

**PSIKOLOGI PENDIDIKAN PESERTA DIDIK PADA JENJANG SMP
(Analisis Konsep Emosi Dan Konsep Diri Peserta Didik serta Pengaruhnya
terhadap Kualitas Pembelajaran di SMP 1 Jenu Tuban)**

Bakhrudin Al Habsy¹

bakhrudinhabasy@unesa.ac.id

Tri Wahyu Arifuddin²

tri.23304@mhs.unesa.ac.id

Shindy Krisnandini³

Shindy.23165@mhs.unesa.ac.id

Rania Surya Jelita⁴

rania.23184@mhs.unesa.ac.id

¹ Universitas Negeri Surabaya

² Universitas Negeri Surabaya

³ Universitas Negeri Surabaya

⁴ Universitas Negeri Surabaya

ABSTRAK

Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 JENU KAB.TUBAN dengan tujuan penelitian untuk memahami pengaruh konsep diri dan konsep emosi terhadap diri para pelajar. Metode penelitian berupa survei korelasional. Penelitian yang digunakan adalah dengan mengklasifikasikan konsep diri dan konsep emosi setiap siswa yang akan dikaitkan dengan pemahaman terhadap dirinya sendiri. Setelah mengadakan penelitian dan menganalisis data, akhirnya peneliti dapat menarik simpulan bahwa artikel ini membahas tentang konsep emosi dan konsep diri siswa serta pengaruhnya pada jenjang SMP. Konsep emosi merupakan kecakapan yang dimiliki seseorang dalam hal pengendalian diri, pengelolaan stress, berempati dan membina hubungan antar sesama. Sedangkan konsep diri merupakan gambaran mental individu tentang dirinya sendiri. Penelitian menunjukkan bahwa konsep diri positif siswa berpengaruh terhadap kematangan emosional siswa pada jenjang SMP. Selain itu, kecerdasan emosional dan konsep diri siswa juga berpengaruh terhadap kemampuan mengajar guru taman kanak-kanak. Pendidikan berkualitas yang mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang beriman, bertakwa dan berakhlak mulia serta menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi serta seni diperlukan untuk mewujudkan tujuan pembangunan nasional dibidang pendidikan. Oleh karena itu, penting bagi pendidik

untuk memahami konsep emosi dan konsep diri siswa serta memperhatikan pengaruhnya pada proses pembelajaran di jenjang SMP.

Kata Kunci: Konsep diri, Konsep emosi, Kematangan emosi

A. PENDAHULUAN

Upaya peningkatan mutu pendidikan telah banyak dilakukan baik oleh instansi swasta maupun pemerintah. Hal ini dapat dilihat dari berbagai macam perbaikan yang telah dilakukan baik dari segi sarana dan prasarana, kurikulum, tenaga pendidik, pendanaan maupun aspek-aspek yang lainnya. Akan tetapi mutu pendidikan belum juga tercapai secara optimal karena masih banyak sekali kendala-kendala yang menghambat peningkatan mutu pendidikan, salah satunya adalah kurang baiknya kinerja guru dan kurang disiplinnya siswa. Contohnya, sering kita temui banyak kecurangan yang terjadi pada saat Ujian Nasional, ada beberapa sekolah yang gurunya membagikan kunci jawaban. Padahal tindakan seperti itu dapat membuat berkurangnya percaya diri siswa akan kemampuannya, sehingga pendidikan semata-mata hanya untuk mencapai hasil belajar, bukan bagaimana proses belajar yang terjadi pada diri anak. Pengertian, kesadaran dan pemahaman akan ilmu pengetahuan yang diberikan guru bukanlah menjadi hal penting.

Kebiasaan menghafal daripada memahami, pilihan tertutup daripada esai, menyalin dan menyatat daripada membahasakannya kembali adalah beberapa cara yang lebih mengesampingkan pemahaman murid akan ilmu pengetahuan mereka. Perkembangan teknologi dan informasi yang cepat berubah saat ini membutuhkan manusia yang siap dan tanggap. Salah satu cara untuk menghasilkan manusia yang dimaksud adalah melalui pendidikan. Manusia sebagai objek pendidikan diharapkan dapat mengikuti setiap perubahan dengan kehidupan yang berkualitas. Matematika adalah salah satu ilmu yang berperan penting dalam penguasaan teknologi. Oleh karena itu, pembelajaran matematika dilaksanakan pada semua jenjang pendidikan, dengan harapan pendidikan matematika dapat meningkatkan kualitas kemampuan siswa serta sikap siswa yang sejalan dengan tuntutan perkembangan zaman. Konsep diri merupakan konsep dasar yang perlu diketahui untuk mengetahui perilaku terhadap dirinya,

masalahnya, serta lingkungan- nya. Konsep diri merupakan hal yang kompleks dan abstrak, tidak dapat diraba dan terwujud. “Diri” merupakan konsep seseorang sebagai orang yang berbeda dengan orang lain dan objek sekitarnya, terpisah dari orang lain dan objek tetapi merupakan manusia yang utuh.¹

Untuk membentuk suatu konsep diri yang baik, terlebih dahulu harus mengenal diri sendiri, karena diri (self) merupakan suatu kunci utama dari rangkaian kehidupan. Mengutip dari James ia mengatakan, bahwa diri merupakan komposisi pikiran dan perasaan yang menjadi kesadaran seseorang mengenai eksistensi individualitasnya, pengamatannya, tentang apa yang merupakan miliknya, pengertiannya mengenai siapa dia, perasaan tentang sifat-sifatnya, kualitasnya dan segala miliknya. Budiharjo mengartikan konsep diri merupakan bagian sadar dari ruang fenomenal yang disadari dan disimbolisasikan, yaitu “Aku” merupakan pusat referensi setiap pengalaman. Seorang anak mengatakan bahwa Ia adalah seorang pelajar, maka Ia harus menunjukkan dirinya sebagai seorang pelajar dan hal yang harus dibuat yaitu dengan mengatur jadwal belajar yang baik dan belajar dengan tekun, berarti anak tersebut mempunyai motivasi untuk belajar.²

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuesioner. Menurut Sugiyono, angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Jenis penelitian kuesioner mencakup Kuesioner Terbuka, Kuesioner Tertutup, Kuesioner Campuran, Kuesioner Semi Terbuka.³ Tahapan pelaksanaan penelitian dalam proses pembuatan kuesioner penelitian harus disesuaikan dengan permasalahan yang akan dibahas serta informasi yang ingin dihimpun. Hal ini karena kuesioner akan memiliki daftar pertanyaan atau pernyataan yang harus lebih mudah dipahami oleh para responden

¹ Deddy Mulyana, *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2000).

² Eko Budiharjo, *Kepekaan Sosial-Kultural Arsitek" Dalam Perkembangan Arsitektur Dan Pendidikan Arsitektur Di Indonesia*. (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1997).

³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Kuantitatif Kualitatif Dan Re&D* (Bandung: CV. Alfabeta, 2017).

yang tidak bertemu secara langsung. Tentunya, harus ada beberapa hal yang harus diperhatikan ketika membuat kuesioner.⁴

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. KONSEP DIRI

Menurut Woolfolk konsep diri didefinisikan sebagai nilai yang dimiliki setiap individu terhadap karakteristik, kualitas, dan kemampuan dan tindakannya. Konsep diri juga merupakan suatu gambaran campuran dari apa yang dipikirkan individu, pendapat orang lain mengenai diri individu, dan apa yang individu tersebut inginkan.⁵ Lebih lanjut, Burn mengutip Bidney menjelaskan bahwa konsep diri mempunyai kemampuan untuk bersikap objektif terhadap dirinya sendiri, berpikir sebagai apa dirinya, serta apa yang ingin dilakukan dan hendak menjadi apa. Teori tersebut mendukung asumsi bahwa remaja sebagai pribadi yang dibentuk dan dikembangkan konsep dirinya secara umum mempunyai keinginan untuk sukses di masa depan, sehingga konsep diri yang baik dibutuhkan untuk dapat mencapai hal tersebut. Tanpa pembentukan konsep diri yang tepat maka remaja akan mengalami kesulitan dalam memahami diri sendiri, termasuk apa yang menjadi kelebihan, kekurangan, minat, dan bakatnya.⁶

Terbentuknya konsep diri diperoleh dari hasil interaksi sosial. Ketika siswa berinteraksi dengan lingkungan sekolah, maka akan ditemukan kebiasaan, nilai, norma, tingkah laku, budaya dan iklim akademik dari sekolah tersebut sehingga siswa memiliki sikap sosial yang berkorelasi dengan konsep dirinya. Dapat dikatakan bahwa konsep diri berpengaruh kuat dalam tingkah laku seseorang. Dengan mengetahui konsep dirinya, individu tersebut akan lebih mudah memahami perilakunya. Pengenalan konsep diri dapat menjadikan remaja menilai kemampuan diri sendiri dan mengembangkan konsep dirinya. Menurut Calsyn dan Kenny dalam Marsh mengatakan bahwa konsep diri berkorelasi dengan prestasi akademik. Hal ini dikarenakan konsep diri berkaitan

⁴ Sugiyono.Ibid.

⁵ Anita Woolfolk, *Educational Psychology: Active Learning Edition* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009).

⁶ R.B Burns, *Konsep Diri (Teori, Pengukuran, Perkembangan, Dan Perilaku)* (Jakarta: Arcan, 1993).

dengan pengembangan keterampilan. Individu yang memiliki keterampilan mampu memenuhi tugas-tugas akademik sehingga mampu meraih prestasi yang tinggi.⁷

Perkembangan konsep diri yang tumbuh pada aspek kognitif dan afektif menjadikan remaja dapat mengevaluasi dirinya secara realistis dan positif. Evaluasi ini berkembang berdasarkan pengalaman pribadi dimana diri pribadi sebagai obyek persepsi maupun pengalaman-pengalaman yang diperoleh sebagai hasil belajar dan penilaian terhadap lingkungan, termasuk penilaian orang lain terhadap dirinya. Dengan cara seperti ini, remaja akan mencapai gambaran diri yang utuh. Palacios menjelaskan bahwa dalam berinteraksi dengan lingkungan, konsep diri memiliki kekuatan dalam bertingkah laku sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.⁸ Didasarkan pada pendapat para ahli bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi belajar seseorang adalah konsep diri yang dimiliki oleh individu, jika individu menganggap bahwa dirinya mampu untuk melakukan sesuatu maka individu tersebut akan berusaha untuk mencapai apa yang diinginkannya. Memiliki anggapan positif bahwa dirinya mampu mencapai prestasi akademik yang tinggi, maka siswa tersebut akan berusaha mencapai keinginan.⁹ Konsep diri adalah cara individu dalam melihat pribadinya secara utuh, menyangkut fisik, emosi, intelektual, sosial, dan spiritual. Termasuk di dalamnya adalah persepsi individu dengan orang lain maupun lingkungannya, nilai-nilai yang berkaitan dengan pengalaman dan objek, serta tujuan, harapan, dan keinginannya.¹⁰

a. Dimensi Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella, Konsep Diri meliputi dimensi sebagai berikut:

1) Identitas diri

⁷ Andre J. Martin & Herbert W. Marsh, "Oxford Review of Education Buoyancy : Multidimensional and of Causes, Correlates and Cognate Constructs Academic Resilience and Academic Buoyancy : Multidimensional and Hierarchical Conceptual Framing Of," *Oxford Review of Education* 35, no. 3 (2009): 353–70.

⁸ Angelica C. Cornejo Miguel A. Jara-Palacios, "Prevalence and Determinants of Exclusive Breastfeeding among Adolescent Mothers from Quito, Ecuador: A Cross-Sectional Study," *Ecuador: International Breastfeeding Journal*, 2015.

⁹ Peter. S. Fernald, L., Dolge & Fernald, *Introduction to Psychology* (India: AITBS Publishers & Distributions, 1999).

¹⁰ William H. Fitts, *The Self Concept and Self -Actualization* (California: Western Psychological Service, 1971).

Meliputi jenis kelamin, umur, suku, kebangsaan, nama panggilan menempatkan seseorang pada kelompok sosial, umur, suku, bangsa atau golongan tertentu.

2) Harapan Pribadi

Harapan untuk diri sendiri di masa depan. Perspektif ini mewakili diri ideal.

3) Evaluasi diri

Harapan seseorang terhadap standarnya sendiri akan menimbulkan harga diri, yaitu seberapa besar seseorang mencintai dirinya sendiri.

b. Jenis-Jenis Konsep Diri

1) Konsep Diri Positif

Konsep diri positif menunjukkan adanya penerimaan diri dimana individu dengan mengenal dirinya dengan baik sekali. Konsep diri yang positif bersifat stabil dan bervariasi. Individu yang memiliki konsep diri positif dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri sehingga evaluasi terhadap dirinya sendiri menjadi positif dan dapat menerima dirinya apa adanya.¹¹

2) Konsep Diri Negatif

Mengutip dari Rahmawati, ia mengatakan bahwa membagi konsep diri negatif menjadi dua tipe, yaitu:

- Pandangan individu tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan, kestabilan dan keutuhan diri. Individu tersebut benar-benar tidak tahu siapa dirinya, kekuatan dan kelemahannya atau yang dihargai dalam kehidupannya.
- Pandangan tentang dirinya sendiri terlalu stabil dan teratur. Hal ini bisa terjadi karena individu di didik dengan cara yang sangat keras, sehingga menciptakan

¹¹ J. . Acocella, J. ., & Calhoun, *Psychology of Adjustment Human Relationship* (New York: McGraw-Hill, 1990).

citra diri yang tidak mengizinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat.¹²

2. KONSEP EMOSI

Teori James-Large menyatakan bahwa emosi adalah hasil dari keadaan fisiologis yang dipicu langsung oleh ransangan lingkungan. Emosi terjadi setelah reaksi fisiologis. Setiap emosi mulai dari marah hingga gembira memiliki perbedaan serangkaian perubahan fisiologis, dan terlihat dalam denyut jantung, pola pernapasan, keringat dan respon-respon lainnya. Inti dari teori James Large menyatakan bahwa sesudah persepsi awal, pengalaman emosi merupakan hasil dari persepsi seseorang terhadap perubahan fisiologis yang dialaminya. Emosi yang dirasakan adalah persepsi tentang perubahan tubuh. Salah satu dari teori paling awal dalam emosi dengan ringkas dinyatakan oleh psikolog American William James: “Kita merasa sedih karena kita menangis, marah karena kita menyerang, takut mereka gemetar.”

Teori Cannon-Bard menyatakan bahwa emosi dan reaksi fisiologis terjadi secara bersamaan. Dalam teori Cannon-Bard memainkan peran yang kurang penting dibandingkan teori James Lange. Pandangan teori Cannon-Bard melihat emosi sangat dipengaruhi oleh sirkuit-sirkuit syaraf neurotransmitter. Emosi yang dirasakan dan respons tubuh adalah kejadian yang berdiri sendiri-sendiri. Di tahun 1920-an, teori lain tentang hubungan antara keadaan tubuh dan emosi yang dirasakan diajukan Walter Cannon, berdasarkan pendekatan pada riset emosi yang dilakukan oleh Philip Bard. Teori Cannon-Bard juga menyatakan bahwa emosi yang dirasakan dan reaksi tubuh dalam emosi tidak tergantung satu sama lain, kita pertama kali menerima emosi potensial yang dihasilkan dari dunia luar kemudian daerah otak, seperti hipotalamus diaktifkan. Otak yang lebih rendah ini kemudian mengirim *output* dalam dua arah: (1) ke organ-organ tubuh dalam dan otot-otot eksternal untuk menghasilkan ekspresi emosi tubuh, (2) ke korteks serebral dimana pola masukan dari daerah otak lebih rendah diterima sebagai emosi yang dirasakan.

¹² Teddy Heri Wardhana Ilham Wildan Ahmad, Lita Diah Rahmawati, “Demographic Profile, Clinical and Analysis of Osteoarthritis Patients in Surabaya,” *BIOMOLECULAR AND HEALTH SCIENCE JOURNAL* 34–39 (2018).

Kebalikan teori James-Lange, teori ini menyatakan bahwa reaksi tubuh dan emosi yang di rasakan berdiri sendiri-sendiri dalam arti reaksi tubuh tidak berdasarkan pada emosi yang di rasakan karena meskipun tahu bahwa hipotalamus dan daerah otak di bagian bawah terlibat dalam ekspresi emosi, kita tetap masih tidak yakin apakah persepsi tentang kegiatan otak lebih bawah ini adalah dasar dari emosi yang di rasakan. Teori kognitif tentang emosi, teori ini memandang bahwa emosi merupakan interpretasi kognitif dari rangsangan emosional (baik dari luar atau dalam tubuh). Teori di kembangkan oleh Magda Arnold, Albert Ellis, serta Stanley Schachter dan Jerome Singer. Teori ini merupakan proses interpretasi kognitif dalam emosi terbagi dalam dua langkah yaitu interpretasi stimulus dari lingkungan, reaksi pada stimulus, bukan stimulus itu sendiri menyebabkan reaksi emosional. Contohnya misal suatu hari kamu menerima kado dari Sinta dimana Sinta adalah musuhmu, maka kamu takut menerima kado pemberian dari Sinta itu karena merasa kado itu berbahaya bagi dirimu, akan berbeda ceritanya bila Sinta adalah teman karib maka kamu akan senang hati menerima dan membuka kado tersebut tanpa ada rasa curiga.

Jadi teori kognitif pada emosi informasi dari stimulus berangkat pertama kali ke cerebral cortex, dimana akan diinterpretasi di masa kini dan masa lampau. Kedua dalam teori kognitif pada emosi, yaitu interpretasi stimulus di dalam tubuh yang merupakan hasil dari arousal otonom. Teori kognitif menyerupai James-Lange yang mengemukakan pentingnya stimuli internal tubuh dalam mengalami emosi, dimana hal tersebut lebih penting dalam stimuli internal itu sendiri.

3. KEMATANGAN EMOSI

Kematangan emosi adalah kemampuan remaja dalam mengekspresikan emosi secara tepat dan wajar dengan pengendalian diri, memiliki kemandirian, memiliki konsekuensi diri, serta memiliki penerimaan diri yang tinggi. Pengendalian diri adalah kemampuan remaja dalam mempertahankan dorongan emosi, serta memahami emosi diri untuk diarahkan kepada tindakan-tindakan positif. Kemandirian adalah keadaan dimana remaja tidak menggantungkan dirinya kepada orang lain. Rasa konsekuensi adalah rasa tanggung jawab remaja dengan kesadaran untuk menjalankan keputusan,

serta berani bertanggung jawab terhadap semua akibat dan keputusan yang telah diambil. Penerimaan diri adalah kemampuan remaja untuk dapat menerima keadaan diri sendiri, baik kelemahan maupun kelebihan, menerima diri secara fisik maupun psikis dengan baik.¹³

Perkembangan emosi selama remaja melibatkan bagaimana seorang remaja membangun kemampuan untuk dapat menghadapi realita dan bagaimana ia dapat mengelola emosi dan mengatasi tekanan-tekanan yang dia hadapi.¹⁴ Perilaku proposional dapat dimengerti sebagai perilaku yang menguntungkan penerima bantuan dapat ditunjukkan dengan pribadi yang sehat, terarah dan jelas sesuai dengan stimulus serta tanggung jawab atas segala keputusan dan perbuatannya terhadap lingkungan. Jika hal tersebut terpenuhi, maka individu tersebut dikatakan matang emosinya.¹⁵

Hurlock lebih lanjut menekankan bahwa kematangan emosi adalah apabila individu menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang belum matang. Ketidakmampuan tetapi tidak memiliki keuntungan yang jelas bagi pemberi bantuan. Jadi walaupun dikatakan bahwa perilaku prososial adalah perilaku yang tidak membutuhkan imbalan dari orang yang telah ditolongnya, namun sejatinya mereka tetap mengharapkan rasa diakui untuk bisa menunjukkan eksistensi dirinya kepada orang lain.¹⁶ Adapun menurut Chaplin dalam Khotimah, 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. Kematangan emosi memiliki beberapa aspek, yaitu: dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain seperti apa adanya, tidak impulsif; dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya dengan baik, dapat berfikir secara objektif dan realistis, sehingga bersifat sabar, penuh pengertian dan memiliki toleransi yang baik,

¹³ R. Albin, *Emosi Bagaimana Mengenal, Menerima Dan Mengarabkannya* (Yogyakarta: Kanisius, 2005).

¹⁴ J. W. Santrock, *Adolescence: Perkembangan Remaja*, 6th ed. (Jakarta: Erlangga, 2002).

¹⁵ Khotimah K, *Hubungan Dukungan Sosial Dan Kematangan Emosi Dengan Post Partum Depression Pada Ibu Yang Melahirkan Anak Pertama* (Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Semarang, n.d.).

¹⁶ Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Gramedia, 1980).

mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mudah mengalami frustrasi dan akan menghadapi masalah dengan penuh pengertian.¹⁷

Adapun penelitian Rufaida, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara tingkat kematangan emosi dengan perilaku prososial pada mahasiswa.¹⁸ Piaget dalam Dariyo, Dariyo mengutip mendefinisikan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya secara baik, dalam hal ini orang yang emosinya sudah matang tidak cepat terpengaruh oleh rangsangan atau stimulus baik dari dalam maupun dari luar pribadinya.¹⁹

Walgito juga menjelaskan bahwasanya kematangan emosi sangat berpengaruh besar dalam kemampuan untuk menyelesaikan permasalahan secara objektif.²⁰ Secara singkat, menurut beberapa literatur kematangan emosi ialah sebuah kemampuan yang digunakan untuk berpikir dengan cara realistik, bisa menerima segala kondisi nyata yang ada pada diri individu, bisalah ia menyalurkan kekuatannya dengan baik, serta mampu untuk mengontrol emosinya dengan baik.²¹ Kematangan emosi bisa dikatakan sebagai suatu reaksi dari perasaan yang stabil terhadap suatu objek yang menjadi permasalahan sehingga mampu untuk mengambil maupun membuat keputusan ataupun bertindak laku yang berdasarkan pertimbangan dan suasana hati yang tidak mudah berubah-ubah.²² Menurut Green kematangan emosi ialah suatu kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dan menghadapi berbagai situasi maupun kondisi dengan suatu cara yang tertentu.

Menurut Covey kematangan emosi ialah kemampuan untuk bisa mengeksplorasi perasaan yang berada pada dalam diri secara yakin dan juga berani yang diimbangi

¹⁷ Walgito Bimo, *Psikologi Sosial* (Yogyakarta: Andi Offset, 2003).

¹⁸ F. A. Rufaida, *Hubungan Antara Tingkat Kematangan Emosi Dengan Tingkat Perilaku Proposal* (Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2009).

¹⁹ Dariyo A, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2007).

²⁰ Bimo, *Psikologi Sosial*.

²¹ Azhar Arsyad, *Media Pembelajaran* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002).

²² Isnan Aryono, "Pengaruh Kepemimpinan Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Pada PT. KAI DAOP 6 Yogyakarta Dengan Variabel Motivasi Sebagai Intervening," *Jurnal Manajemen* 3, no. 2 (2017): 23–46.

dengan pertimbangan terhadap perasaan dan keyakinan akan individu yang lainnya.²³ Menurut pendapat Chaplin yang dimaksud dengan kematangan emosi ialah suatu kondisi dimana tercapainya tingkat kedewasaan didalam perkembangan emosional. Oleh sebab itulah individu yang bersangkutan tidak akan lagi menampilkan pola emosi yang kekanak-kanakan, sehingga individu tersebut pasti akan mampu dalam mengontrol dan menekan emosinya. Istilah kematangan emosi juga sering kali melibatkan tentang kontrol emosi, kematangan dan interaksi sosial menggunakan media dapat dilakukan dan menjadi penting agar dapat menjadi pembentuk sosial yang baik.²⁴

Kematangan emosi sendiri biasanya ditandai dengan bagaimana cara konflik itu dipecahkan dan bagaimana dalam menangani suatu kesulitan. Sedangkan Albin mengatakan bahwa kematangan emosi mempunyai pengertian sebagai kemampuan untuk memikirkan emosi yang membantu dalam meningkatkan kemampuan untuk mengendalikannya. Mahasiswa sendiri diharapkan agar mampu untuk dapat menyesuaikan diri dengan segala tekanan yang akan muncul didalam proses penyusunan dan penulisan skripsi, karena jika mahasiswa/mahasiswi mempunyai kematangan emosi yang baik, maka kematangan emosi ini pasti bisa membantu mahasiswa/mahasiswi agar tidak terlalu terfokus dengan dampak-dampak buruk yang ditimbulkan dari kesulitan tersebut.²⁵

Berdasarkan beberapa pendapat diatas mengenai kematangan emosi maka dapat disimpulkan bahwasanya kematangan emosi ialah suatu proses dimana seorang individu mampu untuk mengendalikan dan mengontrol emosi yang dimilikinya dalam menghadapi berbagai situasi dan kondisi. Katkovsky dan Gorlow juga menegemukakan ada beberapa aspek-aspek yang ada didalam kematangan emosi, yaitu : Kemandirian, kemampuan untuk menerima kenyataan, kemampuan untuk beradaptasi, kemampuan

²³ Abdul Fattah & Asriyanti Ilyas, *Siklus Hidup Ulat Grayak (Spodopteralitura F) Dan Tingkat Serangan Pada Beberapa Varietas Unggul Kedelai Di Sulawesi Selatan* (Sulawesi Selatan: Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Sulawesi Selatan, 2016).

²⁴ R. A. Manampiring, "Peranan Media Sosial Instagram Dalam Interaksi Sosial Antar Siswa Sma Negeri I Manado (Studi Pada Jurusan Ipa Angkatan 2012)," *E-Journal "Acto Diurna"* 4, no. 4 (2015).

²⁵ Psi Dinda Prihandika Nur, Habibah and , Siti Nurina Hakim, S.Psi., M.Si., *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Prokrastinasi Dalam Penyusunan Skripsi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2017).

untuk merespon dengan tepat, kapasitas untuk seimbang, kemampuan untuk berempati, dan kemampuan dalam menguasai amarah.

4. KARAKTERISTIK KEMATANGAN EMOSI

Masa remaja merupakan peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Menurut Muhammad Ali dan Muhammad Asrori pada masa ini, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental sosial, dan emosional.²⁶ Umumnya setiap remaja memiliki kematangan emosi yang berbeda-beda dalam menjalani kehidupan. Sebagaimana Mudjiran menjelaskan remaja yang telah mencapai kematangan emosi dapat dilihat dari ciri-ciri tingkah laku sebagai berikut:

- a. Mandiri dalam arti emosional, artinya remaja tersebut mampu mempertanggungjawabkan emosi yang ditampilkan.
- b. Mampu menerima diri sendiri dan orang lain apa adanya, artinya remaja tidak cenderung menyalahkan diri sendiri maupun orang lain atas kegagalan yang dialami.
- c. Mampu menampilkan ekspresi emosi sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada.²⁷
- d. Mampu mengendalikan emosi-emosi negatif sehingga permasalahannya tidak impulsif.²⁸ Senada dengan itu Jersild dalam Asih dan Pratiwi mengemukakan dua ciri-ciri individu yang memiliki kematangan emosi, antara lain:

- 1) Penerimaan diri yang baik

Individu yang memiliki kematangan emosi dapat menerima kondisi fisik maupun psikisnya, baik pribadi maupun secara sosial.

- 2) Objektif Individu memandang kejadian berdasarkan dunia orang lain dan tidak hanya dari sudut pandang pribadi Sementara kematangan emosi memiliki dua ciri-ciri, yaitu:

- (a) Kontrol diri, individu mampu menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang diterima.

²⁶ M. Ali, M. dan Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2012).

²⁷ Dkk Mudjiran, *Perkembangan Peserta Didik* (Padang: UNP Press, 2007).

²⁸ Wahyu Eka Prasetyaningtyas Sisca Folastris, "Gambaran Konsep Diri Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan Sumbangsih Jakarta Selatan," *ERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2017.

- (b) Pemahaman diri individu, individu memiliki reaksi emosional yang stabil, dapat berubah dari satu emosi ke emosi lain. Individu dapat memahami apa yang dirasakannya dan mengetahui penyebab dari emosi yang dialaminya.²⁹

Demikian pula Hurlock dalam Lely Dian Sari mengemukakan tiga ciri kematangan emosi, yaitu:

- (a) Otonomi artinya individu tidak mengungkapkan emosinya di hadapan orang lain dan dapat menunggu waktu dan tempat yang tepat untuk mengekspresikan emosinya dengan cara yang dapat diterima.
- (b) Pemahaman diri bahwa individu mempunyai respon emosi yang lebih stabil, tidak mengubah emosi satu ke emosi lainnya. Individu dapat memahami apa yang dirasakannya dan mengetahui penyebab dari emosi yang dihadapinya.³⁰

e. Kegunaan fungsi

krisis mental adalah individu dapat mengevaluasi situasi sebelum bereaksi secara emosional dan kemudian memutuskan bagaimana menanggapi situasi tersebut.

Sedangkan menurut Hillingswoth dan Morgan Young, pemahaman tentang kematangan emosi dapat dicapai dengan memahami perubahan perilaku emosional dan kontras respon emosional anak-anak, remaja dan orang dewasa. Emosi seseorang dikatakan matang dapat dikatakan apabila ia bertanggung jawab terhadap emosi yang anda ungkapkan, tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain atas kegagalan yang anda alami, dapat menempatkan emosi pada situasi dan kondisi yang sesuai, pahami diri Anda dengan baik untuk memahami memahami emosi anda dan mengetahui penyebab dari emosi yang Anda hadapi.

5. FAKTOR-FAKTOR DARI KEMATANGAN EMOSI

Setiap individu mempunyai kematangan emosi yang berbeda-beda, kematangan emosi remaja dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi remaja menurut Hurlock antara lain:

²⁹ Asih & Pratiwi, "Perilaku Prosocial Ditinjau Dari Empati Dan Kematangan Emosi," *Jurnal Psikologi* 1, no. 1 (2010).

³⁰ Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.

a. Usia

Ketika individu berada pada usia tersebut diharapkan emosinya mampu, dikuasai dan lebih terkontrol. Individu meningkatkan kemampuannya dalam mengkaji masalah, mengarahkan dan mengendalikan emosinya secara lebih stabil dan matang secara emosional,

b. Perubahan fisik dan kelenjar

pada individu menyebabkan akan menyebabkan perubahan kematangan emosi, sesuai dengan Asumsi bahwa Masa Remaja merupakan suatu masa badai dan tekanan, dan emosi remaja meningkat karena perubahan pada kelenjar fisik dan endokrin.³¹

Sedangkan menurut Muhammad Ali dan Asrori, beberapa faktor yang mempengaruhi kematangan emosi remaja, yaitu:

a. Perubahan fisik

Diwujudkan dengan pertumbuhan bagian tubuh yang sangat pesat. Pada tahap awal pertumbuhan ini hanya terbatas pada bagian tertentu saja sehingga menyebabkan ketidakseimbangan postur tubuh. Dan ketidakseimbangan ini akan mempengaruhi perkembangan emosi remaja. Tidak semua remaja menerima perubahan kondisi tubuhnya tersebut, sehingga dapat menimbulkan iritasi pada tubuh remaja dan seringkali menimbulkan kendala dalam proses mengembangkan emosinya.

b. Perubahan pola interaksi

Faktor orang tua pada remaja cukup beragam. Ada orang yang cara membesarkan anak hanya berdasarkan apa yang menurutnya terbaik untuk dirinya (orang tua), jadi ada orang yang mendominasi, memanjakan, cuek tapi ada juga orang penuh kasih sayang. Perbedaan pola asuh seperti ini dapat berdampak pada perbedaan perkembangan emosi remaja. dengan membentuk geng.

c. Perubahan suasana luar.

³¹ Hurlock.

Faktor penting yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja, selain perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja itu sendiri, adalah pandangan terhadap dunia luar.³²

Hurlock mengidentifikasi unsur-unsur berikut sebagai kontributor perkembangan emosional:

- a. Menyadari perasaan tetap berhubungan dengan diri sendiri, yaitu mampu merekam perasaan diri sendiri maupun perasaan orang lain, merupakan tanda kematangan emosi, seperti tidak adanya sikap defensif dalam menghadapi perubahan emosi diri sendiri. Keterampilan ini memungkinkan orang untuk menerima kritik tanpa tersinggung, mencegah mereka dari permusuhan karena kebencian.
- b. Penerimaan Emosi kemampuan mentolerir pengalaman emosional akan membantu kapasitas individu untuk berpikir produktif, meskipun faktanya bias di setiap masyarakat menunjukkan sebaliknya. Merasakan dan memenuhi kebutuhan emosional sendiri membuat orang merasa aman.
- c. Mengingat kejadian, mengingat suatu kejadian dapat membangkitkan perasaan yang kuat dalam diri seseorang, tetapi mereka yang mematikan perasaan yang terkait dengan tindakan mereka akan lebih sulit menepati janji.
- d. Motivasi sejauh mana seseorang dapat tumbuh secara emosional tergantung pada apa yang mendorongnya. Artinya, jika Anda telah melakukan perbuatan baik, orang tersebut pasti ingin mengulanginya.³³

6. CIRI-CIRI KEMATANGAN EMOSI

Walgito mengutip dari Oktaviani berpendapat bahwa terdapat beberapa indikator kematangan emosi, antara lain namun tidak terbatas pada:

- a. Penerimaan yang baik mampu menerima situasi sendiri dan situasi orang lain begitu saja dan menerimanya sebagaimana adanya. Seseorang dengan kematangan emosional yang lebih besar memiliki kapasitas berpikir rasional yang lebih besar.

³² Ali, M. dan Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*.

³³ Hurlock, E. B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Gramedia, 1980).

- b. Tidak bersifat impulsif saat dihadapkan dengan tantangan, orang tersebut mampu berpikir jernih dan merumuskan rencana untuk menghadapinya. Orang yang cenderung bertindak berdasarkan dorongan hati sebelum mempertimbangkannya memiliki emosi yang tidak dewasa.
- c. Kemampuan mengontrol emosi Mampu tetap tenang di bawah tekanan dan mengartikulasikan diri mereka dengan baik, bahkan jika mereka merasa kesal. Kemarahan dapat ditunjukkan kapan saja orang tersebut mau.
- d. Kemampuan untuk sabar mereka yang telah belajar mengendalikan emosinya dapat berpikir secara rasional. Agar orang-orang dengan tingkat toleransi yang tinggi dan toleransi pada umumnya dapat berkembang dengan baik.
- e. Bertanggung jawab orang yang matang secara emosional akan mengurus tugasnya, membela diri, menolak frustrasi, dan mencoba memahami orang lain. Tidak membuat orang lain membayar kesalahan yang telah dia lakukan. Pertumbuhan dan pembentukan sikap seseorang mencapai puncaknya di awal usia 20-an, dan pada saat inilah mereka diharapkan memperoleh kedewasaan penuh.³⁴

Ada enam aspek kematangan emosi pada dewasa muda seperti yang dijelaskan oleh Allport dalam Aulia Nurpratiw. Yang termasuk dalam enam dimensi tersebut adalah:

- a. Perluasan diri secara bertahap memperoleh pengetahuan yang mencakup lingkungan yang lebih luas, dari lingkungan terdekat individu (keluarganya) hingga lebih jauh (komunitasnya) seiring berjalannya waktu.
- b. Berhubungan hangat dengan orang lain Kemampuan untuk merasa dekat dengan orang lain dan ingin membuat mereka bahagia. Hubungan intim ditandai dengan saling mengetahui, menerima, dan peduli.
- c. Rasa aman emosional dalam konteks ini, terdapat dua faktor yang menjadi pokok utama, diantaranya:³⁵

³⁴ Bimo, Walgito, Pengantar Psikologi Umum (Jakarta: Penerbit Andi, 2004).

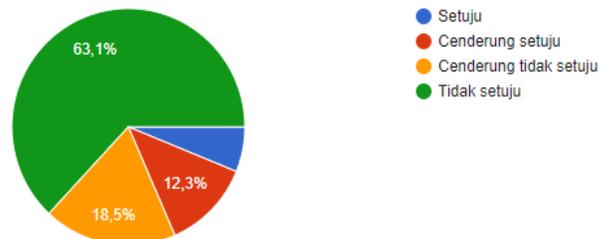
³⁵ Aulia Nurpratiwi, *Pengaruh Kematangan Emosi Usia Saat Menikah Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Dewasa Awal* (Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2010).

- 1) penerimaan diri, kapasitas untuk mengenali diri sendiri. Ketika individu dewasa secara emosional, mereka melihat perasaan mereka sebagai bagian integral dari siapa mereka. Sejauh menyangkut keyakinan kita pada keterbukaan, toleransi frustrasi adalah kemampuan untuk tetap berfungsi meskipun ada kesulitan.
 - 2) percaya diri, individu yang cerdas secara emosional dapat mengekspresikan diri mereka secara terbuka dan jujur tanpa khawatir dihakimi.
- d. Perspektif yang realistik Menjadi dewasa berarti menerima hal-hal apa adanya daripada mencoba membentuk dunia agar sesuai dengan preferensi seseorang.
- e. Keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki pertumbuhan emosional seseorang bergantung pada berbagai kemampuan dasar. Mereka yang berbakat atau kompeten akan mendemonstrasikan kemampuannya dalam berbagai situasi.
- f. Pengetahuan dan pemahaman diri pengetahuan tentang kemampuan, keterbatasan, dan kewajiban seseorang adalah trifecta dari pengetahuan diri, seperti yang diartikulasikan oleh Allport.

Deskripsi mengenai konsep tersebut, akan dijelaskan melalui gambar di bawah ini;

Saya orang yang pembenci
65 jawaban

 Salin



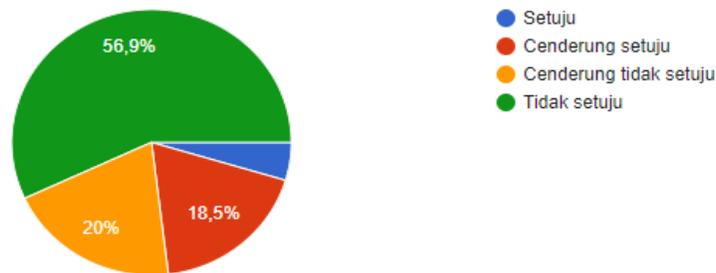
Gambar 1. Lingkaran emosi siswa

Melalui analisis di atas orang yang merasa emosinya membenci kepada seseorang hal itu lebih banyak tidak setuju karena hal ini, terjadi mungkin saja ada alasan tertentu di balik perasaan ini, dan menyadari dan menggali alasan tersebut bisa menjadi langkah awal untuk mengatasi perasaan negatif ini. Membicarakannya dengan teman, keluarga, atau bahkan seorang profesional kesehatan mental dapat membantu Anda menjelajahi akar penyebabnya dan menemukan cara mengatasi perasaan tersebut.

Saya mengabaikan diri saya sendiri

 Salin

65 jawaban



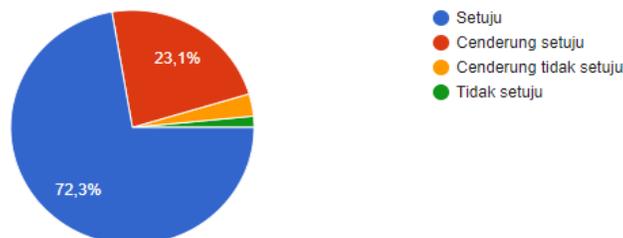
Gambar 2. Lingkaran Emosi Siswa

Mengabaikan diri sendiri dalam konsep emosi siswa adalah tindakan di mana seorang individu, seperti seorang guru atau pembimbing, berusaha memahami dan merespons emosi siswa tanpa membiarkan prasangka atau pengalaman pribadi mereka mempengaruhi interaksi tersebut. Ini penting karena memungkinkan pendekatan yang lebih objektif dan empatik terhadap siswa, menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan inklusif.

Saya mencoba melihat sisi baik dalam diri semua orang yang saya jumpai

 Salin

65 jawaban



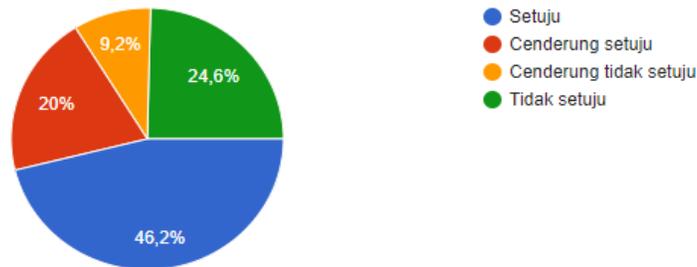
Gambar 3 Lingkaran Emosi Siswa

melihat sisi baik dalam diri setiap siswa sangat penting untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang positif. Dengan mengakui dan memahami kekuatan serta kualitas positif siswa, guru dapat membangun hubungan yang lebih baik, meningkatkan motivasi belajar, dan mengembangkan potensi.

Ada keinginan dalam hati saya untuk mengubah bagian-bagian tertentu dari tubuh saya

[Salin](#)

65 jawaban



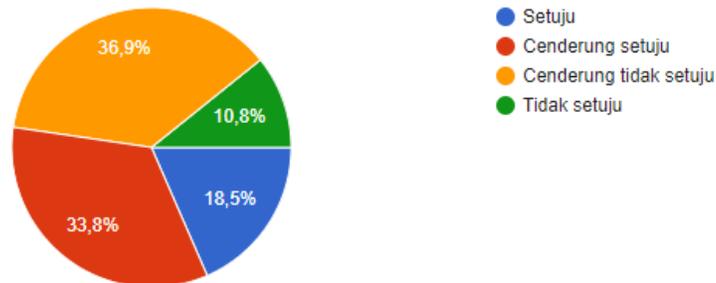
Gambar 4. Lingkaran Emosi Siswa

Dalam konteks psikologi dan pendidikan, keinginan siswa untuk mengubah bagian tubuh mereka sendiri dapat mencerminkan kompleksitas emosi dan citra diri yang menginginkan hal terbaik untuk dirinya dan dapat dilihat orang lain dengan baik.

Saya tidak peduli pada hal-hal yang dilakukan orang lain di sekitar saya

Salin

65 jawaban



Gambar 5. Lingkaran Emosi Siswa

Sikap ini bisa berasal dari berbagai faktor, termasuk pengalaman pribadi, nilai-nilai, atau kepercayaan Anda terhadap diri sendiri. Dalam konteks emosi siswa, hal ini bisa mencerminkan tingkat empati yang rendah terhadap orang lain atau mungkin kebutuhan untuk fokus pada diri sendiri untuk mengatasi tantangan atau tekanan emosional. bahwa emosi siswa dapat sangat kompleks dan dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk lingkungan sekolah, hubungan sosial, dan dukungan emosional dari orang dewasa di sekitarnya.

D. SIMPULAN

Mengenai konsep diri dan kematangan emosi pada siswa adalah bahwa kematangan emosi sangat penting dalam pembangunan pribadi dan perkembangan sosial siswa. Siswa yang memiliki kematangan emosi cenderung lebih baik dalam mengelola stres, berkomunikasi dengan baik, dan berinteraksi positif dengan orang lain. Proses pendidikan yang memperhatikan dan mendukung perkembangan kematangan emosi siswa dapat membantu menciptakan lingkungan belajar yang positif, mendukung prestasi akademik, dan mempersiapkan mereka untuk menghadapi berbagai situasi kehidupan dengan lebih baik.

Berdasarkan hasil penelusuran, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut mengenai pemahaman konsep emosi dan konsep diri siswa SMP serta pengaruhnya terhadapnya: Emosi merupakan respons internal yang timbul dari rangsangan eksternal dan dapat digambarkan sebagai keadaan psikologis yang mewarnai perilaku dan perasaan. Emosi erat kaitannya dengan psikologi dan dapat menjadi salah satu faktor terjadinya gangguan psikologis. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri, mengelola stres, berempati, dan membina hubungan dengan orang lain. Mengembangkan kecerdasan emosional dapat membantu siswa dalam mengelola emosi dan hubungannya dengan orang lain. Konsep diri merupakan persepsi seseorang terhadap dirinya, termasuk kualitas, kemampuan, dan nilai-nilainya.

Konsep diri yang positif dapat menghasilkan prestasi akademik dan motivasi belajar yang lebih baik. Guru memainkan peran penting dalam membantu siswa mengembangkan kecerdasan emosional dan konsep diri mereka. Dengan memberikan layanan konseling dan menciptakan lingkungan belajar yang positif, guru dapat mendukung pertumbuhan emosional dan pribadi siswa. Emosi positif dan negatif yang dialami siswa dapat berdampak pada kehidupannya. Emosi positif dapat menimbulkan kebahagiaan dan keinginan untuk mengalami lebih banyak emosi positif, sedangkan emosi negatif dapat dihindari dan berdampak positif pada kehidupan.

Daftar Pustaka

- A, Dariyo. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung: PT. Refika Aditama, 2007.
- Acocella, J. ., & Calhoun, J. . *Psychology of Adjustment Human Relationship*. New York: McGraw-Hill, 1990.
- Albin, R. *Emosi Bagaimana Mengenal, Menerima Dan Mengarabkannya*. Yogyakarta: Kanisius, 2005.
- Ali, M. dan Asrori, M. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2012.
- Arsyad, Azhar. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002.
- Aryono, Isnan. "Pengaruh Kepemimpinan Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Pada PT. KAI DAOP 6 Yogyakarta Dengan Variabel Motivasi Sebagai Intervening." *Jurnal Manajemen* 3, no. 2 (2017): 23–46.
- Asy'ari, M., Ekayati, I. N., & Matulesy, A. (2014). Konsep diri, kecerdasan emosi dan motivasi belajar siswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(1), 83-89.
- Bimo, Walgito. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Affset, 2003.
- Budiharjo, Eko. *Kepekaan Sosial-Kultural Arsitek" Dalam Perkembangan Arsitektur Dan Pendidikan Arsitektur Di Indonesia*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1997.
- Burns, R.B. *Konsep Diri (Teori, Pengukuran, Perkembangan, Dan Perilaku)*. Jakarta: Arcan, 1993.
- Dinda Prihandika Nur, Habibah and , Siti Nurina Hakim, S.Psi., M.Si., Psi. *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Prokrastinasi Dalam Penyusunan Skripsi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2017.
- Fernald, L., Dolge & Fernald, Peter. S. *Introduction to Pyscology*. India: AITBS Publisers & Distributions, 1999.
- Fitts, William H. *The Self Concept and Self -Actualization*. California: Western Psychological Service, 1971.
- Hurlock. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia, 1980.

- Haryati, T. D. (2013). Kematangan emosi, religiusitas dan perilaku prososial perawat di rumah sakit. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2).
- Ilham Wildan Ahmad, Lita Diah Rahmawati, Teddy Heri Wardhana. "Demographic Profile, Clinial and Analysis of Osteoarthritis Patiens in Surabaya." *BIOMOLECULAR AND HEALTH SCIENCE JOURNAL* 34–39 (2018).
- Ilyas, Abdul Fattah & Asriyanti. *Siklus Hidup Ulat Grayak (Spodopteralitura F) Dan Tingkat Serangan Pada Beberapa Varietas Unggul Kedelai Di Sulawesi Selatan*. Sulawesi Selatan: Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Sulawesi Selatan, 2016.
- K, Khotimah. *Hubungan Dukungan Sosial Dan Kematangan Emosi Dengan Post Partum Depression Pada Ibu Yang Melahirkan Anak Pertama*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Semarang, n.d.
- Khsan, Muhamad. "Pengaruh kecemasan matematis terhadap hasil belajar matematika." *De Fermat: Jurnal Pendidikan Matematika* 2.1 (2019): 1-6.
- Manampiring, R. A. "Peranan Media Sosial Instagram Dalam Interaksi Sosial Antar Siswa Sma Negeri I Manado (Studi Pada Jurusan Ipa Angkatan 2012)." *E-Journal "Acto Diurna"* 4, no. 4 (2015).
- Marsh, Andre J. Martin & Herbert W. "Oxford Review of Education Buoyancy : Multidimensional and of Causes, Correlates and Cognate Constructs Academic Resilience and Academic Buoyancy : Multidimensional and Hierarchical Conceptual Framing Of." *Oxford Review of Education* 35, no. 3 (2009): 353–370.
- Maulidha, E, & Salehudin M. (2021) KEMATANGAN EMOSI MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI SEBUAH STUDI KEPUSTAKAAN AHSyra *Jurnal Bimbingan. Penyuluhan dan Konseling Islam* 4(1), 59-70.
- Miguel A. Jara-Palacios, Angelica C. Cornejo. "Prevalence and Determinants of Exclusive Breastfeeding among Adolescent Mothers from Quito, Ecuador: A Cross-Sectional Study." *Ecuador: International Breastfeeding Journal*, 2015.
- Muawanah, L. B., & Pratikto, H. (2012). Kematangan emosi, konsep diri dan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 7(1).
- Mudjiran, Dkk. *Perkembangan Peserta Didik*. Padang: UNP Press, 2007.
- Mulyana, Deddy. *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2000.

- Nurpratiwi, Aulia. *Pengaruh Kematangan Emosi Usia Saat Menikah Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Dewasa Awal*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2010.
- Nursalim, M., dkk. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019.
- Pratiwi, Asih &. "Perilaku Prosocial Ditinjau Dari Empati Dan Kematangan Emosi." *Jurnal Psikologi* 1, no. 1 (2010).
- Pratiwi, Ika Wahyu, and Putri Agustin Larashati Handayani. "KONSEP DIRI REMAJA YANG BERASAL DARI KELUARGA BROKEN." *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM* 9.1 (2020): 17-32.
- Rufaida, F. A. *Hubungan Antara Tingkat Kematangan Emosi Dengan Tingkat Perilaku Proposal*. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2009.
- Santrock, J. W. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. 6th ed. Jakarta: Erlangga, 2002.
- Santoso, Erik. "Kecemasan Matematis: What and How?." *Indonesian Journal of Education and Humanity* 1.1 (2021): 1-8.
- Saputro, Yusup Adi, and Rini Sugiarti. "Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri terhadap penyesuaian diri pada siswa SMA kelas X." *Philanthropy: Journal of Psychology* 5.1 (2021): 59-72.
- Sisca Folastrri, Wahyu Eka Prasetyaningtyas. "Gambaran Konsep Diri Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan Sumbangsih Jakarta Selatan." *ERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2017.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan: Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta, 2017.
- Walgito, Bimo. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Penerbit Andi, 2004.
- Woolfolk, Anita. *Educational Psychology: Active Learning Edition*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009.
- Yapono, F. (2013). Konsep-Diri, Kecerdasan Emosi Dan Efikasi-Diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3).