



INTUISI 9 (3) (2017)

**INTUISI**  
**JURNAL PSIKOLOGI ILMIAH**  
<http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>  
Terindeks DOAJ: 2541-2965



## HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN SPIRITUAL DAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA

Julia Aridhona 

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Aceh

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima 20 September 2017

Disetujui 25 Oktober 2017

Dipublikasikan 1 November 2017

*Keywords:*

*Adaptation, spirituality,*

*emotional maturity,*

*adolescence*

### Abstrak

Remaja merupakan masa dimana mengalami banyak masalah, juga merupakan masa transisi dari anak-anak ke masa selanjutnya. Pada masa remaja ada tugas-tugas perkembangan yang harus dilewati oleh remaja antara lain penyesuaian diri remaja, tidak semua remaja mampu menyesuaikan diri sesuai dengan yang diharapkan, penyesuaian diri remaja juga memiliki hubungan dengan kecerdasan spiritual dan kematangan emosi yang mampu mempengaruhi penyesuaian diri remaja. Penelitian ini untuk menguji hubungan antara kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri remaja. Subjek penelitian adalah 59 remaja kelas IX SMP Ahmad Yani. Data dikumpulkan melalui angket yang terdiri dari penyesuaian diri, kecerdasan spiritual dan kematangan emosi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Teknik yang digunakan *kuota sampling* dan pengumpulan datanya menggunakan skala Likert, diteliti menggunakan teknik korelasi *pearson*. Hasil analisis menunjukkan hubungan positif antara kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri yang artinya semakin tinggi spiritualitas dan kematangan emosi maka semakin tinggi pula penyesuaian diri yang dimiliki remaja.

### Abstract

*Adolescence is a time when there are many problems, also a transition period from the next childhood. In adolescence there are developmental tasks that must be passed by adolescents such as adolescent adjustment, not all adolescents are able to adapt in accordance with the expected, adolescent self-adaptation also has a relationship with spiritual intelligence and emotional maturity that can affect adolescent adjustment. This study to examine the relationship between spiritual intelligence and emotional maturity with adolescent adjustment. The subjects were 59 junior high school students of SMP Ahmad Yani. Data were collected through a questionnaire consisting of self-adjustment, spiritual intelligence and emotional maturity. This research uses quantitative research method. The technique used quota sampling and data collection using Likert scale, examined using pearson correlation technique. The results of the analysis show a positive relationship between spiritual intelligence and emotional maturity with self-adjustment which means the higher the spirituality and emotional maturity then the higher the adaptability of teens.*

© 2017 Universitas Negeri Semarang

 Alamat korespondensi:

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Aceh

Email: [juliaaridhona0707@gmail.com](mailto:juliaaridhona0707@gmail.com)

p-ISSN 2086-0803

e-ISSN 2541-2965

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang paling banyak menemukan masalah, di usia remaja yang tergolong labil, sehingga dibutuhkan penyesuaian diri dalam menentukan kondisi dan aspek-aspek perkembangannya. Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal (Desmita, 2009).

Masngudin dan Santoso menunjukkan bahwa ada banyak remaja yang gagal untuk melakukan penyesuaian diri (Japar, 2014). Kegagalan dalam penyesuaian diri remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, diantaranya pengetahuan spiritualitas yang rendah dan tingkat kematangan emosi yang masih labil.

Tidak semua remaja mampu menyesuaikan diri dengan tepat. Hal ini dapat dikaitkan dengan karakteristik diri remaja itu sendiri, yang cenderung melakukan pertentangan khususnya dengan orang tua, senang mengkhayal akan keinginan-keinginan yang belum terpenuhi, senang melakukan aktivitas bersama-sama teman, dan senang mencoba segala sesuatu (Dangwal dan Srivastava, 2016).

Menurut Thoresen (Japar, 2014) bahwa peran spiritual dan faktor-faktor agama berkorelasi dengan kesehatan fisik dan mental. Kondisi fisik dan mental yang sehat mungkin akan paralel dengan kehidupan yang optimal dan kehidupan optimal ini merupakan indikator kemampuan penyesuaian diri. Berdasarkan firman Allah SWT dalam Al-Qur'an sebagai berikut :

*"Allah-lah yang telah menurunkan ketenangan jiwa di*

*dalam hati orang-orang mukmin, supaya keimanan mereka bertambah disamping keimanan mereka yang sudah ada"(QS. Al-Fath : 48)*

Dari ayat di atas Allah mensifati diri-Nya bahwa Dialah Tuhan Yang Maha Mengetahui dan Maha Bijaksana dan dapat memberikan ketenangan jiwa ke dalam hati orang yang beriman. Kesehatan mental dapat diartikan sebagai tewujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan diri sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat.

Mencapai kehidupan bermakna juga membutuhkan kecerdasan spiritualitas yaitu kesadaran dan kesatuan dengan orang lain, dan juga kombinasi dari filosofi dasar kita tentang kehidupan, dan sikap kita dan praktek. Spiritualitas remaja adalah kemampuan mereka untuk menemukan makna hidup. Mujib dkk (Japar 2014) menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual tidak harus berhubungan dengan agama. Bagi sebagian orang, kecerdasan spiritual mungkin menemukan cara-cara ekspresi melalui agama formal, tetapi beragama tidak menjamin kecerdasan spiritual yang tinggi. Ada banyak humanis dan ateis yang memiliki kecerdasan spiritual yang sangat tinggi, tetapi ada juga banyak orang secara aktif religius yang memiliki rendah spiritual intelijen.

Kecerdasan spiritual adalah potensi dari dimensi non-material atau roh manusia (Khavari, 2000). Potensi tersebut seperti intan yang belum terasah yang dimiliki oleh semua orang. Selanjutnya, tugas setiap oranglah untuk mengenali potensi masing-masing sekaligus menggosoknya hingga berkilau dengan tekad yang besar dan menggunakannya untuk memperoleh

kebahagiaan abadi. Spiritualitas dalam pengertian yang luas, merupakan hal yang berhubungan dengan spirit. Sesuatu yang spiritual memiliki kebenaran abadi yang berhubungan dengan tujuan hidup manusia, sering dibandingkan dengan sesuatu yang bersifat duniawi dan sementara (Hasan, 2006:289).

Namun demikian spiritual juga meliputi adanya kematangan emosional yang ada pada remaja juga cenderung memiliki banyak perbedaan. Menurut Chamberlain (Dangwal dan Srivastava 2016), seseorang dewasa secara emosional adalah salah satu orang yang hidupnya memiliki emosional yang baik dan di bawah kontrol. Ini merupakan suatu kebutuhan yang semua orang ingin memiliki. Orang yang memiliki emosional matang melihat dunia seperti itu tanpa distorsi persepsi. Untuk orang yang emosional matang, selalu ada jalan keluar dalam situasi apapun. Begitu juga pada remaja yang memiliki kematangan emosional yang matang dapat mengontrol diri secara baik dan mampu menyesuaikan diri dengan baik.

Meningkatnya persaingan menuntut setiap orang untuk terus dapat menyesuaikan diri. R. Scott dan W. Scott (Japar, 2014) menyatakan bahwa salah satu kendala utama dalam menghadapi kehidupan di masyarakat dengan teknologi canggih merupakan kebutuhan untuk menyesuaikan diri untuk setiap variasi yang dapat mengakibatkan konflik di keluarga, persahabatan, kelompok kerja atau sekolah. Oleh karena itu, penyesuaian diri harus dilakukan oleh semua orang, termasuk remaja, karena dalam penyesuaian diri ada remaja yang berhasil dalam penyesuaian dirinya, tetapi beberapa remaja gagal dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Berdasarkan dari uraian di atas, Peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja. Seorang remaja yang memiliki kecerdasan

spiritualitas yang tinggi dan memiliki emosi yang matang, akan dapat menyesuaikan dirinya dengan baik, akan menempatkan diri pada saat yang tepat dan waktu yang tepat pula. Bila seorang remaja memiliki emosi yang stabil, maka ia mampu mengadakan kompromi atau penyesuaian diri terhadap sesuatu yang diinginkan dengan fakta yang ada sehingga dapat menghadapi masalah dengan tenang. Bagi remaja yang menghadapi suatu permasalahan sehingga membangkitkan emosinya dan tidak dapat mengendalikannya, maka remaja tersebut dikatakan belum memiliki emosi yang matang.

Penyesuaian diri adalah usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat ia hidup. Dalam psikologi dikenal dengan kata *adjustment* (penyesuaian diri), selama hidupnya manusia selalu dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Schneiders (Kusdiyati, Halimah et al. 2012) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi, dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana dia tinggal dengan tuntutan didalam dirinya.

Penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai interaksi yang kontinu dengan diri sendiri, dengan orang lain, dan dengan dunia (Sobur, 2003). Penyesuaian diri merupakan suatu konstruksi atau bangunan psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan perkataan lain, masalah penyesuaian diri menyangkut aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya (Desmita, 2009).

Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, pransangka,

depresi, kemarahan, dan lain-lain emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis (Kartono, 2002).

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal (Desmita, 2009).

Semua remaja belum tentu mampu menyesuaikan diri dengan tepat. Hal ini dapat dikaitkan dengan karakteristik diri remaja itu sendiri, yang cenderung melakukan pertentangan khususnya dengan orang tua, senang mengkhayal akan keinginan-keinginan yang belum terpenuhi, senang melakukan aktivitas bersama-sama teman, dan senang mencoba segala sesuatu (Dangwal dan Srivastava, 2016).

Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Ketika individu telah mencapai hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dengan lingkungannya, maka individu tersebut akan mampu membuat hubungan- hubungan yang menyenangkan dengan lingkungannya (Yuniarti, 2009).

Ada dua aspek penyesuaian diri yaitu, penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut (Yuniarti, 2009). Yang kedua penyesuaian sosial setiap individu hidup di dalam

masyarakat. Di dalam masyarakat tersebut terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain silih berganti. Dari proses tersebut timbul suatu pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan sejumlah aturan, hukum, adat dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi untuk mencapai penyelesaian bagi persoalan-persoalan hidup sehari-hari.

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain (Kusdiyati, 2012) faktor fisiologis yaitu struktur jasmani merupakan kondisi yang primer dari tingkah laku yang penting bagi proses penyesuaian diri dan faktor psikologis yaitu banyak faktor psikologis yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain pengalaman, aktualisasi diri, frustrasi, dan depresi.

*Spiritual Quotient* (SQ) adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan *Intellegent Quotient* (IQ) dan *Emotional Quotient* (EQ) secara efektif. Bahkan SQ merupakan kecerdasan tertinggi, karena SQ merupakan landasan dan sumber dari kecerdasan yang lain (Khavari 2000). Kecerdasan Spiritual yang sering disingkat dengan SQ adalah kecerdasan untuk memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibanding dengan yang lain (Japar, 2014 ).

Spiritualitas adalah kesadaran dan kesatuan dengan orang lain, dan juga kombinasi dari filosofi dasar kita tentang kehidupan, sikap dan praktek. Spiritualitas remaja adalah kemampuan mereka untuk menemukan makna hidup. Mujib dkk (Japar, 2014) menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual tidak harus berhubungan dengan agama. Bagi sebagian orang, kecerdasan spiritual mungkin menemukan cara-cara ekspresi melalui agama formal, tetapi beragama tidak menjamin kecerdasan spiritual yang tinggi. Ada banyak humanis dan ateis

yang memiliki kecerdasan spiritual yang sangat tinggi, tetapi ada juga banyak orang secara aktif religius yang memiliki rendah spiritual intelijen.

Reich, Oser, dan Scarlett (Japar, 2014) menyatakan bahwa spiritualitas remaja dapat dilihat dari hidup mereka lebih baik dan cara-cara baru dalam kehidupan mereka, kesediaan mereka untuk mengambil nilai tertinggi untuk menjadi transendental dan bersikeras diri pada pembuatan hubungan dengan orang lain, dengan cara beralih dari perhatian bahan ke perhatian perhatian nyata. Spiritualitas adalah membangun melibatkan kepentingan pribadi dan perhatian kepada orang lain.

Kecerdasan spiritual adalah potensi dari dimensi non-material atau roh manusia (Khavari, 2000). Potensi tersebut seperti intan yang belum ter-asah yang dimiliki oleh semua orang. Selanjutnya, tugas setiap oranglah untuk mengenali potensi masing-masing sekaligus menggosoknya hingga berkilau dengan tekad yang besar dan menggunakannya untuk memperoleh kebahagiaan abadi. Spiritualitas, dalam pengertian yang luas, merupakan hal yang berhubungan dengan spirit. Sesuatu yang spiritual memiliki kebenaran abadi yang berhubungan dengan tujuan hidup manusia, sering dibandingkan dengan sesuatu yang bersifat duniawi dan sementara (Hasan, 2006).

Kecerdasan menurut Zohar dan Marsall (Zulkifli, 2015) adalah untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dinyatakan bahwa spiritualitas meliputi aspek hal melampaui kepada Allah, memperhatikan diri sendiri, dan orang lain. Menjelaskan

bahwa dari perspektif iman, spiritualitas dapat dilihat dari empat hubungan yaitu hubungan ke diri, orang lain, alam atau lingkungan dan untuk daya yang lebih tinggi. Remaja yang menemukan spiritualitas akan mampu membuat penyesuaian diri.

Manusia yang memiliki kecerdasan spiritual menurut Zohar dan Marshall adalah manusia yang memiliki kemampuan bersifat fleksibel, tingkat kesadaran yang tinggi, kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit, kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, dan keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu (Zulkifli, 2015).

Individu yang cerdas secara spiritual melihat kehidupan ini lebih agung dan sakral, menjalaninya sebagai sebuah panggilan (vocation) untuk melakukan sesuatu yang unik, menemukan ekstase-ekstase kehidupannya dari pelayanan kepada gagasan-gagasan yang bukan pemuasan diri sendiri, melainkan kepada tujuan luhur dan agung, yang bahkan sering keluar dari dunia ini, bersifat abadi dan eksatologis. Kehidupan menjadi lebih sebagai instrument ketimbang tujuan akhir (Japar, 2014)

Kematangan emosi merupakan suatu kedewasaan seseorang dalam berpikir secara objektif yang dimanifestasikan dalam perilaku yang wajar dan sesuai dengan fakta yang ada. Semiun (Rizqi, 2011), mengungkapkan pengertian kematangan emosi adalah kemampuan seseorang untuk bereaksi dalam berbagai situasi kehidupan dengan cara-cara yang lebih bermanfaat dan bukan dengan cara-cara bereaksi seorang anak.

Seorang remaja yang matang emosinya, akan meledakkan emosinya pada saat yang tepat dan waktu yang tepat pula. Bila seorang remaja memiliki emosi yang stabil, maka ia mampu mengadakan kompromi atau penyesuaian diri terhadap sesuatu yang diinginkan dengan fakta yang

ada sehingga dapat menghadapi masalah dengan tenang. Bagi remaja yang menghadapi suatu permasalahan sehingga membangkitkan emosinya dan tidak dapat mengendalikannya, maka remaja tersebut dikatakan belum memiliki emosi yang matang.

Chaplin (2011:165) mengungkapkan bahwa kematangan emosi adalah satu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi anak-anak. Semiun (Rizqi, 2011) mendefinisikan kematangan emosi mengacu pada kapasitas seseorang untuk bereaksi dalam berbagai situasi kehidupan dengan cara-cara yang lebih bermanfaat dan bukan dengan cara-cara bereaksi anak-anak. Menurut Katkovsky dan Gorlow (Rizqi, 2011), kematangan emosi adalah dimana kepribadian secara terus menerus berusaha mencapai keadaan emosi yang sehat, baik secara intrafistik maupun interpersonal.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi sebagai keadaan dimana suatu individu dapat menerima suatu keadaan atau kondisi dengan memunculkan emosi yang sesuai dengan apa yang terjadi padanya tanpa berlebihan atau meledak-ledak. Selain itu individu tersebut mampu berfikir secara kritis terlebih dahulu sebelum mengutarakan apa yang dirasakannya sehingga mampu mengutarakan hal tersebut pada waktu yang tepat dan dengan cara yang dapat diterima oleh orang lain.

Katkovsky dan Gorlow (Rizqi, 2011), mengemukakan tujuh aspek-aspek kematangan emosi, yaitu kemandirian yang artinya mampu memutuskan apa yang dikehendaki dan bertanggung jawab terhadap keputusan yang diambilnya, kemampuan menerima kenyataan yang artinya mampu menerima kenyataan bahwa dirinya tidak selalu sama dengan orang lain, mempunyai kesempatan, kemampuan, serta tingkat intelegensi yang berbeda dengan orang lain,

kemampuan beradaptasi yang artinya orang yang matang emosinya mampu beradaptasi dan mampu menerima beragam karakteristik orang serta mampu menghadapi situasi apapun, kemampuan merespon dengan tepat yang artinya individu yang matang emosinya memiliki kepekaan untuk merespon terhadap kebutuhan emosi orang lain, baik yang diekspresikan maupun yang tidak diekspresikan, merasa aman yang artinya individu yang memiliki tingkat kematangan emosi tinggi menyadari bahwa sebagai makhluk sosial ia memiliki ketergantungan pada orang lain, kemampuan berempati yang artinya mampu berempati adalah kemampuan untuk menempatkan diri pada posisi orang lain dan memahami apa yang mereka pikirkan atau rasakan, kemampuan menguasai amarah yang artinya individu yang matang emosinya dapat mengetahui hal-hal apa saja yang dapat membuatnya marah, maka ia dapat mengendalikan perasaan marahnya.

Kematangan emosional diperlukan waktu yang panjang, dalam proses pengalaman yang tidak sebentar. Matang tidaknya emosi seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti, faktor usia, sikap dan perlakuan orangtua, dan kualitas interaksi sosial baik dengan orangtua, teman sebaya. Remaja harus sudah mampu meninggalkan sifat kekanak-kanakannya, dan mulai belajar untuk berperilaku secara matang (Yuniarti, 2009). Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi yaitu perubahan jasmani, perubahan pola interaksi dengan orang tua, perubahan interaksi dengan teman sebaya, perubahan pandangan luar, perubahan interaksi dengan sekolah. (Dangwal dan Srivastiva, 2016).

Penyesuaian diri adalah suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk mempertemukan tuntutan diri sendiri dengan lingkungan, baik secara aktif maupun pasif yang melibatkan respon mental dan tingkah laku, sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara diri dengan lingkungannya

(Masrulin, 2015). Ketaatan untuk melakukan agama dengan dukungan dari spiritualitas mendorong remaja untuk membuat penyesuaian diri dengan baik, karena spiritualitas adalah upaya seseorang untuk mencapai kehidupan yang bermakna, menyatakan bahwa spiritualitas merupakan upaya individu untuk memiliki kehidupan yang bermakna (Japar, 2014). Kecerdasan emosional adalah jenis kecerdasan yang fokusnya memahami, mengenali, merasakan, mengelola dan memimpin perasaan sendiri dan orang lain serta mengaplikasikan dalam kehidupan pribadi dan sosial.

Adanya hubungan antara kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri remaja, dikarenakan kecerdasan spiritual yang lebih baik dan kematangan emosi yang matang dapat membentuk penyesuaian diri yang diharapkan, untuk berubah dan memiliki kehidupan yang bermakna.

Remaja yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi akan dapat menyelesaikan persoalan prososial didalam dirinya dan remaja yang memiliki kematangan emosi yang tinggi akan cenderung berperilaku optimis, bertanggung jawab dan memiliki kepercayaan diri, sehingga ketika remaja memiliki kecerdasan spiritual dan kematangan emosi yang tinggi maka remaja mampu berperilaku menyesuaikan diri dengan baik sesuai yang diharapkan. Maka sebaliknya jika kecerdasan spiritual dan kematangan emosi rendah akan timbul perilaku yang prososial, tidak bertanggungjawab serta kurang percaya diri sehingga terjadi kegagalan penyesuaian diri pada remaja.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu berupa penelitian *causal research* adalah desain riset yang bertujuan untuk membuktikan hubungan sebab akibat dari variabel yang diteliti. Penelitian ini menggunakan analisis *korelasi*

*ganda* yang bertujuan menguji hubungan antara dua atau lebih kelompok variabel. Dalam penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri remaja menggunakan bantuan *software*.

Penelitian ini berjumlah 169 siswa SMP Ahmad Yani, namun yang dijadikan subjek penelitian sebanyak 59 siswa (perempuan 31 dan laki-laki 28) yang terdiri dari usia 13 sampai 16 tahun yang duduk di kelas IX. Penelitian ini menggunakan teknik *kuota sampling*.

Pengumpulan data dalam penelitian tentang penyesuaian diri, kecerdasan spiritual dan kematangan emosi menggunakan skala. Jenis skala yang digunakan adalah *skala likert*. Prosedur dalam penelitian ini berupa pembagian skala penyesuaian diri, kecerdasan spiritual dan kematangan emosi didalam kelas dan diberikan kepada subjek yang diteliti yaitu siswa SMP Ahmad Yani.

Skala yang digunakan adalah skala yang telah diuji coba hasil uji reliabilitas skala penyesuaian diri yang dari 38 aitem yang valid diuji reliabilitasnya menunjukkan hasil yang reliabel. Koefisien reliabilitas  $r$  adalah sebesar 0,897. Sedangkan skala kecerdasan spiritual dari 40 aitem valid menggunakan *alpha cronbach* dengan nilai reliabilitas 0,933. Diperoleh reliabilitas dari skala kematangan emosi dari 47 aitem valid sebesar 0,893. Dapat disimpulkan memiliki reliabilitas yang baik karena suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika nilai  $\alpha > 0,7$  artinya reliabilitas mencukupi sementara jika  $\alpha > 0,8$  ini mensugestikan seluruh item reliabel dan seluruh tes secara konsisten secara internal karena memiliki reliabilitas yang kuat.

Sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan, maka data yang diperoleh akan diuji dengan menggunakan uji syarat yaitu uji normalitas dan uji linieritas.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian yang dilakukan peneliti, peneliti menganalisis data yang telah didapatkan. Sebelum menguji hasil penelitian, peneliti terlebih dahulu menguji reliabilitas dan validitas dari kuisioner yang digunakan walaupun sebelumnya kuisioner yang digunakan telah teruji reliabilitasnya. Sebelumnya kuisioner penyesuaian diri terdiri dari 20 aitem dengan nilai *Cronbach Alpha* 0,772, tetapi setelah diuji kembali kuisioner penyesuaian diri mempunyai 11 aitem yang valid dengan *Cronbach Alpha* 0,798. Kuisioner spiritualitas terdiri dari 20 aitem dengan nilai *Cronbach Alpha* 0,779, setelah diuji kembali kuisioner memiliki 15 aitem yang valid dengan *Cronbach Alpha* 0,815. Sedangkan kematangan emosi terdiri dari 19 aitem dengan nilai *Cronbach Alpha* 0,709, setelah diuji kembali kuisioner kematangan emosi memiliki 9 aitem yang valid dengan *Cronbach Alpha* 0,747.

Sebelum menguji analisis korelasi ganda untuk melihat seberapa besar hubungan variabel bebas terhadap variabel terikat, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi syarat yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Skala kecerdasan spiritual dengan penyesuaian diri 0,200 dan skala kematangan emosi dengan penyesuaian diri 0,194. Uji normalitas yang dilakukan menunjukkan bahwa data berdistribusi normal karena nilai  $p > 0,05$ .

Setelah melakukan uji normalitas, peneliti melakukan uji asumsi syarat yang kedua yaitu uji linieritas untuk melihat adanya hubungan yang linier diantara ketiga variabel. Skala kecerdasan spiritual dengan penyesuaian diri 0,000 dan skala kematangan emosi dengan penyesuaian diri 0,000 hasil uji linieritas menunjukkan bahwa hubungan penyesuaian diri dengan spiritualitas memiliki hubungan yang linier karena nilai  $p < 0,05$ . Setelah uji asumsi terpenuhi, maka selanjutnya peneliti melakukan uji korelasi untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan spiritualitas dan penyesuaian diri dengan

kematangan emosi. Hasil analisis menunjukkan bahwa penyesuaian diri dengan spiritualitas dan penyesuaian diri dengan kematangan emosi.

Dari tabel korelasi menjelaskan hubungan antara variabel spiritual dengan penyesuaian diri sebesar 0,664 sedangkan hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri sebesar 0,617. Artinya kedua variabel bebas diatas memiliki hubungan positif terhadap variabel terikat. Berdasarkan uji korelasi ganda menjelaskan besar nilai korelasi (R) yaitu sebesar 0,715 dan dijelaskan besarnya hubungan kecerdasan spiritual dan kematangan emosi terhadap penyesuaian diri yang disebut koefisien determinan yang merupakan hasil penguadratan R. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinan (R<sup>2</sup>) sebesar 0,511 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh kecerdasan spiritual dan kematangan emosi terhadap penyesuaian diri adalah 51,1% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

Berdasarkan rentang frekuensi penelitian penyesuaian diri yang diperoleh adalah rendah (48-60) ada 9 subjek, sedang (61-72) ada 40 subjek dan tinggi (73-77) ada 10 subjek. Rentang frekuensi pada kecerdasan spiritual rendah (48-60) ada 15 subjek, sedang (61-72) ada 36 subjek dan tinggi (73-77) ada 8 subjek Sedangkan pada kematangan emosi diperoleh rendah (41-50) ada 11 subjek, sedang (51-60) 37 subjek, dan tinggi (61-69) ada 11 subjek.

Hasil dari penelitian ini yaitu kecerdasan spiritual dan kematangan emosi berhubungan positif dengan penyesuaian diri remaja. Remaja yang memiliki kecerdasan spiritual yang rendah akan membuat dirinya stres, berperilaku prosial. Hasil penelitian (Djalali, 2012) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kecerdasan spiritual dengan perilaku prososial. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan spiritual santri maka

semakin tinggi perilaku prososialnya. Sebaliknya, jika semakin rendah kecerdasan spiritual maka semakin rendah perilaku prososialnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Jacobi (2004) bahwa ada hubungan antara spiritualitas dengan meningkatnya perilaku prososial. Menurut Jacobi, individu yang memiliki spiritualitas tinggi merasa diri mereka mempunyai keterampilan sosial yang lebih baik yang berkontribusi pada perilaku prososial. Selain itu spiritualitas dapat berfungsi sebagai faktor pelindung seseorang untuk melakukan perilaku antisosial dan membuat individu condong ke perilaku prososial.

Remaja memiliki kematangan emosi yang rendah akan cenderung memiliki tingkat perilaku kurang percaya diri yang tinggi. Sharma (2011) mengungkapkan bahwa kematangan emosi tercermin melalui berbagai ciri-ciri seperti kestabilan emosi, perkembangan emosi, penyesuaian sosial dan integritas kepribadian. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa apabila kematangan emosinya tinggi maka penyesuaian sosialnya baik. Sebaliknya apabila tingkat kematangan emosi pada siswa akselerasi rendah, maka penyesuaian sosialnya rendah pula. Bagi individu yang memiliki kematangan emosi yang tinggi maka siswa tersebut memiliki sikap bertanggung jawab, dapat bekerja sama dengan orang lain, bekerja secara jujur, percaya kepada orang lain dan memikirkan hak-hak orang lain (Susilowati, 2013).

Berdasarkan beberapa hasil penelitian dapat disimpulkan remaja yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi akan dapat menyelesaikan persoalan prososial didalam dirinya dan remaja yang memiliki kematangan emosi yang tinggi akan cenderung berperilaku optimis, bertanggung jawab dan memiliki kepercayaan diri, sehingga ketika remaja memiliki kecerdasan spiritual dan kematangan emosi yang tinggi maka remaja mampu menyesuaikan diri dengan baik sesuai yang diharapkan.

Dalam penelitian ini peneliti memiliki keterbatasan yang menurut peneliti dapat menjadi kendala dalam menyelesaikan hasil penelitian diantaranya aitem subjek dan populasi keseluruhan tidak dijadikan semua sampel karena keterbatasan waktu yang ada pada peneliti.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka didapatkan kesimpulan dari penelitian ini yaitu ada hubungan antara spiritual dengan penyesuaian diri sebesar 0,664 dan hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri sebesar 0,617. Dari hasil korelasi hubungan kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri sebesar 0,715 yaitu arah korelasi yang bersifat positif yang artinya semakin tinggi spiritualitas dan kematangan emosi akan semakin tinggi pula penyesuaian diri yang dimiliki remaja. Sedangkan hubungan spiritualitas dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri memiliki pengaruh sebesar 51,1% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain, seperti variabel yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain pengalaman, aktualisasi diri, frustrasi, dan depresi.

Saran dalam penelitian ini, bagi remaja diharapkan para siswa lebih bisa meningkatkan tingkat kecerdasan spiritual dan kematangan emosi serta tingkat penyesuaian diri yang dimilikinya lebih optimal lagi. Bagi orang tua, hendaknya lebih memberikan perhatian kepada putra-putrinya dalam membantu meningkatkan tingkat kecerdasan spiritual dan kematangan emosi serta tingkat penyesuaian diri yang dimiliki oleh putra-putrinya. Bagi sekolah, Program BK memilih layanan konseling kelompok untuk meningkatkan tingkat kecerdasan spiritual dan kematangan emosi serta penyesuaian diri bagi siswa, selain itu pada program BK, membentuk layanan bimbingan kelompok untuk mempertahankan dan mengulas kecerdasan spiritual dan kematangan emosi

serta penyesuaian diri bagi siswa yang berkategori tinggi dan sangat tinggi.

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menjadikan penelitian ini sebagai acuan penelitian selanjutnya, namun memperbanyak subjek dan memperluas variabel yang mendukungnya variabel yang diteliti dan menghasilkan penelitian yang lebih variatif.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Chaplin. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Dangwal, K. L.; Srivastava, S. (2016). Emotional Maturity of Internet Users." *Universal Journal of Educational Research*, 4(1): 6-11.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosda Karya.
- Djalali; Sabiq. (2012). *Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual Dan Prilaku Prososial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamekasan*. Jurnal
- Hasan, A.W. (2006). *SQ Nabi : Aplikasi Strategi dan Model Kecerdasan Spiritual Rosululloh di Masa Kini*. Jogjakarta : IrcisoD.
- Jacobi, L. J. (2004). *Psychological Protective Factors and Social Skills : An Examination of Spirituality and Prosocial Behavior*. National Communication Association.
- Japar, M. (2014). Religiosity, Spirituality and Adolescents Self-Adjustment. *International Education Studies*, 7(10): 66.
- Kartini, K. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Khavari, K.A. 2000. *Spiritual Intelligence (A Practtical Guide to Personal Happiness)*. Canada: White Mountain Publications.
- Kusdiyati, S., et al. (2012). Penyesuaian Diri di Lingkungan Sekolah Pada Siswa Kelas XI SMA Pasundan 2 Bandung. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia)*
- Masrulin, A.D. (2015). Penyesuaian Diri Siswa Kelas Vii Smp Negeri 1 Pace Kabupaten Nganjuk Tahun Pelajaran. *Skripsi*.
- Rizqi, M.I. (2011). Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury Pada Remaja. *Skripsi*.
- Sharma, D. (2011). Emotional maturity of ICDS and Non-ICDS children: a comparativestudy. *Journal of research in peace, gender and development*.
- Susilowati, E. (2013). Kematangan Emosi Dan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Akselerasi Tingkat SMP. *Jurnal*
- Sobur. (2003). *Psikologi Umum*. Bandung : Pustaka Setia
- Yuniarti, Y.N. (2009). Hubungan Persepsi Efektivitas Komunikasi Interpersonal Orang Tua Dan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Siswa Sman 1 Polanharjo. *Skripsi*.
- Zulkifli, M. (2015). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Prestasi Belajar Aqidak Akhlak Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Kecamatan Suralaga Kabupaten Lombok Timur. *Tesis*.