

PENGARUH KONSEP DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KEMATANGAN EMOSI PADA MAHASISWA YANG DIASUH OLEH IBU TUNGGAL

¹ Nana Hardiana Zainuddin, ² Aski Marissa*

^{1, 2} Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No. 100, Depok, Jawa Barat 16424

¹hardianaanaa@gmail.com, ²askimarissa@gmail.com*

*) Penulis Korespondensi

Abstrak

Mahasiswa yang diasuh oleh ibu tunggal sering menghadapi tantangan emosional lebih besar akibat dinamika keluarga yang berbeda, sehingga penting untuk memahami bagaimana konsep diri dan dukungan sosial dapat memengaruhi kematangan emosi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh konsep diri dan dukungan sosial dengan kematangan emosi pada mahasiswa yang diasuh oleh ibu tunggal. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dimana jumlah sample dalam penelitian ini adalah 81 mahasiswa. Teknik analisis penelitian ini menggunakan multiple regression. Pengukuran data menggunakan skala kontrol diri, dukungan sosial dan kematangan emosi. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa variabel yakni kontrol diri dan dukungan sosial memberikan pengaruh sebesar 34% terhadap kematangan emosi pada mahasiswa yang diasuh oleh ibu Tunggal, dimana kontribusi dari variable konsep diri sebesar 66% dan dukungan sosial adalah 26%, serta sisanya merupakan variable lain nya diluar variable utama.

Kata Kunci: *Kematangan emosi, konsep diri, dukungan sosial*

Abstract

Students who are raised by single mothers often face greater emotional challenges due to different family dynamics, so it is important to understand how self-concept and social support can affect their emotional maturity. This study aims to determine how the influence of self-concept and social support with emotional maturity in students who are raised by single mothers. The method used is quantitative where the number of samples in this study were 81 students. This research analysis technique uses multiple regression. Data measurement uses a scale of self-control, social support and emotional maturity. Based on the results of the analysis, it is known that the variables, namely self-control and social support, have an influence of 34% on emotional maturity in students who are raised by single mothers, where the contribution of the self-concept variable is 66% and social support is 26% and the rest is another variable outside the main variable.

Keyword: *Self-Control, Social Support and Emotional Maturity*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Dalam periode ini, remaja seringkali mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikologis. Perubahan-perubahan ini dapat memunculkan beragam masalah yang harus dihadapi, baik dalam diri mereka sendiri maupun dalam interaksi dengan lingkungan sekitar. Hal ini disebabkan oleh proses pencarian jati diri yang sedang mereka jalani. Di dunia pendidikan, seorang remaja diharapkan untuk bersikap terbuka dan tegas dalam menyampaikan pendapat dan pemikirannya kepada orang lain, tanpa mengorbankan rasa percaya diri, sehingga mereka dapat menunjukkan perilaku yang sesuai dengan teman sebaya mereka.

Pada masa ini, remaja mengalami gejala psikologis yang diakibatkan oleh dua jenis kebutuhan, yaitu kebutuhan jasmani, seperti makan, minum, dorongan seksual, dan kebutuhan psikis, seperti kasih sayang, rasa aman, dan kebebasan. Bersamaan dengan perubahan yang terjadi dalam diri mereka, remaja juga dihadapkan pada tugas-tugas yang berbeda dari yang mereka hadapi saat masih kanak-kanak. Setiap individu memiliki tanggung jawab perkembangan yang harus dipenuhi, dan ketika tanggung jawab tersebut berhasil diselesaikan, maka akan ada kepuasan, kebahagiaan, dan penerimaan dari lingkungan sekitar. Di tahap perkembangan remaja, individu dituntut untuk mampu mengontrol dan mengendalikan perasaan mereka dalam perjalanan menuju kematangan

emosi. Namun, ini tidak berarti bahwa remaja harus menekan semua gejala emosional yang muncul. Mereka diharapkan dapat memahami dan menguasai emosi mereka, sehingga mampu mencapai kondisi emosional yang adaptif (Paramitasari dan Alvian, 2012). Kematangan emosi yang dimiliki oleh remaja memungkinkan mereka untuk membangun hubungan yang sehat dengan lingkungan sosial. Dalam hubungan yang sehat ini, remaja mampu mengelola emosinya, beradaptasi dengan suasana orang lain, dan menciptakan keharmonisan dalam menjalin hubungan dengan orang lain (Mahmoudi, 2012).

Namun, tidak semua anak tumbuh dalam keluarga utuh. Beberapa anak hanya memiliki satu orang tua akibat kematian atau perceraian, yang tentu saja membawa dampak signifikan bagi mereka. Anak-anak ini cenderung lebih rentan terhadap stres akibat kehilangan orang tua. Reaksi kedukaan yang muncul setelah kehilangan, seperti rasa shock, kemarahan, keinginan untuk menarik diri, kesedihan, atau bahkan pikiran untuk melakukan bunuh diri, bisa jadi disebabkan oleh ketidakmatangan mereka dalam memahami dan menghadapi kematian, pengaruh budaya, serta kurangnya pengalaman yang dimiliki remaja (Wadsworth, 1984). Remaja yang dihadapkan pada situasi orang tua tunggal sering mengalami berbagai konflik psikologis, seperti kesulitan dalam penyesuaian diri dan adaptasi sosial, kematangan emosi, motivasi berprestasi, serta kemampuan dalam mengatasi kesulitan dan

konflik lainnya. Kehilangan salah satu orang tua juga mengakibatkan perubahan dalam dinamika keluarga.

Nolen-Hoeksema (1988) menyatakan bahwa remaja cenderung mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan orang dewasa yang cenderung menunjukkan tingkat depresi yang lebih rendah (dikutip oleh Ehrlich dan Isaakowitz, 2002). Ketidakmampuan dalam memahami dan menangani gejala psikologis yang dialami remaja dapat membawa konsekuensi serius, seperti disorientasi sosial. Oleh karena itu, dukungan dari berbagai pihak—terutama orang tua, guru, teman, dan lingkungan sosial—sangat penting untuk membantu memfasilitasi perkembangan psikologis remaja menuju fase dewasa.

Kematangan emosi remaja yang dibesarkan oleh ibu tunggal sering kali dipengaruhi oleh pengalaman hidup yang berbeda dibandingkan dengan remaja yang tumbuh dalam keluarga lengkap. Penelitian yang dilakukan oleh Kusumastuti dan Hapsari (2022) serta Faradiba, Saleh, dan Harisa (2016) menunjukkan bahwa remaja dari keluarga ibu tunggal lebih rentan terhadap tekanan emosional, hal ini disebabkan oleh kurangnya sosok ayah, dinamika keluarga yang lebih kompleks, serta kemungkinan stres ekonomi atau sosial yang dihadapi oleh ibu mereka. Remaja ini mungkin kesulitan dalam mengelola emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan, atau kecemasan akibat ketidakseimbangan dalam peran pengasuhan yang ada.

Kematangan emosi remaja yang dibesarkan oleh ibu tunggal sering kali dipengaruhi oleh pengalaman hidup yang berbeda dibandingkan dengan remaja yang tumbuh dalam keluarga lengkap. Penelitian yang dilakukan oleh Kusumastuti dan Hapsari (2022) serta Faradiba, Saleh, dan Harisa (2016) menunjukkan bahwa remaja dari keluarga ibu tunggal lebih rentan terhadap tekanan emosional, hal ini disebabkan oleh kurangnya sosok ayah, dinamika keluarga yang lebih kompleks, serta kemungkinan stres ekonomi atau sosial yang dihadapi oleh ibu mereka. Remaja ini mungkin kesulitan dalam mengelola emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan, atau kecemasan akibat ketidakseimbangan dalam peran pengasuhan yang ada. Namun, studi juga menunjukkan bahwa remaja dari lingkungan keluarga tunggal dapat mengembangkan kemandirian, tanggung jawab, dan empati yang lebih tinggi, terutama jika mereka mendapatkan dukungan sosial yang memadai dari teman, guru, atau komunitas. Dampaknya, ketidakmatangan emosi yang mungkin terjadi pada mereka dapat meningkatkan risiko munculnya masalah perilaku, kesulitan dalam menjalin hubungan sosial, serta gangguan psikologis seperti kecemasan atau depresi. Sebaliknya, remaja yang berhasil mencapai kematangan emosi dalam situasi ini cenderung menjadi individu yang tangguh, dengan kemampuan pemecahan masalah yang baik dan lebih mandiri dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah konsep diri (Muawanah dan Pratikto, 2021). Konsep diri bukanlah faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan berkembang dari pengalaman-pengalaman yang terus menerus dan terbentuk dengan baik. Dasar dari konsep diri seharusnya ditanamkan sejak dini dalam kehidupan anak, sehingga menjadi fondasi yang memengaruhi perilaku mereka di masa depan (Agustiani, 2006). Umumnya, remaja yang memiliki konsep diri positif akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, tidak merasa minder, dan tidak cemas saat berinteraksi dengan orang lain. Sebaliknya, remaja dengan konsep diri negatif cenderung merasa kurang percaya diri, merasa lemah, dan mengalami perasaan minder saat berinteraksi.

Hal yang memiliki pengaruh terhadap kematangan emosi dan konsep diri individu adalah adanya hubungan positif dengan orang lain. Hubungan yang baik ini membawa dukungan sosial dan kedekatan emosional yang sangat berarti. Kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain sesungguhnya merupakan naluri dasar manusia. Dukungan sosial, menurut Sarafino (2006), mencakup perasaan nyaman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima dari individu atau kelompok lain. Sarafino juga menekankan bahwa mereka yang mendapatkan dukungan sosial cenderung merasa dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari kelompok yang siap membantu saat diperlukan.

Dalam pandangan Orford (1992), dukungan sosial berfungsi untuk meredakan tekanan atau stres yang dialami seseorang. Dengan kata lain, jika tidak ada stres, dampak dari dukungan sosial pun tidak begitu terasa. Dukungan sosial yang datang dari keluarga, saudara, dan orang lain dapat memperkuat ketahanan anak dalam menghadapi tantangan sehari-hari. Sebagai contoh, individu yang menghadapi masalah sangat memerlukan kehadiran orang-orang yang dapat memberikan semangat, motivasi, nasihat, serta masukan yang konstruktif untuk membantunya keluar dari kesulitan. Perhatian dan dukungan orang tua mencerminkan responsivitas mereka terhadap kebutuhan anak, yang merupakan hal sangat penting bagi perkembangan anak. Ellis, Thomas, dan Rollins (1976) mendefinisikan dukungan orang tua sebagai interaksi yang dijalin oleh orang tua, ditandai oleh perawatan, kehangatan, persetujuan, dan beragam perasaan positif terhadap anak. Dukungan yang diberikan orang tua memberikan rasa nyaman dan memperkuat keyakinan pada anak bahwa dirinya diterima dan diakui sebagai individu, seperti yang diungkapkan oleh Larsen dan Dehle (2007) serta Young, Miller, Norton, dan Hill (1995).

Penelitian sebelumnya mengenai kematangan emosi umumnya berfokus pada penyesuaian diri. Dalam konteks ini, peneliti merasa tertarik untuk mengeksplorasi variabel lain yang mungkin memiliki hubungan serupa dengan temuan-temuan sebelumnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk meneliti “Hubungan Antara Konsep Diri dan Dukungan Sosial dengan Kematangan Emosi pada Mahasiswa yang Diasuh oleh Ibu Tunggal”.

METODE PENELITIAN

Partisipan

Dalam penelitian ini, masalah terkait populasi dan sampel menjadi salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan. Populasi didefinisikan sebagai keseluruhan subjek yang menjadi fokus penelitian (Arikunto, 2006). Jumlah total partisipan dalam penelitian ini adalah 81 orang, yang terdiri dari mahasiswa jenjang S1 dan S2 di berbagai kota di Indonesia, khususnya yang diasuh oleh ibu tunggal dan memiliki rentang usia antara 19 hingga 36 tahun. Sampel merupakan bagian dari populasi yang mampu mewakili karakteristik yang ada (Azwar, 1998). Untuk itu, sampel harus memiliki minimal satu kesamaan, baik dari segi sifat alami maupun sifat khusus (Sugiyono, 1999). Di dalam penelitian ini, teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah purposive sampling, yaitu pemilihan sampel dari populasi berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti sesuai dengan tujuan dan masalah yang ingin dipecahkan (Nursalam, 2008). Dengan demikian, peneliti mengambil sampel yang terdiri dari mahasiswa S1 dan S2 yang diasuh oleh ibu tunggal. Dari total 81 partisipan, terdapat 50 orang wanita dan 31 orang laki-laki, dengan

rentang usia yang berada antara 19 hingga 36 tahun.

Alat Ukur

Kematangan Emosi. Skala kematangan emosi yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dan dimodifikasi dari karya Rosikhotul Ulum (2017). Menurut Walgito (2004), terdapat beberapa aspek penting dalam kematangan emosi, yakni kemampuan untuk menerima keadaan diri sendiri dan orang lain, menghindari perilaku impulsif, mengontrol emosi, berpikir secara objektif, serta memiliki rasa tanggung jawab. Terdapat sejumlah 23 butir pernyataan dalam skala ini, yang terdiri dari 15 butir aitem yang bersifat positif dan 8 butir aitem yang bersifat negatif. Kuesioner ini menggunakan model skala Likert dengan pilihan jawaban mulai dari “sangat sesuai” hingga “sangat tidak sesuai”, dan menunjukkan nilai reliabilitas Cronbach Alpha sebesar 0,846.

Konsep Diri. Skala konsep diri dirancang berdasarkan aspek-aspek yang diuraikan oleh Hurlock (1996), dengan total 23 butir pernyataan yang bertujuan untuk mengukur berbagai dimensi konsep diri, termasuk fisik, psikis, sosial, emosional, aspirasi, dan prestasi. Aitem pada skala ini mencakup pernyataan baik yang bersifat positif maupun negatif, dan dinilai dengan menggunakan skala 5 poin, mulai dari “sangat setuju” hingga “sangat tidak setuju”. Contoh aitem yang digunakan adalah “Banyak teman membuat saya dapat mengenal berbagai

karakter orang”. Skala ini memiliki nilai reliabilitas Cronbach Alpha sebesar 0,737.

Dukungan Sosial. Skala dukungan sosial dikembangkan berdasarkan aspek-aspek yang diidentifikasi oleh Sarafino (2008), yang mencakup dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan lainnya. Terdapat 36 pernyataan dalam skala dukungan sosial ini, yang terbagi rata menjadi 18 pernyataan yang bersifat positif dan 18 pernyataan yang bersifat negatif. Seperti kuesioner sebelumnya, skala ini juga menggunakan model skala Likert dengan alternatif jawaban dari “sangat sesuai” hingga “sangat tidak sesuai”, dan memiliki nilai reliabilitas Cronbach Alpha sebesar 0,889.

Teknik Analisis

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik regresi berganda. Tujuannya adalah untuk menginvestigasi pengaruh kontrol diri (X1) dan dukungan sosial (X2) terhadap kematangan emosi (Y1) pada mahasiswa yang dibesarkan oleh ibu tunggal. Proses analisis data dibantu oleh perangkat lunak Statistical Product and Service Solution (SPSS) for Windows versi 25. 0. Analisis deskriptif dilakukan dengan mengacu pada nilai mean empirik dan hipotetik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa ada pengaruh konsep diri dan dukungan sosial yang cukup signifikan terhadap kematangan emosi. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa nilai $F = 20.492$ dengan signifikansi 0.000 ($\rho < 0,05$), nilai $R = 0.587$ (58%) dan nilai $R\ square 0.344$ (34%).

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa koefisien signifikansi pada variabel konsep diri sebesar 0.013 dengan $\beta = 0.665$ (atau 66%). Dan nilai koefisien signifikansi pada variabel dukungan sosial sebesar 0.000 dengan $\beta = -0,265$ (atau -26%). Hal ini menunjukkan bahwa variabel tersebut secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap variabel kematangan emosi.

Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan terhadap variable konsep diri diperoleh ρ sebesar 0.000, untuk dukungan sosial sebesar 0.003 dan untuk kematangan emosi sebesar 0.000. Distribusi data dapat dikatakan normal apabila diperoleh nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 ($\rho > 0.05$). Oleh karena itu, variabel konsep diri, dukungan sosial dan kematangan emosi tidak terdistribusi normal (tidak simetris). Lihat pada tabel 3.

Tabel 1. Hasil Uji Regresi

F	Sig.	R	R Square
20.492	0.000	0.587	0.344

Tabel 2. Koefisien Regresi Konsep Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Kematangan Emosi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	17.078	4.116		4.149	.000
Konsep Diri	-.197	.078	-.265	-2.539	.013
Dukungan Sosial	.501	.079	.665	6.376	.000

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig.
Konsep Diri	0.000
Dukungan Sosial	0.003
Kematangan Emosi	0.000

Tabel 4. Deskriptif Data Demografis

Keterangan	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	50	61,7%
Perempuan	31	38,3%
Pendidikan		
S1	53	66,5%
S2	28	34,5 %

Mayoritas responden dalam data ini adalah laki-laki, dengan jumlah 50 orang atau 61,7%, sementara perempuan hanya berjumlah 31 orang atau 38,3%. Dari segi tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan S1 sebanyak 53 orang atau 66,5%, sedangkan responden dengan pendidikan S2 berjumlah 28 orang atau 34,5%. Data ini menunjukkan bahwa proporsi responden laki-laki dan tingkat pendidikan S1 lebih dominan dibandingkan kategori lainnya (lihat pada tabel 4).

Berdasarkan analisis deskriptif, data mengenai konsep diri menunjukkan bahwa rata-rata empiris ($x = 55,32$) lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata hipotetik ($\mu = 46$). Hal ini mengindikasikan bahwa konsep diri mahasiswa yang dibesarkan oleh ibu tunggal berada dalam kategori sedang. Selanjutnya, analisis deskriptif untuk data

dukungan sosial juga menunjukkan bahwa rata-rata empiris ($x = 35,8$) lebih tinggi daripada rata-rata hipotetik ($\mu = 34$), yang mengisyaratkan bahwa dukungan sosial yang diterima mahasiswa dari ibu tunggal juga berada dalam kategori sedang.

Dalam hal kematangan sosial, analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata empiris ($x = 45,59$) melebihi rata-rata hipotetik ($\mu = 38$), menandakan bahwa kematangan emosi mahasiswa yang diasuh oleh ibu tunggal juga tergolong dalam kategori sedang. Hasil perhitungan rata-rata berdasarkan usia subjek mengungkapkan adanya perbedaan dalam konsep diri, dukungan sosial, dan kematangan emosi yang dimiliki oleh partisipan. Informasi mengenai hasil dan kategori berdasarkan usia dapat dilihat dalam Tabel 5, sementara rata-rata deskriptif subjek berdasarkan jenis kelamin tercantum di Tabel 6.

Tabel 5. Mean dan Kategori Berdasarkan Usia Partisipan

Usia	Konsep Diri	Dukungan Sosial	Kematangan Emosi
19 – 24	34,5 (sedang)	42,45 (tinggi)	27,36 (sedang)
25 – 30	40,23 (sedang)	34,65 (sedang)	30,78 (sedang)
31 - 36	43,01 (tinggi)	48,23 (tinggi)	47,52 (tinggi)

Tabel 6. Mean dan Kategori Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Konsep Diri	Dukungan Sosial	Kematangan Emosi
Laki - Laki	53,58 (Sedang)	36,45 (sedang)	43,9 (sedang)
Perempuan	55,68 (sedang)	43,46 (sedang)	47,5 (tinggi)

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Hal ini disebabkan oleh kenyataan bahwa individu yang dibesarkan oleh ibu tunggal, serta mengalami berbagai keterbatasan, seperti kurangnya figur ayah dan tekanan sosial-ekonomi, dapat terpengaruh dalam pembentukan konsep diri mereka. Remaja dengan konsep diri yang kuat cenderung lebih mampu mengelola perasaan, seperti kecemasan, frustrasi, atau kesedihan akibat situasi keluarga yang tidak utuh, serta lebih siap dalam menghadapi tantangan emosional sehari-hari. Sebaliknya, konsep diri yang rendah dapat meningkatkan kerentanan mereka terhadap stres emosional, yang pada gilirannya dapat menghambat proses perkembangan kematangan emosi yang diperlukan untuk berfungsi secara sehat dalam hubungan sosial dan akademik (Muawanah dan Pratikto, 2021; Suroso, 2013).

Temuan ini sejalan dengan teori yang diajukan oleh Lestari (2013) yang menyatakan bahwa dukungan orang tua memberikan

dampak positif pada kepuasan hidup individu. Dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan dan eksistensi individu, serta memberikan bantuan, semangat, penerimaan, dan perhatian, yang mencerminkan kematangan emosi yang baik. Ketika individu merasa didukung oleh keluarga dan teman-teman, mereka cenderung lebih percaya diri dan merasa lebih berarti, sehingga dapat memberikan makna yang lebih dalam dalam hidup mereka.

Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Fajarwati (2014) menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya adalah sumber dukungan sosial yang paling signifikan bagi remaja. Teman sebaya menjadi sumber dukungan utama karena pada masa remaja, individu menghabiskan banyak waktu di luar rumah dan lebih dekat dengan kelompok (Hurlock, 1998). Meskipun ada remaja yang dibesarkan oleh orang tua tunggal, dukungan yang diberikan oleh orang tua tetap dapat memperkuat semangat anak dalam melakukan hal-hal positif, yang membuat mereka merasa memiliki dukungan.

Tanda kematangan emosi terlihat pada bagaimana individu mampu menilai situasi dengan kritis sebelum memberikan reaksi emosional. Mereka tidak bereaksi terburu-buru seperti anak-anak atau individu yang kurang matang. Dengan demikian, remaja dapat lebih bijaksana dalam mengelola rangsangan yang dapat menyebabkan ledakan emosi, sehingga menghasilkan reaksi emosional yang stabil tanpa perubahan yang drastis dari satu kondisi emosi ke kondisi lainnya. Oleh karena itu, sangat mungkin bagi mahasiswa yang memiliki tingkat kematangan emosi yang baik untuk mengendalikan diri meskipun dalam situasi sebagai anak dari orang tua tunggal. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kematangan emosi, antara lain perangai, sifat, karakter pribadi, pendapatan, pengaruh sosial budaya, serta pengalaman perpisahan yang dialami orang tua, baik yang disebabkan oleh kematian maupun perceraian.

Penelitian yang dilakukan oleh Sawitri (2017) menunjukkan perbedaan dalam kematangan emosi antara remaja yang diasuh oleh orang tua yang meninggal dunia dan mereka yang berasal dari orang tua yang bercerai. Meskipun keduanya dapat mencapai tingkat kematangan emosional tertentu dan tidak merugikan orang lain saat melampiaskan emosi, ada perbedaan dalam cara mereka menghadapinya. Remaja yang berasal dari keluarga yang mengalami perceraian cenderung mengekspresikan emosinya dengan cara yang lebih merugikan dirinya sendiri, misalnya dengan berteriak dan melampiaskan

kemarahan. Sementara itu, mereka yang kehilangan orang tua karena meninggal dunia lebih cenderung untuk berdiam diri, melakukan introspeksi, dan berserah kepada Allah, dengan pemikiran bahwa tindakan yang impulsif dapat berakibat negatif. Penelitian Hetherington (200) juga mendukung temuan ini, yang menyatakan bahwa perceraian dapat menyebabkan ketidakstabilan emosional, meningkatkan rasa cemas, tekanan, dan kemarahan. Kematangan emosi dapat dinilai baik jika seseorang mampu mengendalikan emosinya dan tidak meledakkan perasaannya di hadapan orang lain, melainkan mencari waktu dan tempat yang lebih tepat untuk melakukannya. Ada beberapa faktor yang dapat menjadi landasan kematangan emosi: pertama, kemampuan untuk mengapresiasi rasa cinta; kedua, kemampuan mengatasi ketegangan; ketiga, toleransi terhadap frustrasi; dan keempat, sikap dalam mengendalikan emosi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa konsep diri mahasiswa yang dibesarkan oleh ibu tunggal berada pada kategori sedang, begitu pula dukungan sosial dan kematangan emosi. Temuan ini menunjukkan adanya pengaruh yang cukup signifikan antara kontrol diri dan dukungan sosial terhadap kematangan emosi mereka. Kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 34% terhadap kematangan emosi, yang berarti pengaruhnya

cukup signifikan. Sementara itu, sekitar 42% pengaruh lainnya berasal dari faktor-faktor di luar penelitian ini. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat dilakukan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin berperan dalam mempengaruhi kematangan emosi mahasiswa yang dibesarkan oleh ibu tunggal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhada, I., & Susilarini, T. (2021). Hubungan antara konsep diri dan dukungan sosial dengan kematangan karir pada mahasiswa yang mengikuti kegiatan volunteer di komunitas investor anak muda. *Jurnal Ikraith Humaniora*, 5 (3), 63-68.
- Annisa, S. (2021). *Hubungan kematangan emosi dan dukungan sosial sengan penyesuaian diri pada siswa sma yang terdampak sistem zonasi di kota surakarta (Tesis diterbitkan)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Aridhona, J. (2017). Hubungan antara kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 9 (3).
- Cahyaningsih, R., & Dewi, D. (2019). Hubungan antara konsep diri dengan konformitas dalam gaya berpakaian pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6 (3), 1-7.
- Chapple, C., Pierce, H., & Jones, M. (2021). Gender, adverse childhood experiences, and the development of self-control. *Journal of Criminal Justice*, 74, 101811. doi:10.1016/j.jcrimjus.2021.101811.
- Cohen, S., & Syme, S. (1985). *Issue in the study and application of social support : Social support and health*. Academic Press Inc.
- Dilla, Zahara, & Nila. (2013). Pengaruh kematangan emosi pada remaja ditinjau dari pola asuh orang tua dan jenis kelamin. *Jurnal Psikologi*, 8 (01).
- Dini, N., Kusumastuti, W., & Hapsari, W. (2022). Gambaran kematangan emosi pada remaja yang diasuh orang tua tunggal. *Journal of Psychosociopreneur*, 1(2), 51-57. <https://doi.org/10.37729/jpsp.v1i2.1871>.
- Faradiba, F., Saleh, A., & Harisa, A. (2016). Emotional maturity of teenagers who have mothers as single parents in sma negeri 1 maiwa enrekang. *Indonesian Contemporary Nursing Journal (ICON Journal)*, 1(1), 38-45. <https://doi.org/10.20956/icon.v1i1.3367>.
- Fatchurahman, M., & Pratikto, H. (2012). Kepercayaan diri, kematangan emosi, pola asuh orang tua demokratis dan kenakalan remaja. *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, 1 (2), 77-87.

- Handayani, W. (2015). *Hubungan antara konsep diri dengan kematangan karir pada mahasiswa fakultas bahasa indonesia semester akhir universitas PGRI Palembang wulan handayani program studi psikologi fakultas psikologi universitas bina darma Palembang (Skripsi diterbitkan)*. Universitas Bina Darma Palembang.
- Hetherington, E.M., (2003), Social Support And The Adjustment Of Children In Divorced And Remarried Families, *Childhood, 10, 217-236*
- Jo, Y., & Bouffard, L. (2014). Stability of self-control and gender. *Journal of Criminal Justice, 42 (4), 356-365*.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi keluarga : Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Kencana Predana Media Group.
- Lingga, Z. (2017). Hubungan kematangan emosi dan interaksi sosial dengan penyesuaian diri siswa mtsn kabanjahe kabupaten karo. *Jurnal ANSIRU PAI, 1, 57-66*.
- Mariana, D. (2016). Pola asuh anak pada keluarga ibu single parent yang bercerai. *Jurnal Sociologique, 4 (4), 1-19*.
- Muawanah, L., & Pratikto, H. (2012). Kematangan emosi, konsep diri dan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi, 7 (1), 490-500*.
- Nashukah, F., & Darmawanti, I. (2013). Perbedaan kematangan emosi remaja ditinjau dari struktur keluarga. *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan, 3 (2)*.
- Sawitri, E. (2017). *Kematangan emosi pada remaja yang diasuh orang tua single parent pada mahasiswa universitas islam negeri raden fatah Palembang (Skripsi diterbitkan)*. Universitas Islam Negeri Raden Fatah.
- Tarigan, M. (2018). Hubungan dukungan sosial dengan subjective well-being pada remaja yang memiliki orang tua tunggal. *Jurnal Diversita, 4 (1), 1-8*.