

PENGARUH KEMATANGAN EMOSI TERHADAP PENYESUAIAN DIRI MAHASISWA TINGKAT PERTAMA UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

Tsabita Hidayatul Izzati

tsabitaizzati98@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

ABSTRAK

Sebagai makhluk sosial, manusia bisa berkembang dan bertahan hidup melalui kerjasama dengan orang lain, oleh karena itu diperlukan kecakapan dan kemampuan untuk dapat beradaptasi sehingga diterima dengan baik di lingkungan tempat mereka berada, begitu juga ketika seseorang memasuki lingkungan baru yang sama sekali belum pernah dilaluinya. Dalam prosesnya sering terjadi masalah penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat pertama. Penyesuaian diri merupakan usaha manusia untuk menguasai tekanan akibat dorongan kebutuhan, usaha memelihara keseimbangan, usaha untuk menyelaraskan hubungan individu dengan realitas. Salah satu faktor dalam penyesuaian diri yaitu kematangan emosi. Kematangan emosi merupakan kemampuan dan kesanggupan individu untuk memberikan tanggapan emosi dengan baik dalam menghadapi tantangan hidup dan mampu menyelesaikannya, mampu mengendalikan luapan emosi dan mampu mengantisipasi secara kritis situasi yang dihadapi. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mendapatkan data empiris mengenai pengaruh kematangan emosi terhadap penyesuaian diri mahasiswa tingkat pertama di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Sample dalam penelitian ini berjumlah 334 orang perempuan dan laki-laki. Subjek yang diambil dari penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat pertama angkatan tahun 2019/2020 laki-laki dan perempuan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Teknik yang diambil dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik sampling kuota. Berdasarkan hasil uji hipotesis secara regresi linier sederhana menunjukkan bahwa ada pengaruh antara kematangan emosi terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa tingkat pertama di Universitas Buana Perjuangan Karawang dengan nilai signifikansi 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Berdasarkan uji kategorisasinya kematangan emosi dan penyesuaian diri dalam kategori sedang. Nilai presentase kematangan emosi sebesar 73,1% dan penyesuaian diri sebesar 77,5%

Kata Kunci : Kematangan Emosi, Penyesuaian Diri, Mahasiswa tingkat pertama

**THE EFFECT OF EMOTIONAL MATURITY ON THE SELF
ADJUSTMENT OF FIRST-YEAR STUDENTS IN UNIVERSITY OF
BUANA PERJUANGAN KARAWANG**

Tsabita Hidayatul Izzati
tsabitaizzati98@gmail.com

Faculty of Psychology, University of Buana Perjuangan Karawang

ABSTRACT

As social beings, humans can develop and survive through cooperation with other people. Therefore, skills and abilities are needed to adapt so that they will accept in the environment they are in, as well as when someone enters a new environment that they have never been through. In the process, there are often problems with adjustment in first-year students. Self-adjustment is a human effort to master the pressure caused by necessity, an effort to maintain balance, an effort to harmonize individual relationships with reality. One of the factors in self-adjustment is emotional maturity. Emotional maturity is the ability and ability of individuals to respond well to emotions in facing life's challenges and to be able to solve them, be able to control emotional outbursts, and be able to critically anticipate the situation at hand. The purpose of this study is to obtain empirical data regarding the effect of emotional maturity on the adjustment of first year students at the University of Buana Perjuangan Karawang. The sample in this study amounted to 334 women and men. The subjects taken from this study were male and female first-year students of the 2019/2020 class. This research uses descriptive quantitative research methods. The technique used in this research is using a quota sampling technique. Based on the results of hypothesis testing using simple linear regression, it shows that there is an influence between emotional maturity on self adjustment in first-year students at the University of Buana Perjuangan Karawang with a significance value of 0.000 less than 0.05 ($p < 0.05$). Based on the categorical test of emotional maturity and adjustment in the medium category. The percentage value of emotional maturity is 73.1%, and self-adjustment is 77.5%.

Keywords: *Emotional Maturity, Self-Adjustment, First year students*