

**PENGARUH KEMAMPUAN MENGELOLA EMOSI TERHADAP
KEMATANGAN SOSIAL PADA REMAJA TUNARUNGU DI SLB B
NEGERI PURBALINGGA TAHUN AJARAN 2011/2012**

***INFLUENCE OF ABILITY TO MANAGE EMOTIONS OF SOCIAL
MATURITY OF TEEN DEAF IN SLB B PURBALINGGA STATE
ACADEMIC YEAR 2011/2012***

Oleh :
Puput Unik Setyani*)
Dyah Siti Septiningsih)**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial pada remaja tunarungu di SLB B Negeri Purbalingga. Subjek penelitian adalah peserta didik di SLB B Negeri Purbalingga yang berjumlah 35. Instrumen pengumpulan data menggunakan 2 skala yaitu skala kemampuan mengelola emosi dan skala kematangan sosial. Hasil uji validitas menunjukkan koefisien validitas skala kemampuan mengelola emosi bergerak dari 0,361 sampai 0,648, sedangkan skala kematangan sosial bergerak dari 0,353 sampai 0,517. Hasil uji reliabilitas skala kemampuan mengelola emosi diperoleh $\alpha = 0,938$ dan skala kematangan sosial sebesar $\alpha = 0,906$. Analisis data menggunakan analisis regresi didapat nilai $F = 41,430$ pada taraf signifikansi 5% yang berarti ada pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial, dan menunjukkan $r_{xy} = 0,746$ dan $P = 0,00$ ($0,00 < 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima yaitu ada pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial dan ada hubungan yang positif antara kemampuan mengelola emosi dengan kematangan sosial. Semakin tinggi kemampuan mengelola emosi maka semakin tinggi kematangan sosial. sumbangan efektif kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial sebesar 55,7%.

Kata Kunci : *kemampuan mengelola emosi, kematangan sosial dan remaja tunarungu*

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of the ability to manage emotions to social maturity in adolescent Deaf in SLB B Negeri Purbalingga. The subjects were students at SLB State Purbalingga which amounts B 35. Data collection instrument using the 2 scale is a scale's ability to manage the emotional and social maturity scale. Validity test results show the validity coefficient scale capability to manage emotions move from 0,361 sampai 0,648, while social maturity scale moves from 0,353 to 0,517. reliability scale the ability to manage

*) Alumni Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**) Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto

emotions acquired $\alpha = 0,938$ and social maturity scale amounted $\alpha = 0,906$. The data analysis using regression analysis obtained value of $F = 41,430$ at the significance level of 5%, which means no influence to ability to manage emotions social maturity, and showed $r_{xy} = 0,746$ and $P = 0,00$ ($0,00 < 0,05$). The results showed that the hypothesis is accepted that there was an effect to ability to manage the emotional and social maturity there is a positive relationship between the ability to manage emotions with social maturity. The higher the ability to manage emotions, the higher the social maturity. effective contribution to ability to manage emotions social maturity by 55,7%.

Keyword : *Ability to manage emotions, social maturity and adolescent deaf*

PENDAHULUAN

Salah satu periode dalam rentang kehidupan individu adalah masa remaja. Masa remaja merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang sehat. Masa remaja ditandai dengan berkembangnya sikap tergantung (*dependence*) terhadap orangtua ke arah kemandirian (*independence*), minat-minat seksual, perenungan diri, dan perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan isu-isu moral (Yusuf, 2007). Seorang remaja dikatakan berkembang secara normal apabila remaja dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang harus dijalankannya. Sebaliknya apabila remaja tidak mampu menyelesaikan tugas-tugas yang harus dijalankannya, maka dapat dikatakan bahwa remaja mengalami hambatan dalam perkembangannya. Secara umum, kesesuaian antara perkembangan remaja dengan apa yang harus dicapainya dilihat melalui kematangan sosialnya (Prihaningsih, 2006).

Kematangan sosial seseorang tampak pada perilakunya. Perilaku tersebut menunjukkan kemampuan individu dalam mengurus dirinya sendiri dan partisipasinya dalam aktivitas-aktivitas yang mengarah pada kemandirian sebagaimana layaknya orang dewasa. Kematangan sosial adalah hal yang berkaitan dengan kesiapan anak untuk terjun dalam kehidupan sosial dengan orang lain yang bisa diamati dalam bentuk keterampilan yang dikuasai dan dikembangkan, sehingga akan membantu kematangan sosial kelak (Doll dalam Firin, dkk, 1994).

Menurut Yusuf (2007) agar seorang remaja dapat matang dari segi sosial, maka seorang remaja perlu mencapai tugas-tugas perkembangan remaja. Remaja yang terlambat matang tidak mempunyai banyak waktu untuk menguasai tugas-tugas perkembangan masa remaja dibandingkan dengan remaja yang matang lebih awal atau anak yang matangnya normal. Banyak diantara remaja yang terlambat matang baru menyelesaikan perubahan masa puber pada saat masa remaja hampir berakhir (Hurlock, 1980).

Remaja tunarungu juga mengalami masa transisi seperti remaja normal lainnya. Gejala jiwa yang tidak menentu dalam mencari identitas dirinya membuat mereka mengalami krisis yang lebih kompleks dibanding dengan remaja normal lainnya (Hurlock, 1980). Remaja tunarungu yaitu remaja yang mengalami kekurangan atau kehilangan kemampuan mendengar sebagian atau seluruhnya,

diakibatkan tidak berfungsinya sebagian atau seluruh indera pendengaran (Delphie, 2006).

Remaja tunarungu akan mengalami kesulitan dalam menyampaikan pikiran, perasaan, gagasan, kebutuhan dan kehendaknya pada orang lain, sehingga kebutuhan remaja tunarungu tidak terpuaskan secara sempurna. Di samping tidak dimengerti oleh orang lain, remaja tunarungu pun sukar memahami orang lain, sehingga tidak jarang mereka merasa terkucil atau terisolasi dari lingkungan sosialnya (Mangunsong, 2009).

Masalah-masalah yang dialami oleh remaja tunarungu akan menjadi tekanan pada emosinya. Tekanan pada emosinya itu dapat menghambat perkembangan pribadinya dengan menampilkan sikap menutup diri, bertindak agresif, atau sebaliknya menampakkan kebimbangan dan keragu-raguan. Selain itu remaja tunarungu banyak dihindangi kecemasan karena menghadapi lingkungan yang beranekaragam komunikasinya, hal seperti ini akan membingungkan remaja tunarungu. Remaja tunarungu sering mengalami berbagai konflik, kebingungan, dan ketakutan karena remaja tunarungu sebenarnya hidup dalam lingkungan yang bermacam-macam (Somantri, 2007).

Berdasarkan studi pendahuluan dengan melakukan pengamatan langsung dan wawancara di SLB B Negeri Purbalingga diperoleh data bahwa terdapat remaja tunarungu yang terlambat datang ke sekolah dengan diantarkan orangtuanya hingga ke kelas, hal tersebut menunjukkan kurangnya kemandirian pada diri remaja tunarungu tersebut. Dari observasi juga diperoleh hasil bahwa remaja tunarungu mengenakan seragam sekolah dengan rapi, namun ada beberapa remaja tunarungu yang seragam sekolahnya tidak dimasukkan, sehingga terkesan tidak rapi. Pada saat kerja bakti di sekolah, terdapat remaja tunarungu yang ikut serta dalam kerja bakti, seperti menyapu, bersama-sama membawa ranting pohon yang sudah tumbang, dan memotong rumput di halaman sekolah. Namun ada remaja tunarungu yang hanya duduk dan memainkan handphone. Selain itu ada remaja tunarungu yang merasa kesal dan memukul-mukul meja, menangis karena diejek oleh temannya, serta takut karena terlambat masuk ke kelas usai jam istirahat.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis kepada kepala sekolah dan guru di SLB B Negeri Purbalingga diperoleh data bahwa permasalahan yang sering muncul terjadi pada remaja tunarungu yaitu anak tunarungu cenderung masih kurang mandiri apabila diperintah atau melakukan sesuatu, sehingga perlu bimbingan dari orang lain dalam pergaulan dengan teman-teman ada beberapa remaja tunarungu yang hanya berdiam diri dan tidak bergaul dengan teman-temannya. Remaja tunarungu terkadang tidak ingin masuk ke sekolah dengan alasan kesal dengan guru atau teman-temannya, namun ada juga anak tunarungu yang dapat bergaul dan berperilaku seperti anak normal lainnya, selain itu masih ada remaja tunarungu yang kurang dapat mengelola emosinya dengan baik, seperti berteriak-teriak, memukul, dan menangis.

Menurut Yusuf (2007), perkembangan emosi pada usia remaja menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif yang sangat kuat terhadap berbagai

peristiwa atau situasi sosial, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung/marah, atau mudah sedih/murung). Untuk menghadapi semua situasi yang menekan di sekeliling mereka dan meminimalisasi dampak negatifnya secara psikologis, mereka membutuhkan sebuah kemampuan untuk mengelola emosi secara efektif (Safaria, 2009).

Menurut Hurlock (dalam Indriana, 2008) emosi remaja memberikan dampak pada perubahan perilaku remaja agar dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sehingga remaja dapat diterima oleh lingkungan sosialnya. Anak yang mampu mengendalikan emosinya cenderung memiliki kematangan sosial yang tinggi pula.

Berdasarkan uraian tersebut maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial pada remaja tunarungu di SLB B Negeri Purbalingga.

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 35 remaja tunarungu di SLB B Negeri Purbalingga, dengan karakteristik remaja perempuan dan laki-laki yang terdiri dari 16 remaja perempuan dan 19 remaja laki-laki berusia 12-22 tahun dari kelas VI SDLB – XII SMALB.

Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berupa skala psikologis. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kemampuan mengelola emosi dan skala kematangan sosial.

Teknik Analisis Data

Analisis data menggunakan analisis regresi sederhana

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sebelum menguji kebenaran hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi sebagai syarat penggunaan analisis regresi. Uji normalitas sebaran data penelitian menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai P kemampuan mengelola emosi 0,2 dan nilai P kematangan sosial 0,111. Maka Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki sebaran data yang normal karena $P > 0,05$ yaitu $(0,2 > 0,05)$ dan $(0,111 > 0,05)$.

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara 2 variabel. Data dikatakan linear, apabila nilai signifikasinya lebih besar dari koefisien alpha ($\text{sig} > \alpha$). Berdasarkan uji linearitas yang dilakukan menggunakan tabel ANOVA diperoleh nilai P sebesar 0,152 hal ini menunjukkan ($\text{sig} > \alpha$) $(0,152 > 0,05)$ maka data tersebut linear.

Analisis regresi menunjukkan hubungan yang positif antara kemampuan mengelola emosi dengan kematangan sosial dengan nilai $r_{xy} = 0,746$ dan $P = 0,000$ ($P < 0,05$). Berdasarkan perhitungan didapatkan hasil $F = 41,430$ dan $P = 0,000$ maka hipotesis yang menyatakan ada pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial diterima.

Berdasarkan analisis data statistik diperoleh data distribusi frekuensi masing-masing skor dapat ditunjukkan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Gambaran Subjek Berdasarkan Kemampuan Mengelola Emosi

Rentang skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
$X > 186,14$	Sangat tinggi	0	0 %
$155,48 < = X < = 186, 14$	Tinggi	10	28,6 %
$124,81 < = X < 155,48$	Sedang	17	48,6 %
$94,15 < = X < 124,81$	Rendah	7	20,0 %
$X < 94,15$	Sangat rendah	1	2,9 %

Tabel 2. Gambaran Subjek Berdasarkan Kematangan Sosial

Rentang skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
$X > 186,14$	Sangat tinggi	1	2,9 %
$155,48 < = X < = 186, 14$	Tinggi	9	25,7 %
$124,81 < = X < 155,48$	Sedang	17	48,6 %
$94,15 < = X < 124,81$	Rendah	7	20,0 %
$X < 94,15$	Sangat rendah	1	2,9 %

Penelitian ini mengungkap tentang pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial pada remaja tunarungu di SLB B Negeri Purbalingga. Hasil analisis data menunjukkan hubungan yang positif antara kemampuan mengelola emosi dengan kematangan sosial dengan nilai $r_{xy} = 0,746$ dan $P = 0,000$ ($P < 0,05$). Berdasarkan perhitungan didapat hasil $F = 41,430$ dan $P = 0,000$ ($P < 0,05$), maka hipotesis yang menyatakan ada pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial diterima. Pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial ditunjukkan oleh persamaan regresi $Y = 50.412 + 0.617X$. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mengelola emosi maka kematangan sosial semakin tinggi, begitu pula sebaliknya semakin rendah kemampuan mengelola emosi maka kematangan sosial semakin rendah.

Koefisien determinasi sebesar 0,557 menunjukkan bahwa sumbangan efektif variabel kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial sebesar 55,7% sedangkan sisanya 44,3% disumbangkan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Gambaran kemampuan mengelola emosi remaja tunarunggu di SLB B Negeri Purbalingga berada pada kategori tinggi sebanyak 10 subjek (28,6%), 17 subjek (48,6%) memiliki kemampuan mengelola emosi sedang, 7 subjek (20,0%) memiliki kemampuan mengelola emosi rendah, 1 subjek (2,9%) memiliki kemampuan mengelola emosi sangat rendah. Adanya korelasi yang positif dan signifikansi antara kemampuan mengelola emosi dengan kematangan sosial pada remaja tunarunggu menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi memiliki peranan penting dalam mencapai kematangan sosial. Untuk dapat mencapai kematangan sosial, remaja dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang harus dijalaninya, salah satu tugas-tugas perkembangan yang perlu dicapai yaitu kemandirian emosional (Yusuf, 2007). Menurut Shapiro (1997) menegaskan bahwa individu yang memiliki kemampuan mengelola emosi akan lebih cakap menangani ketegangan emosi, karena kemampuan mengelola emosi akan mendukung individu menghadapi dan memecahkan konflik interpersonal dan kehidupan secara efektif (Safaria, 2009).

Menurut Yusuf (2007), perkembangan emosi pada usia remaja menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif yang sangat kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi sosial, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung/marah, atau mudah sedih/murung). Untuk menghadapi semua situasi yang menekan di sekeliling mereka dan meminimalisasi dampak negatifnya secara psikologis, mereka membutuhkan sebuah kemampuan untuk mengelola emosi secara efektif (Safaria, 2009).

Gambaran kematangan sosial pada remaja tunarunggu menunjukkan 2,9% (1 subjek) memiliki skor kematangan sosial sangat tinggi, 25,7% (9 subjek) memiliki skor kematangan sosial tinggi, 48,6% (17 subjek) memiliki skor kematangan sosial sedang, 20,0% (7 subjek) memiliki skor kematangan sosial rendah, 2,9% (1 subjek) memiliki skor kematangan sosial sangat rendah, hal tersebut menunjukkan bahwa remaja tunarunggu mampu mengurus dirinya sendiri dan partisipasinya dalam aktivitas-aktivitas yang mengarah pada kemandirian sosialnya, sesuai dengan aspek-aspek kematangan sosial yang dikemukakan oleh Doll (dalam Firin, dkk, 1994), yaitu *self help, self direction, locomotion, occupation, communication*. Kematangan sosial yang dimiliki akan mempermudah remaja untuk berorientasi dan bersosialisasi pada dunia luar yaitu lingkungan masyarakat. Selain itu juga akan mempermudah dalam melakukan hubungan sosial secara mandiri, maksudnya seseorang tidak akan berkembang menjadi individu yang tergantung pada lingkungan sosialnya (Prihaningsih, 2006).

Kemampuan mengelola emosi yang tinggi pada subjek diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, serta kemampuan dalam mengerjakan atau menguasai tugas-tugas perkembangannya dengan baik (Mappiare, 1993). Menurut Walton (Istanti, 1996) masalah-masalah yang menjadi sumber konflik dapat bersifat emosional, yaitu yang berkaitan dengan perasaan seperti kemarahan, ejekan, penolakan atau perasaan takut. Individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi tentunya dapat mengendalikan emosinya dengan efektif. Individu

mampu mengontrol emosi serta mampu menyeimbangkan rasa marah, rasa kecewa, frustrasi, putus asa, akibat diejek, ditolak, diabaikan atau menghadapi ancaman. Individu yang memiliki kecerdasan dalam mengelola emosinya akan lebih objektif dan realistis dalam menganalisis permasalahan secara objektif dan realistis ini akan mendorong individu mampu menyelesaikannya dengan baik. Sebaliknya, individu yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah, tidak terampil dalam mengelola emosi sehingga permasalahan yang sedang dihadapinya tidak mampu dipecahkan secara efektif (Safaria, 2009).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan mengelola emosi memiliki peranan yang penting dalam mencapai kematangan sosial. Kemampuan mengelola emosi yang tinggi akan mendukung individu menghadapi kehidupan secara efektif yang tercakup pada kematangan sosialnya. Menurut Hurlock (dalam Indriana, 2008) emosi remaja memberikan dampak pada perubahan perilaku remaja agar dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sehingga remaja dapat diterima oleh lingkungan sosialnya. Anak yang mampu mengendalikan emosinya cenderung memiliki kematangan sosial yang tinggi pula.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan yaitu ada pengaruh kemampuan mengelola emosi terhadap kematangan sosial pada remaja tunarungu di SLB B Negeri Purbalingga. Kemampuan mengelola emosi memiliki sumbangan efektif sebesar 55,7% terhadap kematangan sosial. Hal ini berarti menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi memberikan pengaruh sebesar 55,7% sedangkan pengaruh dari luar (faktor-faktor yang tidak diteliti) sebesar 44,3%. Hubungan yang positif antara kemampuan mengelola emosi dengan kematangan sosial. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan mengelola emosi, maka kematangan sosial tinggi, begitu pula sebaliknya apabila kemampuan mengelola emosi rendah, kematangan sosial rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Delphie, B. (2006). *Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Firin, M., Martanti, W., dan Purnamaningsih, E. H. (1994). *Kemasakan Sosial pada Anak-anak Berintelegenssi Tinggi dan Anak-anak Berintelegenssi Normal*. Jurnal Psikologi. No. 2 Agustus 1994
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Indriana, Y., & Windarti, T. (2008). *Mengembangkan Kematangan Sosial Pada Anak Melalui Outbond*. Jurnal Sekola Dasar. No. 2 November 2008

- Istanti, Y. P. (2009). Faktor-Faktor yang Berkontribusi terhadap interdialytic weight gains (IDWG) pada Pasien chronic kidney Disease (CKD) di Unit Hemodialisis RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Universitas Indonesia* , 2. <http://www.digilib.ui.ac.id/file?file=pdf/abstrak-125543.pdf> diunduh tanggal 14 Februari 2013.
- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Universitas Indonesia: Lembaga Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3)
- Mappiare, A. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usana Offset
- Prihaningsih. (2006). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Pres
- Safaria, T., dan Saputra E. N. (2009). *Manajemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara
- Shapiro. (1997). *Mengajarkan Emosional Intelligence Pada Anak*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Somantri, T. S. (2007). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Yusuf, S. (2007). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset