

Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Berpikir Positif pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area

ABSTRAK

Oleh
Erlisa Rahma Siregar

Berpikir positif adalah cara berpikir sehat, rasional, intelektual yang dapat mengendalikan perasaan, perkataan, perilaku dan penampilan sehari-hari ke arah yang lebih baik dengan menggunakan bahasa positif untuk membentuk dan mengungkapkan pikiran. Pola berpikir positif dipengaruhi oleh kecerdasan dan kecepatan berpikir, serta aspek kematangan emosi dan mental secara berimbang (Wongsorejo, 2010).

Pola perkembangan dapat terganggu karena kondisi psikologis. Gangguan berpikir positif seperti mudah menyerah dengan tugas/materi yang sulit, memakai *headset* untuk mendengarkan musik pada saat perkuliahan berlangsung, memancing keributan dalam kelas serta kurang memperhatikan kerapian dan kesopanan dalam bertindak membuat mahasiswa tersebut kurang matang dalam emosi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mencari tahu hubungan antara kematangan emosi dengan berpikir positif. Penelitian ini menggunakan skala kematangan emosi dan berpikir positif. Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah sebanyak 125 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*.

Hasil dari penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan berpikir positif. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = 0.49$; $p < 0.01$ yang menyatakan penelitian ini diterima, dengan hipotesis semakin tinggi kematangan emosi seseorang maka semakin tinggi berpikir positif seseorang, dengan sumbangan kematangan emosi memengaruhi berpikir positif sebesar 24% selanjutnya 76% dipengaruhi oleh faktor lain seperti bawaan, pendidikan, kecerdasan berpikir dan kecepatan berpikir secara rasional.

Kata kunci : Kematangan Emosi, Berpikir Positif