

PRESTASI BELAJAR SISWA SMA DITINJAU DARI TINGKAT KEMATANGAN EMOSINYA

Husriono, Martina Winarni, dan Bimono
Universitas Proklamasi 45
Yogyakarta

The objective of this study was to examine the relationship between the emotional stability and school performance among high school students. There were 70 students participated on this research. Student's emotional stability was demonstrated from 9 factors such as the ability to be independent, empathy, sexual maturity, able to control emotion, not impulsive on decision making, able to understand the self, able to face the bad situation smartly. It was expected that the more established one in controlling emotion, the higher his or her school performance. This hypothesis was significant with $r = 0.365$ with $p = .002$. The determinant coefficient of this research was 13.3%, which was more likely robust.

Key words: School performance, emotional controlling, adolescence.

Ketika kondisi emosi seseorang berada pada taraf belum matang (mudah meledak-ledak), maka ia cenderung sulit memusatkan perhatiannya dalam proses belajar (Walgito, 1976). Dampaknya adalah tidak optimalnya prestasi belajar yang dicapainya. Hal ini didukung oleh Gunarso (1995) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi belajar remaja adalah faktor psikologis termasuk di dalamnya adalah emosi. Selain prestasi belajar, hal lain yang terganggu karena kondisi emosi yang belum matang ini adalah kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan (Havighurst dalam Endriyani, 2000).

Begitu besarnya pengaruh emosi dalam kehidupan remaja, maka bisa dikatakan bahwa faktor emosi lebih kuat perannya daripada pikiran dalam menentukan prestasi belajar (Sujanto, 1980). Artinya remaja lebih dikuasai oleh emosi daripada pikirannya dalam menentukan semua perilakunya. Individu yang memiliki tingkat kematangan emosi tinggi umumnya mempunyai pribadi yang tenang, dapat berkonsentrasi pada sesuatu dengan baik dan percaya diri (Gunarso, 1995). Menurut Kinney (dalam Endriyani, 2000) remaja yang matang emosinya adalah yang mampu mengontrol emosi, sehingga ia mampu mengendalikan dirinya, mampu menyesuaikan diri, serta tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan. Dalam hal belajar, remaja yang matang emosinya itu akan

mudah untuk berkonsentrasi, sehingga prestasi belajarnya menjadi lebih optimal. Sebaliknya remaja yang situasinya emosional tidak masak, akan tampak sebagai orang yang selalu ragu-ragu, susah memusatkan perhatiannya, atau kurang mampu berkonsentrasi. Akibatnya prestasi belajar remaja itu tidak optimal.

Penelitian ini ingin membuktikan secara empiris tentang hubungan antara kematangan emosi remaja dengan prestasi belajarnya. Harapannya adalah remaja yang bisa mengendalikan emosinya berarti mudah berkonsentrasi sehingga prestasi belajarnya menjadi optimal. Sebaliknya remaja yang sukar mengendalikan emosinya akan sukar berkonsentrasi sehingga prestasi belajarnya kurang memuaskan. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan pada para orangtua, guru, dan remaja itu sendiri dalam hal penataan emosi dan prestasi belajar.

Prestasi Belajar

Prestasi belajar adalah perubahan sebagai hasil kegiatan belajar (Winkel, 1996) atau hasil dari suatu aktivitas belajar dan keberhasilannya diketahui melalui pengukuran dan penilaian terhadap hasil belajar itu yang diwujudkan dengan angka (Chaplin, 1995; Masrun & Martaniah, 1976). Menurut Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1988), prestasi belajar adalah hasil penilaian mata pelajaran di sekolah yang diperoleh dari kegiatan belajar mengajar yang bersifat kognitif dan umumnya ditentukan melalui pengukuran dan penilaian yang berupa angka mulai dari 1 sampai dengan 10, atau huruf dari A sampai dengan huruf E. Dalam penelitian ini, prestasi belajar merupakan hasil yang dicapai oleh seseorang dalam usaha belajarnya di sekolah dalam kurun waktu tertentu. Prestasi ini ditentukan melalui pengukuran dan penilaian dan dinyatakan dengan angka nol sampai dengan angka sepuluh.

Kematangan Emosi

Emosi merupakan suatu pengalaman batin, yang memberi arti pada pengalaman seseorang. Seseorang dikatakan matang secara emosi apabila ia mampu bertindak sesuai dengan usianya dan menggunakan pikirannya sebelum bereaksi dan bertindak. Hurlock (1992) menjelaskan bahwa orang yang matang emosinya tidak akan memperlihatkan luapan emosinya di hadapan orang lain. Ia mampu menunggu atau memilih waktu dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya. Artinya orang yang telah matang emosinya akan mampu menilai situasi secara kritis sebelum bereaksi secara emosional ketika ia mengalami kekesalan, kemarahan, atau kegembiraan yang meluap-luap.

Ada sembilan ciri orang yang matang emosinya (Kinney dalam Endriyani, 2000) yaitu mampu berdiri sendiri (tidak tergantung pada orang lain), mampu berempati, matang secara seksual, tidak mementingkan diri sendiri, mampu mengontrol emosinya,

mempunyai pertimbangan yang kuat sebelum membuat keputusan, gigih dalam menghadapi persoalan, mempunyai pemahaman diri yang kuat, dan mampu berpikir secara kritis.

Hurlock (1978) menjelaskan bahwa individu yang kebutuhannya tidak terpenuhi, sering mengalami gangguan emosi. Akibatnya ia mengalami kemunduran dalam pengendalian emosi, sulit untuk berkonsentrasi, dan sulit membuat suatu pertimbangan dalam belajar. Hal ini senada dengan pendapat El-Quussy (dalam Wahyudi, 1999) bahwa emosi dapat mempengaruhi proses mental. Contohnya, anak yang belajar karena takut hukuman hasilnya tidak akan maksimal dan justru lebih rendah daripada anak yang bebas dari rasa takut terhadap hukuman. Hal ini juga terjadi ketika remaja terlalu dikuasai oleh emosinya, sehingga ia mengalami kecemasan. Kecemasan ini mempunyai hubungan negatif dengan prestasi belajar (Kumara, 1990). Artinya semakin remaja cemas terhadap hasil belajarnya, maka prestasi belajarnya semakin turun.

Kematangan emosi tidak bersifat bawaan melainkan diperoleh individu dalam hidupnya dengan cara belajar dan memperoleh pengalaman. Menurut Haditono (dalam Handayani, 2002) kaum remaja cenderung mempunyai emosi yang kurang matang, karena sebagian besar masa kehidupannya dikuasai oleh emosinya. Pendapat ini didukung oleh Meichati (1993) bahwa pengalaman turut mengembangkan kematangan emosi seseorang baik bersifat memupuk maupun bersifat menghambat.

Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan prestasi belajar. Semakin tinggi kematangan emosi remaja, maka semakin tinggi prestasi belajarnya.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri I Depok Sleman Yogyakarta yang melibatkan 70 murid remaja kelas 11. Subjek diambil dengan menggunakan teknik *incidental sampling*, yaitu murid-murid yang ditemui peneliti dan yang bersedia saja yang menjadi subjek penelitian. Subjek yang terkumpul yaitu 70 murid.

Data tentang kematangan emosi murid dikumpulkan dengan Skala Kematangan Emosi. Skala ini terdiri dari 78 pernyataan yang terbagi lagi menjadi 41 butir pernyataan yang bersifat *favourable*, dan 37 butir pernyataan bersifat *unfavourable*. Kemudian data prestasi belajar murid diperoleh dengan cara mendokumentasi nilai-nilai ulangan harian subjek pada saat yang berdekatan dengan waktu penelitian ini diadakan.

Pengujian normalitas dan linieritas menggunakan tehnik *one-sample Kolmogorov-Smirnov*. Hasilnya adalah $K-SZ=0,659$ dengan $p=0,778$ ($p>0,05$) untuk variabel kematangan emosi. Kemudian $K-SZ=1,142$ dan $p=0,147$ ($p>0,05$) untuk variabel prestasi belajar. Ini menunjukkan bahwa sebaran data kedua variabel itu tidak berbeda dengan

kurve normal. Selanjutnya pengujian $F = 1,240$ dengan $p = 0,067$ ($p > 0,05$), berarti variabel kematangan emosi dan prestasi belajar hubungannya linier. Teknik analisis data menggunakan teknik korelasi momen tangkar dari Karl Pearson dengan menggunakan seri program SPSS for Windows versi 12.0.

HASIL PENELITIAN

Korelasi antara variabel kematangan emosi dan prestasi belajar adalah $r = 0,365$ dan $p < 0,01$. Hal ini berarti hubungan kedua variabel tersebut positif dan sangat signifikan atau hipotesis penelitian diterima. Artinya semakin tinggi tingkat kematangan emosi subjek, maka semakin tinggi prestasi belajarnya.

Koefisien determinan kematangan emosi terhadap prestasi belajar sebesar 13,3%. Artinya variabel kematangan emosi hanya bisa menerangkan 13,3% terjadinya variabel prestasi belajar. Sisanya yaitu 86,7% terjadinya prestasi belajar diterangkan oleh variabel lain di luar variabel penelitian. Untuk mengetahui kekuatan koefisien determinan, maka nilai rerata empirik dan hipotetik masing-masing variabel harus diperbandingkan. Untuk variabel kematangan emosi, nilai rerata empiriknya 337,543 lebih tinggi daripada rerata hipotetiknya 195. Kemudian untuk variabel prestasi belajar, nilai rerata empiriknya 1.468,5 lebih tinggi daripada rerata hipotetik 1.150. Artinya, lebih tingginya rerata empirik daripada rerata hipotetik pada semua variabel penelitian, maka hal itu menunjukkan bahwa koefisien determinannya cukup kuat.

DISKUSI

Sumbangan kematangan emosi terhadap prestasi belajar ternyata lebih dari 10%, berarti cukup kuat. Kematangan emosi yang tinggi pada subjek penelitian menunjukkan bahwa mereka mampu mengendalikan dan menunda proses penumpahan emosi sampai menemukan saat yang tepat. Ini menunjukkan bahwa subjek sudah mampu menyesuaikan diri dengan baik dan mampu membuat prioritas dalam melakukan kegiatannya, dari yang paling penting sampai yang tidak penting. Kemampuan subjek yang tinggi dalam pengendalian diri dan di sisi lain perkembangan emosinya berada pada tahap belum stabil karena masih berusia remaja (Hurlock, 1978), maka hal itu menunjukkan bahwa subjek tergolong kurang asertif. Hal ini lazim pada masyarakat kolektif seperti Yogyakarta, yang tidak mendorong terjadinya perilaku asertif atau perilaku yang terus terang.

Individu dari masyarakat kolektif cenderung belajar tentang cara-cara pengendalian emosi, agar ia tidak menonjol dibanding individu lainnya. Bila ada orang yang menonjol dan berani melampiaskan emosi tanpa memperhitungkan tempat dan waktu, maka ia akan diberi label sebagai orang yang tidak bisa mengendalikan emosinya. Padahal pengendalian emosi erat hubungannya dengan budaya. Budaya individualis cenderung

mendorong orang-orang untuk asertif dan berani melampiaskan emosinya, sedangkan budaya kolektif justru menghambat atau menunda upaya-upaya pelampiasan emosi. Oleh karena itu, penelitian lintas budaya tentang pengendalian emosi sangat dibutuhkan.

Koefisien determinan variabel pengendalian emosi terhadap prestasi belajar adalah 13,3%, dan sekitar 86,7% variabel prestasi belajar diterangkan oleh variabel di luar penelitian ini. Artinya, remaja bisa berprestasi dengan optimal tidak hanya ditentukan oleh cara-caranya dalam pengendalian emosi tetapi juga variabel lainnya. Variabel lain itu meliputi variabel yang ada dalam diri subjek seperti rendahnya motivasi belajar, dan variabel yang ada di luar subjek seperti pengaruh teman sebaya, guru yang kurang memahami muridnya, lingkungan belajar yang tidak kondusif, orangtua yang kurang peduli dengan prestasi anak, dan kurang mempunyai keadaan ekonomi orangtua sehingga anak tidak mendapatkan fasilitas kursus mata pelajaran. Oleh karena itu sangat disarankan, penelitian selanjutnya mempertimbangkan variabel-variabel lainnya yang mungkin mempengaruhi prestasi belajar.

Kinney (dalam Endriyani, 2000) mengatakan bahwa ciri kematangan emosi antara lain adalah mampu mengendalikan diri, ulet dan memiliki kemampuan kritis mental. Artinya anak yang matang emosinya akan mampu mengendalikan dirinya, ulet tak kenal menyerah dan kritis dalam belajar, sehingga dapat memecahkan soal-soal yang ada. Kematangan emosi itu tidak diperoleh begitu saja, tetapi diperoleh dengan cara melalui serangkaian pengalaman yang mungkin saja sangat menyakitkan. Tetapi justru dengan adanya pengalaman negatif ini anak belajar tentang cara-cara pengendalian emosi yang efektif. Sebaliknya ketidakmatangan emosi dapat menimbulkan konflik dalam diri anak sehingga membuatnya tidak percaya diri dan susah mengendalikan diri, serta cemas yang memungkinkan anak mengalami kesulitan berkonsentrasi dalam belajar yang berakibat tidak mampu memecahkan masalah/soal yang dipelajari.

DAFTAR PUSTAKA

- Chaplin, C.P. (1995). *Kamus lengkap psikologi* (Terjemahan Kartini Kartono). Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1988). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa.
- Endriyani, F. (2000). *Hubungan tingkat kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku delinkuen di kalangan remaja*. Skripsi, tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Wangsa Manggala Yogyakarta.
- Gunarsa, S. & Gunarsa, Y. D. (1995). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: PT. BPK. Gunung Mulia.
- Handayani, Y. (2002). *Hubungan kematangan emosi dengan kecenderungan mengkonsumsi napza di kalangan remaja*. Skripsi tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Wangsa

Manggala Yogyakarta.

Hurlock, E.B. (1978). *Child development*. Tokyo: McGraw-Hill Kogakuska Ltd.

Hurlock, E.B. (1992). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Kumara, A. (1990). *Hubungan antara motivasi berprestasi dan kecemasan dengan prestasi belajar pada mahasiswa fakultas psikologi UGM*. Laporan penelitian pada Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Masrun & Martaniah, S.M. (1976). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Meichati, S. (1993). *Kesehatan mental*. Yogyakarta.: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Sujanto, A. (1980). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Aksara Baru

Wahyudi, H.A. (1999). *Perbedaan kestabilan emosi antara mahasiswa yang mengikuti dan yang tidak mengikuti teater*. Skripsi, tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Walgito, B. (1976). *Kesukaran-kesukaran dalam belajar*. Laporan Seminar Bimbingan dan Penyuluhan Mahasiswa UGM, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Winkel, Y.G. (1976). Faktor-faktor psikologi yang berkaitan dengan perbedaan antara prestasi belajar dan kemampuan diri para pelajar SMP di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi* 1.