

---

## KONTROL DIRI DAN KEMATANGAN EMOSI SISWA

Ela Adelia 1✉ Arifin Nur Budiono 2

Universitas Islam Jember

Jl. Kyai Mojo No.101, 68133, Kaliwates Kidul, Jember

✉ elaadelia131@gmail.com, budiononur05@gmail.com

---

### Ket. Artikel

Sejarah Artikel:  
Diterima 12 Oktober  
Direvisi 23 Oktober  
Diterbitkan 31 Oktober

---

Kata Kunci:  
Kontrol Diri  
Kematangan Emosi  
Siswa

---

Tipe Artikel:  
Kajian Literatur

---

### Abstract

*Education at junior high school level has an important role in shaping students' character and emotional development. One aspect that can influence emotional maturity is self-control. The aim of this research is to determine the relationship between self-control and emotional maturity of class VIII students at SMPN 3. This type of research is quantitative research, this type of research is correlational. The subjects of this research were class VIII students of SMPN 3 TANGGUL for the 2023-2024 academic year. The instrument used was a self-control and emotional maturity questionnaire. Data were analyzed using product moment correlation techniques. The research results show a positive correlation between emotional maturity and self-control of 3.272505. Meanwhile, the  $r$  table with degrees of freedom ( $df$  108-2 106) at a significance level of 0.05 obtained a  $t$  table value of 1.65936. which means the correlation in the research is significant.*

### Abstrak

Pendidikan pada jenjang SMP mempunyai peranan penting dalam membentuk karakter dan perkembangan emosi siswa. Salah satu aspek yang dapat mempengaruhi kematangan emosi adalah pengendalian diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengendalian diri dengan kematangan emosi siswa kelas VIII SMPN 3. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, jenis penelitian ini adalah korelasional. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 3 TANGGUL tahun ajaran 2023-2024. Instrumen yang digunakan adalah angket pengendalian diri dan kematangan emosi. Data dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara kematangan emosi dengan pengendalian diri sebesar 3,272505. Sementara itu,  $r$  tabel dengan derajat kebebasan ( $df$  108-2 106) pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai  $t$  tabel sebesar 1,65936. yang berarti korelasi dalam penelitian tersebut signifikan.

---

## **PENDAHULUAN**

Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS menyatakan bahwa pendidikan adalah upaya yang disengaja dan terencana untuk menciptakan lingkungan belajar dan proses pembelajaran, sehingga peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya dalam hal kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, pembentukan kepribadian, dan peningkatan kecerdasan. Memperkuat akhlak mulia dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan bagi diri sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara. (Mahfud & Khoirunnisa, 2020). Melalui bantuan pendidikan, para siswa disiapkan untuk menjadi anggota masyarakat yang pintar dan memberikan kontribusi positif kepada tanah air dan bangsa. Karena pentingnya peran pendidikan, pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia.

Pendidikan pada tingkat SMP memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan perkembangan emosional siswa. Salah satu aspek yang dapat mempengaruhi kematangan emosi adalah pengendalian diri. Pengendalian diri pada remaja kelas VIII SMPN 3 Tanggul menjadi hal yang krusial, mengingat periode ini merupakan fase transisi yang penuh dengan perubahan fisik dan psikologis.

Kematangan emosi di definisikan sebagai kemampuan untuk merefleksikan emosi, yang mengarah pada peningkatan penguasaan atau kendali terhadap emosi tersebut (Putri, 2020). hal ini berarti, orang yang matang secara emosional akan mempunyai kemampuan dalam menguasai

dan mengendalikan emosinya untuk mampu beradaptasi dengan kondisi tertentu. Green (2001) menyatakan bahwa kematangan emosi melibatkan kemampuan seseorang untuk beradaptasi, menempatkan diri, dan mengatasi situasi yang beragam dengan cara tertentu. Jika seorang remaja mampu menempatkan diri dan menghadapi berbagai kondisi dengan cara tertentu, maka ia akan memiliki kemampuan untuk menjalani hubungan dengan orang lain secara bertanggung jawab (Hukum, 2024).

Kematangan emosi adalah keadaan yang bersifat relatif, mencerminkan sejauh mana seseorang dapat mengoptimalkan potensi internalnya dalam mengalami proses perkembangan dan berupaya mencapai pertumbuhan. Individu yang mencapai kematangan emosional tidak selalu berarti bahwa mereka akan konsisten bertindak berdasarkan penilaian emosional yang baik dan bertanggung jawab (Kumalasari & Munawaroh, 2022). Namun, semakin mereka mengungkapkan gaya hidup mereka, semakin jelas aspek-aspek kematangan emosional mereka, semakin besar kemungkinan mereka untuk bertindak lebih dewasa mencerminkan ketidakmatangan emosi.

Berdasarkan data awal yang diperoleh setelah melakukan wawancara terhadap 5 siswa kelas VIII. Adapun pengambilan 5 siswa tersebut diambil secara acak dari masing-masing kelas yang terdiri dari 5 rombel yaitu 1 siswa dari kelas VIII A, 1 siswa dari kelas VIII B, 1 siswa dari kelas VIII C, 1 siswa dari kelas VIII D dan 1 siswa dari kelas VIII E. Adapun hasil wawancara tersebut menghasilkan 3 dari 5 siswa tersebut ditemukan bahwa siswa tersebut masih belum memiliki emosi yang matang. Hal ini ditunjukkan dengan

jawaban siswa, bahwasannya perilaku 3 dari 5 siswa tersebut memiliki sikap kurang disiplin yaitu seperti terbiasa tidak mengerjakan tugas tepat waktu, siswa juga tidak memenuhi kewajiban atau tanggung jawab seperti mengumpulkan tugas melampaui deadline, siswa tidak mampu menyampaikan ide atau pendapat secara lisan, selain itu siswa juga tidak memiliki kemampuan untuk menjadi pemimpin dalam situasi sosial, contohnya siswa kurang termotivasi atau tidak memiliki keinginan untuk memulai tindakan dalam konteks sosial, seperti merencanakan kegiatan atau memandu diskusi.

Pendapat yang dikemukakan oleh peneliti dari hasil wawancara, serta di perkuat dengan hasil wawancara peneliti dengan guru BK pada tanggal 12 Desember 2023 di SMP Negeri 3 Tanggul di peroleh hasil yaitu Ibu AA yang menyatakan bahwa masih ada siswa dari kelas VIII yang kurang dari segi motivasi belajarnya sehingga belajar bukan tujuan utama dalam dirinya, seperti sering terlambat ke sekolah. Selanjutnya masalah bertanggung jawab, seperti membuat tugas yang telah diberikan oleh guru untuk pekerjaan rumah, yang mana masih ada siswa yang mengerjakan tugas nya di sekolah. Saat berpartisipasi dalam diskusi kelas, terdapat siswa-siswa yang melakukan interupsi terhadap pembicaraan teman mereka, menunjukkan kurangnya penghargaan terhadap pendapat teman. Beberapa bahkan sampai melakukan ejekan terhadap pembicaraan teman, yang pada akhirnya berpengaruh negatif pada hubungan sosial di antara sesama siswa.

Menurut Yusuf (Ulayya & Mujiasih, 2020) Kematangan emosi merujuk pada kemampuan individu untuk bersikap toleran, merasa nyaman, memiliki kendali

diri, menerima diri sendiri dan orang lain, serta mampu mengungkapkan emosinya secara konstruktif. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa salah satu ciri individu yang matang secara emosional ialah ditandai dengan mampu mengendalikan dirinya atau dalam arti lain memiliki kontrol diri.

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang atau individu dalam merencanakan, membimbing, mengolah, dan mengarahkan perilaku dengan niat tujuan mencapai hasil yang positif (Karakter et al., 2022). Kontrol diri dianggap sebagai potensi yang dapat diperkaya dan dimanfaatkan oleh individu selama perjalanan hidup, termasuk dalam menghadapi situasi di sekitarnya (nugroho, 2022). Oleh karena itu, keahlian dalam self-control menjadi penting bagi siswa, karena dengan kemampuan ini, perilaku mereka dapat diarahkan ke hal-hal yang positif. Namun, perlu diingat bahwa kemampuan ini tidak muncul begitu saja, melainkan melalui berbagai proses kehidupan, termasuk menghadapi kondisi di lingkungan sekitar (Erlandia et al., 2024).

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh (Hariadi Ahmad.,2021) bertujuan untuk melihat hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri siswa sekolah menengah pertama, menunjukkan bahwasannya ada hubungan antara yang "Signifikan" antara kestabilan emosi dengan kontrol diri Siswa SMP. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh (Bestari Laia dan Bonifasi Daeli.,2022) yang bertujuan untuk melihat hubungan kematangan emosional dengan penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 3 farmasi kecamatan lahomi kabupaten nias barat, menunjukkan

bahwasannya terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosional dengan penyesuaian diri siswa melalui kematangan individu yang mengontrol siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Farmasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat (Pramesthi et al., 2022).

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti ingin mengetahui hubungan antara kontrol diri dan kematangan emosi siswa kelas VIII di SMPN 3 tanggul tahun pelajaran 2023-2024.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Adapun tujuan penelitian korelasinya adalah untuk mendeteksi sejauh mana hubungan antara satu variabel dengan beberapa variabel lain dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasinya secara statistika. Hasil statistik yang menyatakan derajat hubungan linier antar dua variabel atau lebih yang di temukan oleh seorang Karl Pearson biasa di sebut dengan sebutan pearson product moment (R. V. Utami et al., 2024).

populasi terdiri dari 156 siswa. Maka peneliti mengambil sebuah sampel Berdasarkan tabel Kjrejcic Morgan yaitu jumlah sampel yang dipilih adalah sebanyak 108 siswa. Dalam pengambilan sampel penelitian ini, peneliti menerapkan teknik probabilitas sampling, khususnya jenis random sampling yang juga dikenal sebagai sampel acak. Penelitian ini tidak menetapkan kriteria tertentu untuk mencapai target sampel. Dengan menggunakan metode random sampling, peneliti secara acak memilih sampel tanpa memperhatikan faktor kognitif atau aspek lain pada populasi.

**Tabel 1. Jumlah Populasi**

No	Data Siswa Kelas VIII	Jumlah Siswa
1	Kelas VIII A	31
2	Kelas VIII B	32
3	Kelas VIII C	31
4	Kelas VIII D	31
5	Kelas VIII E	31
<b>Jumlah Siswa</b>		<b>156</b>

Adapun analisis dalam pengumpulan data dilakukan melalui penggunaan angket dan wawancara sebagai instrumen untuk mendapatkan informasi yang diperlukan oleh peneliti. Angket merupakan instrumen yang terdiri dari kumpulan pertanyaan atau pernyataan yang disusun secara teratur. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan data atau informasi dari responden terkait dengan suatu topik atau masalah tertentu. Sedangkan Wawancara merupakan metode yang digunakan peneliti untuk memperoleh data atau informasi. Wawancara dalam penelitian ini digunakan untuk menggali, memperkuat dan melengkapi data atau informasi yang diperoleh dengan mode angket (Anggreini & Mariyanti, 2014).

Dalam menjawab dan menguji hipotesis, selanjutnya data dianalisa dengan uji statistik product momen menggunakan SPSS versi 22.0 for Windows dan perhitungan secara manual. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel (Hafifah & Anggraeni, 2022). Adapun angket kuesioner yang di sajikan oleh peneliti berupa angket kuesioner variabel X berupa Kontrol diri dan angket kuesioner variabel Y berupa kematangan emosi siswa. Berikut adalah tabel panduan olah data untuk mengetahui skor interval dari ke dua variabel

**Tabel 2. Interval Angket Kontrol Diri**

Kriteria	Skor Interval
----------	---------------

Rendah	24 s/d 55
Sedang	56 s/d 87
Tinggi	88 s/d 120

**Tabel 3. Interval Angket Kematangan Emosi**

Kriteria	Skor Interval
Rendah	25 s/d 58
Sedang	59 s/d 92
Tinggi	93 s/d 125

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Peneliti menguji dan menjawab hipotesis, menggunakan Uji Statistik Product Moment dengan SPSS versi 22.0 for Windows dan perhitungan manual. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh dari data 108 subjek yang merupakan siswa SMPN 3 Tanggul pada tahun ajaran 2023-

	Self Control	Kematangan Emosi
Self Control	Pearson Correlation 1	,303**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	108
Kematangan Emosi	Pearson Correlation ,303**	1
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	108

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2024. Adapun hasil analisa sebagai berikut:

**Tabel 4. Hasil Analisis Data Korelasi Product Moment**

Berdasarkan tabel diatas, terlihat koefisien korelasi Pearson menunjukkan angka  $r=0,303$  dan  $p=0,001$  pada sig. (2-tailed). Dari hasil tersebut angka  $0,303$  pada koefisien korelasi ( $r$ ) bernilai positif sehingga korelasi kedua variabel bersifat searah. Maksudnya yaitu apabila kontrol diri Siswa tinggi maka kematangan emosi siswa juga tinggi. Begitu pula sebaliknya apabila kontrol diri siswa rendah maka kematangan emosi siswa juga rendah. Sedangkan angka  $0,001$  pada probability /

p-value ( $p$ ) berarti signifikan karena  $p$  lebih kecil dari  $0.05$  ( $p < 0.05$ ). hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara self control dengan kematangan emosi siswa SMPN 3 Tanggul. Hasil perhitungan analisis data baik menggunakan SPSS versi 22.0 for windows maupun dihitung di peroleh koefisien korelasi yang yaitu  $0,303$ . Sedangkan dalam melihat interpretasi angka korelasi product moment dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5. Interpretasi Angka Korelasi Product Moment**

No	Nilai r	Interprestasi
1	0,00	Tidak ada hubungan
2	0,01 - 0,09	Hubungan yang kurang berarti
3	0,10 - 0,29	Hubungan moderat
4	0,30 - 0,49	Hubungan kuat
5	0,50 - 0,69	Hubungan sangat kuat
6	0,70 - 0,89	Hubungan mendekati sempurna

Perhitungan di atas menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar  $0,303$ . Nilai  $r$  besaran ini berkisar antara  $0,30$  hingga  $0,49$  yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara pengendalian diri dengan kematangan emosi.

Berdasarkan perhitungan di atas diperoleh nilai thitung sebesar  $3,272505$ . Sedangkan rtabel dengan derajat kebebasan ( $df = 108 - 2 = 106$ ) dengan tingkat signifikansi  $0,05$  mempunyai nilai ttabel sebesar  $1,65936$ . Jadi  $3,272505 > 1,65936$  yang berarti thitung lebih besar dari ttabel. Oleh karena itu, dapat kita simpulkan bahwa pernyataan  $H_0$  bahwa “tidak ada hubungan antara pengendalian diri dengan perkembangan emosi siswa kelas VIII SMPN 3 Tanggul” ditolak. Sedangkan  $H_a$

yaitu “Adanya hubungan antara kontrol diri dengan kematangan emosi siswa kelas VIII di SMPN 3 tanggul” diterima, serta koefisiensi korelasi pada taraf 0.05 yaitu signifikan.

Selanjutnya untuk melihat keterkaitan antara dua variabel yaitu Kontrol diri dengan Kematangan Emosi siswa maka dilakukan olah data. Hasil korelasi product moment dapat di lihat pada tabel 5.

**Tabel 6.** Hasil Olah Data

No	r	rtabel		Keterangan	Tingkat korelasi
		Taraf signifikan	α		
1	0,303	0,1674	Diterima	Kuat / Cukup	

Berdasarkan hasil tabel di atas terlihat siswa kelas VIII SMPN 3 Tanggul berada pada fase kuat untuk tahun ajaran 2023-2024. Hasil analisis korelasi antara pengendalian diri dengan perkembangan emosi menunjukkan korelasi positif sebesar 0,303 dengan tingkat signifikansi 0,05. Yang terpenting nilai r (koefisien korelasi) menurut John Creswell (2015) mempunyai kestabilan yang konstan, yaitu antara 0,30 hingga 0,49

### Pembahasan

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hariadi Ahmad., 2021) bertujuan untuk melihat hubungan antara kestabilan emosi dengan pengendalian diri siswa SMA dan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang “signifikan” antara kestabilan emosi dengan pengendalian diri remaja siswa sekolah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Bestari Laia dan Bonifasi Daeli., 2022) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perkembangan emosi dan penyesuaian diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Apteek kecamatan Lahomi kabupaten Nias Barat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara

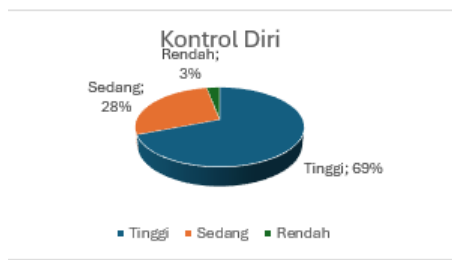
perkembangan emosi dengan penyesuaian diri siswa melalui pengembangan individu yang mengontrol siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Farmasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat (Laia & Daeli, 2022). Maka berdasarkan penjelasan penelitian terdahulu diatas peneliti ingin mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kematangan emosi siswa kelas VIII di SMPN 3 tanggul tahun pelajaran 2023-2024.

kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola perasaan keinginan yang bersifat sementara ketika keinginan tersebut tidak sesuai dengan norma yang ada (2004). Messina & Messina (dalam Gunarso, 2004) berpendapat bahwa pengendalian diri adalah tindakan atau perilaku yang berfokus pada keberhasilan perubahan pribadi, keberhasilan mencegah kehancuran diri, perasaan mampu, kemandirian atau kurangnya pengaruh. Serangkaian tindakan yang berfokus pada kepribadian seseorang, rasa kebebasan dalam menetapkan tujuan, keterampilan yang berguna dalam memisahkan emosi dari pemikiran rasional dan tanggung jawab pribadi.

Dalam penelitian ini terdapat tiga aspek yang menjadi fokus penelitian kontrol diri antara lain mengontrol kognitif, yang mana hal tersebut merupakan salah satu aspek kontrol diri yang perlu dikembangkan oleh individu dalam menafsirkan dan menilai sebuah peristiwa (Febbiyani & Adelya, 2017). Kemampuan mengatur stimulus yang merupakan suatu kemampuan yang digunakan dalam rangka menfilter stimulusstimulus yang ada. Menurut pengertian di atas, pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengatur sikap dan

pola perilaku individu, dimana ia memilih perilaku berdasarkan perilaku yang diyakininya, dan ini mencakup seluruh proses pembentukan ego sebagai bentuk persiapan fisik, psikologis dan perilaku dengan penekanan pada tanggung jawab pribadi (Toy & Malelak, 2023).

Berdasarkan hasil angket yang telah diberikan, kontrol diri mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat pada gambar diagram lingkaran berikut:



**Gambar 1.** Diagram Kontrol Diri

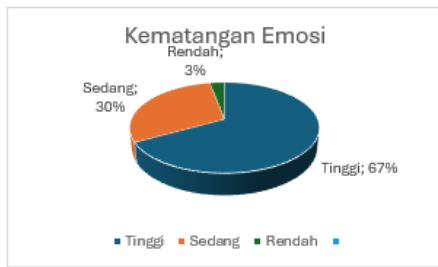
Dari diagram tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata siswa SMPN 3 Tanggul di kelas VIII pada tahun ajaran 2023-2024 memiliki kontrol diri dengan kategori tinggi. Faktor yang mempengaruhi hal tersebut yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti usia dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengontrol diri. Dalam kasus siswa kelas VIII di SMPN 3 Tanggul, karena mereka berada pada rentang usia yang masih dalam tahap perkembangan, kemungkinan besar usia akan memainkan peran penting dalam kemampuan mereka untuk mengontrol diri. Namun, selain usia, ada faktor internal lainnya seperti kecerdasan emosional, pengalaman hidup, dan faktor genetik yang juga dapat berpengaruh. Dalam memperkuat data angket maka peneliti melakukan wawancara kepada siswa kelas VIII di SMPN 3 Tanggul, yang mana hasil dari wawancara tersebut dari 5 indikator kontrol diri, indikator kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengontrol stimulus menjadi indikator yang lebih dominan mempengaruhi kontrol diri.

Adapun indikator kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian kurang berpengaruh. Faktor atau hal yang menyebabkan self control tinggi dan rendah adalah keadaan individu serta strategi dalam mengelola kontrol diri.

Sedangkan Kematangan Emosi merupakan keadaan mencapai tingkat perkembangan emosional yang matang, di mana individu tidak lagi menunjukkan pola emosi seperti anak kecil (Yusri, 2020). Individu yang telah mencapai kedewasaan emosional mampu menghadapi permasalahan dengan stabilitas, sehingga mereka dapat mengambil keputusan atau berperilaku berdasarkan musyawarah. Adapun kematangan emosi merujuk pada kapasitas individu untuk menunjukkan toleransi, kenyamanan, kemandirian, penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain, serta kemampuan untuk mengungkapkan emosi secara alami, dengan cara yang konstruktif dan kreatif.

Individu yang memiliki kematangan emosi dapat mengelola emosinya dengan baik, yang pada gilirannya memungkinkan mereka untuk berpikir secara kritis dan objektif. Orang yang lebih matang emosinya akan memiliki pengendalian emosi yang baik, bereaksi terhadap rangsangan dengan pemikiran yang baik, dan tidak akan mengalami kesulitan dalam pemahaman penuh (N. M. S. N. Utami & Widiasavitri, 2013). Berdasarkan penjelasan dari beberapa pemikiran di atas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan dan mengelola emosinya terhadap orang lain dan lingkungannya serta mampu mengevaluasi situasi secara kritis sebelum mengungkapkan perasaannya.

Berdasarkan hasil angket yang telah diberikan, kematangan emosi mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat pada diagram dibawah ini:



**Gambar 2.** Diagram Kemampuan Emosi

Dari diagram tersebut, ditemukan bahwa rata-rata siswa SMPN 3 Tanggul di kelas VIII pada tahun ajaran 2023-2024 memiliki kemampuan emosi dengan kategori tinggi. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan emosi antara lain adalah, perubahan jasmani, pola asuh orang tua, dan interaksi dengan pihak sekolah. Adapun yang terjadi di lapangan, berupa perubahan jasmani yang dialami siswa SMPN 3 Tanggul seperti perubahan fisik dan hormonal selama masa pertumbuhan, yang mana hal tersebut dikuatkan oleh teori psikodinamik Freud bahwasannya perubahan fisik yang dialami oleh remaja dapat mempengaruhi dinamika antara ketiga struktur kepribadian (id, ego, superego) serta mempengaruhi cara siswa tersebut dalam mengatasi konflik emosionalnya (Aryati & Utami, 2022). Sedangkan pola asuh orang tua dalam hal ini tidak digali secara mendalam, dikarenakan keterbatasan waktu. Selain itu, interaksi dengan para guru juga merupakan faktor penting dalam memengaruhi kemampuan emosi, karena guru dianggap sebagai tokoh otoritas dan intelektual dalam kehidupan siswa.

Dalam memperkuat data angket maka dilakukan wawancara dengan siswa kelas VIII di SMPN 3 Tanggul, yang mana dari hasil wawancara tersebut menghasilkan bahwa dari keempat indikator kemampuan emosi. Indikator memiliki rasa tanggung

jawab dan komunikasi yang efektif yang lebih dominan dalam mempengaruhi kemampuan emosi siswa. Sedangkan 2 indikator yang lainnya kurang berpengaruh seperti sikap kurang belajar dan kemampuan menjalin hubungan sosial

## SIMPULAN

Hasil dari analisis korelasi self control dan kemampuan emosi menunjukkan korelasi positif besar bernilai 0,303 dengan taraf signifikan sebesar 0,05. Yang memiliki arti besar interpretasi nilai  $r$  (koefisien korelasi) menurut John Creswell (2015) berada pada interpretasi yang kuat yakni antara 0,30 s/d 0,49. Dengan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa  $H_0$  yang berbunyi “Tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kemampuan emosi siswa kelas VIII di SMPN 3 Tanggul” ditolak. Sedangkan  $H_a$  yaitu “Adanya hubungan antara kontrol diri dengan kemampuan emosi siswa kelas VIII di SMPN 3 Tanggul” diterima, serta koefisiensi korelasi pada taraf 0.05 yaitu signifikan

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggreini, R., & Mariyanti, S. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Perilaku Konsumtif Mahasiswa Universitas Esa Unggul. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa Universitas Esa Unggul Jurnal Psikologi, 12, 34–42. [https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-22839-11\\_2150.pdf](https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-22839-11_2150.pdf)
- Aryati, S. indah, & Utami, N. I. (2022). Hubungan antara konsep diri dengan kemampuan emosi pada dewasa awal. Jurnal Spirits, 12(1), 9–14. <https://doi.org/10.30738/spirits.v12i1.12713>



- Erlandia, E., Rahmi, A., Yarni, L., & Putra, D. P. (2024). Pengaruh Lingkungan Keluarga Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Kelas VII SMP N 01 Rao Selatan Universitas Islam Negeri Sjech M . Djamil Djambek Bukittinggi. *Jurnal Nakula: Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa Dan Ilmu Sosial*, 2(2), 68–80.
- Febbiyani, F., & Adelya, B. (2017). Kematangan emosi remaja dalam pengentasan masalah. *Penelitian Guru Indonesia*, 02(02), 30–31.
- Hafifah, N., & Anggraeni, F. (2022). Kematangan Emosi, Religiusitas Dan Perilaku Agresif. *Jurnal At-Taujih*, 2(1), 19. <https://doi.org/10.30739/jbkid.v2i1.1476>
- Hukum, J. I. (2024). AGRESI SIBER PADA MAHASISWA. 2, 275–284.
- Karakter, J. P., Demonstran, M., Maturity, E., & Demonstrators, S. (2022). Self-Control , Kematangan Emosi , dan Agresivitas. 2(1), 87–94. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i1.1439>
- Kumalasari, D. T., & Munawaroh, E. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Kematangan Emosi Di Sma Negeri 5 Semarang. *Jurnal Al-Taujih : Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 8(2), 117–127. <https://doi.org/10.15548/atj.v8i2.3382>
- Laia, B., & Daeli, B. (2022). Hubungan Kematangan Emosional dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Faomasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat. 2(2).
- Mahfud, S. M., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Hubungan antara kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku agres i di media sosial pada siswa smk “ x ” sidoarjo. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 1–8. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/31996>
- nugroho. (2022). Hubungan Perilaku Bullying Terhadap Konsep Diri Remaja di Kelurahan Pilangbango Kota Madiun. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 8(1), 1–7. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Pramesthi, K. G., Psikologi, P. S., Psikologi, F., & Surakarta, U. M. (2022). Hubungan kematangan emosi dan kontrol diri dengan agresivitas remaja akhir anggota persaudaraan setia hati terate.
- Putri, D. (2020). Kematangan Emosional Terhadap Siswa Disiplin Di Sekolah. *Psikologi Konseling*, 17(2), 733. <https://doi.org/10.24114/konseling.v17i2.22076>
- Toy, R. O., & Malelak, E. O. (2023). Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Permainan untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 8(2), 37–42. <https://doi.org/10.21067/jki.v8i2.7483>
- Ulayya, S., & Mujasih, E. (2020). Hubungan Antara Self Control Dengan Perilaku Konsumtif Pengguna E-Money Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 9(4), 271–279. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.28950>
- Utami, N. M. S. N., & Widiasavitri, P. N. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Penerimaan Diri Individu yang Mengalami Asma. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 12–21. <https://doi.org/10.24843/jpu.2013.v01.i01.p02>

Utami, R. V., Meilinda, E., & Haryati, A. (2024). Peran Self Estem dalam Mencegah Emosional Distres pada Siswa SMA 7 Kepahiang. *Mandira Cendikia*, 2(7), 70–79.

Yusri, A. Z. dan D. (2020). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Siswa Kelas Vii Smpn 3 Bandung Tulungagung. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(2), 809–820.

