

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk yang diciptakan sangat sempurna dan kompleks, hal ini dapat disadari oleh setiap individu dalam kegiatan bersosial untuk melihat karakteristik manusia yang beragam. Menurut Imam Al-Ghazali dan beberapa ulama lainnya berpendapat bahwa komponen pembentuk manusia itu terdiri dari 3 (tiga) unsur, yaitu: jasad (fisik), *nafs* (psikis), dan ruh (spiritual) yang masing-masing unsur menampilkan karakteristiknya sendiri.¹ Ketiga unsur tersebut memiliki ciri khasnya masing-masing.

Karakteristik dari aspek jasadiyah (fisik) yang pertama adalah berbentuk konkret berupa tubuh lahiriah yang tampak oleh mata dan yang kedua adalah berbentuk abstrak, nyawa halus yang menjadi sarana kehidupan tubuh. Kedua sifat dasar dari aspek jasadiyah inilah yang nantinya akan berinteraksi secara langsung dengan aspek *nafs* (psikis) dan aspek ruh (spiritual). Selanjutnya unsur kedua yakni aspek *nafsiyah* (psikis) aspek ini adalah ciri keseluruhan kualitas khas kemanusiaan, berupa pikiran, perasaan, kemauan dan kebebasan. Aspek ini merupakan perjumpaan antara aspek jasadiyah dengan aspek *ruhiah*. Dan yang terakhir yaitu aspek *ruhiah* atau aspek psikis manusia yang bersifat spiritual dan transendental. Hal ini menciptakan potensi luhur batin manusia dan merupakan sifat dasar dalam diri manusia yang berasal dari ruh ciptaan Allah. Sifat spiritual ini memiliki sifat transedental karena merupakan dimensi psikis manusia yang mengatur hubungan manusia dengan Yang Maha Transenden, yaitu Allah SWT.²

Sejarah penciptaan manusia sangatlah panjang dan proses penciptaan manusia yang sangat kompleks membuat dirinya sangat unik. Dari ketiga unsur

¹ Asfa Davy Bya, *Jejak Langkah Mengenal Allah*, editor Taufik Hidayat, Cetakan Ke-3, Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2005.

² Davy Bya, *Jejak Langkah*, ... h. 95-97.

pembentukan manusia tersebut dapat diketahui antara aspek yang satu dengan yang lainnya saling berhubungan dan membentuk karakteristik alami manusia. Oleh sebab itu, keseimbangan dari ketiga unsur tersebut sangat penting untuk dijaga agar selalu seimbang dan bertugas sebagaimana mestinya. Selain itu manusia juga diciptakan dengan hak dan kewajiban yang melekat pada dirinya, salah satu hakikat dari penciptaan manusia menjadikannya sebagai makhluk sosial.

Manusia merupakan makhluk sosial yakni sebagai warga masyarakat. Dalam kehidupannya manusia tidak akan menjalani kehidupan sendiri atau dapat mencukupi kebutuhan dirinya sendiri tanpa adanya individu lain. Setiap manusia memiliki kebutuhan untuk berkomunikasi, berinteraksi, dan bersosialisasi dengan individu lainnya. Karena itu setiap aktivitas yang dilakukan oleh manusia menjadi satu dari sekian faktor yang mempengaruhi hidupnya mulai dari bangun tidur hingga beranjak tidur kembali. Interaksi sosial yang dilakukan oleh manusia mengakibatkan efek pengaruh lingkungan terhadap dirinya sehingga manusia memiliki unsur-unsur kebutuhan biologis seperti makan, minum, mempertahankan diri, dan melangsungkan hubungan dengan lawan jenis yang perlu dipenuhi. Dengan adanya kebutuhan biologis tersebut menggambarkan bahwa manusia sebagai makhluk sosial sangat membutuhkan dan berketergantungan antara satu dengan yang lainnya.³

Dapat diketahui bahwa hakikat penciptaan manusia di antaranya adalah sebagai individu dan juga sebagai makhluk sosial yang memiliki unsur-unsur kebutuhan biologis yang erat kaitannya dengan fase pertumbuhan dan perkembangan manusia. Menurut Chaplin prinsip perkembangan adalah tahapan-tahapan perubahan yang progresif dan terjadi selama rentang kehidupan manusia. Chaplin juga mengatakan bahwa perkembangan berarti pertumbuhan

³ Salastia Paramita Nurhuda, Nasichah, and Aisyah Karimah, 'Hakikat Manusia Sebagai Makhluk Sosial Dalam Pandangan Islam', *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora Dan Seni (JISHS)*, vol., no..4 (2023), h. 84–90, diunduh pada 26 April 2024, pukul 08.57 WIB.

ditandai dengan adanya perubahan jasmaniah yang mempengaruhi kondisi psikologis dan kematangan fungsi lainnya.⁴

Meskipun erat kaitannya antara pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada manusia menurut Sobur dalam bukunya Psikologi Umum, keduanya berbeda. Pertumbuhan dapat mencapai batas maksimal hingga individu tersebut mencapai batas kematangan fisiknya sedangkan perkembangan akan terus berlanjut sesuai dengan kematangan psikologis dari setiap individu.⁵

Dalam ilmu psikologi dikenal adanya teori psikologi perkembangan yang membagi perkembangan manusia menjadi beberapa tahapan atau fase. Setiap fase dalam perkembangan individu memiliki tugas perkembangannya masing-masing. Ada banyak teori mengenai teori psikologi perkembangan yang dapat dijadikan pedoman sekaligus perbandingan. Menurut Erickson fase perkembangan manusia dibagi menjadi delapan tahap perkembangan di antaranya: pertama masa bayi (0-1,5 tahun), kedua masa toddler (1,5-3 tahun), ketiga masa awal kanak-kanak (4-7 tahun), keempat masa akhir kanak-kanak (8-11 tahun), kelima masa awal remaja (12-15 tahun), keenam masa remaja sejati (16-18 tahun), ketujuh masa dewasa awal (19-25 tahun), dan terakhir kedewasaan dan masa tua (25 tahun keatas).⁶

Berdasarkan kedelapan kategori batasan usia dari teori di atas mahasiswa masuk pada rentang usia tahapan dewasa awal. Dimana pada masa ini adalah masa yang sangat krusial, karena terjadinya dua fase peralihan yang cukup signifikan dalam tahapan perkembangan yakni dari fase kanak-kanak ke masa remaja dan fase remaja ke tahapan dewasa. Pada fase inilah banyak terjadinya muatan stimulus dalam otak sehingga individu dewasa awal berkembang pesat secara fisiologis dan psikologis.

⁴ J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, editor Kartono Kartini, edisi 1, Jakarta: Rajawali Press, 2011, h. 171.

⁵ Alex Sobur, *Psikologi Umum*, Cetakan I, Bandung: Pustaka Setia, 2003, h. 104.

⁶ Sobur, *Psikologi Umum*,... h. 120.

Masa dewasa awal ditandai dengan perubahan penampilan, minat sikap dan perilaku karena tekanan-tekanan tertentu dari lingkungan dan budaya yang menimbulkan masalah penyesuaian diri yang tidak dapat dihindari oleh orang dewasa. Seperti yang ditekankan Gould: “Usia yang tepat saat perubahan-perubahan itu terjadi adalah produk dari kepribadian, gaya hidup dan sub-budaya total seorang individu.”⁷

Pada kenyataannya sebagian mahasiswa tidak menyadari betul apa saja tugas perkembangan yang seharusnya terpenuhi dan dicapai, terlepas dari banyaknya faktor lain yang menjadi hambatan dalam memenuhi dan mencapai tugas perkembangan tersebut. Sehingga ketidakmampuan dalam mencapai tugas perkembangan pertama yakni kemandirian dapat berdampak pada perilaku sehari-hari, baik karena dorongan emosional, cara berpikir, maupun kebiasaan dalam keluarganya.⁸

Setiap fase atau tahapan perkembangan kehidupan manusia terus berlangsung mengikuti proses kegiatan belajar. Belajar merupakan sebuah keharusan yang sangat umum dan akan berlaku secara otomatis sedari kecil. Selain itu terdapat hal-hal lain yang menimbulkan adanya tugas perkembangan seperti kematangan fisik tertentu pada setiap fase perkembangan, dorongan cita-cita, dan adanya tuntutan kultural masyarakat.⁹ Hal inilah yang terjadi pada mahasiswa tahun ketiga yang hampir mencapai proses kehidupan sesungguhnya menghadapi dunia kerja dan hubungan strata sosial yang lebih tinggi.

Putra, Nelwati dan Fernandes menjelaskan bahwa mahasiswa rentan terhadap stres dan depresi akademik bahkan berujung fatal pada ide bunuh diri terhadap beberapa orang mahasiswa.¹⁰ Sebuah penelitian yang dilakukan oleh

⁷ Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Terjemahan Isti Widiyati, Jakarta: Erlangga, 1996. h. 246

⁸ Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, ... h. 249.

⁹ Sobur, *Psikologi Umum*, ... h. 116.

¹⁰ Putra, Deko Eka: Nelwati: Feri, Fernandes, ‘Hubungan Depresi, Stres Akademik Dan Regulasi Emosi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa’, *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, Vol. 11. 2655–8106

Febriana dan Simanjuntak pada mahasiswa tahun ketiga menerangkan stres akademik merupakan salah satu respon terhadap keadaan atau situasi yang menekan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan, dan perlu adanya *self regulated learning* (cara individu untuk mengatur diri) yang melibatkan pikiran, perasaan, dan perilaku agar dapat melakukan evaluasi, perenungan dan menjaga motivasi belajarnya.¹¹

Berdasarkan penelitian di atas oleh Febriana dan Simanjuntak memiliki relevansi dan saling melengkapi penelitian yang telah dilakukan oleh Salim dan Fakhurrozi mengenai efikasi diri dan ketahanan pada mahasiswa dengan rata-rata usia 20 tahun. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara efikasi diri (rasa yakin pada kemampuan dan kesanggupan individu untuk menyelesaikan masalah dan mencapai tujuannya) dengan ketahanan diri pada mahasiswa. Hal ini dikarenakan mahasiswa akan menghadapi berbagai masalah dalam masa studinya maka diperlukan efikasi diri dalam hal akademik dan juga ketahanan diri agar mahasiswa mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri di lingkungannya.¹²

Mahasiswa tahun ketiga pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten berinisial NHF (21 tahun) mengatakan, “Banyak sekali tuntutan dalam perkuliahan di antaranya tuntutan keluarga agar cepat lulus, tuntutan ekonomi, tuntutan pendidikan harus memiliki nilai IP (Indeks Prestasi) yang tinggi, menjadikan saya mudah stress, mudah putus asa, tidak percaya diri dan lebih emosional dalam menanggapi masalah-masalah kecil.” Beberapa problem dalam keluarga seperti perselisihan dan

(2023), <<https://doi.org/https://doi.org/10.26714/jkj.11.3.2023.689-706>> h. 690-694, diunduh pada 04 April 2024, pukul 08.37 WIB.

¹¹ Ivana Febriana and Ermida Simanjuntak, ‘Self Regulated Learning Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa’, *Jurnal Experientia*, vol. 9 no. 2 (2021), h. 144–53, diunduh pada 02 Mei 2024, 21.35 WIB.

¹² Frensen Salim and Muhammad Muhammad Fakhurrozi, ‘Efikasi Diri Akademik Dan Resiliensi Pada Mahasiswa’, *Jurnal Psikologi*, Volume 16 Nomor 2 (2020), h. 175–187 <<https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.9718>>.

masalah ekonomi seringkali mempengaruhi konsentrasi serta minat belajarnya dalam kelas, hal ini disampaikan juga oleh NHF (21 tahun).

Berdasarkan wawancara dengan Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam, Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A mengatakan bahwa mahasiswa tahun ketiga memiliki bobot tugas akademik yang lebih banyak dan lebih tinggi dibandingkan mahasiswa tahun pertama dan tahun kedua, hal ini dikarenakan banyak mata kuliah yang harus ditunjang dengan praktik dan ada juga pengabdian. Wajar jika tekanan-tekanan akademik yang dirasakan oleh mahasiswa tahun ketiga menjadi beban sehingga mudah stres.

Berbagai macam kompleksitas masalah yang dimiliki mahasiswa mempunyai level tekanan yang berbeda terhadap mahasiswa itu sendiri. Tentunya setiap mahasiswa berasal dari lingkungan yang memiliki pengaruh besar terhadap tumbuh kembangnya, terlebih keluarga yang memberikan peran dan fungsi pendidikan serta pengawasan dalam aktivitas sehari-hari. Pada zaman modern ini, pendidikan pengasuhan pada anak seringkali ramai disebut-sebut dengan istilah berbahasa Inggris yakni *parenting*.

Setiap keluarga memiliki metode pengasuhan tersendiri yang sangat privasi untuk dibahas secara terbuka bagi sebagian orang, tentu dalam pola asuh dan pendidikan dalam keluarga juga ditanamkan berbagai ideologi serta kebiasaan norma-norma adat yang berlaku hal ini akan membentuk pola kebiasaan dalam kegiatan sehari-hari setiap mahasiswa. Pendidikan serta pengasuhan yang tidak berjalan sesuai dengan adat masyarakat biasanya dianggap tabu dan buruk, banyak yang tidak menyadari bahwa pendidikan yang sampai kepada anak perlu menyesuaikan sifat dan karakteristik yang dibawa sejak lahir oleh anak (*fitrah*) agar setiap anak yang bertumbuh dewasa tidak timbul bekas luka dalam pengasuhan yang dapat menimbulkan masalah pada saat anak tumbuh menjadi orang dewasa.¹³ Pengasuhan mengandalkan

¹³ Muhammad Nur Abdul Hafizh Suwaid, *Prophetic Parenting: Cara Nabi Saw Mendidik Anak*, editor Yusuf Maulana, edisi ke-8, Yogyakarta: Pro-U Media, 2010, h. 8-10.

komunikasi dalam keluarga untuk mencapai tujuan dari pengajaran-pengajaran yang ditanamkan sehingga diharapkan dapat membentuk keluarga yang tangguh dan memiliki ketahanan dalam keluarga.

Ketahanan keluarga menjadi salah satu bidang yang banyak ditekuni dan dikaji pada tiga tahun terakhir, pasalnya setelah pandemi covid-19 setiap individu banyak sekali dihadapkan dengan perubahan pola komunikasi dan sosial, secara perlahan respon psikologis individu juga berubah dan pola hubungan dalam keluarga juga ikut berubah akibat adanya krisis.¹⁴ Ketahanan keluarga merupakan sebuah pondasi bagi sebuah keluarga dalam membagi tugas dan juga mencapai tujuan yang diinginkan baik dari satu anggota keluarga maupun tujuan bersama dari semua anggota keluarga. Oleh karenanya ketahanan keluarga diyakini menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan juga emosional suatu individu.¹⁵

Berdasarkan pengamatan dan hasil ikhtisar sumber literasi yang didapat peneliti memberikan fokus perhatian pada dua variabel yakni ketahanan keluarga dan kematangan emosi yang akan diberi judul “Hubungan Ketahanan Keluarga dengan Kematangan Emosi Mahasiswa Tahun Ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka identifikasi masalah yang dijadikan bahan penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut:

¹⁴ Ike Herdiana, ‘Resiliensi Keluarga: Teori, Aplikasi Dan Riset’, *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, vol. 14 no.1 (2019), <<https://doi.org/10.30587/psikosains.v14i1.889>> h. 1, diunduh pada 21 Maret 2023, pukul 11.10 WIB.

¹⁵ Euis Sunarti, *Modul Ketahanan Keluarga*, ed. by Dwi Murti Nastiti, Andreas Levi Aladin, and Aditya Dwi Gumelar, Cetakan 1, (Bogor: IPB Press, 2018), h.3-4.

1. Mahasiswa tahun ketiga Program Studi BKI merasa mempunyai tuntutan akademik yang besar dalam keluarga.
2. Mahasiswa tahun ketiga Program Studi BKI lebih sensitif dan memilih tertutup ketika ditanyai perkembangan dirinya dalam pembelajaran di kampus
3. Kondisi emosional mahasiswa tahun ketiga relatif belum stabil, sehingga lebih mudah terbawa kondisi dan suasana yang pelik.
4. Mahasiswa tahun ketiga Program Studi BKI memiliki bobot tugas yang lebih besar dibanding mahasiswa tahun pertama dan kedua, menjadikan mahasiswa tahun ketiga lebih rentan terhadap stres.

C. Batasan Dan Rumusan Masalah

Berdasarkan point-point di atas telah ditemukan beberapa identifikasi masalah, maka dalam penelitian perlu adanya pembatasan masalah agar pengkajian yang ingin dilakukan dapat terfokus kepada masalah-masalah yang ingin dipecahkan. Maka penelitian ini mengkhususkan objek penelitian pada mahasiswa tahun ketiga dengan tema kajian penelitian Hubungan Ketahanan Keluarga Dengan Kematangan Emosi Mahasiswa Tahun Ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Berdasarkan topik yang diangkat maka dapat dirumuskan masalah dalam pembahasan ini adalah “bagaimana hubungan ketahanan keluarga dengan kematangan emosi mahasiswa tahun ketiga jurusan BKI UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten” dengan beberapa point pertanyaan di antaranya sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat ketahanan keluarga mahasiswa tahun ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten?
2. Bagaimana tingkat kematangan emosi mahasiswa tahun ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten?

3. Adakah hubungan antara ketahanan keluarga dengan kematangan emosi pada mahasiswa tahun ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten?

D. Tujuan Penelitian

Setelah ditemukan masalah inti dari topik pembahasan ini untuk mengetahui bagaimana hubungan ketahanan keluarga dengan kematangan emosi mahasiswa tahun ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, dengan tujuan mengungkap apakah terdapat hubungan antara ketahanan keluarga dengan kematangan emosi, tidak lain agar pembaca dapat memotivasi diri agar menjadi lebih baik dengan berupaya mengoptimalkan ketahanan keluarga serta kematangan emosi dirinya. Agar dapat tercapainya tujuan tersebut maka dapat dijabarkan tujuan sistematis dari penelitian ini antara lain:

1. Untuk mengetahui tingkat ketahanan keluarga pada mahasiswa tahun ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten
2. Untuk mengetahui tingkat kematangan emosi pada mahasiswa tahun ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten
3. Untuk mengetahui serta menilai hubungan ketahanan keluarga dengan kematangan emosi pada mahasiswa tahun ketiga Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan tentu diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, dengan begitu tujuan juga ikut tercapai. Adapun manfaat itu adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoretis

Memunculkan motivasi baru bagi mahasiswa jurusan BKI tentang ketahanan keluarganya dan peduli pada kematangan emosionalnya serta mampu berupaya menjadi pribadi yang lebih dewasa, siap menghadapi tantangan dan rintangan mendatang.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti untuk menjelaskan hubungan ketahanan keluarga dan kematangan emosi mahasiswa tahun ketiga Jurusan BKI. Sekaligus perwujudan dari implementasi ilmu yang telah didapatkan selama ini dalam bidang psikologi dan konseling

b. Bagi mahasiswa

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui kematangan emosi dan ketahanan keluarga dari mahasiswa tahun ketiga Jurusan BKI, sehingga mahasiswa dapat lebih peduli terhadap dirinya sendiri, memiliki motivasi untuk meningkatkan kualitas diri dengan baik dan mampu menjadi salah satu bagian yang memberi dukungan positif dalam keluarga

c. Bagi jurusan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi jurusan untuk melihat kualitas belajar mahasiswa dari sudut pandang ketahanan keluarga dan kematangan emosinya, sehingga jurusan dapat memberikan *treatment* lebih lanjut atau program sesegera mungkin untuk mengedukasi mahasiswa mengenai pentingnya ketahanan keluarga dan kematangan emosi

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi maupun perbandingan bagi penelitiannya, sehingga dapat dihasilkan penelitian yang teruji secara spesifik, terbarukan, dan relevan dengan permasalahan yang ada hingga saat itu.

F. Definisi Operasional

Pada penelitian ini terdapat variabel ketahanan keluarga dan variabel kematangan emosi, kedua variabel tersebut diperoleh berdasarkan pengamatan terhadap kondisi sekitar kampus terkhusus di Program Studi Bimbingan Konseling Islam dengan mengambil fokus penelitian hubungan ketahanan keluarga dengan kematangan emosi mahasiswa tahun ketiga UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Maka definisi operasional diperlukan untuk memberi deskripsi mengenai topik utama dan atau kata kunci penelitian untuk meminimalisir terjadinya misinformasi dan kesalahpahaman terhadap makna yang sesungguhnya. Definisi operasional yang terdapat dalam penelitian ini antara lain:

1. Menurut Sunarti ketahanan keluarga adalah kemampuan keluarga untuk mengelola sumber daya dan masalah yang dihadapi keluarga, agar keluarga sejahtera yakni terpenuhinya kebutuhan seluruh anggota keluarga.¹⁶ Sedangkan menurut Walsh ketahanan keluarga atau *family resilience* adalah kemampuan keluarga untuk bangkit kembali dari kesulitan dan menjadi lebih kuat serta berkembang sesudah melewati masa krisis.¹⁷ Dari kedua pendapat tersebut dapat dipahami bahwa ketahanan keluarga atau *family resilience* adalah kemampuan suatu keluarga untuk bertahan dalam kondisi-kondisi sulit atau krisis dengan cara menghadapi dan mengelola masalah agar peran dan fungsi keluarga tetap berjalan, dan mencapai kebahagiaan serta kesejahteraan anggotanya.
2. Menurut Monks kematangan emosi atau *emotional maturity* dapat diketahui apabila seseorang dapat menunjukkan emosinya secara tepat dan bijaksana

¹⁶ Syamsul Mujahidin and Erni Isis Aisyah Amini, 'Buku Seri Orang Tua: Penguatan Ketahanan Keluarga', *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Balai Pengembangan Pendidikan Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini Dan Pendidikan Masyarakat NTB*, 2017, h. 1.

¹⁷ Froma Walsh, *Strengthening Family Resilience (Third Edition)*, 2016, h. 4.

disertai dengan kemampuan untuk mengontrol dirinya sesuai dengan emosi yang timbul saat itu.¹⁸ Sedangkan menurut Chaplin kematangan emosi adalah ketika seseorang telah mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosionalnya sehingga lebih stabil dan tidak bersifat kekanak-kanakan.¹⁹ Dengan demikian yang dimaksud kematangan emosi atau *emotional maturity* adalah kemampuan individu untuk mengatur atau mengelola emosinya secara stabil pada situasi dan kondisi tertentu sehingga dapat mengambil tindakan dan keputusan secara bijaksana.

¹⁸ Farokhatin Nashukah and Ira Darmawanti, 'Perbedaan Kematangan Emosi Remaja Ditinjau Dari Struktur Keluarga', *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 3.2 (2013), h. 93–94 <<https://doi.org/10.26740/jptt.v3n2.p93-102>> diunduh pada 08 Nov. 2023, pukul 11.32 WIB.

¹⁹ J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi...*, h. 244.