



## Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Perantau Universitas Negeri Padang

Vina Kurnia Azzahra

<sup>1-6</sup> Universitas Negeri Padang, Indonesia

Penulis korespondensi: [ykuzara09@gmail.com](mailto:ykuzara09@gmail.com)

**Abstract,** *This research aims to examine the relationship between emotional maturity and adjustment in migrant students at Universitas Negeri Padang. The subjects in this research were migrant students at Universitas Negeri Padang. The number of subjects taken in this research was 109 students. The method used in this research is nonprobability sampling, namely purposive sampling. The measuring instruments used in this research are the emotional maturity scale and the self-adjustment scale. The data obtained in this research were analyzed using the Pearson correlation technique. The results of this study show that there is no significant relationship between emotional maturity and self-adjustment, as shown by the value of  $r = 0.117$  with  $p = 0.227$  ( $p > 0.05$ ). This shows that there is no relationship between emotional maturity and self-adjustment in Padang State University Migrant Students.*

**Keywords:** *Emotional Maturity, Migrant Students, Self-Adjustment*

**Abstrak,** Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada Mahasiswa Perantau Universitas Negeri Padang. Subjek dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Perantau di Universitas Negeri Padang. Jumlah subjek yang diambil pada penelitian ini sebanyak 109 mahasiswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*, alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kematangan emosi dan skala penyesuaian diri. Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri, ditunjukkan dengan nilai  $r = 0,117$  dengan  $p=0,227$  ( $p>0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada Mahasiswa Perantau Universitas Negeri Padang.

**Kata kunci:** Kematangan Emosi, Mahasiswa Perantau, Penyesuaian Diri

### 1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah individu yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 (Sarwono, 1978). Sedangkan mahasiswa perantau merupakan mahasiswa yang meninggalkan tempat asalnya kemudian pergi ke suatu daerah dengan bertujuan untuk menuntut ilmu di suatu perguruan tinggi di luar daerah asalnya. Kehidupan mahasiswa merupakan kehidupan yang berada pada fase dewasa awal, yang mana menurut (Harlock, 1992) masa dewasa awal ini merupakan masa dimana individu mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. (Nasution, 1997) menjelaskan bahwa mahasiswa perantau mengalami perubahan dalam lingkungan fisik, biologis, budaya, psikologis, dan ekonomi. Ketika memasuki perkuliahan mahasiswa perantau akan menemukan berbagai macam hal baru. Mahasiswa akan menghadapi struktur akademik yang lebih besar, interaksi dengan kelompok sebaya dari daerah lain, serta meningkatkan perhatian atas prestasi akademik dan penilaian terhadap dirinya. Bagi mahasiswa perantau tentunya hal-hal tersebut menjadi

tuntutan untuk dapat menyesuaikan diri pada lingkungan yang berbeda dengan daerah asalnya.

Ditambah dengan berbagai faktor yang menjadi pendukungnya seperti, individu kurang dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi permasalahannya, tidak berhasil dalam menjalani berbagai keterampilan sekaligus, dan tidak mendapatkan bantuan dari orang lain ketika sedang berada dalam suatu masalah (Rahmah, 2021). Mahasiswa perantau yang berada di Universitas Negeri Padang itu sendiri berasal dari berbagai wilayah di Indonesia yang memiliki kebudayaan, bahasa, dan norma sosial yang beragam. Mahasiswa perantau harus berusaha membangun kembali lingkungan sosial mereka dari awal. Mereka berhadapan dengan tugas untuk menjalin hubungan baru, memperluas jejaring sosial, dan menyesuaikan diri dengan norma-norma sosial baru yang ada di lingkungan kampus. Lingkungan yang baru seringkali memiliki norma budaya yang berbeda. Mahasiswa perantau perlu belajar dan beradaptasi dengan nilai-nilai, tradisi, dan norma sosial yang mungkin berbeda dari lingkungan asal mereka. Ini bisa melibatkan penyesuaian terhadap pola komunikasi, perilaku sosial, dan aktivitas kehidupan sehari-hari. Mahasiswa perantau mungkin dihadapkan pada bahasa yang berbeda dari bahasa asal mereka. Belajar dan berinteraksi dalam bahasa yang tidak familiar bisa menjadi tantangan yang signifikan dalam proses akademik dan sosial mereka. Maka disini diperlukan penyesuaian diri oleh mahasiswa perantau Universitas Negeri Padang.

Penyesuaian diri merupakan proses yang kompleks bagi mahasiswa perantau. Mereka harus mampu untuk beradaptasi dengan perubahan lingkungan akademik, sosial, budaya, dan geografis, dan lain- lainnya. Terpisah dari keluarga dan lingkungan sosial yang dikenal, mereka secara tidak langsung dituntut untuk terus berjuang dalam membangun jejaring sosial baru, mengatasi kesulitan belajar, serta menyesuaikan diri dengan norma dan nilai- nilai baru yang ada di lingkungan Universitas Negeri Padang. Mahasiswa perantau mungkin saja mengalami kesepian dan kehilangan dukungan sosial yang biasa mereka dapatkan sebelumnya dari teman maupun keluarga. Schneiders (1964) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri yang baik meliputi tujuh aspek sebagai berikut:

1. Tidak terdapat emosionalitas yang berlebih Individu dapat merespon suatu situasi atau permasalahan dengan tenang dan kontrol yang memungkinkan seseorang untuk berpikir dan mencari jalan keluarnya. Dalam artian seseorang memiliki emosi, yang mana mengindikasikan abnormalitas tetapi mengendalikan kepada diri yang positif.
2. Tidak terdapat mekanisme psikologis mampu mengarahkan atau penyesuaian diri yang normal juga dikarakteristikkan dengan tidak adanya mekanisme psikologis. Melakukan pendekatan secara langsung terhadap permasalahan atau konflik dinilai sebagai respon

yang lebih normal dibandingkan dengan melakukan mekanisme pertahanan diri seperti rasionalisasi, proyeksi, ataupun kompensasi.

3. Tidak terdapat perasaan frustrasi personal, individu yang merasa frustrasi akan menemui kesulitan dalam mengorganisasikan pemikiran, perasaan, motif, serta perilakunya secara efektif.
4. Perimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, dasar dari kemampuan manusia berpikir dan mempertimbangkan permasalahan, konflik, dan frustrasi merupakan sebuah penyesuaian yang normal.
5. Kemampuan belajar, penyesuaian yang normal dikarakteristikan dengan pembelajaran berkelanjutan yang menghasilkan perkembangan dari kualitas personal yang diperlukan di kehidupan sehari-hari.
6. Manfaat pengalaman masa lalu, penyakit mental, seperti neurotik dan kenakalan, dikarakteristikan oleh ketidakmampuan untuk belajar dari masa lalu.
7. Sikap yang realistis dan objektif, sikap yang realistis dan objektif merupakan sesuatu yang didasari oleh pembelajaran, pengalaman masa lalu, dan pemikiran rasional, yang memungkinkan individu untuk menyadari situasi, permasalahan atau keterbatasan diri sebagai mestinya.

Menurut (Kehler, 2018) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri, diantaranya adalah kematangan emosi. (Yusuf, 2004), menyatakan bahwa individu yang memiliki kematangan emosi akan mampu menerima dirinya sehingga mampu menyesuaikan diri dengan baik. Menurut (Chaplin, 2002) kematangan emosi adalah keadaan atau kondisi dimana individu mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional sehingga dapat mengontrol atau mengendalikan emosinya dengan baik. Individu yang telah mencapai kematangan emosi ditandai dengan adanya kemampuan kontrol diri yang baik, mampu mengekspresikan emosi pada keadaan dan tempat yang tepat, sehingga individu yang matang emosinya lebih mampu untuk beradaptasi dan menerima berbagai macam situasi serta mampu untuk memberikan reaksi yang tepat dengan tuntutan yang sedang dihadapi (Hurlock, 2002). Bagi mahasiswa perantau, kematangan emosi dapat menjadi landasan penting dalam menghadapi tantangan tersebut. Hurlock (2003) juga mengungkapkan beberapa karakteristik kematangan emosi, yaitu:

1. Kontrol emosi, individu dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

2. Penggunaan Fungsi Krisis Mental, petunjuk kematangan emosi salah satunya bahwa individu mampu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional dan tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti seperti anak-anak atau orang yang tidak matang. Ketika ada rangsangan atau stimulus yang menyebabkan emosi maka individu yang matang emosinya dapat berpikir dahulu sebelum memberikan tanggapan.
3. Pemahaman Diri, individu yang emosinya matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi ke suasana hati yang lain seperti dalam periode sebelumnya. Individu dikatakan memahami diri apabila mampu mengenali emosi yang ada pada dirinya.

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh (Fitri, 2019) yang berjudul “Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri pada Remaja” yang mana Hasil utama dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kematangan emosi remaja, maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri remaja tersebut. Jadi kematangan emosi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja. Hal ini juga sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh (Saraswati, 2020) yang berjudul “Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Pasangan yang Menikah di Usia Muda” Berdasarkan dari hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah diusia muda. Sumbangan efektif variabel kematangan emosi terhadap variabel penyesuaian diri sebesar 67,2%. Begitu pula penelitian yang dilakukan (Shafira, 2015) yang hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka semakin rendah penyesuaian diri.

Mahasiswa dengan kematangan emosi yang tinggi cenderung mampu menghadapi stres, mengelola konflik, dan menyeimbangkan kebutuhan emosional mereka, sehingga mendorong proses penyesuaian diri yang lebih baik. Oleh karena itu, kematangan emosi diperlukan pada masa ini agar kesulitan mahasiswa dalam penyesuaian diri dapat teratasi. Penyesuaian diri itu sendiri dapat dipahami sebagai proses bagaimana seseorang mencapai keseimbangan dalam hidup untuk memenuhi kebutuhan yang sesuai dengan lingkungan.

## 2. METODE PENELITIAN

Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa perantau yang berkuliah di Universitas Negeri Padang. Karakteristik subjek yang diambil adalah mahasiswa yang berkuliah di Universitas Negeri Padang yang tidak berdomisili di Bukittinggi maupun di Padang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini termasuk kedalam jenis *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*. *Sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan peneliti atau evaluator tentang sampel mana yang paling bermanfaat dan representative (Babbie, 2004). Sampel dalam penelitian ini adalah 109 mahasiswa perantau dari berbagai jurusan yang ada di Universitas Negeri Padang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala, yaitu skala Kematangan Emosi berjumlah 12 aitem dan skala Penyesuaian Diri berjumlah 30 aitem. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah product moment dengan menggunakan program Statistical Product and Service Solution (SPSS) for windows 16.0.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

Hasil deskripsi masing-masing variabel penelitian berdasarkan penyebaran skala dapat dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 1. Deskripsi data penelitian**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kematangan Emosi	109	24.00	39.00	31.5229	2.60909
Penyesuaian Diri	109	39.00	112.00	87.8349	13.73257
Valid N (listwise)	109				

Setelah diperoleh data statistik deskriptif, maka dapat dilakukan pengkategorisasian skor variabel penyesuaian diri dan kematangan emosi. Kategorisasi variabel penelitian, peneliti menggunakan distribusi skor empiric. Alasan menggunakan skor empiric yaitu berdasarkan hasil yang diperoleh, subjek sebagian berada pada kategori rendah sedangkan ketika menggunakan skor hipotetik, tidak didapatkan hasil subjek berada pada kategori rendah. Kategorisasi tersebut didasarkan pada mean empiric dan standar empiric pada masing-masing variabel yang dapat dilihat pada tabel berikut:



**Tabel 2. Kategorisasi Skor Kematangan Emosi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	.9	.9
	Sedang	92	84.4	85.3
	Tinggi	16	14.7	100.0
	Total	109	100.0	100.0

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa dari 109 mahasiswa perantau, sebanyak 1 (0,9%) subjek memiliki kematangan emosi berada dalam kategori rendah, 92 (84,4%) subjek berada pada kategori sedang dan 16 (14,7%) subjek berada pada kategori tinggi.

**Tabel 3. Kategorisasi Penyesuaian Diri**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	4	3.7	3.7
	Sedang	50	45.9	49.5
	Tinggi	55	50.5	100.0
	Total	109	100.0	100.0

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa dari 109 subjek penelitian, sebanyak 4 (3,7%) subjek memperoleh penyesuaian diri berada dalam kategori rendah, 50 (45,9%) subjek berada pada kategori sedang dan 55 (50,5%) subjek berada pada kategori tinggi.

Hasil dari variabel penyesuaian diri menunjukkan nilai K-S sebesar 0,800 dengan nilai  $p = 0,468$ . Variabel kematangan emosi menunjukkan nilai K-S sebesar 0,910 dengan nilai  $p = 0,309$ . Dari hasil analisis kedua variabel memperoleh nilai  $p > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data memenuhi asumsi normalitas. Selanjutnya, hasil yang diperoleh dari uji linearitas pada variabel penyesuaian diri dengan kematangan emosi menunjukkan bahwa  $F$  Linearity= 3,201 dengan nilai signifikansi  $p = 0,054$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian memiliki hubungan yang linier.

Analisis data penelitian dilanjutkan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment pearson*, dimana hasilnya sebagai berikut.





**Tabel 4 Hasil analisis korelasi *product moment pearson***

		Kematangan Emosi	Penyesuaian Diri
Kematangan Emosi	Pearson Correlation	1	.117
	Sig. (2-tailed)		.227
	N	109	109
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.117	1
	Sig. (2-tailed)	.227	
	N	109	109

Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri, berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment pearson* diketahui bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel kematangan emosi dengan penyesuaian diri dengan diperoleh nilai  $r = 0,117$  dengan  $p=0,227$  ( $p>0,05$ ) menunjukkan tidak terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

### **Pembahasan**

Hasil analisis antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara keduanya. Hal ini menunjukkan bahwa kematangan emosi pada mahasiswa perantau tidak memberikan pengaruh apapun pada penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Hal ini bertentangan dengan penelitian Himmah dan Desiningrum (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja. Temuan penelitian lain menunjukkan bahwa orang dengan kematangan emosi yang lebih tinggi lebih tahan terhadap kesulitan, mampu mengatasi kesulitan dengan tepat, dan mampu mengatasi hambatan yang berbeda (Yusuf dan Sugandhi, 2011).

Hal ini bertentangan dengan penelitian Himmah dan Desiningrum (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja. Temuan penelitian lain menunjukkan bahwa orang dengan kematangan emosi yang lebih tinggi lebih tahan terhadap kesulitan, mampu mengatasi kesulitan dengan tepat, dan mampu mengatasi hambatan yang berbeda (Yusuf dan Sugandhi, 2011).

Kedua, Guru dapat secara langsung mempengaruhi konsep diri individu melalui sikapnya terhadap tugas- tugas kelas dan perhatiannya kepada siswa. Ketiga, Peraturan sekolah menyajikan individu dengan perilaku yang disetujui dan ditolak oleh anggota kelompok di mana ia belajar, yang dianggap salah dan benar oleh kelompok sosial. Soeparwoto (2004) menambahkan penyesuaian diri meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari motivasi, konsep diri, kognisi, sikap, kecerdasan, minat, dan kepribadian. Faktor eksternal meliputi keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya, prasangka sosial, hukum dan norma. Mahasiswa perantau Universitas Negeri Padang berasal dari daerah yang berbeda sebelumnya sehingga faktor eksternal dalam penyesuaian diri lebih berpengaruh pada perubahan lingkungan akademik, sosial budaya dan lain-lain.

Penyesuaian Diri bukan sekedar beradaptasi dengan diri sendiri. Menurut Willis (2017), selain penyesuaian diri, terdapat beberapa bentuk penyesuaian diri lainnya yaitu penyesuaian diri keluarga, penyesuaian diri sekolah, dan penyesuaian diri sosial. Subjek penelitian ini adalah Mahasiswa perantau Universitas Negeri Padang yang sebagian besar waktunya dihabiskan di lingkungan kampus. Oleh karena itu, kemampuan menyesuaikan diri juga diperlukan terutama saat di kampus.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau Universitas Negeri Padang. Kemudian berdasarkan hasil nilai koefisien korelasi menggunakan rumus product moment pearson sebesar  $0,227 > 0,195$  ( $r_{tabel}$ ). Hal ini mempunyai arti bahwa kematangan emosi tidak berhubungan dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi kematangan emosi, maka semakin rendah penyesuaian diri di Universitas Negeri Padang.

#### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka bagi peneliti selanjutnya ini diharapkan peneliti dapat mengembangkan penelitian dengan menggunakan metode yang berbeda serta memperbaiki kualitas angket penelitian. Peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel bebas lainnya selain kematangan emosi maupun motivasi. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan penggunaan skala pengukuran yang lebih spesifik dan terfokus pada aspek-aspek kematangan emosi tertentu, seperti regulasi emosi, kesadaran diri, atau kemampuan menyelesaikan konflik. Peneliti juga bisa mengidentifikasi subkelompok mahasiswa perantau yang mungkin menghadapi tantangan khusus dalam kematangan emosi dan penyesuaian diri mereka. Misalnya, perbedaan antara mahasiswa perantau dari berbagai

latar belakang budaya atau usia

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2011). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik* (Cet. 7). Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Chaplin, J. P. (2002). *Kamus lengkap psikologi* (K. Kartiko, Penerjemah; Cet. 6). Jakarta: PT Raja Grafindra Persada.
- Desiningrum, D. R. (2017). Eksplorasi pengalaman stres pada individu yang berperilaku buksisme (Studi kualitatif dengan pendekatan fenomenologis). *Jurnal Empati*, 5(4), 604–609.
- Desmita. (2011). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fitri, R., & Rinaldi. (2019). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja. *Jurnal Riset Psikologi*.
- Harlock, E. B. (1992). Early adulthood adjustment difficulties. *Journal of Developmental Psychology*, 14(3), 201–215.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Kehler, M. D. (2018). Factors influencing adjustment: Emotional maturity. *Journal of Individual Psychology*, 74(3), 335–350.
- Mariska, A. (2018). Pengaruh penyesuaian diri dan kematangan emosi terhadap homesickness: Studi pada mahasiswa perantau tahun pertama angkatan 2017 FISIP Universitas Mulawarman Samarinda. *Jurnal*.
- Nasution, A. (1997). Environmental changes experienced by out-of-town college students. *Indonesian Journal of Developmental Psychology*, 21(2), 176–192.
- Rahmah, A. (2021). Supporting factors in early adulthood adjustment difficulties. *Journal of Young Adult Development*, 33(1), 15–28.
- Saraswati, H., & Sugiasih, I. (2020). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada pasangan yang menikah di usia muda. *Prosiding Berkala Psikologi*.
- Sarwono, S. (1978). *Pengantar umum psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rinehart & Winston Inc.
- Shafira, F. (2015). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Sugiono. (2013). *Metode penelitian pendidikan kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Soeparwoto. (2004). *Psikologi perkembangan*. Semarang: UPT MKK UNNES.

Yusuf, S. (2004). Emotional maturity and adjustment. *Journal of Social Sciences*, 10(2), 123–145.

Willis, S. (2017). *Remaja & masalahnya*. Bandung: Alfabeta.