

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI
DENGAN PERILAKU ASERTIF SISWA**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling*

Dosen Pembimbing Akademik:

Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.



Oleh

ARIN TARADIPA

NIM. 19006063

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI
DENGAN PERILAKU ASERTIF SISWA

Nama : Arin Taradipa
NIM/BP : 19006063/2019
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 3 November 2023

Disetujui oleh:

Ketua Departemen



Dr. Zadrian Ardi, S. Pd., M. Pd., Kons.
NIP. 199006012015041002

Penbimbing Akademik



Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.
NIP. 198109162009122002

PENGESAHAN PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku
Asertif Siswa
Nama : Arin Taradipa
NIM/BP : 19006063/2019
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 3 November 2023

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.	1. 
2. Anggota 1	: Dr. Rezki Hariko, S.Pd., M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota 2	: Rahmi Dwi Febriani S.Pd., M.Pd.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Arin Taradipa
NIM/BP : 19006063/2019
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku Asertif Siswa

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 3 November 2023

Saya yang menyatakan,



Arin Taradipa

NIM. 19006063

ABSTRAK

Arin Taradipa, 2023. Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif Siswa. Skripsi. Departemen Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Perilaku asertif seseorang terhadap orang lain rentan terjadi pada remaja. Remaja khawatir untuk bertindak asertif karena takut dianggap tidak sopan, sombong, atau menyakiti perasaan orang lain. Perilaku asertif merupakan kemampuan untuk mengomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku asertif adalah kematangan emosi. Individu yang matang secara emosional mampu mengungkapkan apa yang mereka rasakan, mampu mengungkapkan pendapatnya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kematangan emosi siswa di SMA Adabiah 1 Padang, mendeskripsikan perilaku asertif siswa di SMA Adabiah 1 Padang, menguji apakah terdapat hubungan kematangan emosi dengan perilaku asertif siswa di SMA Adabiah 1 Padang.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif dan korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMA Adabiah 1 Padang yang berjumlah 786 orang siswa yang terdaftar pada tahun ajaran 2023/2024. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 266 orang siswa yang dipilih dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket kematangan emosi dan perilaku asertif. Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik deskriptif dengan rumus persentase dan teknik korelasional dengan *Pearson Product Moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kematangan emosi siswa pada umumnya berada pada kategori tinggi, perilaku asertif siswa pada umumnya berada pada kategori tinggi, dan terdapat hubungan positif dan signifikan antara kematangan emosi dengan perilaku asertif dengan nilai korelasi 0,234 dan nilai signifikan 0,000 yang artinya tingkat hubungan antara kedua variabel tersebut berada pada tingkat korelasi lemah.

Kata Kunci: Kematangan Emosi, Perilaku Asertif

KATA PENGANTAR



Puji Syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif Siswa”.

Skripsi ini bertujuan untuk memenuhi syarat untuk dapat memperoleh gelar sarjana jenjang Strata Satu (S1) di Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Selama penyusunan skripsi ini, peneliti mendapatkan banyak masukan dan bimbingan dari semua pihak, dan peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing akademik yang selalu berusaha meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk dapat membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Rezki Hariko, M.Pd., Kons., dan Ibu Rahmi Dwi Febriani, M.Pd., selaku dosen penguji dan tim penimbang instrumen penelitian (*judgment*) yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, masukan serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Soeci Izzati Adlya, M.Pd., selaku penimbang instrumen (*judgment*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan saran, masukan dan ide kepada peneliti sehingga skripsi ini terselesaikan.
4. Bapak Ramadi selaku staf administrasi Departemen Bimbingan dan Konseling FIP UNP yang telah membantu peneliti dalam proses administrasi

selama perkuliahan.

5. Bapak Dr. Zadrian Ardi, M.Pd., Kons., selaku Kepala Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
6. Bapak dan Ibu Dosen Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah memberikan sumbangan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat kepada peneliti selama perkuliahan.
7. Bapak Ishlah Firdaus, S.SI, M.M., selaku pimpinan SMA Adabiah 1 Padang yang telah bersedia bekerjasama dan membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
8. Bapak Zulfahmi, S.Pd., Gr., selaku koordinator BK SMA Adabiah 1 Padang, dan Ibu Intan Desy Pratiwi, S.Pd., selaku Guru BK SMA Adabiah 1 Padang yang telah bersedia bekerjasama dan membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian.
9. Siswa SMA Adabiah 1 Padang yang telah bersedia bekerjasama dan meluangkan waktunya untuk mengerjakan instrumen penelitian sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
10. Teristimewa untuk kedua orangtua tercinta (Papa Alamsur dan Mama Helmerita, A.Md) yang selalu memanjatkan do'a, memberikan nasehat, bimbingan dan pengorbanan yang luar biasa untuk peneliti. Serta kakak, abang dan adik yang peneliti sayangi, Anggun Taradipa, Arvino Dwi Putra dan Akbar Gading Putra yang telah mendukung peneliti secara materil dan non materil serta mendo'akan peneliti.

11. Seluruh anggota keluarga yang selalu menjadi *emotional and financial support* bagi peneliti, sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
12. Sahabat peneliti; Chiya, Syifa, Feby, Fadia, Arum yang selalu memberikan dukungan, bantuan, serta motivasi kepada peneliti.
13. Kepada Nina dan Yashirly yang selalu menjadi teman seperjuangan di masa-masa perkuliahan dan selalu memberikan support, motivasi penuh kepada peneliti.
14. Seluruh teman-teman seperjuangan mahasiswa BK angkatan 2019 dan pihak-pihak yang tidak dapat peneliti tuliskan satu per satu yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Padang, November 2023

Arin Taradipa

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	viii
GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Asumsi Penelitian.....	9
F. Tujuan Penelitian.....	10
G. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Kajian Pustaka.....	12
1. Perilaku Asertif	12
a. Pengertian Perilaku Asertif	12
b. Aspek-aspek Perilaku Asertif.....	13
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Asertif	15
d. Karakteristik Perilaku Asertif	19
2. Kematangan Emosi	20
a. Pengertian Emosi.....	20
b. Pengertian Kematangan Emosi	21
c. Aspek-aspek Kematangan Emosi	23
d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kematangan Emosi	25
e. Karakteristik Kematangan Emosi.....	26
3. Keterkaitan antara Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif	27

4. Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa.....	29
B. Penelitian Relevan.....	30
C. Kerangka Konseptual	32
D. Hipotesis Penelitian.....	33
BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian.....	34
B. Populasi dan Sampel	34
1. Populasi	34
2. Sampel	35
C. Jenis Data dan Sumber Data	38
1. Jenis Data	38
2. Sumber Data.....	38
D. Definisi Operasional.....	39
1. Kematangan Emosi	39
2. Perilaku Asertif	39
E. Instrumen Penelitian dan Pengembangannya.....	39
F. Teknik Pengumpulan Data.....	44
G. Teknik Analisis Data.....	44
1. Analisis Deskriptif	44
2. Pengujian Persyaratan Analisis.....	47
3. Analisis Korelasional	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Deskriptif Hasil Penelitian	49
1. Kematangan Emosi	49
2. Perilaku Asertif.....	53
3. Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif Siswa ..	61
B. Pembahasan Hasil Penelitian	64
1. Kematangan Emosi	64
2. Perilaku Asertif.....	67
3. Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif.....	72

C. Implikasi dalam Layanan Bimbingan Konseling.....	75
BAB V PENUTUP.....	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran.....	78
DAFTAR RUJUKAN	80

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian.....	35
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	38
Tabel 3. Alternatif Jawaban Kematangan Emosi dan Perilaku Asertif.....	40
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Kematangan Emosi	41
Tabel 5. Reliabilitas Uji Perilaku Asertif	43
Tabel 6. Kriteria Penskoran Kematangan Emosi	46
Tabel 7. Kriteria Penskoran Perilaku Asertif	46
Tabel 8. Interpretasi Nilai Koefisien Korelasi R	48
Tabel 9. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kematangan Emosi	49
Tabel 10. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Kematangan Emosi Berdasarkan Sub-Variabel (n=265).....	50
Tabel 11. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kematangan Emosi Berdasarkan Aspek Kontrol Emosi	51
Tabel 12. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kematangan Emosi Berdasarkan Aspek Pemahaman Diri.....	52
Tabel 13. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kematangan Emosi Berdasarkan Aspek Penggunaan Fungsi Krisis Mental.....	52
Tabel 14. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku Asertif.....	53
Tabel 15. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Perilaku Asertif Berdasarkan Sub-Variabel (n=265).....	54
Tabel 16. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku Asertif Berdasarkan Aspek Menyampaikan Sesuatu Secara Langsung, Tegas, Positif dan Gigih ..	55
Tabel 17. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku Asertif Berdasarkan Aspek Mengutamakan Kesetaraan dalam Hubungan Manusia	56

Tabel 18. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku Asertif Berdasarkan Aspek Bertindak Menurut Kepentingan Diri Sendiri	57
Tabel 19. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku Asertif Berdasarkan Aspek Mampu Membela Diri Sendiri	58
Tabel 20. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku Asertif Berdasarkan Aspek Menjalankan Hak-hak Pribadi.....	58
Tabel 21. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku Asertif Berdasarkan Aspek Menghargai Hak-hak Orang lain	59
Tabel 22. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku Asertif Berdasarkan Aspek Mengeskpresikan Perasaan secara Jujur dan Nyaman.....	60
Tabel 23. Hasil Uji <i>Normalitas One Sample Kolmogorov Sminorv Test</i>	61
Tabel 24. Hasil Uji Linieritas.....	62
Tabel 25. Korelasi Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif.....	63

GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Konseptual Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif32

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian	84
Lampiran 2. Instrumen Penelitian	87
Lampiran 3. Rekapitulasi Hasil <i>Judge</i> Instrumen	100
Lampiran 4. Data Hasil Uji Valid Instrumen	108
Lampiran 5. Tabulasi Data Kematangan Emosi Siswa Secara Keseluruhan	114
Lampiran 6. Tabulasi Data Kematangan Emosi Siswa Berdasarkan Sub Variabel	121
Lampiran 7. Tabulasi Data Perilaku Asertif Siswa Secara Keseluruhan	128
Lampiran 8. Tabulasi Data Perilaku Asertif Siswa Berdasarkan Sub Variabel...	135
Lampiran 9. Surat Izin Adopsi Penelitian	154
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian.....	156
Lampiran 11. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	158

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja dicirikan sebagai masa kritis dalam rentang kehidupan manusia yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional sebagai peralihan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan (Santrock, 2003). Menurut Desmita (2009) rentang waktu usia remaja dibedakan atas tiga, yaitu masa remaja awal antara usia 12-15 tahun, masa remaja tengah antara usia 15-18 tahun, dan masa remaja akhir antara usia 18-21 tahun. Batubara (2016) mengatakan remaja pada periode ini sering kesulitan dalam mengambil keputusan, emosinya bergejolak, kehilangan kendali, sering mengeluh karena orang tuanya terlalu ikut campur dalam kehidupannya, terlalu memperhatikan kelompok main secara selektif dan lain-lain. Apabila perubahan-perubahan psikososial tersebut tidak dioptimalkan maka akan menjadi permasalahan dan penghambat kegiatan tumbuh kembang remaja. Perubahan psikososial ini merupakan tantangan tersendiri bagi siswa SMA atau remaja, karena merupakan salah satu permasalahan yang berkaitan dengan komunikasi dan interaksi di lingkungan, khususnya dengan teman sebaya (Rahmawati, Hendriana & Rosita, 2021).

Remaja banyak mendapat tekanan yang berasal dari teman sebaya atau *peer pressure*, orang tua, lingkungan, dan keadaan. Teman sebaya memberikan tekanan paling besar, yang bisa berupa ajakan, rayuan, atau paksaan untuk melakukan sesuatu yang tidak ingin dilakukan oleh remaja. Tekanan yang dialami remaja terkadang disertai dengan ancaman dan janji yang akan

diperoleh bila remaja tersebut mau melakukannya. Remaja khawatir untuk bertindak asertif atau berbicara terus terang karena takut dianggap tidak sopan, sombong, atau menyakiti perasaan orang lain. Namun dalam hal ini, remaja harus bersikap asertif karena salah satu tugas perkembangan remaja adalah mampu mencapai kemandirian emosional (Lianasari, dkk, 2018).

Kemampuan menyampaikan pendapat, gagasan, dan gagasan secara tegas, kritis, namun dengan perasaan yang halus agar tidak menyakiti perasaan orang lain, merupakan sifat yang dimiliki oleh orang yang termasuk dalam tipe asertif (Daulay, Daharnis & Afdal, 2021). Menurut Alberti dan Emmons (2017) Perilaku asertif adalah perilaku yang memberdayakan seseorang untuk bertindak secara mandiri dalam kaitannya dengan kepentingan atau kebutuhannya sendiri tanpa kecemasan berlebihan memungkinkan mereka untuk mengungkapkan perasaan jujur, serta nyaman, selain itu individu dapat memanfaatkan kepentingan mereka sendiri. Sejalan dengan itu, Gunarsa (2004) mengatakan bahwa asertivitas merupakan perilaku antar perorangan (*interpersonal*) yang melibatkan aspek kejujuran, keterbukaan diri dan perasaan. Dengan memiliki sikap atau perilaku yang asertif, hubungan antara individu satu dengan individu lain dapat terjalin dengan baik dan efektif (Hasanah, Suharso & Saraswati, 2015).

Rathus & Nevis (Hasanah, Suharso & Saraswati, 2015) mengatakan bahwa perilaku asertif merupakan pola-pola yang dipelajari sebagai reaksi terhadap situasi sosial dalam kehidupannya dan bukan bawaan ataupun muncul secara kebetulan pada tahap perkembangan individu. Asertivitas ini dalam

kenyataannya berkembang sejalan dengan usia seseorang, sehingga penguasaan sikap dan perilaku pada periode-periode awal perkembangan akan memberikan dampak yang positif bagi periode-periode selanjutnya. Orang yang bersikap asertif dalam kehidupan sehari-hari pada umumnya cukup mengenal dirinya dalam menetapkan keinginan dan tujuan hidupnya tanpa perlu membujuk orang lain di lingkungan sosialnya (Nurhidayatullah & Arifin, 2023).

Fidyah, Rosra & Andriyanto (2018) mengatakan ketika individu tidak mampu menyatakan perasaan-perasaan, kebutuhan-kebutuhan dan gagasan-gagasannya secara tepat, mengabaikan hak-haknya dan membiarkan orang lain melanggar haknya maka individu tersebut tidak berperilaku asertif. Perilaku yang tidak asertif ini biasanya bersifat emosional, tidak jujur, ragu-ragu dan menolak diri sendiri. Individu yang tidak asertif membiarkan orang lain menentukan apa yang harus mereka lakukan dan seringkali merasa cemas, frustrasi marah dan perasaan kecewa.

Setiap remaja dituntut untuk bersikap asertif, artinya mereka dapat mengekspresikan diri dan emosinya secara efektif, terutama ketika dihadapkan pada konflik. Perilaku asertif mengajarkan siswa untuk menghargai dan menghormati satu sama lain dengan mengungkapkan perasaan secara jelas, langsung, dan tanpa melanggar hak orang lain atau menyakiti perasaan orang lain (Hasanah, dkk, 2015). Perilaku asertif yang rendah pada remaja akan berdampak pada emosi misalnya remaja tidak dapat mengatakan “tidak bisa” bila diajak orang lain, bersikap tertutup dan pasif. Maka dari itu, perilaku asertif ini diperlukan terutama agar remaja dapat menghadapi tuntutan sosial yang

meningkat pada mereka, baik dari orang dewasa maupun dari teman sebaya (Vagos & Pereira, 2010).

Fenomena yang terjadi saat ini menunjukkan masih rendahnya perilaku asertif siswa. Ketidakmampuan siswa dalam berperilaku asertif akan berdampak pada emosinya, seperti sering merasa cemas, khawatir, tidak mampu mengungkapkan perasaan, keinginan, dan pendapat yang paling mendasar sekalipun, serta sering merasa bersalah atas tindakan atau keputusan yang dilakukan (Daulay, Daharnis, & Afdal, 2021). Permasalahan yang terjadi pada siswa saat ini seperti tidak hadir di kelas dan memilih membolos karena menerima ajakan temannya dan tidak berani menolak, serta terlambat masuk kelas saat jam istirahat karena bergabung dengan teman padahal mengetahui hal tersebut salah dan merugikan. Begitu pula di kalangan pelajar yang merokok, alasan paling umum adalah teman sekelasnya yang menawarkan dan tidak menolak karena takut dianggap tidak keren, dan yang paling sederhana adalah menghindari mengutarakan pendapat saat belajar, karena siswa takut dipermalukan oleh teman sebayanya jika melakukan kesalahan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Husnah, dkk (2022) menunjukkan perilaku asertif siswa SMA Negeri 1 Ciampea dengan skor rata-rata sebesar 24 Siswa (24%) memiliki perilaku asertif rendah dan 5 Siswa (5%) memiliki perilaku asertif sangat rendah. Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Aryanto, dkk (2021) menunjukkan perilaku asertif siswa kelas XI SMA Negeri 6 Kota Tasikmalaya, mayoritas berada pada kategori rendah dengan skor persentase 46% (82 siswa) dari 180 siswa. Sejalan dengan itu,

Asyasyura dan Rizal (2020) menyatakan bahwa 7,2% siswa SMA di Padang berada pada kategori asertivitas yang rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja lebih rentan rentan mengalami rendahnya perilaku asertif.

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku asertif adalah kematangan emosi (Gandadari, 2015). Emosi sebagai suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai *inner adjustment* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu (Nasruddin, 2018). Menurut Goleman (2001) kematangan emosi merupakan kemampuan mengenali emosi diri sendiri dan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik dalam diri sendiri dan dalam pergaulan. Senada dengan itu, Sartre (2002) mengatakan bahwa kematangan emosi adalah keadaan seseorang yang tidak mudah terganggu oleh dorongan-dorongan emosi dari dalam dan luar. Selain itu, individu yang memiliki kematangan emosi juga dapat memberikan respon yang tepat dan wajar dalam menanggapi keadaan dan situasi.

Mencapai kematangan emosional merupakan tugas perkembangan yang sangat sulit bagi remaja. Aspek sosio-emosional lingkungan, khususnya lingkungan rumah dan kelompok teman sebaya, mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap proses pencapaian. Remaja cenderung mencapai kematangan emosi jika lingkungannya cukup kondusif, dalam arti lingkungan sekitar diwarnai dengan hubungan yang harmonis dan bertanggung jawab. Di sisi lain, jika mereka tidak mendapat perhatian dan kasih sayang yang cukup

dari orang tua atau pengakuan dari teman sebaya, mereka cenderung mengalami kecemasan, kesedihan, atau tekanan emosional (Yusuf, 2007).

Masa remaja juga dikenal sebagai masa yang penuh kesukaran (Sarwono, 2010). Walgito (2004) juga mengatakan masa remaja dikenal sebagai periode kehidupan yang emosinya sangat menonjol. Meskipun masa remaja merupakan masa yang penuh kesukaran, namun remaja diharapkan dapat memahami dan mengendalikan emosinya. Remaja yang memahami dan mengelola emosinya dapat mencapai keadaan emosi adaptif. Remaja dengan pengendalian emosi yang baik mempunyai kemampuan perilaku dalam menghadapi amarahnya. Dalam situasi ini, remaja awal lebih rentan terhadap kemarahan, sedangkan remaja akhir lebih mampu mengatur kemarahannya. (Paramitasari, dkk, 2012).

Kematangan emosi sangat erat kaitannya dengan usia seseorang, sehingga seiring bertambahnya usia maka emosinya akan semakin berkembang dan mampu menguasai atau mengatur emosinya dengan lebih baik. Namun, bukan berarti ketika seseorang beranjak dewasa, ia akan langsung bisa mengatur emosinya, begitu pula halnya dengan remaja (Fitri & Adelya, 2017). Remaja akhir yang berusia 18-21 tahun memiliki karakteristik mulai melihat dirinya sebagai orang dewasa dan menunjukkan pemikiran, sikap, dan perilaku yang matang, interaksi dengan orang tua juga membaik dan lancar seiring dengan bertambahnya usia remaja yang mulai matang secara emosional. Remaja akhir memilih gaya hidup yang membuat mereka bertanggung jawab terhadap diri sendiri, orang tua, dan masyarakat (Paramitasari, dkk, 2012). Berdasarkan

penjelasan di atas, dapat dikatakan bahwa remaja akhir memiliki emosi yang lebih matang dibandingkan dengan remaja awal.

World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwa 1 dari 5 anak kurang dari 16 tahun mengalami masalah mental emosional. Sebanyak 104 dari 1000 anak yang berusia 4-15 tahun mengalami masalah mental emosional. Berdasarkan data epidemiologi global, 12-13% anak dan remaja menderita gangguan mental (Devita, 2019). Sejalan dengan itu, berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan gangguan depresi sudah mulai terjadi sejak rentang usia remaja (15-24 tahun) dengan prevalensi 6,2%, sedangkan prevalensi depresi pada remaja di Yogyakarta sebesar 5,5% dan di Provinsi Sumatera Barat sebesar 4,5% mengalami gangguan mental emosional (Kemenkes RI, 2018).

Ketika perasaan mereka belum matang, ekspresi emosi biasanya meledak-ledak, temperamental, tidak sabar, pemalu, ingin sendiri dan tidak bertanggung jawab (Kartono, 1999). Sebaliknya Gandadari (2015) menyatakan bahwa orang yang matang secara emosional mampu mengungkapkan apa yang mereka rasakan, mampu mengungkapkan pendapatnya. Hal ini merupakan bagian dari bersikap asertif, sehingga seseorang yang memiliki kematangan emosi akan berperilaku asertif. Oleh karena itu, salah satu aspek yang dapat mempengaruhi asertif adalah kematangan emosi.

Berdasarkan paparan yang telah dijelaskan peneliti ingin melihat, mengungkapkan, dan membahas permasalahan secara lebih mendalam terkait kematangan emosi dengan perilaku asertif siswa. Maka dari itu peneliti tertarik

untuk mengangkat judul “Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif Siswa”.

B. Identifikasi Masalah

Alberti dan Emmons (2017) menjelaskan bahwa terdapat delapan faktor yang mempengaruhi perkembangan perilaku asertif, yaitu pertama jenis kelamin, pria biasanya lebih asertif daripada wanita. Ini terjadi karena anak laki-laki diharapkan bersikap asertif dan kompetitif sejak mereka masih muda karena standar masyarakat. Kedua, usia yaitu perilaku asertif tidak sepenuhnya berkembang ketika anak-anak lahir, tetapi berkembang selama masa remaja dan dewasa. Ketiga, harga diri yaitu orang dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi mengalami kecemasan sosial yang rendah, yang memungkinkan mereka untuk mengekspresikan pandangan dan perasaan mereka tanpa membahayakan diri sendiri atau orang lain. Keempat, kebudayaan yaitu mirip dengan bagaimana masyarakat barat mempertahankan gagasan kebebasan berekspresi, ini terkait dengan standar yang ditetapkan. Sebaliknya, budaya timur menjunjung tinggi kebebasan berekspresi dan tetap mengingat nilai sosial. Kelima, tipe kepribadian hal ini dipengaruhi oleh tipe kepribadian yang dimiliki seseorang, yang mempengaruhi bagaimana mereka akan berperilaku dan bagaimana perbedaannya dengan kepribadian orang lain. Keenam, kematangan emosi yaitu mereka yang matang secara emosional akan tampil memiliki kepercayaan diri dan tampil dengan keyakinan diri. Ia memiliki keberanian untuk menyatakan keberadaannya, untuk mengungkapkan (Goleman, 2001). Ketujuh keluarga yaitu, dinamika keluarga, khususnya kontrol orang tua yang

kuat atau pola asuh yang baik, berdampak pada perilaku asertif. Ada tiga bentuk pola asuh dalam evolusi pola asuh yaitu, otoriter, demokratis, dan permisif. Kedelapan kemampuan komunikasi yaitu, mereka yang memiliki kemampuan komunikasi yang baik akan mampu menguraikan makna di balik kata-kata orang lain. Ia akan dapat mengekspresikan perilaku asertif secara bebas dan terbuka dengan kapasitas ini.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan, peneliti memberikan batasan masalah agar permasalahan tidak meluas dan agar tetap fokus terhadap masalah yang telah diteliti. Oleh karena itu, batasan dalam penelitian ini yaitu “Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Perilaku Asertif Siswa”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana gambaran kematangan emosi siswa SMA Adabiah 1 Padang?
2. Bagaimana gambaran perilaku asertif siswa SMA Adabiah 1 Padang?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan perilaku asertif siswa SMA Adabiah 1 Padang?

E. Asumsi Penelitian

Dugaan yang diterima sebagai dasar, atau landasan berpikir yang dapat diyakini kebenarannya disebut dengan asumsi. Asumsi penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Setiap siswa memiliki kemampuan mengontrol emosi yang berbeda-beda

2. Perilaku asertif dapat dipengaruhi oleh kematangan emosi

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan kematangan emosi siswa di SMA Adabiah 1 Padang
2. Mendeskripsikan perilaku asertif siswa di SMA Adabiah 1 Padang
3. Menguji apakah terdapat hubungan kematangan emosi dengan perilaku asertif siswa di SMA Adabiah 1 Padang

G. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak. Manfaat penelitian ini terbagi menjadi manfaat teoretis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas ilmu pengetahuan terhadap hubungan antara kematangan emosi dengan perilaku asertif dan memberi sumbangsih ilmu di bidang Bimbingan dan Konseling, terkhususnya bagi perkembangan teori Psikologi Perkembangan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru BK

Bagi guru BK, penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam memahami seberapa besar asertivitas siswa di sekolah terutama yang berhubungan dengan kematangan emosi. Selain itu dapat memberikan

intervensi yang tepat agar dapat membantu siswa terkait permasalahan rendahnya perilaku asertif yang dimilikinya.

b. Bagi Siswa

Bagi siswa, penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dengan memiliki kemampuan meregulasi emosi dan berperilaku asertif, siswa dapat membentuk hubungan interpersonal yang baik dalam lingkungan sosial. Penelitian ini juga dapat memberikan informasi mengenai tingkat kematangan emosi dan perilaku asertif pada siswa.

c. Bagi Wali Kelas dan Guru Mata Pelajaran

Penelitian ini hendaknya dapat menjadi referensi dalam mengenali tingkat faktor penyebab rendahnya perilaku asertif di sekolah. Apabila wali kelas dan guru mata pelajaran telah mengetahui ini, maka diharapkan secara bersama dapat membantu mengentaskan permasalahan terkait dengan asertif.