

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Remaja**

##### **1. Pengertian Remaja**

Istilah remaja dikenal dengan adolescence yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa. Hurlock (2004) mengatakan Adolescence ini berasal dari Bahasa Latin mempunyai arti yang lebih luas yaitu mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Masa remaja merupakan tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan social dan emosi. Masa remaja dimulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum.

Santrock (2003) mengartikan remaja sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Menurut Santrock (2003) usia remaja secara global berkisar antara 12 sampai 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud remaja adalah tahap perkembangan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif, social dan emosi

## **2. Tugas Perkembangan Remaja**

Hurlock (2004) mengemukakan tiga karakteristik dari kematangan emosi antara lain:

- a. Menerima keadaan fisiknya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlawanan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mencapai kemandirian ekonomi.
- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- g. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai dan orang dewasa.
- h. Mengembangkan perilaku tanggung jawab social.
- i. Mempersiapkan diri memasuki perkawinan, memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.
- j. Memperoleh peranan social.
- k. Menerima kebutuhannya dan menggunakannya dengan efektif.
- l. Memperoleh kebebasan emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya.
- m. Mencapai kepastian akan kebebasan dan kemampuan berdiri sendiri.
- n. Memilih dan mempersiapkan lapangan pekerjaan.
- o. Mempersiapkan diri dalam pembentukan keluarga.
- p. Membentuk sistem nilai, moralitas dan falsafah hidup.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan remaja mampu mencapai kemandirian emosional, dan pada usia ini diharapkan telah melewati tugas-tugas perkembangannya dengan baik, karena hal itu merupakan pondasi mereka sehingga mereka tidak lagi mengalami hambatan dan dapat mengendalikan emosinya.

### **3. Ciri-ciri Remaja**

Menurut Hurlock (2004) terdapat beberapa ciri masa remaja, antara lain;

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Remaja mengalami perkembangan fisik dan mental secara cepat, maka diperlukannya penyesuaian mental, pembentukan sikap, nilai, dan minat baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Periode peralihan artinya remaja memasuki tahap perkembangan berikutnya dan harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan sebelumnya di masa kanak-kanak.

c. Masa remaja merupakan periode perubahan

Tingkat perubahan sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Ketika perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.

d. Masa remaja merupakan usia bermasalah

Masalah dalam masa remaja menjadi sulit untuk diatasi karena remaja tidak berpengalaman dalam menyelesaikan masalahnya, karena dimasa sebelumnya ketika remaja memiliki masalah, masalah tersebut diselesaikan oleh orang tua dan guru.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Identitas diri yang dicari remaja berupaya untuk menjelaskan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat, apakah nantinya dia mampu percaya diri meskipun latar belakang ras, agama atau nasionalnya sehingga membuat orang lain merendahnya, dan bentuk identitas lainnya yang membuat remaja dapat menjadi dirinya berbeda dengan orang lain.

f. Masa remaja sebagai usia yang menakutkan

Streotip budaya yang menganggap remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, tidak dapat dipercaya, cenderung berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja, dan mereka bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja normal.

g. Masa remaja sebagai masa tidak realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan berdasarkan apa yang dia inginkan bukan berdasarkan pada keadaan yang sebenarnya.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Remaja mulai memfokuskan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, misalnya merokok, minum-minuman alkohol, terlibat dalam seks bebas, dan penggunaan obat-obatan terlarang. Mereka menganggap bahwa perilaku tersebut akan memberikan citra dewasa.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri remaja ditandai adanya perubahan fisik maupun psikis pada diri remaja, kecenderungan remaja akan mengalami masalah di periode ini. Hal ini diharapkan agar remaja dapat menjalani tugas perkembangan dengan baik.

## **B. Kematangan Emosi**

### **1. Pengertian Kematangan Emosi**

Menurut Chaplin (2002) kematangan emosi adalah sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku.

Emosi merupakan suatu kondisi keterbangkitan yang muncul dengan perasaan kuat dan biasanya respon emosi mengarah pada suatu bentuk perilaku tertentu (Lazarus, 1991). Selain itu, terdapat juga definisi emosi sebagai suatu keadaan dalam diri individu yang memperlihatkan reaksi fisiologis, kognitif, dan pelampiasan perilaku. Misalnya ketika individu sedang mengalami ketakutan, reaksi fisiologis yang dapat muncul adalah keterbangkitan (jantung berdetak lebih kencang), kemudian individu akan memikirkan bahwa dirinya sedang dalam bahaya, sedangkan tingkah laku yang dapat muncul adalah kecenderungan untuk menghindari dari situasi yang membuat ketakutan (Rathus, 2005). Goleman (2001) menjelaskan jenis-jenis emosi termasuk didalamnya amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel, dan malu. Berdasarkan beberapa definisi emosi, dapat disimpulkan bahwa emosi merupakan suatu keadaan yang dirasakan oleh individu dan disertai dengan gejala-gejala fisiologis, perasaan, dan perilaku yang ditunjukkan.

Hurlock (2004) juga menambahkan remaja mencapai kematangan emosi jika pada akhir masa remajanya tidak sembarangan dalam meluapkan emosinya dihadapan orang lain, tetapi menempatkannya secara tepat dan dengan cara-cara

yang dapat diterima oleh orang lain. Kematangan emosi juga dapat ditunjukkan dengan kemampuan remaja untuk menilai suatu situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional dan memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu suasana hati ke suasana hati yang lain.

Yusuf (2004) menjelaskan tentang bagaimana perubahan kematangan emosional sebelum masa remaja sampai memasuki masa remaja, hal ini dapat terlihat dari tabel berikut ini;

**Tabel 1 : Perubahan Kematangan Emosi**

<b>NO</b>	<b>DARI ARAH</b>	<b>KE ARAH</b>
1.	Tidak toleran dan bersikap superior	Bersikap toleran
2.	Kaku dalam bergaul	Luwes dalam bergaul
3.	Peniruan buta terhadap teman sebaya	Interdependensi dan memiliki harga diri
4.	Kontrol orangtua	Kontrol diri sendiri
5.	Perasaan yang tidak jelas tentang dirinya/orang lain	Perasaan mau menerima dirinya dan orang lain
6.	Kurang dapat mengendalikan diri dari rasa marah	Mampu menyatakan emosinya secara konstruktif

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan kematangan emosi remaja merupakan kondisi remaja mampu mengendalikan dan mengarahkan penyaluran emosi sesuai situasi dan waktu yang tepat dengan cara yang dapat diterima, mampu menggunakan pemikiran terlebih dahulu terhadap suatu situasi sebelum menggunakan respon emosional, serta mengambil keputusan yang didasarkan pada pertimbangan sehingga tidak mudah berubah-ubah.

## **2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kematangan Emosi**

Menurut Ali dan Asrori (2012) sejumlah faktor yang mempengaruhi emosi remaja adalah sebagai berikut:

a. Perubahan jasmani

Perubahan jasmani yang ditunjukkan dengan adanya pertumbuhan yang sangat cepat dari anggota tubuh.

b. Perubahan pola interaksi dengan orang tua

Pola asuh orang tua terhadap anak, termasuk remaja, sangat bervariasi. Ada yang pola asuhnya menurut apa yang dianggap terbaik oleh dirinya sendiri saja (orang tua) sehingga ada yang bersifat otoriter, memanjakan anak, acuh ak acuh, tetapi ada juga yang dengan penuh cinta kasih.

c. Perubahan interaksi dengan teman sebaya

Remaja seringkali membangun interaksi sesama teman sebayanya secara khas dengan cara berkumpul untuk melakukan aktivitas bersama dengan membentuk semacam geng. Interaksi antaraanggota dalam suatu kelompok geng biasanya sangat intens serta memiliki kohesivitas dan solidaritas yang sangat tinggi.

d. Perubahan pandangan dari luar

Faktor penting yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja selain perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja itu sendiri adalah pandangan dari dunia luar dirinya. Ada sejumlah perubahan pandangan luar yang dapat menyebabkan konflik-konflik emosional dalam diri remaja yaitu sebagai

berikut.

- 1) Sikap dunia luar terhadap remaja sering tidak konsisten. Kadang-kadang mereka dianggap sudah dewasa, tetapi mereka tidak mendapat kebebasan penuh atau peran yang wajar sebagaimana orang dewasa. Seringkali mereka masih dianggap anak kecil sehingga menimbulkan kejengkelan pada diri remaja. Kejengkelan yang mendalam dapat berubah menjadi tingkah laku emosional.
- 2) Dunia luar atau masyarakat masih menerapkan nilai-nilai yang berbeda untuk remaja laki-laki dan perempuan. Kalau remaja laki-laki memiliki banyak teman perempuan, mereka mendapatkan predikat populer dan mendatangkan kebanggaan.
- 3) Seringkali kekosongan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar yang tidak bertanggung jawab, yaitu dengan cara melibatkan remaja tersebut kedalam kegiatan-kegiatan yang merusak dirinya dan melanggar nilai-nilai moral. Misalnya, penyalahgunaan obat terlarang, minum-minuman keras, serta tindak kriminal dan kekerasan.

e. Perubahan interaksi dengan sekolah

Pada masa anak-anak, sebelum menginjak masa remaja, sekolah merupakan tempat pendidikan yang diidealkan oleh siswa. Para guru merupakan tokoh yang sangat penting dalam kehidupan mereka karena selain tokoh intelektual, guru juga merupakan tokoh otoritas bagi para siswa.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi menurut Hurlock

(2004), antara lain:

a. Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin memiliki pengaruh yang berkaitan dengan adanya perbedaan hormonal antara laki-laki dan perempuan. Peran jenis maupun tuntutan sosial yang berpengaruh terhadap adanya perbedaan karakteristik emosi diantara keduanya. Laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

b. Usia

Semakin bertambah usia individu, diharapkan emosinya akan lebih matang dan individu akan lebih dapat menguasai dan mengendalikan emosinya. Individu semakin baik dalam kemampuan memandang suatu masalah, menyalurkan dan mengontrol emosinya secara lebih stabil dan matang secara emosi.

c. Perubahan fisik dan kelenjar

Perubahan fisik dan kelenjar pada diri individu akan menyebabkan terjadinya perubahan pada kematangan emosi. Sesuai dengan anggapan bahwa remaja adalah periode “badai dan tekanan”, emosi remaja meningkat akibat perubahan fisik dan kelenjar.

Menurut Chaube (2002), Goleman (2001) Khan (dalam Hasanat, 1994) menyebutkan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi, antara lain:

a. Pola Asuh Orang Tua

Dari pengalamannya berinteraksi di dalam keluarga akan menentukan pula pola perilaku anak terhadap orang lain dalam lingkungannya. Salah satu faktor yang mempengaruhi dalam keluarga adalah pola asuh orangtua. Cara bermemperlakukan anak-anaknya akan memberikan akibat yang permanen dalam kehidupan anak (Goleman, 2001).

b. Lingkungan

Kebebasan dan kontrol yang mutlak dapat menjadi penghalang dalam pencapaian kematangan emosi remaja. Lingkungan disekitar kehidupan remaja yang mendukung perkembangan fisik dan mental memungkinkan kematangan emosi dapat tercapai (Chaube, 2002).

c. Jenis Kelamin

perbedaan hormon maupun kondisi psikologis antara laki-laki dan wanita menyebabkan perbedaan karakteristik emosi diantara keduanya. laki-laki dikenal lebih berkuasa jika dibandingkan dengan perempuan, mereka memiliki pendapat tentang kemaskulinan terhadap dirinya sehingga cenderung kurang mampu mengekspresikan emosi seperti yang dilakukan oleh perempuan. Khan (dalam Hasanat, 1994) mengaakan bahwa wanita mempunyai kehangatan emosional, sikap hati-hati dan sensitif dari pada laki-laki. Oleh karena itu laki-laki lebih tinggi dalam stabilitas emosinya.

Lone (1986) menerangkan penyebab mengapa wanita lebih bersifat emosionalitas dari pada laki-laki. Hal tersebut terjadi karena wanita memiliki

kondisi emosi didasarkan peran sosial yang diberikan oleh masyarakat, yaitu wanita harus mengontrol perilaku agresif dan asertifnya, tidak seperti peran sosial laki-laki, hal ini menyebabkan kurang dapat mengontrol lingkungannya yang pada akhirnya menimbulkan kecemasan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah usia, perubahan fisik dan kelenjar, cara orangtua memperlakukan anak-anaknya, lingkungan, dan jenis kelamin.

### **3. Aspek-aspek Kematangan Emosi**

Menurut Wijokongko (2002) mengungkapkan bahwa aspek-aspek kematangan emosi adalah sebagai berikut :

a. Menemukan arti dan mengendalikan emosi

Menemukan makna positif dibalik berbagai emosi dan perasaan yang ada dalam diri, atau belajar bagaimana menarik manfaat dari emosi yang dimiliki adalah jauh lebih baik dibanding menghindarkan diri dari berbagai macam perasaan atau emosi yang mungkin terasa menyakitkan pada awalnya.

b. Tidak mengingkari atau melarikan diri dari emosi

Menghindari emosi malah akan memperdalam emosi tersebut. Kalau mengalami suatu emosi dan berpura-pura seolah emosi itu tidak ada, emosi itu justru akan semakin kuat. Intensitasnya akan terus naik hingga akhirnya sampai ke puncaknya. Mencoba menghindari emosi tidak akan menciptakan solusi terhadap pemecahan masalah.

c. Tidak membesar-besarkan emosi

Memperbesar emosi hingga diluar proporsi justru akan berakibat negatif dan semakin memperburuk keadaan.

d. Memanfaatkan emosi sebagai kekuatan tanpa batas

Emosi dapat dimanfaatkan sebagai suatu pelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup, yakni dengan membuat agar emosi itu memberi suatu mafaat yang positif.

e. Menggunakan emosi secara proporsional

Emosi negatif muncul karena apa yang dilakukan tidak menghasilkan apa pun seperti yang diinginkan. Persepsi dikontrol oleh apa yang difokuskan. Bagaimana memberi penilaian atau interpretasi terhadap suatu peristiwa, akan menentukan tindakan yang akan diambil.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kematangan emosi individu meliputi menemukan arti dan mengendalikan emosi, tidak mengingkari atau melarikan diri dari emosi, tidak membesar-besarkan emosi, memanfaatkan emosi sebagai kekuatan tanpa batas, menggunakan emosi secara proporsional

#### **4. Ciri-ciri Kematangan Emosi**

Walgito (2002) mengemukakan beberapa ciri-ciri orang yang matang emosinya, sebagai berikut :

1. Dapat menerima baik keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti apa adanya, sesuai dengan keadaan obyektifnya. Hal ini disebabkan bahwa

orang yang telah matang emosinya dapat berpikir secara baik dan berpikir secara obyektif.

2. Tidak bersifat impulsif. Individu yang memiliki kematangan emosi mampu merespon stimulus dengan cara berpikir baik dan dapat mengatur pikirannya.
3. Dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya secara baik. Meskipun dalam keadaan marah, individu yang memiliki kematangan emosi tidak akan menampakkan kemarahannya itu keluar serta dapat mengatur kapan kemarahan itu perlu dimanifestasikan.
4. Bersifat sabar, penuh pengertian dan pada umumnya mempunyai toleransi yang baik.

Adapun menurut Murray (2005) berpendapat bahwa ciri-ciri individu yang memiliki kematangan emosi adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki kemampuan untuk menjalin hubungan dengan individu lain yang bersifat saling memberi dan menerima
- b. Memiliki kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi kenyataan hidupnya.
- c. Memiliki kemampuan untuk mengambil pelajaran dari pengalaman masa lalu.
- d. Memiliki kemampuan untuk menerima situasi yang menimbulkan frustrasi.
- e. Memiliki kemampuan untuk mengatasi rasa marah secara konstruktif.

Dari beberapa ciri-ciri kematangan emosi diatas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa ciri-ciri kematangan emosi yaitu dapat menerima baik keadaan

dirinya maupun keadaan orang lain seperti apa adanya, tidak bersifat impulsif, dapat mengontrol emosi dan ekspresi emosinya secara baik, bersifat sabar, memiliki kemampuan untuk mengatasi rasa marah secara konstruktif.

## **5. Karakteristik Kematangan Emosi Remaja**

Hurlock (2004) mengemukakan tiga karakteristik dari kematangan emosi, antara lain:

### **a. Kontrol emosi**

Individu tidak meledakan emosinya dihadapan orang lain dan mampu menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang dapat diterima. Individu yang emosinya matang mampu mengontrol ekspresi emosi yang tidak dapat diterima secara social atau membebaskan diri dari energy fisik dan mental yang tertahan dengan cara yang dapat diterima secara social.

### **b. Pemahaman diri**

Memiliki reaksi emosional yang lebih stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain. Individu mampu memahami emosi diri sendiri memahami hal yang sedang dirasakan, dan mengetahui penyebab dari emosi yang dihadapi individu tersebut.

### **c. Penggunaan fungsi kritis mental**

Individu mampu menilai secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, kemudian memutuskan cara bereaksi terhadap situasi tersebut, dan individu juga tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelum nya seperti anak-anak

atau individu yang tidak matang.

Menurut Powel (1983) terdapat beberapa kriteria kematangan emosi, yakni:

- a. Kemampuan untuk beradaptasi dengan realitas.

Kemampuan yang berorientasi pada diri individu tanpa membentuk mekanisme pertahanan diri ketika konflik-konflik yang muncul mulai dirasakan mengganggu perilakunya. Orang yang masak secara emosional melihat suatu akar permasalahan berdasarkan fakta-fakta dan kenyataan di lapangan, tidak menyalahkan orang lain atau hal-hal yang bersangkutan sebagai salah satu factor penghambat. Ia dapat beradaptasi dengan lingkungannya dan selalu dapat berfikir positif terhadap masalah yang dihadapinya.

- b. Kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan

Perubahan mendadak terkadang membuat seseorang menjadi menutup diri, menjaga jarak atau bahkan menghindari dari hal-hal berkisar lingkungan barunya. Kematangan emosi menandakan bahwa seseorang dapat begitu cepat beradaptasi dengan hal-hal baru tanpa menjadikannya sebagai tekanan atau stressor. Kemampuan ini dapat tumbuh sebagai bentuk adaptasinya dengan lingkungan baru yang sengaja diciptakan untuk mengurangi stress yang dapat berkembang dalam dirinya.

- c. Dapat mengontrol gejala emosi yang mengarah pada kemunculan kecemasan.

Munculnya kepanikan berawal dari simptom-simpton yang memberikan radar akan adanya bahaya dari luar. Penumpukan kadar rasa cemas berlebihan

dapat memunculkan kepanikan yang luar biasa. Orang yang mempunyai kematangan emosi dapat mengontrol gejala-gejala tersebut sebelum muncul kecemasan pada dirinya.

- d. Kemampuan untuk menemukan kedamaian jiwa dari memberi dibandingkan menerima.

Semakin sehat tingkat kematangan emosi seseorang, individu tersebut dapat menangkap suatu keindahan dari memberi, ketulusan dalam membantu orang, memantu fakir miskin, keterlibatan dalam masalah social, keinginan untuk membantu oranglain, dan sebagainya.

- e. Konsisten terhadap prinsip, janji dan keinginan untuk menolong orang yang mengalami kesulitan.

Orang yang matang secara emosi adalah orang-orang yang telah menemukan suatu prinsip yang kuat dalam hidupnya. Ia menghargai prinsip oranglain dan menghormati perbedaan-perbedaan yang ada. Ia selalu menepati janjinya dan selalu bertanggung jawab dengan apa yang telah diucapkannya. Ia juga mempunyai keinginan untuk menolong oranglain yang mengalami kesulitan.

- f. Dapat meredam instink negatif menjadi energy kreatif dan konstruktif.

Kematangan emosi yang dimiliki oleh individu akan dapat mengontrol perilaku-perilaku impulsive yang dapat merusak energy yang dimiliki oleh tubuh, individu dapat melakukan hal-hal yang bersifat positif dibandingkan memenuhi nafsu yang dapat merusak dan bersifat merusak. Ia mempunyai waktu yang lebih banyak untuk melakukan hal-hal yang lebih berguna untuk dirinya dan oranglain.

- g. Kemampuan untuk mencintai.

Cinta merupakan energi seseorang untuk bertahan dan menjadikannya lebih bergairah dalam menjalani hidup. tidak hanya cinta antara sesama manusia, pengalaman spiritual, mencintai Tuhan pun merupakan keindahan bagi mereka yang merasakan kedekatan dengan sang ilahi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik remaja yang telah mencapai kematangan emosi adalah individu yang memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri saat emosi sedang memuncak dengan memperhatikan situasi, waktu, dan cara yang dapat diterima; dapat mengontrol gejala emosi yang mengarah pada kemunculan kecemasan ;individu dapat memahami apa yang sedang dirasakan dan mengetahui sebab dari emosi yang sedang dihadapi; dan individu mampu menggunakan pemikiran terlebih dahulu sebelum membuat keputusan dengan mempertimbangkan pendapat orang lain dan dampaknya.

### **C. Jenis Kelamin**

#### **1. Pengertian Jenis Kelamin**

Menurut Santrock (2003) jenis kelamin atau seks adalah perbedaan perempuan dan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir. Seks berkaitan dengan tubuh laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki memproduksi sperma, sementara perempuan menghasilkan sel telur dan secara biologis mampu untuk menstruasi, hamil dan menyusui. Perbedaan biologis dan fungsi laki-laki dan perempuan dapat dipertukarkan diantara keduanya, dan fungsinya tetap dengan laki-laki dan perempuan dengan segala ras yang ada di muka bumi.

Menurut Gunarsa (1995) manusia diciptakan terdiri dari laki-laki dan perempuan yang keduanya berbeda secara fisik dan psikologis serta peran yang akan diberikan oleh masyarakat pada keluarganya berbeda pula sesuai dengan kebudayaannya. Oleh karena itu, dalam perkembangan moral keduanya juga memiliki perbedaan.

Menurut Hurlock (2004) mengatakan bahwa anak laki-laki tidak mudah dipengaruhi, dominan, sangat aktif, percaya diri, suka berpetualang dan dapat menyelesaikan masalah secara mudah. Sedangkan anak perempuan lebih mudah dipengaruhi, sangat pasif, tidak percaya diri, tidak menyukai petualangan dan mereka kesulitan dalam menyelesaikan masalah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin terbagi dua yaitu laki-laki dan perempuan ciri-ciri anatomis dan fisiologis yang membedakan antara mereka dan juga adanya perbedaan secara fungsional. Perbedaan perempuan dan laki-laki secara biologis sejak lahir. Seks berkaitan dengan tubuh laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki memproduksi sperma, sementara perempuan menghasilkan sel telur dan secara biologis mampu untuk menstruasi, hamil dan menyusui.

## **2. Karakteristik Laki-laki dan perempuan**

Laki-laki dan perempuan dibedakan ke dalam dua perbedaan, yaitu perbedaan fisik, dan psikologis (Suprano, 2007), yaitu:

- a) Perbedaan Biologis atau Fisik

Perbedaan fisik terlihat dari kelamin manusia, bentuk tubuh, otot, berat badan, kekuatan fisik, dan sebagainya yang membedakan individu satu dengan yang lainnya.

b) Perbedaan Psikologis

- 1) Laki-laki lebih tertarik pada fisik, sedangkan perempuan lebih menarik pada hubungan emosional
- 2) Laki-laki mengungkapkan perasaannya dengan tindakan, sedangkan perempuan melalui bicara dan perasaan
- 3) Laki-laki lebih fokus kepada tugas, peran, orientasi tujuan, dan peralatan, sedangkan perempuan lebih fokus pada ungkapan, kata-kata, hubungan, dan proses.

Selain itu, Friedman dan Schustack (2008) membedakan laki-laki dan perempuan ke dalam tiga perbedaan, yaitu:

a) Perbedaan Fisiologis

Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dari tinggi badan, organ, genetalia eksternal, payudara, kumis, dan pola-pola pertumbuhan rambut. Perbedaan fisiologis ini juga terlihat dari sifatnya, yaitu internal dan substansial. Dilihat dari segi fisik, laki-laki cenderung lebih kuat dari pada wanita.

## b) Psikologis

Perbedaan jenis kelamin memiliki hubungan dengan kemampuan psikologis antara laki-laki dengan perempuan, seperti kemampuan berpikir, persepsi dan memori. Laki-laki cenderung memperlihatkan kemampuan spesial yang lebih baik dari pada perempuan dan perempuan cenderung memiliki kemampuan verbal yang lebih baik dari pada laki-laki. Laki-laki dideskripsikan sebagai makhluk yang rasional, mandiri, agresif, dominan, objektif, berorientasi pada prestasi, aktif, dan memiliki dorongan seksual yang kuat, sedangkan perempuan dideskripsikan sebagai makhluk yang emosional, berwatak pengasuh, mudah menyerah, komunikatif, mudah bergaul, lemah dalam ilmu matematika, subjektif, pasif, mudah dipengaruhi, dan memiliki dorongan yang rendah.

## c) Sosial

Laki-laki dan perempuan berbeda dari segi sosial, yaitu Laki-laki cenderung lebih berani dalam mengambil tanggung jawab dalam kelompok kecil, sedangkan perempuan lebih cenderung suka menjadi seorang pengasuh dan memberikan perhatian ke orang lain.

Perbedaan esensial pada karakter perempuan dan laki-laki. Perbedaan-perbedaan fundamental menurut Kartono (1998) tersebut antara lain :

1. Betapa pun baik dan cemerlangnya intelegensi wanita, namun pada intinya wanita itu hampir tidak pernah tertarik secara menyeluruh pada soal-soal teoritis seperti pada laki-laki.
2. Kaum wanita lebih praktis, lebih langsung dan lebih meminati segi kehidupan konkrit serta segera.

3. Wanita pada umumnya sangat bergairah, penuh vitalitas hidup karena itu wanita tampak lebih spontan dan impulsif.
4. Wanita pada hakikatnya lebih bersifat hetero-sentris dan lebih sosial karena itu lebih ditonjolkan sifat kesosilannya.
5. Wanita lebih banyak mengarah keluar, kepada subjek lain.
6. Kaum laki-laki disebut sebagai lebih egosentris atau lebih self-oriented
7. Menurut profesor Heymans (Kartono, 1998), perbedaan antara laki-laki dan wanita terletak pada sifat-sifat sekunderitas, emosionalitas, dan aktifitas dari fungsi-fungsi kejiwaan. Pada wanita, fungsi sekunderitasnya tidak terletak pada bidang intelek, akan tetapi pada perasaan. Oleh karena itu nilai perasaan dan pengalaman-pengalamannya jauh lebih lama mempengaruhi kepribadiannya.
8. Kebanyakan wanita kurang berminat pada masalah-masalah politik, terlebih lebih politik yang menggunakan cara-cara licik , munafik dan kekerasan.
9. Wanita juga sangat peka terhadap nilai-nilai estetis.
10. Dalam kehidupan sehari-hari, wanita lebih tegas dan aktif. Jika seorang wanita lebih memilih sesuatu dan telah memutuskan untuk melakukannya, maka tidak banyak berbimbang hati melakukan langkah-langkah selanjutnya.
11. Pada kaum pria terdapat garis pemisah yang jelas antara kehidupan indrawi dan kehidupan interse pribadi dengan tugas kewajiban yang formal sehari hari.

12. Kesatuan totalitas dari tingkah laku wanita itu bukan terletak pada kesadaran objektif menuju pada suatu tujuan, akan tetapi lebih terletak pada kehidupan perasaannya.
13. Wanita umumnya lebih akurat dan lebih mendetail.
14. Perbedaan lain antara laki-laki dan wanita dalam hal aktifitasnya ialah wanita lebih suka menyibukkan diri dengan berbagai macam pekerjaan ringan.

Gunarsa (1995) mengatakan pergaulan anak laki-laki dan anak perempuan berbeda, anak laki-laki cenderung bermain dengan siapa saja baik sesama jenis maupun lawan jenis yang ia kenal dan anak perempuan cenderung bermain atau berkumpul dalam satu kelompok biasanya dengan satu jenis.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik antara pria dan wanita berbeda, dimana anak laki-laki bersifat egosentris dan self-oriented, menyukai hal-hal yang bersifat teoritis dan dalam kehidupan sehari-hari, wanita lebih tegas dan aktif. Jika seorang wanita lebih memilih sesuatu dan telah memutuskan untuk melakukannya, maka tidak banyak berbimbang hati melakukan langkah-langkah selanjutnya.

#### **D. Perbedaan Kematangan Emosi Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Remaja**

Masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, sosial, dan emosional, pada masa inilah terjadi peningkatan ketegangan emosional sehingga masa ini disebut sebagai masa yang penuh “Badai dan tekanan” atau “*Storm and Stress*”. Menurut Santrock (2003) usia remaja secara global berkisar antara 12 sampai 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun).

Tugas perkembangan pada masa remaja di fokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa, remaja dituntut oleh lingkungannya untuk mampu mengontrol dan mengendalikan emosi. Kemampuan dalam mengontrol dan mengendalikan emosi merupakan salah satu karakteristik kematangan emosi pada individu.

Hurlock (2004) menyatakan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol dan mengendalikan emosinya, baik dari dalam maupun dari luar dirinya, selain itu dengan matangnya emosi maka individu dapat bertindak tepat dan wajar sesuai dengan situasi dan kondisi dengan tetap mengedepankan tugas dan tanggung jawabnya.

Pada masa remaja merupakan masa masuk sekolah menengah, masa ini sudah memperlihatkan kecenderungan memiliki kesadaran emosi dan kompetensi dalam mengatasi emosi pada dirinya, Saarni (dalam Santrock, 2003). Semakin

tinggi tingkat pendidikan individu maka akan semakin banyak pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan tersebut dapat digunakan untuk melawan tekanan-tekanan yang akan dihadapi dan mengakibatkan emosi individu semakin matang, Sejalan dengan pendapat Yusuf (2004) bahwa remaja (siswa Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama dan siswa Sekolah Lanjutan Tingkat Atas) adalah siswa yang sedang berada dalam proses berkembang kearah kematangan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Riyawati, 2006) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kematangan emosi ditinjau dari tingkat pendidikan. Kematangan emosi individu yang berpendidikan SMA lebih tinggi dari pada yang berpendidikan SD dan SMP.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa perilaku kenakalan remaja seperti tawuran, seks bebas, ketergantungan narkoba termasuk dalam perilaku yang mencerminkan ketidakmatangan emosi, Silvianingsih (2008). Salah satu faktor yang mempengaruhi kenakalan remaja adalah kurangnya kemampuan dalam mengendalikan dan mengekspresikan emosi dengan cara yang dapat diterima norma, matangnya emosi individu akan mengurangi kenakalan remaja (Gunarsa, 2003).

Kenakalan remaja di Indonesia meningkat pada usia 15-19 tahun (Kartono, 2002). Jika dilihat dari usia kenakalan remaja, seharusnya pada usia tersebut remaja sudah mampu mengendalikan dan menunjukkan kematangan emosi sebagai tugas perkembangan yang harus dicapai (Hurlock, 2004). Kematangan emosi dapat juga didefinisikan sebagai kemampuan mengekspresikan perasaan

dan keyakinan secara berani dan mempertimbangkan perasaan dan keyakinan orang lain (Covey, 2001).

Hal ini sejalan dengan perilaku individu yang telah mencapai kematangan emosi dapat mengubah kontrol orangtua menjadi kontrol diri sendiri, adanya perasaan mau menerima dirinya dan orang lain, serta mampu menyatakan emosi secara konstruktif (Yusuf, 2004).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah jenis kelamin. Young (2009) mengatakan bahwa perbedaan hormonal maupun kondisi psikologis antara pria dan wanita menyebabkan adanya perbedaan karakteristik emosi di antara keduanya. Laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.

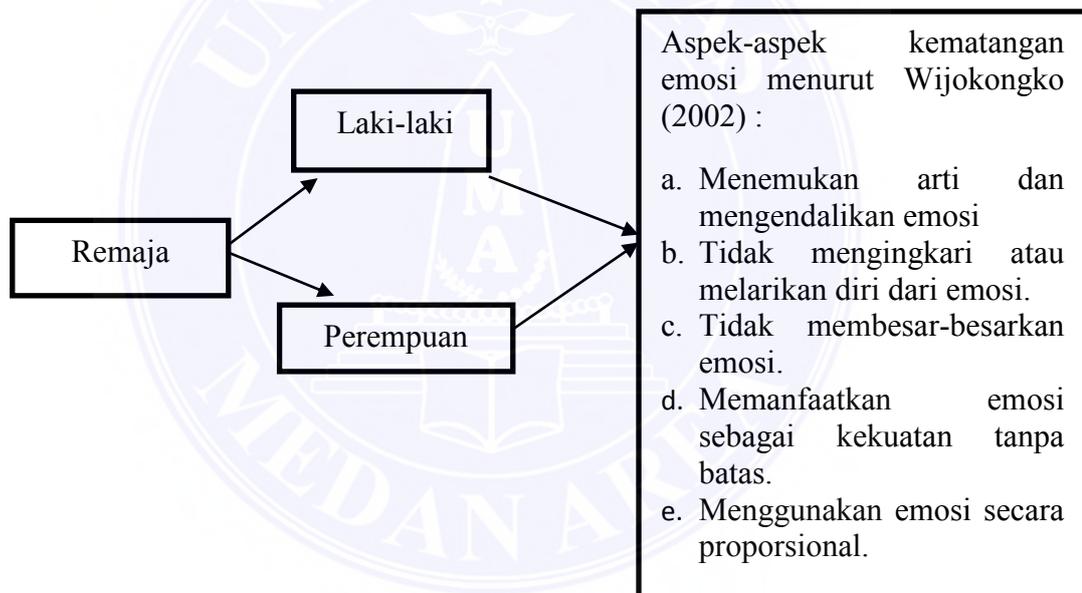
Lone (1986) menerangkan penyebab mengapa wanita lebih bersifat emosionalitas dari pada laki-laki. Hal tersebut terjadi karena wanita memiliki kondisi emosi didasarkan peran sosial yang diberikan oleh masyarakat, yaitu wanita harus mengontrol perilaku agresif dan asertif nya, tidak seperti peran sosial laki-laki, hal ini menyebabkan kurang dapat mengontrol lingkungannya yang pada akhirnya menimbulkan kecemasan.

Khan (dalam Hasanat, 1994) mengatakan bahwa wanita mempunyai kehangatan emosional, sikap hati-hati dan sensitif dari pada laki-laki. Oleh karena itu laki-laki lebih tinggi kematangan emosinya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zahara (2013) .menunjukkan bahwa adanya perbedaan kematangan emosi pada remaja laki-laki dan perempuan dimana hasilnya remaja laki-laki memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi dibandingkan remaja perempuan.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti berpendapat bahwa remaja yang usianya semakin mendekati masa dewasa awal maka lama kelamaan akan semakin baik dalam kemampuan mengendalikan dan mengontrol emosinya, serta

### E. Kerangka Konseptual



### F. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan kematangan emosi ditinjau dari jenis kelamin. Dengan asumsi bahwa remaja laki-laki memiliki kematangan emosi yang lebih tinggi dibandingkan remaja perempuan.