi dan dukungan kepada penulis.
6. Seluruh teman-teman Angkatan di Prodi Bimbingan dan Konseling UNUGHA Cilacap, khususnya kelas karyawan.
7. Responden dan informan yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
8. Pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu tetapi memberikan dukungan dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.

ABSTRAK

Fina Rizqi. 19862013006. **HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DAN KONTROL DIRI PADA SISWA SMP N 3 KESUGIHAN.** Cilacap. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, Januari, 2024.

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.

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat kematangan emosi dan tingkat kontrol diri siswa SMP N 3 Kesugihan, serta mengetahui dan menguji hubungan antara kematangan emosi dan kontrol diri pada siswa SMP N 3 Kesugihan. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian korelasional.

Hasil yang diperoleh selama penelitian didapatkan (1) Tingkat kematangan emosi siswa SMP N 3 Kesugihan 98% atau sejumlah 86 siswa dalam kategori sedang. (2) Tingkat kontrol diri siswa SMP N 3 Kesugihan 89% atau sejumlah 78 siswa dalam kategori tinggi. (3) Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan linear signifikan antara kematangan emosi dan kontrol diri pada siswa SMP N 3 Kesugihan. Nilai F linieritas (0,603) lebih kecil dari nilai F tabel (2,35) dengan tingkat signifikansi $> 0,05$, mengindikasikan adanya hubungan linear yang signifikan. Uji korelasi menunjukkan nilai r (0,741) lebih besar dari nilai r tabel (0,1671) dengan tingkat signifikansi $< 0,05$, menolak H_0 dan menandakan adanya korelasi kuat. Koefisien determinasi sebesar 54,5% mengungkap bahwa kontrol diri siswa mempengaruhi 54,5% variasi dalam kematangan emosi mereka.

Kata Kunci: *Kematangan Emosi, Kontrol Diri, Korelasi*

ABSTRACT

Fina Rizqi. 19862013006. THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL MATURITY AND SELF-CONTROL IN STUDENTS OF SMP N 3 KESUGIHAN. Cilacap. Faculty of Education Nahdlatul Ulama Al Ghazali University Cilacap, January, 2024.

As an individual's emotional maturity increases, negative emotions tend to decrease. Positive emotions such as affection, happiness, and love show more positive development. A person is considered to have emotional maturity when they have good self-control, enabling them to express emotions appropriately in various situations.

The objective of this research was to determine the level of emotional maturity and self-control of students at SMP N 3 Kesugihan and to investigate the relationship between emotional maturity and self-control in these students. The research method used was correlational research.

The findings of the research included: (1) The level of emotional maturity in students of SMP N 3 Kesugihan was 98%, with 86 students classified as having moderate maturity. (2) The level of self-control in students of SMP N 3 Kesugihan was 89%, with 78 students classified as having high self-control. (3) The hypothesis testing results indicated a significant linear relationship between emotional maturity and self-control in students of SMP N 3 Kesugihan. The linearity F-value (0.603) was smaller than the F-table value (2.35) with a significance level > 0.05 , indicating a significant linear relationship. Correlation testing shows an r-value (0.741) larger than the r-table value (0.1671) with a significance level < 0.05 , rejecting H_0 and indicating a strong correlation. The coefficient of determination of 54.5% reveals that self-control influences 54.5% of the variation in emotional maturity.

Keywords: *Emotional Maturity, Self-Control, Correlation*

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, semoga kita selalu mendapat taufiq dan hidayah-Nya. Sholawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, atas kehendak-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul **Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Kontrol Diri Pada Siswa SMP N 3 Kesugihan**. Semoga kita termasuk umatnya yang akan mendapat syafa'atna. Aamiin.

Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat mengerjakan tugas akhir skripsi. Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari semua pihak. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Drs. KH. Nasrullah, M.H., selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.
2. Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.
3. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap sekaligus selaku Pembimbing 1.
4. Syifa'ul Ummah, M.Pd., selaku Pembimbing 2.
5. Seluruh dosen Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.
6. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Atas semua bantuan yang telah diberikan kepada penulis, sehingga mendapat balasan yang berlipat dari Allah SWT. Aamiin. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat di kemudian hari sebagai bekal.

Cilacap, 10 Februari 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	ii
PENGESAHAN	iv
PERSETUJUAN	v
NOTA KONSULTAN	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Kajian Teori	10
1. Kematangan Emosi	10
2. Kontrol Diri.....	22
3. Keterkaitan antara Kematangan Emosi dengan Kontrol Diri	30
B. Kajian Peneliti Yang Relevan.....	31
C. Kerangka Berpikir	33
D. Hipotesis Penelitian	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	34

A. Jenis Penelitian	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
D. Variabel Penelitian.....	36
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	37
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	50
B. Hasil Penelitian.....	50
C. Pembahasan	56
BAB V SIMPULAN	60
A. Simpulan.....	60
B. Saran	60
C. Keterbatasan Penelitian	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tabel Skala Likert.....	38
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	38
Tabel 3. 3 Daftar Dosen Ahli	40
Tabel 3. 4 Kriteria Validitas Isi.....	41
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validasi Isi.....	42
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Butir	44
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas	47
Tabel 4. 1 Hasil Analisis Statistik Deskriptif.....	50
Tabel 4. 2 Kategori Kematangan Emosi	50
Tabel 4. 3 Tingkat Kematangan Emosi.....	51
Tabel 4. 4 Kategori Kontrol Diri.....	51
Tabel 4. 5 Tingkat Kontrol Diri	52
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas	52
Tabel 4. 7 Hasil Uji Homogenitas.....	53
Tabel 4. 8 Hasil Uji Linieritas.....	54
Tabel 4. 9 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	54
Tabel 4. 10 Hasil Uji Korelasi Kematangan Emosi dan Kontrol Diri	55
Tabel 4. 11 Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	33
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Observasi	65
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	66
Lampiran 3. Instrumen Wawancara	67
Lampiran 4. Hasil Wawancara	70
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	73
Lampiran 6. Hasil Validasi Isi Penilaian Ahli	77
Lampiran 7. Dokumentasi.....	83