

**PENGARUH KEMATANGAN EMOSI TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL  
REMAJA PENGGUNA *GADGET* DI SMP N 2 YOGYAKARTA**

**ARTIKEL *E-JOURNAL***



**Oleh:  
Rina Trifiana  
NIM. 11104241072**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
AGUSTUS 2015**

## PERSETUJUAN

Artikel *e-journal* yang berjudul "PENGARUH KEMATANGAN EMOSI TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL REMAJA PENGGUNA *GADGET* DI SMP N 2 YOGYAKARTA" yang disusun oleh Rina Trifiana, NIM 11104241072 ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk dipublikasikan.

Yogyakarta, 27 Juli 2015  
Dosen Pembimbing



Dr. Farida Agus Setiawati, M.Si  
NIP. 19720813 199802 2 001

## **PENGARUH KEMATANGAN EMOSI TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL REMAJA PENGGUNA GADGET DI SMP N 2 YOGYAKARTA**

### ***The Impact Emotional Maturity toward Prosocial Behavior of Teenager Gadget User in SMP N 2 Yogyakarta***

Oleh: Rina Trifiana, Bimbingan dan Konseling, Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas negeri Yogyakarta, rinatrifiana@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) kematangan emosi remaja pengguna *gadget*, 2) perilaku prososial remaja pengguna *gadget*, dan 3) pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial remaja pengguna *gadget* di SMP N 2 Yogyakarta. Pendekatan menggunakan kuantitatif dengan jenis kausalitas. Sampel penelitian adalah siswa kelas VII dan VIII di SMP N 2 Yogyakarta sebanyak 210 siswa. Teknik *sampling* menggunakan teknik *cluster random sampling*. Uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, diperoleh koefisien reliabilitas kematangan emosi sebesar 0,708 dan koefisien realibilitas perilaku prososial sebesar 0,863. Analisis data menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan: 1) kematangan emosi pada kategori rendah sebanyak 9 siswa, kategori sedang sebanyak 161 siswa, dan kategori tinggi sebanyak 40 siswa, 2) perilaku prososial pada kategori rendah sebanyak 75 siswa, kategori sedang sebanyak 109 siswa, dan kategori tinggi sebanyak 26 siswa, dan 3) ada pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial remaja pengguna *gadget* dengan nilai signifikansi ( $p$ ) 0,000. Koefisien determinasi ( $R$  *Square*) diperoleh nilai sebesar 0,104. Hal ini menunjukkan bahwa kematangan emosi mempengaruhi perilaku prososial sebesar 10,4%, sedangkan 89,6% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: *kematangan emosi, perilaku prososial*

#### **Abstract**

*The purpose of this research are to know: 1) emotional maturity of teenager gadget user, 2) prosocial behavior of teenager gadget user, and 3) the effect of emotional maturity toward prosocial behavior of teenager gadget user in SMP N 2 Yogyakarta. This research use causalitas-quantitative approach. The sample of this research are students in grade VII and VIII in SMP N 2 Yogyakarta about 210 students. This research use cluster random sampling technique. Alpha Cronbach is used for the reliability, with 0,708 of the reliability coefisien of emotional maturity and the reliability coefisien of prosocial behavior is 0,863. Data analysis technique that used is simple regretion analysis. The result of the research shows that: 1) the emotional maturity in low category is about 9 students, in middle category is about 161 students, and in high category is about 40 students; 2) prosocial behavior in low category is about 75 students, in middle category is about 109 students, and high category is about 26 students; and 3) there are an effect of emotional maturity toward prosocial behavior of teenager gadget user, with the value of significance ( $p$ ) 0,000. Determination coefisien ( $R$  *square*) is from 0,104. This shows us that emotional maturity affect prosocial behavior in about 10,4%, and 89,6% are affected by another factor.*

*Keyword: emotional maturity, prosocial behavior*

## PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk ciptaan Tuhan yang tidak dapat hidup sendiri. Individu perlu berinteraksi dengan individu yang lain, sehingga manusia juga disebut sebagai makhluk sosial. Remaja menjadi salah satu masa dimana individu mulai belajar menjalin hubungan sosial yang lebih luas lagi.

Perkembangan sosial remaja dapat dilihat dengan adanya dua macam gerak, yaitu bergerak memisahkan diri dari orang tua dan menuju ke arah teman sebayanya (Monks, 2002: 276). Remaja tetap menjadi bagian dari keluarga dan masih tinggal dengan orang tua, meskipun mulai memisahkan diri dari orang tua menuju teman sebayanya.

Pengalaman-pengalaman dalam interaksi sosial dalam keluarganya turut menentukan pula cara-cara tingkah lakunya terhadap orang lain dalam pergaulan sosial diluar keluarganya (Gerungan, 2004: 195). Sikap yang berkembang di lingkungan keluarga akan terbawa dalam lingkungan sosial individu.

Ketrampilan sosial perlu dikembangkan oleh individu sebagai makhluk sosial dalam membantu menjalin hubungan dengan orang. Salah satu ciri yang menunjukkan orang memiliki ketrampilan sosial yang baik adalah perilaku prososial (Philips dalam

Michelson, 1985: 41). Perilaku prososial sendiri juga sering dikenal sebagai perilaku menolong, meskipun perilaku prososial tidak hanya berupa tindakan menolong. Menolong orang lain menjadi suatu tuntutan individu sebagai makhluk sosial. Penyebaran tanggung jawab dan faktor lain dapat mempengaruhi seseorang akan merespons sehingga dapat menimbulkan tingkah laku prososial atau tindakan berdiam diri saja (Baron & Byrne, 2005: 96).

Perilaku menolong memang memiliki tujuan untuk memberikan pertolongan pada orang lain tanpa mengharap adanya keuntungan pada diri orang yang menolong. Secara teoritis, kondisi seperti ini akan sulit ditemukan apalagi pada saat ini (Faturachman, 2006: 73). Sekarang ini, tidak sedikit orang yang menolong karena menginginkan sesuatu, meskipun itu hanya sebuah pujian. Hal ini bukan berarti sudah tidak ada orang yang menolong dengan ikhlas tanpa mengharapkan imbalan apapun. Masih banyak juga orang yang menolong dengan ikhlas.

Gerakan modernisasi pada era globalisasi yang meliputi segenap aspek kehidupan manusia menimbulkan terjadinya pergeseran pada pola interaksi antar individu dan berubahnya nilai-nilai

dalam kehidupan bermasyarakat (Nur Asia, 2008). Nilai-nilai di masyarakat yang secara perlahan berubah ini menjadikan terjadinya perubahan perilaku pada masyarakat itu sendiri.

Salah satu perubahan yang terlihat di lingkungan masyarakat modern ini adalah penggunaan *gadget* yang mengakibatkan terjadinya pergeseran perilaku. Pada saat *gadget* belum menjadi tren seperti sekarang ini, masih banyak ditemui anak-anak yang bermain bersama teman-temannya dengan dimana kerjasama dan keakraban masih terlihat jelas ketika anak-anak bermain dengan temannya. Saat ini, permainan yang dimainkan sudah beralih dengan *games* yang ada pada *gadget*. Hal ini menyebabkan terjadinya pergeseran nilai dan perilaku, dimana sebelum *gadget* muncul, permainan yang dimainkan lebih melibatkan banyak orang dibandingkan dengan permainan pada *gadget* yang bisa dimainkan oleh satu orang. Dengan demikian, dapat dikatakan terjadi pergeseran mengarah pada perilaku individualistik yang membuat individu menjadi egois sehingga merasa enggan untuk melakukan tindakan sosial termasuk perilaku prososial. Oleh karena itu, subjek dalam penelitian ini adalah remaja pengguna *gadget*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMP N 2 Yogyakarta, dapat diketahui bahwa hampir sebagian

besar siswa membawa *gadget* ke sekolah. Terkait perilaku prososial siswa, guru BK juga menuturkan bahwa beberapa siswa tidak mau membantu guru yang kesulitan membawa barang. Selain itu, pada saat kerja bakti membersihkan lingkungan sekolah, siswa terlihat kurang antusias.

Berdasarkan hasil observasi, dapat dilihat bahwa masih banyak siswa yang kurang memperhatikan hak orang lain saat berada di lingkungan sekolah. Pada saat istirahat dan pulang sekolah, masih banyak ditemui siswa yang berjalan berjajar hingga memenuhi jalan sehingga menghalangi orang lain yang melewati depan sekolah. Fenomena lain yang terjadi di sekolah adalah masih banyak siswa yang suka mengejek temannya tanpa mengetahui perasaan teman yang sedang diejek, meskipun ejekan yang dilakukan sebenarnya hanya gurauan.

Remaja sebagai makhluk sosial juga diharapkan mampu menunjukkan perilaku prososialnya kepada orang lain. Pada kenyataannya, saat ini banyak remaja yang melakukan perilaku anti sosial seperti vandalisme yang juga terjadi di lingkungan SMP N 2 Yogyakarta. masa remaja, terjadi ketegangan emosi yang bersifat khas yang biasanya disebut *storm and stress*, yaitu masa yang menggambarkan keadaan emosi remaja yang tidak menentu, tidak stabil, dan meledak-ledak (Rita, dkk., 2008: 135).

Bahaya psikologis masa remaja pokok berkisar di sekitar kegagalan menjalankan peralihan psikologis ke arah kematangan. Penting bagi remaja untuk menunjukkan tanda-tanda peningkatan kematangan jika ingin membuat penyesuaian pribadi dan sosial yang baik (Hurlock, 1980: 237). Lingkungan keluarga dan teman sebaya dapat mempengaruhi remaja dalam menyelesaikan peralihan psikologis ini. Kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang tua atau pengakuan dari teman sebaya akan membuat remaja mengalami kecemasan, perasaan tertekan atau ketidaknyamanan emosional (Syamsu Yusuf, 2006: 197). Adanya ketidaknyamanan emosional ini akan menimbulkan tingkah laku yang menyimpang seperti berkelahi, bertengkar, pendiam, membangkang bahkan meminum minuman keras atau menggunakan obat-obat terlarang. Bahaya seperti ini muncul ketika remaja tidak dapat menyesuaikan diri dengan perubahan dan perkembangan emosinya.

Salah satu kasus yang mencerminkan kegagalan remaja dalam menyesuaikan peralihan psikologis dalam dirinya adalah kasus mabuk-mabukan geng motor yang terjadi di Batam. Dalam kasus ini, sebanyak 16 remaja yang tergabung dalam geng motor ditangkap petugas

kepolisian karena meminum-minuman keras (*beritasatu.com*).

Berdasarkan beberapa contoh kasus yang telah disebutkan, dapat dilihat bahwa kematangan emosi individu mempengaruhi perilaku yang akan ditunjukkan oleh individu termasuk perilaku prososialnya. Faktor yang mempengaruhi perilaku prososial memang terdiri dari berbagai macam hal antara lain atribusi, empati, jenis kelamin, pola asuh, suasana hati, dan sebagainya. Sears dkk., (1985: 66) menyebutkan bahwa suasana perasaan positif yang hangat meningkatkan kesiapan untuk melakukan tindakan prososial. Dengan kata lain, kematangan emosi diperlukan ketika suasana hati individu dalam keadaan kurang baik agar individu tersebut mampu mengendalikan emosi negatifnya sehingga dapat melakukan tindakan prososial. Hasil penelitian penelitian Gusti Yuli Asih dan Margaretha (2010) yang melibatkan guru SMA juga menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara empati dan kematangan emosi dengan perilaku prososial. Dengan matangnya emosi individu, maka individu dapat bertindak tepat dan wajar sesuai dengan situasi dan kondisi dengan tetap mengedepankan tugas dan tanggung jawabnya.

Berdasarkan kasus dan fenomena yang ada, peneliti tertarik untuk meneliti kematangan emosi dan perilaku prososial

remaja pengguna *gadget*. Semakin tingginya penggunaan *gadget* di era globalisasi ini menjadikan terjadinya perubahan pada individu termasuk perubahan perilaku individu itu sendiri. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial remaja pengguna *gadget* di SMP N 2 Yogyakarta.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Pendekatan penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis kausalitas.

### **Variabel Penelitian**

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu kematangan emosi dan perilaku prososial.

### **Definisi Operasional**

Kematangan emosi merupakan suatu keadaan mencapai tingkat kedewasaan perkembangan emosional, dimana individu dapat mengenali emosi dalam diri dan mengungkapkan emosinya dengan cara yang tepat dan dapat diterima orang lain. Kematangan emosi dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala kematangan emosi yang disusun berdasarkan aspek kontrol emosi, aspek penggunaan fungsi kritis mental, dan aspek pemahaman diri.

Perilaku prososial adalah perilaku positif yang dapat memberikan keuntungan kepada orang lain mencakup tindakan-tindakan berbagi, kerjasama, menyumbang, menolong, persahabatan, dan mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain. Perilaku prososial dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala perilaku prososial yang disusun berdasarkan aspek menolong, kerjasama, berbagi, menyumbang, dan mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain.

### **Sampel Penelitian**

Sampel penelitian adalah siswa kelas VII dan VIII SMP N 2 Yogyakarta sejumlah 210 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *proportional random sampling*.

### **Metode Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kematangan emosi dan skala perilaku prososial. Setiap skala memiliki 4 tingkatan jawaban, yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai.

### **Uji Instrumen**

#### **1. Uji Validitas**

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi yang ditelaah oleh ahli (*expert judgement*). Validitas instrumen dalam penelitian ini dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif. Hasil validitas secara kualitatif diperoleh dari

keputusan kedua *expert* bahwa instrumen digunakan tanpa perbaikan dan dengan perbaikan berbagai kalimat yang belum sesuai. Selanjutnya validitas secara kuantitatif diperoleh dari validitas isi Gregory dengan ketentuan sebagai berikut.

Tabel 1. Validitas Isi dari Gregory

		<i>Expert Judgement</i> 1	
		Kurang Relevan	Sangat Relevan
<i>Expert judgement</i> 2	Kurang Relevan	A	B
	Sangat Relevan	C	D

$$\text{Konten Validitas} = \frac{D}{A + B + C + D}$$

Berdasarkan rumus di atas diperoleh nilai konten validitas instrumen kematangan emosi 0,97 dan nilai konten validitas perilaku prososial 0,96. Dengan demikian kedua instrumen dapat dinyatakan memiliki validitas yang tinggi karena memiliki nilai  $\geq 0,6$ .

## 2. Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas skala kematangan emosi dan skala perilaku prososial dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Diperoleh nilai koefisien reliabilitas kematangan emosi 0,708 dan koefisien realibilitas perilaku prososial 0,863.

## Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Kematangan Emosi

Skala kematangan emosi terdiri dari 27 item yang valid dengan skor jawaban terendah 1 dan tertinggi 4.

Tabel 2. Deskripsi Penilaian Data Kematangan Emosi

	Kematangan Emosi
N valid	210
Rata-rata	79,7667
Median	80,0000
Modus	81,00
Std. Deviasi	7,6937
Minimum	48,00
Maksimum	104,00

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai minimum untuk skala kematangan emosi sebesar 48,00 dan nilai maksimum sebesar 104,00. Nilai rata-rata kematangan emosi sebesar 79,77, sedangkan standar deviasinya sebesar 7,69.

Tabel 3. Batas Skor Kategori Kematangan Emosi

Kategori	Skor				
Tinggi	:	X	$\geq$	85,33	
Sedang	:	66,67	$\leq$	X	< 85,33
Rendah	:	X	<	66,67	

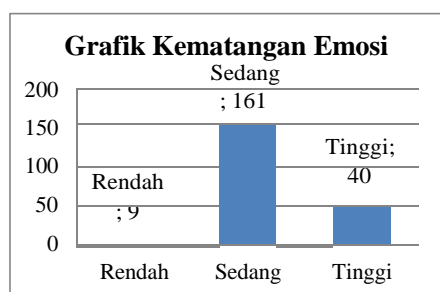
Berdasarkan tabel di atas, dapat peroleh distribusi frekuensi kategorisasi kematangan emosi yang dapat dilihat pada tabel berikut.



Tabel 4. Kategori Kematangan Emosi

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	9	4,28%
2	Sedang	161	76,67%
3	Tinggi	40	19,05%
Jumlah		210	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari siswa 210 di SMP N 2 Yogyakarta terdapat 9 siswa (4,28%) yang memiliki kematangan emosi rendah, 161 siswa (76,67%) yang memiliki kematangan emosi sedang, dan 40 siswa (19,05%) yang memiliki kematangan emosi tinggi. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa di SMP N 2 Yogyakarta memiliki kematangan emosi pada kategori sedang.



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Kematangan Emosi

### Perilaku Prososial

Skala perilaku prososial terdiri dari 40 item yang valid dengan skor jawaban terendah 1 dan tertinggi 4.

Tabel 5. Deskripsi Penilaian Data Perilaku Prososial

	Perilaku Prososial
N Valid	210
Rata-rata	123,3143
Median	122,0000
Modus	118,00
Std. Deviasi	10,3672
Minimum	100,00
Maksimum	155,00

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai minimum untuk skala perilaku prososial sebesar 100,00 dan nilai maksimum sebesar 155,00. Nilai rata-rata perilaku prososial sebesar 123,31, sedangkan standar deviasinya sebesar 10,37.

Tabel 6. Batas Interval Skor Perilaku Prososial

Kategori	Skor
Tinggi	: X $\geq$ 136,7
Sedang	: 118,3 $\leq$ X $<$ 136,7
Rendah	: X $<$ 118,3

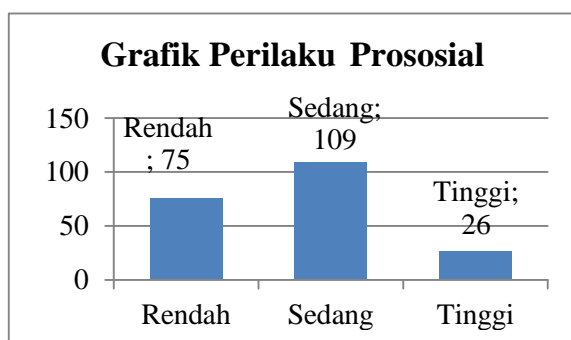
Berdasarkan tabel di atas, dapat diperoleh distribusi frekuensi kategorisasi perilaku prososial yang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7. Kategori Perilaku Prososial

Perilaku Prososial			
No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	75	35,72%
2	Sedang	109	51,90%
3	Tinggi	26	12,38%
Jumlah		210	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 210 siswa di SMP N 2 Yogyakarta terdapat 75 siswa (35,72%)

memiliki perilaku prososial dalam kategori rendah, 109 siswa (51,90%) memiliki perilaku prososial dalam kategori sedang, dan 26 siswa (12,38%) memiliki perilaku prososial dalam kategori tinggi. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa di SMP N 2 Yogyakarta memiliki perilaku prososial pada kategori sedang.



Gambar 2. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Perilaku Prososial

### Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi yaitu penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh antara variabel kematangan emosi terhadap variabel perilaku prososial.

### Uji Hipotesis

Analisis data yang dilakukan sebelum uji hipotesis adalah uji normalitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui skor variabel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* melalui program *SPSS for Windows versi 19.00*. Hasil uji

normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas

	<i>Unstandardized Residual</i>
Kolmogorov-Smirnov Z	1,063
Asymp. Sig. (2-tailed)	,209

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai signifikansi (p) menunjukkan nilai sebesar 0,209. Nilai yang diperoleh tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p) lebih besar dari taraf signifikansi 5%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebaran data variabel kematangan emosi dan perilaku prososial dalam penelitian ini dapat dikatakan normal, sehingga asumsi normalitas data untuk variabel penelitian ini terpenuhi.

Hipotesis yang diajukan sebelum penelitian dilakukan adalah “ada pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial pada remaja pengguna *gadget* di SMP N 2 Yogyakarta” yang kemudian disebut dengan hipotesis alternatif ( $H_a$ ), sedangkan hipotesis nihil ( $H_o$ ) dalam penelitian ini adalah “tidak ada pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial pada remaja pengguna *gadget*”. Hasil uji regresi kedua variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 9. Hasil Uji Regresi Hipotesis

Model	Jumlah Kuadrat	df	Rata-rata Kuadra	F	Sig.
Regresi	2337,3	1	2337,3	24,156	,000
Residual	20125,9	208	96,7		
Total	22463,2	209			

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai  $F_{hitung}$  sebesar 24,156 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang memiliki nilai  $< 0,05$ . Dengan nilai signifikansi ( $p$ )  $< 0,05$  menunjukkan pengaruh yang signifikan. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, yaitu “ada pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial remaja pengguna *gadget* di SMP N 2 Yogyakarta” dan hipotesis nihil ( $H_o$ ) ditolak.

Persamaan garis regresi yang diperoleh dalam penelitian ini adalah  $Y = 88,643 + 0,435 X$ . Koefisien determinasi ( $R Square$ ) diperoleh nilai sebesar 0,104. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa kematangan emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 10,4% terhadap perilaku prososial.

### Pembahasan

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa dari 210 siswa di SMP N 2 Yogyakarta terdapat 9 siswa (4,28%) yang memiliki kematangan emosi rendah, 161 siswa (76,67%) yang memiliki kematangan emosi sedang, dan 40 siswa (19,05%) yang

memiliki kematangan emosi tinggi. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa rata-rata kematangan emosi siswa di SMP N 2 Yogyakarta berada pada kategori sedang.

Individu yang matang emosinya dapat mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Seperti halnya dengan siswa di SMP N 2 Yogyakarta yang rata-rata memiliki kematangan emosi sedang. Hal ini dapat diartikan, sebagian besar siswa di SMP N 2 Yogyakarta sudah dapat mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Sejalan dengan Kartono (dalam Gusti Yuli dan Margaretha, 2010: 36) yang mengartikan kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pada emosional seperti pada masa kanak-kanak.

Siswa di SMP N 2 Yogyakarta yang sudah mampu mengontrol emosinya berarti dapat mengungkapkan emosi dengan tepat dan tidak menunjukkan kemarahan di depan orang lain. Hal ini sejalan dengan Hurlock (1980: 213) yang telah menjelaskan bahwa remaja yang telah mencapai kematangan emosi dapat mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima, melihat waktu dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya serta tidak

menunjukkan rasa amarah di depan umum.

Siswa SMP berada pada masa remaja awal dengan rentang usia 13-15 tahun. Pada usia remaja awal, remaja cenderung menunjukkan emosi yang kuat terhadap berbagai peristiwa yang menyebabkan remaja mudah tersinggung/marah atau mudah sedih/murung. Hal ini akan berbeda ketika remaja mulai memasuki usia remaja akhir dimana emosi yang ditunjukkan lebih dapat dikendalikan (Syamsu Yusuf, 2006: 197). Namun dalam hal ini, hasil penelitian menunjukkan kematangan emosi siswa di SMP N 2 Yogyakarta berada dalam kategori sedang. Dengan demikian, meskipun masih berada dalam usia remaja awal, siswa di SMP N 2 Yogyakarta sudah mampu mengontrol emosi yang ada pada dirinya, berpikir sebelum bertindak dan memahami emosi yang ada pada dirinya. Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kematangan emosi seseorang seperti, kondisi sosio emosional lingkungan, interaksi dengan teman sebaya, dan pola interaksi dengan orang tua.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilihat bahwa dari 210 siswa di SMP N 2 Yogyakarta terdapat 75 siswa (35,72%) memiliki perilaku prososial dalam kategori rendah, 109 siswa (51,90%) memiliki perilaku prososial dalam kategori sedang, dan 26 siswa (12,38%) memiliki perilaku

prososial dalam kategori tinggi. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa rata-rata perilaku prososial siswa di SMP N 2 Yogyakarta berada pada kategori sedang.

Berdasarkan data hasil kategorisasi tersebut dapat dilihat bahwa cukup banyaknya siswa yang memiliki perilaku prososial pada kategori rendah, yaitu mencapai 35,72 % dan kategori sedang mencapai 51,90%, dimana selisih persentase antara kategori sedang dan rendah tidak jauh. Dengan demikian, observasi yang dilakukan sebelum penelitian dilakukan sesuai dengan hasil penelitian yang diperoleh, dimana perilaku prososial siswa di SMP N 2 Yogyakarta masih kurang dan perlu ditingkatkan lagi.

Perilaku prososial yang masih kurang dapat terjadi karena faktor tempat tinggal. Letak SMP N 2 Yogyakarta yang berada di perkotaan menjadikan sebagian besar siswanya berasal dari daerah perkotaan. Hal ini menyebabkan kecenderungan menolong lebih kecil dari pada siswa yang berasal dari daerah pedesaan. Sejalan dengan Sarlito dan Meinarno (2009: 136) yang menjelaskan bahwa orang yang tinggal di daerah pedesaan cenderung lebih penolong daripada orang yang tinggal di daerah perkotaan.

Faktor lain yang menjadikan perilaku prososial pada siswa di SMP N 2 Yogyakarta masih kurang adalah usia yang

berkisar antara 13-15 tahun, dimana pada usia remaja awal ini sedang berkembang kemampuan memahami orang lain. Pemahaman ini mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial yang lebih akrab dengan orang lain terutama teman sebaya baik melalui persahabatan maupun percintaan (Syamsu Yusuf, 2006: 198). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa pada usia SMP, remaja masih dalam tahap belajar menjalin hubungan sosial dengan orang lain sehingga perilaku prososial yang muncul cenderung lebih kecil.

Berdasarkan hasil analisis uji regresi yang telah dilakukan, diperoleh nilai  $F_{hitung}$  sebesar 24,156 dan nilai signifikansi ( $p$ ) = 0,000, dimana nilai signifikansi ( $p$ ) lebih kecil dari taraf signifikansi 5%. Nilai signifikansi ( $p$ ) < 0,05 menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial remaja pengguna *gadget*. Hasil yang diperoleh dalam uji regresi ini sesuai dengan hipotesis utama yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu “ada pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial remaja pengguna *gadget* di SMP N 2 Yogyakarta”.

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,104, sehingga dapat dikatakan bahwa kematangan emosi memberikan sumbangan/kontribusi

terhadap perilaku prososial sebesar 10,4%. Dengan kata lain, kematangan emosi mempengaruhi perilaku prososial sebesar 10,4 % dan sisanya sebesar 89,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang dalam penelitian ini tidak dibahas seperti empati, pola asuh orang tua, model-model prososial dan sebagainya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kematangan emosi mempengaruhi perilaku prososial. Individu yang memiliki kematangan emosi berarti individu tersebut dapat mengontrol emosinya, memahami emosi yang dirasakan, dan dapat berpikir terlebih dahulu sebelum mengambil tindakan. Sementara itu ketika dalam suasana hati negatif, individu yang emosinya kurang matang cenderung akan enggan melakukan tindakan prososial.

Suasana hati yang baik dapat menyebabkan berkurangnya perilaku menolong apabila tingkah laku prososial itu sendiri dapat merusak suasana hati baik seseorang (Isen dalam Baron & Byrne, 2005: 110). Artinya, perilaku prososial tidak terlihat apabila calon penolong beranggapan bahwa suasana hati yang sedang baik akan rusak apabila memberikan pertolongan. Hal ini dimaksudkan bahwa individu yang kurang matang emosinya akan mudah terpengaruh dengan suasananya hatinya sehingga enggan menolong jika tindakan yang diambil dapat merusak suasana hatinya

yang sudah baik. Orang yang matang emosinya tidak mudah terpengaruh dengan suasana hati yang dirasakan, sehingga tidak akan membiarkan orang lain yang membutuhkan bantuan semakin kesulitan karena tidak segera ditolong. Adanya emosi yang matang menjadikan seseorang dapat bertindak dengan tepat dan wajar, serta menjadikan seseorang dapat berpikir dengan jernih tanpa terpengaruh oleh suasana hati.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Tutik (2013) tentang kematangan emosi, religiusitas dan perilaku prososial perawat di rumah sakit yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara kematangan emosi perawat di Rumah Sakit Bunda Surabaya dengan perilaku prososialnya. Berbagai penelitian dan teori yang telah dijelaskan sebelumnya semakin memperkuat hasil penelitian ini bahwa kematangan emosi mempengaruhi perilaku prososial remaja pengguna *gadget*.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil kategorisasi skor kematangan emosi menunjukkan bahwa terdapat 9 siswa (4,28%) yang memiliki kematangan emosi rendah, 161 siswa

(76,67%) yang memiliki kematangan emosi sedang, dan 40 siswa (19,05%) yang memiliki kematangan emosi tinggi.

2. Berdasarkan hasil kategorisasi skor perilaku prososial menunjukkan bahwa dari 210 siswa di SMP N 2 Yogyakarta terdapat 75 siswa (35,72%) memiliki perilaku prososial dalam kategori rendah, 109 siswa (51,90%) memiliki perilaku prososial dalam kategori sedang, dan 26 siswa (12,38%) memiliki perilaku prososial dalam kategori tinggi.
3. Ada pengaruh kematangan emosi terhadap perilaku prososial pada remaja pengguna *gadget* yang ditunjukkan dengan nilai  $F_{hitung}$  sebesar 24,156 dan  $p = 0,000$ . Nilai koefisien determinasi (*R square*) yang diperoleh sebesar 0,104 yang berarti bahwa kematangan emosi memberikan sumbangan sebesar 10,4% terhadap perilaku prososial, sedangkan 89,6% dipengaruhi faktor lain.

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti mengajukan saran-saran antara lain:

1. Bagi Siswa

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, perilaku prososial siswa yang berada pada kategori sedang cenderung rendah, maka siswa dapat meningkatkan perilaku prososial

dimulai dengan mengikuti kegiatan-kegiatan sosial di lingkungan baik sekolah maupun masyarakat.

## 2. Bagi Guru BK

Hasil penelitian yang menunjukkan perilaku prososial siswa yang berada di kategori sedang cenderung rendah dapat ditindaklanjuti Guru BK dengan memberikan layanan bimbingan baik berupa bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok. Dalam meningkatkan perilaku prososial siswa, guru BK juga dapat memberikan bimbingan melalui sosiodrama.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti perilaku prososial dapat memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku prososial. Bagi peneliti yang akan meneliti dengan menggunakan variabel yang sama di SMP N 2 Yogyakarta, dapat melakukan penelitian tindakan kelas ataupun penelitian eksperimen.

## DAFTAR PUSTAKA

- Baron & Byrne. (2005). *Psikologi sosial, Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Gerungan. (2004). *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama
- Gusti Yuli Asih dan Margaretha Maria Shinta. (2010). Perilaku Prososial ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi* Vol. 1, No. 1. Hal 33-42.

Michelson., Sugai, dkk. (1985). *Social Skill Assessment and Training With Children*. New York: Plenum Press.

Monks, F. J., Knoers, A. M. P. (2002). *Psikologi Perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*. Penyesuaian kembali: Siti Rahayu. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.

Nur Asia. (2008). Hubungan antara Harga Diri dan Asertivitas dengan Perilaku Prososial Remaja. Skripsi. UMS.

Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.

Sarlito Wirawan Sarwono dan Meinarno. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

Sears, D. O., Freedman, J. L., & Peplau, L. A. (1985). *Psikologi Sosial, Jilid 2 Edisi 5*. (Alih Bahasa: Michael Adryanto). Jakarta: Erlangga.

Syamsu Yusuf. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Rosdakarya.

Tutik Dwi Haryati. (2013). Kematangan Emosi, Religiusitas dan Perilaku Prososial Perawat di Rumah Sakit. *Jurnal Psikologi Indonesia* Vol. 2, No. 1, Hal 162-172. Pascasarjana Untag Surabaya.

YUD. (2015). *Mabuk-mabukan 16 Remaja Anggota Geng Motor Diamankan*. Diakses dari [beritasatu.com/nasional/245811-mabuk-mabukan-16-remajaanggota-geng-motor-diamankan.html](http://beritasatu.com/nasional/245811-mabuk-mabukan-16-remajaanggota-geng-motor-diamankan.html) pada tanggal 10 Februari 2015 pukul 15.50 WIB

