

PENGARUH KEMATANGAN EMOSI TERHADAP PENGUNGKAPAN DIRI PADA PENGURUS OSIS SMKN 1 SAPURAN

THE INFLUENCE OF EMOTIONAL MATURITY TOWARDS SELF DISCLOSURE IN STUDENT ORGANISATION OF SMKN 1 SAPURAN

Oleh : Rizki Eka Prasetya, bimbingan dan konseling, universitas negeri yogyakarta
rizkiprasetya44@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kematangan emosi terhadap pengungkapan diri pengurus Organisasi Siswa Intra Sekolah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasi sebab-akibat. Subyek dalam penelitian ini yaitu pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran yang berjumlah 32 orang terdiri dari 12 laki-laki dan 20 perempuan dengan rentang usia 16 – 17 tahun. Instrumen yang digunakan adalah skala kematangan emosi dan skala pengungkapan diri. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan *SPSS versi 21.00 For Windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara tingkat kematangan emosi terhadap tingkat pengungkapan diri. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kematangan emosi maka semakin tinggi juga tingkat pengungkapan diri pada individu. Kontribusi yang diberikan kematangan emosi terhadap pengungkapan diri sebesar 18,5% sedangkan 81,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: kematangan emosi, pengungkapan diri pengurus OSIS

Abstract

The aim of this research is to know the influence of emotional maturity towards self disclosure on student organisation. This research is using quantitative approach with causal correlation analysis. This research subject consist 32 people of student organisation staff including 12 boys and 20 girls in 16-17 years old . This research instrument is the scales of emotional maturity and self disclosure. Simple regression has use with SPSS 21.00 Windows version. The result of this research is there was positive influence between emotional maturity towards self disclosure. Its means that The higher of emotional maturity level also causing the self disclosure in higher level. The contribution of emotional maturity towards self disclosure is 18,5 % while 81,5 % influenced by other factor.

Keyword : Emotional maturity, self disclosure in student organisation

PENDAHULUAN

Keterampilan sosial merupakan kemampuan atau kecakapan yang dimiliki seseorang untuk menyesuaikan diri dan berinteraksi dengan lingkungannya meliputi kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, memberi dan menerima kritik yang diberikan oleh orang lain (Zainun dalam Wati Sudarsih, 2011). Seseorang yang memiliki keterampilan sosial akan dapat menyesuaikan diri

dengan lingkungan sosialnya dan mampu bekerja sama dengan orang lain. Hal ini berarti keterampilan dalam membangun hubungan dengan orang lain penting untuk dikembangkan oleh setiap individu termasuk peserta didik. Salah satu cara untuk melatih keterampilan sosial peserta didik adalah dengan mengikuti Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) (Mamat Supriatna dalam Dyah Nursanti, 2013: 9).

Organisasi merupakan interaksi - interaksi orang dalam sebuah wadah untuk melakukan

kegiatan demi sebuah tujuan yang sama (Didin Hafidhuddin dan Hendri Tanjung, 2008: 27). Siswa yang menjadi pengurus organisasi memiliki tujuan yang sama yaitu untuk melaksanakan semua program kerja yang disusun selama satu tahun periode kepengurusan. Selain itu OSIS merupakan wadah bagi siswa untuk mengembangkan kemampuan interaksi sosial (Alfian Yanis dan Hadi Warsito, 2013: 106).

Interaksi sosial adalah suatu proses hubungan yang dinamis dan saling mempengaruhi antara individu (Suranto A.W, 2011: 5). Siswa yang menjadi pengurus OSIS memiliki interaksi yang lebih variatif dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti organisasi karena susunan pengurus OSIS terdiri dari dua angkatan yang berbeda, kelas yang berbeda, bahkan jurusan yang bermacam-macam.

Kemampuan siswa dalam berinteraksi tentu melibatkan komunikasi dalam prosesnya. Menurut Rogers dan Kincaid (dalam Hafied Cangara, 2007: 20) komunikasi adalah proses pertukaran informasi dengan menyampaikan gagasan atau perasaan agar mendapat tanggapan dari orang lain dan dapat mengekspresikan dirinya yang unik. Informasi yang disampaikan dalam komunikasi dapat berupa identitas diri, pikiran, perasaan, penilaian terhadap keadaan sekitar, pengalaman masa lalu, dan rencana masa depan yang sifatnya rahasia atau tidak. Proses penyampaian informasi yang berhubungan dengan diri kepada orang lain tersebut oleh Jourard (dalam Retno Puspito Sari, Tri Rejeki .A, Achmad Mujab .M, 2006) disebut dengan pengungkapan diri (*self disclosure*).

Dalam interaksi antara individu dengan orang lain, bagaimana orang lain akan menerima

atau menolak dan bagaimana mereka ingin orang lain mengetahui tentang mereka atau tidak sangat ditentukan oleh individu dalam mengungkapkan dirinya (Tri Dayakisni dan Hudaniah, 2012: 72). Individu yang memiliki pengungkapan diri tinggi cenderung dapat mengungkapkan pandangan, ide-ide, atau gagasan secara jelas tanpa menyakiti perasaan orang lain (Ifdil .I dkk, 2013). Tanpa pengungkapan diri, individu cenderung mendapat penerimaan sosial kurang baik sehingga berpengaruh pada perkembangan kepribadiannya. Selain itu individu yang kurang mampu dalam pengungkapan diri terbukti tidak mampu menyesuaikan diri, kurang percaya diri, timbul perasaan takut, cemas, merasa rendah diri dan tertutup (Johnson dalam Maryam B. Gainau, 2009).

Pada kenyataan dilapangan, meskipun siswa yang menjadi pengurus OSIS dituntut untuk dapat berinteraksi dengan siswa dari jurusan lain, namun bukan berarti setiap pengurus OSIS telah memiliki pengungkapan diri yang baik. Sebagai contoh pada pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti pada Ketua OSIS periode 2015/1016 pada tanggal 11 Januari 2016, bahwa sebagian besar pengurus OSIS yang dipimpinnnya terutama yang berasal dari kelas X cenderung jarang untuk mengungkapkan pendapat atau pemikirannya dalam rapat. Kondisi tersebut terlihat dari kurangnya interaksi dalam keseharian diantara pengurusnya sehingga sering terjadi kesalahpahaman.

Senada dengan informasi dari Ketua OSIS, Guru BK dan Pembina OSIS SMK N 1 Sapuran juga menyebutkan adanya pengurus

OSIS yang cenderung tertutup baik saat berinteraksi dengan Pembina ataupun saat rapat. Hal tersebut terlihat saat anggota OSIS yang cenderung tertutup tidak mengungkapkan gagasannya kepada Pembina OSIS atau saat rapat bersama antara pengurus OSIS dan Pembina OSIS. Selain itu tambahan informasi juga disampaikan oleh Sekretaris OSIS yang mengatakan bahwa ada pengurus OSIS yang sudah dapat mengungkapkan pendapatnya namun dengan kemarahan yang meluap-luap bahkan sampai meninggalkan forum rapat akibat pendapatnya belum diterima oleh seluruh pengurus.

Pengungkapan diri adalah pengungkapan reaksi atau tanggapan terhadap situasi yang sedang dihadapi serta memberikan informasi tentang masa lalu yang relevan atau berguna untuk memahami tanggapan dimasa kini (Johnson dalam Ika Mubarakah, 2015). Dalam definisi pengungkapan diri tersebut dijelaskan mengenai reaksi atau tanggapan yang erat kaitannya dengan salah satu karakteristik individu yang memiliki kematangan emosi. Sejalan dengan pendapat Bimo Walgito (2004: 45) yang mengatakan bahwa salah satu karakteristik individu yang memiliki kematangan emosi yaitu dapat mengatur pikirannya untuk memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya.

Katkovy dan Gorlow (dalam M. Ilmi Rizki T., 2011: 23) menjelaskan mengenai aspek-aspek kematangan emosi yaitu kemandirian, kemampuan menerima kenyataan, kemampuan beradaptasi, kemampuan merespon dengan tepat, kemampuan berempati, kemampuan menguasai amarah. Individu yang memiliki kematangan emosi akan memiliki kemampuan merespon

Pengaruh Kematangan Emosi (Rizki Eka Prasetya) 3
stimulus dengan tepat sebagai bentuk dari pengungkapan diri yang baik. Sejalan dengan pendapat Altman dan Taylor (dalam Maryam B. Gainau, 2009: 5) yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki pengungkapan diri mampu mengungkapkan informasi pribadinya dengan relevan atau tepat.

Kematangan emosi merupakan hal yang penting bagi Pengurus OSIS dalam menjalankan kepengurusan organisasi. Kematangan emosi diperlukan oleh setiap individu agar dapat mengontrol diri dalam menyatakan emosi baik secara perbuatan maupun perkataan. Menurut Walgito (dalam Tika Destytama Putri, 2007) individu yang matang emosinya akan dapat bersikap toleran, dapat mengontrol diri sendiri dan mampu mengungkapkan emosinya secara baik, berpikir objektif, menerima keadaan diri dan orang lain, tidak bersifat impulsif dan bertanggung jawab dengan baik.

Penelitian-penelitian terdahulu mengenai kematangan emosi telah dilakukan salah satunya yaitu Endah Susilowati (2013) yang meneliti mengenai hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian sosial pada siswa akselerasi tingkat SMP mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial. Kemudian Nadia Safitri (2010) yang meneliti mengenai hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian sosial siswa berbakat program akselerasi SMA Negeri 3 Tangerang Selatan, mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial siswa berbakat program akselerasi SMA Negeri 3 Tangerang Selatan. Penelitian kematangan emosi juga dilakukan oleh

Radhitia Paramitasari dan Ilham Nur Alvian (2012) yang meneliti tentang hubungan kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir. Semakin tinggi kematangan emosi pada remaja maka semakin tinggi kecenderungan memaafkan pada remaja akhir. Melihat dari penelitian sebelumnya, telah banyak dilakukan penelitian mengenai hubungan kematangan emosi dengan variabel lain namun pada kenyataannya belum ada penelitian yang mengungkap pengaruh kematangan emosi terhadap pengungkapan diri pada pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran.

Pengaruh kematangan emosi terhadap pengungkapan diri pada pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran perlu adanya kajian yang lebih mendalam karena lingkungan sosial yang lebih bervariasi dibandingkan dengan siswa yang tidak aktif dalam dunia organisasi. Hasil dalam penelitian ini selanjutnya diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru bimbingan dan konseling guna peningkatan potensi sosial siswa melalui Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS).

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi sebab-akibat.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK N 1 Sapuran yang beralamat di jalan Purworejo Km 19, Pecekelan, Sapuran, Wonosobo. Waktu penelitian ini terdiri dari pembuatan proposal pada bulan November 2015 sampai Februari 2016. Kemudian dilanjutkan pengambilan data

dilaksanakan pada Maret 2016. Data diolah dan dianalisis pada bulan Maret 2016.

Subyek Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik penelitian populasi, maka subjek penelitian dalam penelitian ini adalah pengurus organisasi siswa intra sekolah di SMK N 1 Sapuran periode 2015/2016. Jumlah pengurus organisasi siswa di SMK N 1 Sapuran berjumlah 32 siswa yang terdiri dari 4 jurusan yaitu Akuntansi, Teknik Kendaraan Ringan, Tata Busana dan Teknik Sepeda Motor.

Prosedur

Subyek penelitian mengisi identitas singkat kemudian mengisi instrumen skala kematangan emosi dan skala pengungkapan diri. Hasil isian skala untuk masing-masing skala dijumlahkan, sehingga mendapatkan jumlah skor masing-masing skala. Skor inilah yang digunakan dalam analisis data untuk menguji hipotesis.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode angket dalam bentuk skala. Angket dalam penelitian ini adalah angket kematangan emosi yang terdiri dari 44 butir item dan angket pengungkapan diri yang terdiri dari 40 butir item.

Jenis skala yang digunakan adalah angket tertutup dimana oleh peneliti sudah disediakan jawabannya sehingga responden hanya diminta untuk memilih. Item – item disusun dalam bentuk pernyataan sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Jenis pernyataan merupakan pernyataan positif dan negatif. Pada pernyataan positif bobot nilai untuk jawaban Sangat Sesuai = 4, Sesuai = 3, Tidak Sesuai = 2 dan Sangat Tidak Sesuai = 1.

Sedangkan untuk pernyataan negatif dengan bobot nilai untuk jawaban Sangat Sesuai = 1, Sesuai = 2, Tidak Sesuai = 3, Sangat Tidak Sesuai = 4.

Teknik Analisis Data

Teknik yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Adapun penentuan kategorisasi dilakukan berdasarkan tingkat diferensiasi yang diketahui yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *SPSS for Windows 21.0 Version*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Kematangan emosi

Data kematangan emosi yang diperoleh kemudian disajikan kriteria kecenderungan yang telah ditentukan. Berikut ini merupakan data kematangan emosi pada pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran.

Tabel 1. Data Kematangan Emosi Pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	$x \geq 102$	19	59,37 %
2	Sedang	$68 \leq x < 102$	13	40,62 %
3	Rendah	$x < 68$	0	0 %
Jumlah			32	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar pengurus OSIS memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi.

b. Pengungkapan Diri

Data Pengungkapan Diri yang diperoleh kemudian disajikan kriteria kecenderungan yang telah ditentukan.

Berikut ini merupakan data Pengungkapan Diri Pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran.

Tabel 2. Data Pengungkapan Diri Pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran.

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	$x \geq 108$	0	0 %
2	Sedang	$27 \leq x < 108$	32	100 %
3	Rendah	$x < 27$	0	0 %
Jumlah			32	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar pengurus OSIS memiliki tingkat pengungkapan diri yang tergolong sedang.

Selanjutnya dilakukan uji analisis regresi untuk mengetahui linear sederhana untuk mengetahui pengaruh kematangan emosi terhadap pengungkapan diri. Hasil analisis *SPSS For Windows Seri 21.00* regresi dapat disajikan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 3. Analisis Regresi Pengaruh Kematangan Emosi terhadap Pengungkapan diri.

Model	B	Sig.
(Constant)	33,686	,045
kematangan_emosi	,404	,014

a. Dependent Variable: Self_disclosure

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai nilai signifikansi sebesar 0,014. Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh kematangan emosi terhadap pengungkapan diri. Pembuktian untuk hipotesis tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari pada nilai probabilitas 0,05 ($0,014 < 0,05$). Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis terdapat pengaruh yang positif antara tingkat kematangan

emosi terhadap tingkat pengungkapan diri pada pengurus OSIS SMKN 1 Sapuran diterima.

Tabel diatas juga digunakan untuk mengetahui hasil persamaan analisis regresi sederhana pada penelitian ini sebagai berikut :

$$Y : 33,656 + 0,404X$$

Persamaan di atas menunjukkan :

1. Nilai konstanta (a) 33,656 yang berarti bahwa jika tidak ada kematangan emosi maka nilai pengungkapan diri pengurus OSIS sebesar 33,656.
2. Nilai koefisien regresi (b) variabel kematangan emosi sebesar 0,404 yang bernilai positif menunjukkan bahwa kematangan emosi mempunyai pengaruh positif terhadap pengungkapan diri. Hal tersebut dapat diartikan bahwa setiap meningkatnya 1 nilai kematangan emosi pengurus OSIS maka nilai pengungkapan diri akan meningkat sebesar 0,404.

Selanjutnya untuk mengukur besarnya sumbangan variabel kematangan emosi (*independent*) terhadap variabel pengungkapan diri (*dependent*) dapat diketahui dari besarnya koefisien determinasi (R^2). Penilaian koefisien determinasi dapat dilihat dari *nilai adjusted R square*, pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Koefisien Determinasi

Model	R	R Square
1	,430 ^a	,185

a. Predictors: (Constant), kematangan_emosi

b. Dependent Variable: Self_disclosure

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,185 maka dapat diartikan bahwa kontribusi yang diberikan kematangan emosi terhadap pengungkapan diri

sebesar 18,5% sedangkan 81,5% dipengaruhi oleh faktor lain selain kematangan emosi.

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kematangan emosi mempengaruhi pengungkapan diri individu sejalan dengan pendapat dari Bimo Walgito (2004: 45) yang mengatakan bahwa salah satu karakteristik individu yang memiliki kematangan emosi yaitu dapat mengatur pikirannya untuk memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya. Hal ini dapat diartikan bahwa setiap Individu yang memiliki kematangan emosi dapat memberikan tanggapan terhadap situasi yang sedang dihadapi atau melakukan pengungkapan diri kepada orang lain.

Individu yang berada pada masa remaja sebagian besar mengalami ketidakstabilan emosi sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku yang baru dan harapan sosial. Meskipun demikian, pada umumnya dari tahun ke tahun remaja akan mengalami perbaikan perilaku emosional yang menunjukkan kematangan emosionalnya (Hurlock, 2003: 213). Dengan Adanya kematangan emosi menjadikan individu dapat bertindak dengan tepat dan wajar termasuk dalam hal pengungkapan diri dalam berbagai kondisi emosi yang dialaminya.

Hasil penelitian yang mendukung adanya pengaruh yang positif antara tingkat kematangan emosi terhadap tingkat pengungkapan diri dilakukan oleh Endah Susilowati (2013) yaitu mengenai hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian sosial pada siswa akselerasi tingkat SMP. Hasil penelitian tersebut yaitu terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien

korelasi 0,794 dan nilai signifikansi 0,01. Selain itu hasil penelitian Radhitia Paramitasari dan Ilham Nur Alvian (2012) yang meneliti tentang hubungan kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir juga menunjukkan adanya hubungan positif antara kematangan emosi dengan kecenderungan memaafkan pada remaja akhir dengan nilai koefisien korelasi 0,864 dan taraf signifikansi 0,000 ($< 0,005$).

Hasil penelitian yang berbeda didapatkan oleh M. Fatchurahman dan Herlan Pratiko (2012) mengenai kematangan emosi dan kenakalan remaja di SMK Muhammadiyah 2 Malang yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara kematangan emosi dengan kenakalan remaja dengan nilai koefisien korelasi -0.077 dan signifikansi 0,305. Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan apa yang diungkapkan Boyd dan Huffman (M.Fatchurahman dan Herlan, 2012:83) menjelaskan bahwa individu yang minum-minuman alkohol memiliki kematangan emosi yang rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar Pengurus OSIS memiliki tingkat kematangan emosi pada kategori tinggi. Kematangan emosi dalam kategori tinggi ini menunjukkan bahwa sebagian besar pengurus OSIS dapat dikatakan mampu mengontrol emosi yang ada pada dirinya untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan dengan berbagai macam karakter siswa dari jurusan lain serta angkatan yang berbeda. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (2003: 213) yang menyatakan bahwa individu telah mencapai kematangan emosi apabila ia dapat menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional

Pengaruh Kematangan Emosi (Rizki Eka Prasetya) 7
dan tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak. Kematangan emosi yang dimiliki oleh setiap pengurus OSIS dapat diartikan bahwa kelompok tersebut dapat mengontrol diri dalam menyatakan emosi baik secara perbuatan maupun perkataan. Sejalan dengan pendapat Bimo Walgito (2004: 45) yang menyatakan bahwa individu yang matang emosinya akan dapat bersikap toleran, dapat mengontrol diri sendiri dan mampu menyatakan emosinya secara baik, berpikir objektif, menerima keadaan diri dan orang lain, tidak bersifat impulsif dan bertanggung jawab dengan baik. Hal tersebut dapat diartikan bahwa pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran mampu mengontrol emosi yang ada pada dirinya, berpikir sebelum bertindak serta mampu memahami emosi yang dirasakan.

Pengurus OSIS di SMK merupakan siswa yang berada pada masa remaja awal dengan rentang usia 16 -17 tahun. Pada masa ini remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan emosional dan juga biasanya memiliki emosi yang berkobar-kobar namun pengendalian dirinya belum sempurna (Mohammad ali dan Mohammad Asrori, 2012). Menurut Syamsu Yusuf (2006: 197) pada masa remaja awal perkembangan emosi remaja menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif terhadap situasi sosial serta mudah tersinggung dan tempramen sedangkan pada remaja akhir sudah mampu mengendalikan emosinya.

Hasil penelitian terhadap pengurus OSIS menjelaskan hasil yang berbeda dari pendapat di atas. Meskipun pengurus OSIS berada dalam masa remaja akhir sebagian besar pengurus OSIS memiliki kematangan emosi yang baik yaitu memiliki kontrol emosi, mampu menilai situasi

secara kritis, serta pemahaman diri terhadap emosi yang dirasakan. Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor yang mempengaruhi kematangan emosi seseorang seperti usia pengurus OSIS yang telah mendekati masa remaja akhir serta kondisi sosio-emosional atau lingkungan keluarga dan interaksi dengan teman sebaya.

Hasil penelitian selanjutnya mengenai pengungkapan diri pengurus OSIS SMK menunjukkan bahwa sebagian besar pengurus OSIS memiliki pengungkapan diri dalam kategori sedang. Hal ini dapat terjadi dikarenakan berbagai faktor yang mempengaruhi seperti besar kelompok, dan kepribadian dari pengurus OSIS SMK. Hal ini sesuai dengan pendapat Idfil .I (2013: 114) yang menjelaskan besar kelompok akan mempengaruhi pengungkapan diri karena jumlah ketakutan yang dirasakan oleh individu dalam mengungkapkan cerita tentang diri sendiri lebih sering terjadi dalam kelompok kecil dari pada kelompok besar. Selain itu kepribadian individu juga mempengaruhi pengungkapan diri karena individu yang pandai bergaul dan *ekstrovert* mampu melakukan pengungkapan diri lebih banyak dibandingkan mereka yang kurang pandai bergaul dan lebih *introvert*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang positif antara tingkat kematangan emosi terhadap tingkat pengungkapan diri, namun sumbangan kematangan emosi terhadap pengungkapan diri tidak begitu besar. Hal tersebut sesuai dengan perhitungan bahwa sumbangan variabel kematangan emosi terhadap pengungkapan diri yaitu sebesar 18,5% yang berarti masih terdapat

81,5% faktor lain yang mempengaruhi pengungkapan diri pengurus OSIS.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara tingkat kematangan emosi terhadap tingkat Pengungkapan Diri Pada Pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kematangan emosi maka semakin tinggi juga tingkat pengungkapan diri pada individu. Kontribusi yang diberikan kematangan emosi terhadap pengungkapan diri sebesar 18,5% sedangkan 81,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Saran

1. Bagi Pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa Pengurus OSIS SMK N 1 Sapuran memiliki kematangan emosi yang tinggi, maka diharapkan pengurus dapat mempertahankan dan mengembangkan kematangan emosi yang dimilikinya agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang kompleks secara optimal.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling diharapkan mampu untuk mengoptimalkan perannya dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling Melalui layanan bimbingan pribadi dengan materi kematangan emosi dan pengungkapan diri kepada pengurus organisasi siswa intra sekolah (OSIS). Teknik yang digunakan bisa dengan *role playing* atau *brainstorming*.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji kembali mengenai kematangan emosi, sebaiknya menggali lebih dalam lagi aspek-aspek kematangan emosi. Selain itu peneliti juga dapat memperhatikan perbedaan kematangan emosi dilihat dari jenis kelamin laki-laki dan perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfian Yanis dan Hadi Warsito. (2013). Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Keterampilan Interaksi Sosial Anggota Pengurus OSIS. *Jurnal BK UNESA*. (Vol 2, No 01). Hal : 106.
- Bimo Walgito. (2004). *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*. Yogyakarta : Andi Offset
- Chaplin, J.P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya
- Didin Hafidhuddin & Hendri Tanjung. (2008). *Manajemen Syariah dalam Praktik*. Depok: Gema Insani.
- Dyah Nursanti. (2013). Peranan Organisasi Siswa Intra Sekolah dalam Membentuk Karakter Siswa SMP Negeri di Kabupaten Magelang. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Sosial-Universitas Negeri Yogyakarta.
- Endah Susilowati. (2013). Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Akselerasi Tingkat SMP. *Jurnal Online Psikologi*. Vol 01 no 01. Hal : 101.
- Hafied Cangara. (2007). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada.
- Hurlock, B. Elizabeth. (2003). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Penerjemah: Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Pengaruh Kematangan Emosi (Rizki Eka Prasetya) 9
- Ifdil I. (2013). Konsep Dasar *Self Disclosure* dan Pentingnya Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*. (Nomor 1). Universitas Negeri Padang. Hlm : 110-117.
- Ifdil I, dkk. (2013). Tingkat *Self Disclosure* Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Prosiding*, Seminar Internasional Konseling. Denpasar : Kongres XII, Konvensi Nasional XVII ABKIN.
- Ika Mubarokah. (2015). Hubungan antara Kepribadian Extravensi dengan Pengungkapan Diri pada Remaja Pengguna Facebook. *Skripsi*. Fakultas Psikologi-Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Juliansyah Noor. (2011). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Kencana Prenada Group
- Kumari, Manjeet. (2014). A Study Of Emotional Maturity Of D.Ed Students In Relation To Their Adjustment. *Indian Journal Of Applied Research* Volume : 4 Issue : 9. Page : 1
- Lianita Dian Hermawati. (2015). Hubungan antara Kecemasan Sosial dan Kebutuhan Afiliasi terhadap Pengungkapan Diri Secara Online pada Remaja. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora-UIN sunan kalijaga.
- Maryam B Gainau. (2009). Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Pada Konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*. Vol 33 no 1. Hal : 3-6
- Maryati, H. Alsa & Rohmatun. 2007. Kaitan Kematangan Emosi dengan Kesiapan Menghadapi Perkawinan pada Wanita Dewasa Awal di Kecamatan Semarang Barat. *Jurnal Psikologi Proyeksi*. Vol 2 no 2. Hal 25-35
- Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. (2012). *Psikologi Remaja :Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- Monks, F. J & Knoers, A. M. P. (2006). *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam*

- Berbagai Bagiannya. Penerjemah : Siti Rahayu Haditono. Yogyakarta : Gadjah Mada University press.
- M. Burhan Bungin. (2009). *Sosiologi Komunikasi*. Jakarta: Prenada Media Group
- M. Fatchurahman dan Herlan Partiko. 2012. Kepercayaan Diri, Kematangan Emosi, Pola Asuh Orang Tua Demokratis dan Kenakalan Remaja. *Pesona Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol.1, No. 2, Hal 77-87.
- M. Ilmi Rizki T. (2011). Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap *Self Injury* Pada Remaja. *Skripsi* tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah.
- Nadia Safitri. (2010). Hubungan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Sosial Siswa Berbakat Program Akselerasi SMA Negeri 3 Tangerang Selatan. *Skripsi*. Fakutlas Psikologi-Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Radithia Paramitasari dan Ilham Nur Alvian. (2012). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Memaafkan Pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan* Vol 2 no 2. Universitas Airlangga Surabaya. Hal : 2.
- Retno Puspito sari, dkk. (2006). Pengungkapan Diri Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi* Universitas Diponegoro.Vol 3 no 2. Hal :12
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta : UNY Press
- Saifuddin Azwar. (2015). *Penyusunan Skala Psikologis*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Saifuddin Azwar. (2015). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Santrock, Jhon. W. (2007). *Remaja*. Edisi ke- 11 Jilid 1. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Shafeeq, N. Yasmin & Thaqib, Afeefa. (2015). Comparative Study of Emotional Maturity Of Secondary School Student in Relation To Academic Achievement. *The International Journal Of Sciences And Humanities Invention* Volume 2 issue 06. Page : 1438.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung.Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Suranto A.W. (2011). *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sutardjo A. Wiramihardja. (2007). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung : PT. Refika Aditama
- Syamsu Yusuf. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya
- Tika Destytama Putri. (2007). Kebutuhan Aktualisasi Diri Pada Remaja Penyandang Tuna Netra Yang Bersekolah Di Sekolah Umum Ditinjau Dari Kematangan Emosi Dan Self Disclosure. *Skripsi* tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi Universitas Muhamadiyah Surakarta.
- Tri Dayaksini dan Hudaniah. (2012). *Psikologi Sosial*. Malang : UMM Press
- Varnali, Kaan & Toker, Aysegul. (2015). Self Disclosure On Social Networking Sites. *Journal Social Behavior And Personality* Volume 43. Page : 2
- Wati Sudarsih. (2011). Keterampilan Sosial Siswa ADHD Sekolah Dasar Negeri Pangkal Pinang. *Tesis*. Sekolah Pasca Sarjana–UPI.