

**HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN KEMATANGAN  
EMOSI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA  
MAHASISWA MAHAD AL-JAMI'AH**

**SKRIPSI**

**FATIMAH FITRI ANNISA  
1831080163**



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1444 H / 2022 M**

**HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN KEMATANGAN  
EMOSI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA  
MAHASISWA MAHAD AL-JAMI'AH**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-  
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi ) Pada  
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama



Pembimbing I : Dra. Yusafrida Rasyidin, M.Ag  
Pembimbing II : Khoirya Ulfah, MA

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1444 H / 2022 M**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa adalah seseorang yang belajar di perguruan tinggi dimana status pendidikannya lebih tinggi dibandingkan dengan tingkatan yang lain, umumnya perguruan tinggi terdiri dari akademi, sekolah tinggi dan biasa disebut universitas. Mahasiswa merupakan peserta didik yang telah terdaftar dan sedang menempuh proses pendidikan di perguruan tinggi yang pada umumnya berusia antara 18-24 tahun atau berada dalam tahap dewasa awal (Hurlock,1980).

Seorang mahasiswa juga tidak hanya duduk di bangku perguruan tinggi, tetapi seorang mahasiswa juga harus mampu untuk memberikan peran atau sumbangsuhnya dalam meningkatkan sumber daya masyarakat. Seorang mahasiswa tidak hanya menuntut ilmu di kota tempat ia tinggal saja tetapi bisa juga menuntut ilmu di luar kota sesuai dengan peminatan yang ia ambil.

Penyesuaian diri merupakan interaksi secara terus menerus dengan diri sendiri, orang lain, serta Tuhannya. Keahlian untuk menyesuaikan diri akan memberikan dampak ke arah yang positif, karena jika seseorang mahasiswa sanggup untuk menyesuaikan diri akan sanggup menuntaskan suatu permasalahan dengan cara yang tepat. Serta itu merupakan salah satu cara yang menguntungkan diri sendiri tidak merugikan orang lain.

Menurut Ghufron & Risnawita (2012) Penyesuaian diri ialah aspek penting guna mengatasi adanya tekanan dari lingkungan, usaha dalam menyepadankan tuntutan dan kebutuhan lingkungan, dan menyeimbangkan ikatan individu dengan lingkungan secara kompleks. Individu serta lingkungan sosial akan mempunyai hubungan yang sehat apabila individu tersebut dapat menyesuaikan diri.

Walgito (2004) menyebutkan bahwa agar penyesuaian diri dalam lingkungan dapat berjalan secara baik, maka seorang mahasiswa harus telah matang secara psikologis. Mahasiswa diharapkan memiliki kematangan emosi yang tinggi yaitu memiliki emosi yang stabil,

mandiri, menyadari tanggung jawab, terintegrasi segenap komponen kejiwaan, mempunyai tujuan dan arah hidup yang jelas, produktif, kreatif dan religiusitas.

Mahasiswa dengan kemampuan penyesuaian diri yang sehat, lebih mudah menyesuaikan diri dan tidak mempunyai hambatan berlebih pada saat menyesuaikan diri di lingkungan yang baru (Shafira, 2015). Individu pada tahap *emerging adulthood* hendak mulai meminimalisir timbulnya perasaan tidak stabil, bertanggung jawab atas seluruh tindakannya. Sebagai mahasiswa perantau yang sudah memasuki tahap *emerging adulthood* serta telah cukup dewasa semestinya mempunyai kemandirian dalam menyesuaikan diri sehingga tidak rentan mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri (Santrock, 2012).

Menurut Ghufron & Risnawita (2012) Penyesuaian diri ialah aspek penting guna mengatasi adanya tekanan dari lingkungan, usaha dalam menyepadankan tuntutan dan kebutuhan lingkungan, dan menyeimbangkan ikatan individu dengan lingkungan secara kompleks. Individu serta lingkungan sosial akan mempunyai hubungan yang sehat apabila individu tersebut dapat menyesuaikan diri. Sebagaimana Hurlock (2002) menjelaskan bahwa individu yang ingin mempunyai penyesuaian diri yang baik, penting untuk mereka untuk menunjukkan tanda peningkatan kematangan emosinya. Gunarsa (2012) berpendapat bahwa proses kematangan individu berbeda-beda antara individu satu dengan yang lain, sehingga dalam proses pencapaian pola penyesuaian diri pula berbeda. Pola dalam penyesuaian diri akan berbeda setiap individu sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangannya.

Tetapi tidak semua mahasiswa mampu menyesuaikan dirinya dengan tepat. Hal ini dapat dikaitkan dengan karakteristik mahasiswa itu sendiri, yang cenderung melakukan pertentangan dengan orang tua, senang berkhayal akan keinginan-keinginan yang belum terpenuhi, senang melakukan aktivitas bersama teman, dan senang mencoba segala sesuatu hal yang baru (Dangwal dan Srivastava, 2016).

Berdasarkan berdasarkan hasil wawancara pertama di lakukan peneliti terhadap mahasiswa yang berinisial LL (19 tahun) pada tanggal 15 Desember 2021 Pukul 10.00 WIB. LL mengatakan bahwa sulit untuk beradaptasi disana, sulit menyesuaikan diri dengan

peraturan, metode belajar, terlebih temen-temennya memiliki background anak pesantren, sedangkan LL tidak memiliki background sebagai anak pesantren, mau tidak mau LL harus mengimbanginya, walaupun tidak bisa 100% dia tetap belajar dan berusaha. LL juga mengatakan bahwa sulit untuk membagi waktu antara tugas atau belajar materi kampus, dikarenakan jadwal padat ditambah lagi dengan hafalan. Tetapi LL mengatakan ada sisi positif yang bisa diambil apalagi belajar Bahasa Inggris bisa menambah banyak kosakata. Di setiap kegiatan LL juga selalu berpartisipasi, karena di setiap kegiatan selalu ada jatah pembagian tugas. Bisa jadi MC, pidato, drama, sholawat dan lain-lain.

Wawancara yang kedua dilakukan terhadap mahasiswa yang berinisial CTR (19 tahun) pada tanggal 15 Desember 2021 Pukul 08.00 WIB. CTR mengatakan bahwa agak sulit membagi waktu antara kegiatan di mahad dan kegiatan di kampus tapi di jalanin aja. CTR berkata bahwa menyesuaikan diri disini itu cukup menganggap bahwa seperti menyesuaikan diri di lingkungan rumah tetapi CTR jarang berinteraksi dengan yang lain, CTR hanya berinteraksi dengan teman 1 lantainya saja dan di daerah kamarnya saja. Dan ketika CTR marah dia cenderung untuk diam karena tidak enak untuk menegur temannya takut sakit hati. Dan dia juga sering mengikuti kegiatan di mahad contohnya muhadarah.

Wawancara ke tiga dilakukan terhadap mahasiswa yang berinisial GML (19 tahun) pada tanggal 04 Januari 2021 Pukul 09.00 WIB. Awal masuk kuliah GML merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri karena kepribadian GML yang pendiam ketika bertemu orang yang belum GML kenal, jadi untuk menyesuaikan diri di lingkungan yang baru GML butuh waktu yang cukup lama agar GML bisa melihat bagaimana lingkungan disekitarnya tersebut.

Wawancara ke 4 dilakukan terhadap mahasiswa yang berinisial VK (20 tahun) pada tanggal 04 Januari 2021 Pukul 14.00 WIB. bahwa VK merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri karena VK termasuk orang yang susah bersosialisai dengan orang yang baru VK kenal dan di lingkungan baru VK datang karena terasa asing bagi nya untuk cepat menyesuaikan diri, dan VK lebih memilih menyendiri di kamarnya atau ruangan yang membuatnya nyaman tanpa ada satu

orang pun disana ketimbang harus bertemu dengan orang-orang diluar sana. Cara VK menyesuaikan diri juga tergantung dari orang yang VK temui, jika orang tersebut mengajaknya berkenalan maka VK akan merespon dengan baik tetapi jika orang yang VK temui tidak menegur atau menyapanya VK akan diam saja.

Kesimpulan dari hasil wawancara di atas perwakilan mahasiswa Mahad angkatan 2021 yang saya wawancarai mengungkapkan bahwa penyesuaian diri terhadap lingkungan mahad dirasa sulit untuk menempatkan diri dengan lingkungan, gaya belajar, metode belajar dan juga salah satunya sulit untuk membagi waktu antara kegiatan kampus dan kegiatan di mahad, karena di mahad memiliki kegiatan yang cukup padat, oleh karena itu seseorang harus bisa membagi waktunya sebisa mungkin dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, kegiatan keagamaan juga setiap hari dilaksanakan disana mulai dari shalat berjamaah, mengaji dan juga berpuasa sunnah.

Menurut Schneider dalam (Gufron & Risnawita, 2010) Faktor faktor penyesuaian diri meliputi kondisi fisik, keadaan psikologis, keadaan lingkungan, keadaan kultur dan agama, perkembangan serta kematangan.

Faktor eksternal lainnya adalah religiusitas (Fetzer,1999) menyatakan bahwa religiusitas ialah sesuatu yang lebih menitik beratkan di persoalan perilaku, sosial, dan merupakan sebuah doktrin dari setiap kepercayaan atau golongan yang dimiliki dan diikuti oleh setiap pengikutnya.

Thouless (2000) mengungkapkan bahwa religiusitas ialah suatu hubungan antara seorang hamba dengan sang pemilik yang dirasakan dengan apa yang dipercayai sebagai makhluk atau wujud yang lebih tinggi daripada manusia. Allah menurutnya, merupakan kebenaran pertama yang menyebabkan manusia terdorong untuk mengadakan reaksi yang penuh hikmat dan sungguh-sungguh tanpa menggerutu atau menolaknya (Sururin, 2004).

Relawu (2007) mengungkapkan bahwa religiusitas ialah suatu individu cenderung pada besarnya perilaku kepatuhan dan pengabdian yang besar terhadap kepercayaan yang dianutnya. Dalam penelitian Fiana (2014) menunjukkan apabila seseorang

memiliki tingkat religiusitas yang rendah maka cenderung kurang dapat mengarahkan dan mengatur tingkah lakunya, sehingga akan muncul tingkah laku maladaftif yang akhirnya merugikan orang sekitar serta akan sulit dalam penyesuaian diri di lingkungan sosial. Sementara, ketika seseorang mempunyai tingkat religiusitas yang tinggi maka lebih mudah untuk menyesuaikan diri di lingkungan sosial karena mempunyai religiusitas yang dijadikan keyakinan kuat terhadap segala hal dihidupnya.

Faktor internal lainnya yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah kematangan emosi, menurut Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa petunjuk kematangan emosi pada diri individu ialah kemampuan individu untuk menilai keadaan secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya mirip anak-anak atau mirip orang yang belum matang emosinya, sehingga akan mengakibatkan reaksi emosional yang stabil serta tidak berubah-ubah dari satu emosi ke emosi yang lain. Individu dikatakan sudah mencapai kematangan emosi jika bisa mengontrol dan mengendalikan emosinya sesuai dengan tingkat perkembangan emosinya.

Individu disebut matang emosinya apabila sudah bisa berfikir secara luas serta tidak kekanak-kanakan, bisa mengontrol emosi, berfikir realistik, menguasai diri serta bisa menempatkan emosi dalam suasana serta kondisi yang tepat. Pendapat yang sama juga diungkapkan oleh Thalib (2010) pada tahap transisi ini, remaja akhir belum stabil karena adanya perasaan tidak nyaman untuk itu mereka wajib mengubah ataupun mengganti pola tingkahlaku. Emosi yang tidak stabil bisa mengarah pada timbulnya perasaan tidak bahagia.

Walgitto (2004) menyatakan bahwa kematangan emosi individu dilihat dari keahlian seorang individu dalam mengatur ataupun mengendalikan emosi serta sanggup berfikir secara matang pada saat melihat permasalahan secara obyektif. Kematangan emosi bermanfaat untuk mengendalikan diri ketika menghadapi kondisi yang bisa memicu munculnya reaksi emosi yang melampaui batas, sehingga pada akhirnya individu yang mempunyai kematangan emosi, akan lebih mudah untuk melakukan penyesuaian diri.

Apabila fenomena diatas terjadi dibiarkan dan diabaikan secara terus menerus, maka akan sangat mungkin hal diatas mendorong semakin banyak mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah, dan hal tersebut tentunya akan membawa masalah dalam kehidupan yang akan datang, serta akan memberikan dampak yang besar terhadap lingkungan sekitar, maka dengan itu perlu untuk meneliti persoalan terkaitt dengan penyesuaian diri, dengan mengacu pada penelitian terdahulu bahwa ada hubungan antara religiusitas dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa mahad al-jami'ah, maka peneliti mencoba untuk melakukan penelitian dengan judul : *“Hubungan Antara Religiusitas Dan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Mahad Al-Jami'ah”*.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah ada hubungan antara religiusitas dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Mahad Al-Jami'ah ?
2. Apakah ada hubungan antara religiusitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Mahad Al-Jami'ah ?
3. Apakah ada hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Mahad Al-Jami'ah ?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk menganalisis hubungan antara religiusitas dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Mahad Al-Jami'ah.
2. Untuk menganalisis hubungan antara religiusitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Mahad Al-Jami'ah.
3. Untuk menganalisis hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Mahad Al-Jami'ah.



## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang psikologi khususnya psikologi perkembangan dan psikologi agama mengenai religiusitas dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa mahad al-jami'ah.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Mahasiswa : Dapat menjadi acuan bagi mahasiswa untuk meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan masyarakat, meminta saran dan dukungan dari lingkungan tempat tinggal agar mahasiswa bisa memiliki penyesuaian diri yang tinggi.
- b. Bagi Lembaga : Dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memperhatikan pentingnya religiusitas dan kematangan emosi yang positif untuk mencapai penyesuaian diri yang optimal di lingkungan mahad.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya : Dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk peneliti yang akan melakukan penelitian selanjutnya, khususnya yang akan meneliti terkait dengan religiusitas dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri.

## **E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan**

Dalam penelitian ini terdapat sebuah acuan yang digunakan untuk melakukan penelitian. Artinya, terdapat penelitian-penelitian terdahulu yang serupa dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian-penelitian terdahulu yang mendukung adalah sebagai berikut :

1. Pertama, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Dian Lestari dan Endang Sri Indrawati (2017) dalam jurnal yang berjudul *“Hubungan Antara Religiusitas Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Siswi Kelas VII Yayasan Asrama Pesantren Utuhiyyah Mranggen Kabupaten Demak”*. Penelitian tersebut

dengan penelitian yang akan dilakukan sama-sama mengungkap hubungan religiusitas dengan penyesuaian diri. Akan tetapi, dalam penelitian tersebut hanya menggunakan dua variabel yaitu religiusitas dan penyesuaian diri. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menambahkan satu variabel bebas sehingga terdapat tiga variabel yaitu religiusitas, kematangan emosi dan penyesuaian diri. Pada penelitian tersebut tempat penelitiannya di asrama sedangkan di penelitian yang akan dilakukan memilih mahad sebagai tempat penelitiannya. Lalu perbedaan selanjutnya terletak pada subjek penelitian dimana penelitian tersebut menggunakan remaja umur 12-14 tahun sebagai subjeknya sedangkan dalam penelitian yang dilakukan akan menggunakan mahasiswa yang berumur 18-25 tahun sebagai subjek penelitiannya.

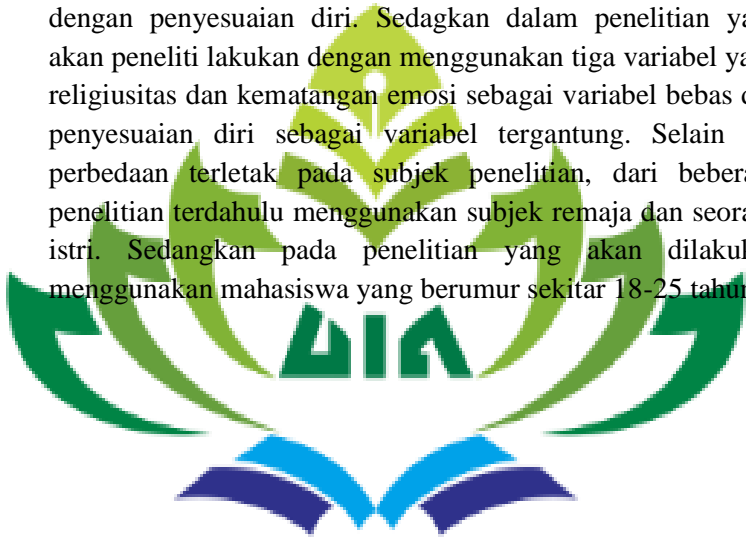
2. Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Yulieta Sari (2021) dalam jurnal yang berjudul "*Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Religiuistas Dengan Penyesuaian diri Pada Mahasiswa Perantau di Asrama Daerah Mahasiswa Di Yogyakarta*". Penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan memiliki kesamaan pada variabel bebas maupun pada variabel tergantungnya. Perbedaan terletak pada subjek penelitian yaitu mahasiswa perantau di Asrama sedangkan pada penelitian ini menggunakan mahasiswa Mahad Al-Jami'ah.
3. Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Elly Ghofiniyah dan Erni Agustina (2017) dalam jurnal yang berjudul "*Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Keterampilan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Asrama Pesantren Daar Al Furqon Kudus*". Dalam penelitian memiliki kesamaan yaitu sama-sama menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel tergantungan. Akan tetapi terdapat perbedaan dengan penelitian yang akan digunakan yaitu penelitian tersebut keterampilan sosial sebagai variabel bebasnya sedangkan dalam penelitian yang akan digunakan menggunakan religiusitas sebagai

variabel bebasnya. Lalu pada penelitian ini menggunakan santri asrama yang berumur 13-18 tahun sebagai subjek penelitian sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan mahasiswa berumur 18-25 tahun sebagai subjek penelitian. Perbedaan terakhir terletak pada tempat penelitian pada penelitian tersebut dilakukan pada pondok pesantren sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan memilih mahad al-jami'ah sebagai tempat penelitiannya.

4. Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Novi Fajriyanti & Rizky Lazuardi Nuz'amidhan (2018) dalam jurnal yang berjudul "*Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Istri Yang Tinggal Bersama Keluarga Suami*". Penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan sama-sama mengungkap variabel terikat yaitu penyesuaian diri. Akan tetapi memiliki perbedaan dalam antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu jika dalam penelitian tersebut menggunakan konsep diri sebagai variabel bebas, hanya terdapat dua variabel penelitian dan subjeknya pada istri yang tinggal bersama keluarga suami sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan religiusitas dan kematangan emosi sebagai variabel bebasnya terdapat tiga variabel penelitian, penelitian ini menggunakan mahasiswa mahad sebagai subjek penelitiannya.
5. Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Zulfadli Lingga (2017) dalam jurnal yang berjudul "*Hubungan Kematangan Emosi Dan Interaksi Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa Mtsn Kabanjahe Kabupaten Karo*". Dalam penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu penyesuaian diri sebagai variabel terikatnya. Dalam penelitian tersebut dan penelitian yang akan dilakukan memiliki perbedaan yaitu dalam penelitian tersebut menggunakan variabel bebas interaksi sosial sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan religiusitas

sebagai variabel bebasnya. Terdapat pula perbedaan pada subjek penelitian tersebut menggunakan remaja dengan usia 13-18 tahun siswa dari Mtsn Kabanjahe sedangkan subjek penelitian yang akan di teliti yaitu mahasiswa yang berumur 18-25 tahun mahad al-jami'ah.

Dari beberapa penelitian terdahulu diatas semua penelitian menggunakan penyesuaian diri sebagai variabel terikat. Akan tetapi masing-masing penelitian menggunakan satu variabel bebas dari penelitian yang akan peneliti lakukan. Terdapat penelitian yang menggunakan variabel kecerdasan spiritual, keterampilan sosial, dan konsep diri. Ada pula yang hanya menggunakan dua variabel penelitian yaitu religiusitas dengan penyesuaian diri. Sedangkan dalam penelitian yang akan peneliti lakukan dengan menggunakan tiga variabel yaitu religiusitas dan kematangan emosi sebagai variabel bebas dan penyesuaian diri sebagai variabel tergantung. Selain itu, perbedaan terletak pada subjek penelitian, dari beberapa penelitian terdahulu menggunakan subjek remaja dan seorang istri. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan mahasiswa yang berumur sekitar 18-25 tahun.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Penyesuaian Diri**

##### **1. Pengertian Penyesuaian Diri**

Schneider dalam (Gufron & Risnawita, 2010) penyesuaian diri yaitu proses yang melibatkan respon-respon mental serta perilaku untuk memenuhi kebutuhan dalam dirinya, ketegangan, permasalahan serta kekecewaan untuk mencapai hubungan yang baik dengan lingkungan disekitarnya. Lebih lanjut, Schneider dalam (Gufron & Risnawita, 2010) mengungkapkan bahwa proses penyesuaian diri meliputi sikap adaptasi, kemampuan untuk beradaptasi dengan norma yang terdapat serta pengelolaan terhadap lingkungan. Melalui definisi tadi, penyesuaian diri dimaknai sebagai sikap individu untuk menyeimbangkan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan yang dimiliki agar terhindar dari stres serta frustrasi personal yang berlebihan.

Hurlock (2013) mendefinisikan penyesuaian menjadi suatu perilaku menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dimana individu mampu menjalin hubungan interpersonal yang menyenangkan dengan orang lain. Kemampuan untuk menjalin hubungan yang positif dengan orang lain yang dikenal maupun tidak juga termasuk ke pada sikap kesediaan untuk membantu orang lain, agar individu tidak terikat pada diri sendiri.

Sementara Mappiare (1982), mengungkapkan penyesuaian diri sebagai kemampuan individu untuk merubah sikap sesuai dengan keadaan lingkungan sekitarnya. Perubahan sikap yang dilakukan oleh individu ditujukan untuk mendapatkan penerimaan dari masyarakat serta lingkungan sekitarnya. Mappiare (1982) menambahkan bahwa kemampuan individu untuk mengikuti syarat lingkungannya akan menghindarkan individu dari sikap *maladjusted*.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan penyesuaian diri adalah proses yang terjadi secara berulang antara diri sendiri dan orang lain agar dapat mengatasi konflik dan kesulitan-kesulitan yang ada agar terciptanya hubungan yang baik antara diri sendiri, sesama individu dan lingkungan di sekitar.

## 2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Schneider (Gufron & Risnawita, 2010), diantaranya :

### a) Kontrol emosi berlebihan

Kontrol terhadap emosi yang berlebih berkaitan dengan kemampuan individu menanggapi situasi atau persoalan yang ada secara normal, damai, serta tidak panik. Schneider dalam (Gufron & Risnawita, 2010) menambahkan bahwa penyesuaian diri yang baik diwujudkan dengan tidak adanya emosi yang berlebihan melalui kontrol terhadap emosi tersebut. Adanya kontrol emosi membuat individu bisa berpikir jernih dalam menghadapi persoalan dan mencari penyelesaian yang sesuai.

### b) Mekanisme pertahanan diri yang minimal

Mekanisme pertahanan diri yang minimal berkaitan dengan sikap pemecahan masalah yang langsung di akar permasalahannya. Hal ini pula diwujudkan melalui penerimaan individu terhadap kegagalan yang dihadapi dan kembali berusaha menuntaskan permasalahan tersebut.

### c) Rendahnya frustrasi personal

Individu dengan penyesuaian diri yang minimal berkaitan dengan sikap pemecahan masalah yang langsung pada akar masalahnya. Hal ini diwujudkan melalui penerimaan individu terhadap kegagalan yang dihadapi serta kembali berusaha menuntaskan permasalahan tadi.

### d) Pertimbangan rasional mengarahkan diri (*Self-direction*)

Salah satu kemampuan dasar manusia yang penting dalam menghadapi masalah, konflik atau frustrasi merupakan kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan diri sendiri serta mempertimbangkan segala sesuatu secara rasional. pada

kegiatan sehari, hari pertimbangan rasional serta kemampuan mengarahkan diri ini diperlukan untuk mencapai penyesuaian diri yang normal.

e) Kemampuan memanfaatkan masa lalu

Penyesuaian diri yang baik bisa didefinisikan melalui kemampuan individu dalam memanfaatkan pengalaman masa lalu. Pengalaman masa lalu individu dalam menyelesaikan masalah bisa dijadikan pelajaran dalam mengatasi permasalahan yang terjadi ketika ini.

f) Sikap realistik dan objektif

Aspek ini berhubungan dengan orientasi individu terhadap realita. Orientasi terhadap realita ini membuat individu bisa menerima serta melihat permasalahan secara objektif. perilaku realistik serta objektif didasari oleh pembelajaran, pengalaman masalah serta pemikiran rasional yang bisa mengarahkan individu untuk menilai situasi, masalah atau keterbatasan pribadi se layak-layaknya.

Berdasarkan uraian aspek menurut Schneider dalam (Gufon & Risnawita, 2010) diantaranya adalah kontrol emosi yang berlebihan, mekanisme pertahanan diri yang minimal, rendahnya frustrasi personal, pertimbangan rasional dan *Self direction*, kemampuan belajar, kemampuan memanfaatkan masalah dan sikap realistik dan objektif.

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneider dalam (Gufon & Risnawita, 2010), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu :

a. Kondisi fisik

Kondisi fisik individu mempunyai hubungan dengan penyesuaian diri, karena keadaan tubuh yang baik ialah kondisi bagi terciptanya penyesuaian diri yang baik. Adanya cacat fisik serta penyakit kronis akan melatarbelakangi adanya hambatan pada individu dalam melaksanakan penyesuaian diri.

b. Perkembangan dan Kematangan

Bentuk-bentuk penyesuaian diri individu berbeda pada setiap tahap perkembangan. Seiring dengan perkembangannya, individu akan meninggalkan perilaku kekanak-kanakan dalam merespon lingkungannya. Hal ini bukan karena proses pembelajaran semata, melainkan karena individu menjadi lebih matang. Kematangan individu dalam segi intelektual, sosial, moral serta emosi mempengaruhi bagaimana individu melakukan penyesuaian diri.

c. Keadaan psikologis

Keadaan mental yang sehat ialah syarat bagi tercapainya penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat dikatakan bahwa adanya frustrasi, kecemasan, serta cacat mental akan memicu keluarnya hambatan dalam penyesuaian diri. Keadaan mental yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan lingkungannya.

d. Kondisi Lingkungan

Keadaan lingkungan yang baik, tenang, tenteram, aman, penuh penerimaan serta pengertian, serta mampu memberikan perlindungan pada anggota-anggotanya merupakan lingkungan yang akan memperlancar proses penyesuaian diri. Sebaliknya jika individu tinggal di lingkungan yang tidak tenteram, tidak tenang, dan tidak aman, maka individu tadi akan mengalami gangguan dalam melakukan proses penyesuaian diri. Keadaan lingkungan yang dimaksud mencakup lingkungan sekolah, tempat tinggal, serta keluarga.

e. Keadaan Kultur dan Agama

Religiusitas ialah faktor yang memberikan suasana psikologis yang bisa digunakan untuk mengurangi permasalahan, frustrasi serta ketegangan psikis lain. Religiusitas memberi nilai serta keyakinan sehingga individu mempunyai arti, tujuan, serta stabilitas hidup yang diperlukan untuk menghadapi tuntutan serta perubahan yang terjadi dalam hidupnya.



#### 4. Penyesuaian Diri Dalam Perspektif Islam

Penyesuaian diri dalam perspektif Islam Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamik terus menerus yang mencakup respon mental dan tingkah laku dalam mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam diri individu, sehingga tercapai tingkat keselarasan atau harmoni antara diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana individu tinggal.

Penyesuaian diri terdiri dari beberapa aspek. Berikut ini beberapa ayat menyebutkan tentang aspek-aspek tersebut : Kematangan emosional mencakup aspek-aspek; kemantapan suasana kehidupan emosional, kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain, kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan, Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri. Dalam Al-Quran Allah SWT berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 286 yang berbunyi :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا  
تُؤَاخِذْنَا إِنْ كُنَّا إِثْمًا وَلَا نَحْمِلُ عَلَيْهِمْ إِثْرًا كَمَا حَمَلْتَهُمْ عَلَى  
الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ط وَأَعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا  
وَأَرْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Artinya : “Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang di usahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang di kerjakannya. (Mereka Berdoa) :”Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau bersalah. Ya Tuhan kami janganlah engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maafilah kami, ampuni kami, rahmatilah kami.

Engkaulah penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir.”

Dalam tafsir Al-Mishbah Quraish Shihab “Allah tidak membebani seseorang melainkan dengan kesanggupannya”, Allah akan melakukan perhitungan terhadap apa yang telah diperbuat oleh manusia, baik oleh anggota tubuhnya maupun hatinya, yang terang-terangan maupun yang tersembunyi, maka sebagian sahabat mengeluh kepada Rasulullah Saw. Seraya berkata, “kami telah dibebani tugas yang tidak mampu kami pikul.” Maka Rasul Saw. Bersabda, “apakah kalian akan berucap seperti ucapan Bani Isra’il, ‘kami mendengar tetapi tidak memperkenalkan?’Ucapkanlah, ‘Kami dengar dan kami taati, ampunilah kami, (wahai) Tuhan kami, dan kepada Engkaulah tempat kami kembali’.” Allah Swt, menyambut permohonan mereka dan turunlah penjelasan atau pembatalan menurut sementara ulama tentang apa yang menggusarkan mereka melalui ayat 286.

Dalam firman Allah surat Surat Al-Baqarah Ayat 286 maka disimpulkan bahwa agar kita berbuat baik pada orang lain, sekaligus dengan kriterianya (berbuat baiklah sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu), jangankan berbuat jelek pada orang lain, berbuat baik yang ‘biasa-biasa’ saja tampaknya tidak/belum cukup.

## **B. Religiusitas**

### **1. Pengertian Religiusitas**

Fetzer (1999) menyatakan bahwa religiusitas ialah sesuatu yang lebih menitik beratkan di persoalan perilaku, sosial, dan merupakan sebuah doktrin dari setiap kepercayaan atau golongan yang dimiliki dan diikuti oleh setiap pengikutnya.

Thouless (2000) mengungkapkan bahwa religiusitas ialah suatu hubungan antara seorang hamba dengan sang pemilik yang dirasakan dengan apa yang dipercayai sebagai makhluk atau wujud yang lebih tinggi daripada manusia. Allah menurutnya, merupakan kebenaran pertama yang menyebabkan manusia terdorong untuk mengadakan reaksi yang penuh hikmat dan sungguh-sungguh tanpa menggerutu atau menolaknya (Sururin, 2004).

Relawu (2007) mengungkapkan bahwa religiusitas ialah suatu individu cenderung pada besarnya perilaku kepatuhan dan pengabdian yang besar terhadap kepercayaan yang dianutnya. Definisi lain menyatakan bahwa religiusitas ialah perilaku terhadap nilai-nilai keagamaan yang bisa ditandai, tidak hanya melalui ketaatan dalam menjalankan ibadah ritual tetapi juga dengan adanya keyakinan, pengalaman, serta pengetahuan mengenai sistem religiusitas yang dianutnya (Ancok & Suroso, 2001).

Dari beberapa pendapat diatas, bisa di simpulkan bahwa religiusitas ialah segala pikiran serta tindakan yang dimiliki bersama oleh sekelompok individu menjadi acuan dalam memberikan kerangka pengarahan hidup terhadap obyek yang ditaati dan diteladani pada individu baik secara anggota maupun secara berkelompok.

Segala pikiran dan tindakan tersebut mencakup ibadah yang dilakukan secara berulang-ulang (*istiqomah*), konsisten, dan tanpa adanya suatu keterpaksaan dari individu lain yang dilandasi dengan rasa keikhlasan, rasa ketulusan, kepasrahan diri, kerendahan diri, serta mengharap rahmat dan ridhonya ketika menghadap pada sang pemilik.

## 2. Dimensi-dimensi Religiusitas

Menurut teori Fetzer (1999) ada 12 dimensi religiusitas, tetapi disini penulis akan membahas 6 dimensi saja, diantaranya :

a. *Value* (Nilai-nilai beragama)

Yaitu penguatuh keimanan terhadap nilai-nilai hidup, seperti mengajarkan tentang saling melindungi, saling menolong, nilai cinta, dan sebagainya.

b. *Beliefs* (Keyakinan)

Merupakan sentral dari religiusitas. Religiusitas merupakan keyakinan akan konsep-konsep yang dibawa oleh suatu agama.

c. *Forgiveness* (Pengampunan)

Menurut Idler (Fetzer, 1999) mencakup 5 dimensi turunan, yaitu :

1. Pengakuan dosa (*Confession*).
2. Merassa diampuni oleh Tuhan (*Feeling forgiven by god*).

3. Merasa diampuni oleh orang lain (*Feeling forgiven by others*).
4. Memaafkan orang lain (*Forgiving others*).
5. Memaafkan diri sendiri (*Forgiving one self*).

Namun posisi dimensi *forgiving others* tidak sama dengan *Forgiveness* sebagai dependen variabel. Dimensi *forgiving others* pada dimensi religiusitas yang dimaksud adalah sikap memaafkan yang lebih terkait dengan keberagamaan, motivasi memaafkan lebih pada motivasi mengharapkan pahala dan menjauhkan dosa karena membalas dendam merupakan perbuatan tercela dan memaafkan adalah anjuran dalam agama.

- d. *Religious/Spiritual coping* (Agama sebagai penyelesaian masalah)

Merupakan *coping stress* dengan menggunakan pola dan metode yang religius. Seperti beribadah untuk menghilangkan stress, berdoa, dan lain sebagainya.

- e. *Religious support* (Dukungan agama)

Aspek hubungan sosial antara individu dengan pemeluk agama sesamanya. Dalam islam hal semacam ini sering disebut Al-Ukhuwah Al-Islamiyah.

- f. *Commitment* (Komitmen Beragama)

Yaitu seberapa jauh individu mementingkan agama, komitmen, serta berkontribusi kepada agamanya.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan Aspek-aspek Religiusitas menurut Fetzer (1999) yaitu *Value, Beliefs, Forgiveness, Religious/Spiritual coping, Religious support, dan Commitment*.

### 3. Faktor-faktor Religiusitas

Thoules (2002) menyebutkan ada beberapa faktor yang mungkin ada dalam perkembangan sikap religiusitas, yaitu :

- a. Faktor Alami, mencakup moral yang berupa pengalaman-pengalaman baik yang bersifat alami, seperti pengalaman konflik moral maupun pengalaman emosional.

- b. Faktor Intelektual, mencakup proses pemikiran verbal terutama dalam pembentukan keyakinan-keyakinan agama.
- c. Faktor Sosial, mencakup semua pengaruh sosial dalam perkembangan sikap keagamaan seperti : pendidikan, tradisi-tradisi sosial, dan lain-lain yang ada pada lingkungannya.
- d. Faktor Kebutuhan, untuk memperoleh harga diri dan kebutuhan yang timbul karena adanya kematian.

### **C. Kematangan Emosi**

#### **1. Pengertian Kematangan Emosi**

Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa petunjuk kematangan emosi pada diri individu ialah kemampuan individu untuk menilai keadaan secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya mirip anak-anak atau mirip orang yang belum matang emosinya, sehingga akan mengakibatkan reaksi emosional yang stabil serta tak berubah-ubah dari satu emosi ke emosi yang lain. Individu dikatakan sudah mencapai kematangan emosi jika bisa mengontrol dan mengendalikan emosinya sesuai dengan tingkat perkembangan emosinya.

Hurlock (2011) kematangan emosi adalah suatu kondisi atau perasaan atau reaksi perasaan yang stabil terhadap obyek permasalahan sehingga untuk mengambil suatu keputusan atau bertingkah laku didasari dengan suatu pertimbangan dan tidak mudah berubah-ubah dari satu suasana hati ke dalam suasana hati yang lainnya.

Singh & Bhargava (2005) kematangan emosi ialah sensitivitas individu akan emosi yang dihadapi serta respon terhadap berbagai reaksi emosional yang dievaluasi memenuhi aturan yang berlaku. Dalam penelitian Yusuf (2004) menyatakan individu dengan kematangan emosi yang sehat akan menerima dirinya dengan baik sehingga individu tadi mudah dalam proses penyesuaian dirinya.

Dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi seseorang bisa dinilai dari seberapa ia bisa menahan emosinya di lingkungan

sekitarnya, dan tidak lagi menunjukkan emosinya di depan khalayak ramai.

## 2. Aspek-aspek Kematangan Emosi

Hurlock (2011) mengemukakan lima aspek dari kematangan emosi, antara lain:

- a) Dapat menerima keadaan dirinya dan orang lain.  
Dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain sesuai dengan objektifnya. Bahwa orang yang telah matang emosinya dapat menerima baik keadaan dirinya maupun keadaan orang lain seperti apa adanya.
- b) Mampu mengontrol dan mengarahkan emosi  
Dapat mengontrol emosinya dengan baik dan dapat mengontrol ekspresi emosinya walaupun dalam keadaan marah dan kemarahan itu tidak ditampakkan keluar.
- c) Berfikir Positif
- d) Tidak mudah frustrasi  
Ketika menghadapi konflik individu yang matang secara emosi menggunakan cara atau pendekatan lain. Apabila tidak bisa, anak mengalihkan perhatiannya secara konstruktif.
- e) Mempunyai tanggung jawab  
Mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mengalami frustrasi dan mampu menghadapi masalah dengan penuh pengertian.
- f) Kemandirian
- g) Mampu beradaptasi  
Berdasarkan aspek-aspek kematangan emosi yang telah diuraikan diatas maka dapat dikemukakan bahwa aspek-aspek kematangan emosi dapat dikelompokkan sebagai berikut : dapat menerima keadaan dirinya dan orang lain, mampu mengontrol dan mengarahkan emosi, mampu menyikapi masalah secara positif, tidak mudah frustrasi, mempunyai tanggung jawab, kemandirian, mampu beradaptasi.

### **3. Faktor-faktor Kematangan Emosi**

Hurlock (1980) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah sebagai berikut :

- a) Gambaran tentang situasi yang dapat menimbulkan reaksi-reaksi emosional,
- b) Membicarakan berbagai masalah pribadi dengan orang lain,
- c) Lingkungan sosial yang dapat menimbulkan perasaan aman dan keterbukaan dalam hubungan sosial,
- d) Belajar menggunakan katarsis emosi untuk menyalurkan emosi, &
- e) Kebiasaan dalam memahami dan menguasai emosi dan nafsu.

### **D. Hubungan Religiusitas dan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Mahad Al-Jami'ah**

Schneiders dalam (Gufron & Risnawita, 2010) penyesuaian diri yaitu proses yang melibatkan respon-respon mental serta perilaku untuk memenuhi kebutuhan dalam dirinya, ketegangan, permasalahan serta kekecewaan untuk mencapai hubungan yang baik dengan lingkungan disekitarnya. Lebih lanjut, Schneider dalam (Gufron & Risnawita, 2010) mengungkapkan bahwa proses penyesuaian diri meliputi sikap adaptasi, kemampuan untuk beradaptasi dengan norma yang terdapat serta pengelolaan terhadap lingkungan. Melalui definisi tadi, penyesuaian diri dimaknai sebagai sikap individu untuk menyeimbangkan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan yang dimiliki agar terhindar dari stres serta frustrasi personal yang berlebihan.

Fetzer (1999) menyatakan bahwa religiusitas ialah sesuatu yang lebih menitik beratkan di persoalan perilaku, sosial, dan merupakan sebuah doktrin dari setiap kepercayaan atau golongan yang dimiliki dan diikuti oleh setiap pengikutnya.

Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa petunjuk kematangan emosi pada diri individu ialah kemampuan individu untuk menilai keadaan secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara

emosional, tak lagi bereaksi tanpa berfikir sebelumnya mirip anak-anak atau mirip orang yang belum matang emosinya, sehingga akan mengakibatkan reaksi emosional yang stabil serta tak berubah-ubah dari satu emosi ke emosi yang lain. Individu dikatakan sudah mencapai kematangan emosi jika bisa mengontrol dan mengendalikan emosinya sesuai dengan tingkat perkembangan emosinya.

Religiusitas dan kematangan emosi berhubungan dengan penyesuaian diri individu. Religiusitas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada mahasiswa. Adanya religiusitas dalam kehidupan bermasyarakat dapat mempermudah individu dalam beradaptasi dengan lingkungan disekitarnya dan tidak mudah terbawa oleh lingkungan yang berdampak negatif di kemudian hari.

Selanjutnya, terdapat hubungan antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada mahasiswa. Adanya keikutsertaan kematangan emosi akan mempengaruhi penyesuaian diri individu terhadap lingkungan tempat tinggalnya. Seorang mahasiswa yang lebih bisa mengontrol/mengendalikan emosinya di hadapan orang lain akan memberikan dampak positif terhadap dirinya maupun orang disekitarnya. Sebaliknya, jika seorang mahasiswa tidak bisa mengontrol/mengendalikan emosinya maka akan memberikan efek negatif pada dirinya maupun orang lain.

Hal tersebut didukung dengan beberapa hasil penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh Dian Lestari dan Endang Sri Indrawati (2017), penelitian tersebut berjudul "*Hubungan Antara Religiusitas Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Dan Siswi Kelas VII Yayasan Pondok Pesantren Futuhiyyah Mranggen Kabupaten Demak*". Hipotesis dalam penelitian tersebut dapat diterima bahwa terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan penyesuaian diri pada siswa dan siswi kelas VII yayasan pondok pesantren Futuhuyyah Mranggen Kabupaten Demak, dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,414 dan nilai sig = 0,000 ( $p < 0,05$ ) (Dian L & Endang SI, 2017). Artinya semakin tinggi religiusitas maka akan semakin baik penyesuaian dirinya. Sebaliknya, semakin rendah religiusitas maka akan semakin buruk penyesuaian diri. Sumbangan efektif religiusitas terhadap penyesuaian diri sebesar 17,1%.



Lalu, penelitian yang dilakukan oleh Julia Aridhona (2017). Penelitian tersebut berjudul "*Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Remaja*". Dalam penelitian ini menghasilkan perhitungan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,715 dengan  $\text{sig} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Yang berarti ada korelasi positif yang signifikan antara kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri remaja, artinya semakin tinggi spiritualitas dan kematangan emosi akan semakin tinggi pula penyesuaian diri yang dimiliki remaja.

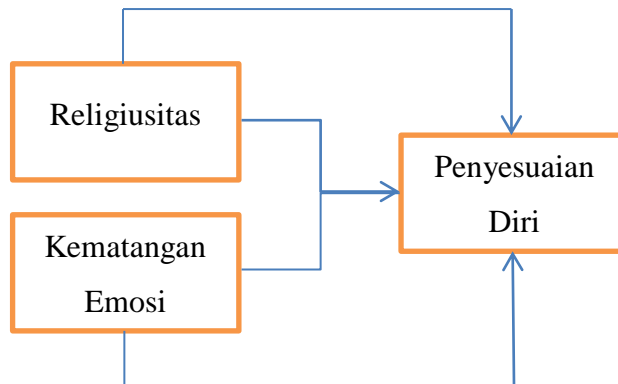
Lalu penelitian yang dilakukan oleh Elly Ghofiniyah & Erni Agustina Setiowati (2017). Penelitian yang berjudul "*Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Keterampilan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Pondok Pesantren Daar Al Furqon Kudus*". Dalam penelitian ini menghasilkan perhitungan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,723 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan keterampilan social dengan penyesuaian diri.

Lalu, penelitian yang dilakukan oleh Novi Fajri & Rizky Lazuardi N (2018). Penelitian tersebut berjudul "*Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Istri Yang Tinggal Bersama Keluarga Suami*". Dalam penelitian ini, berdasarkan analisis regresi dua prediktor dan analisis korelasi parsial. Menghasilkan perhitungan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,603 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Zulfadli Lingga (2017) yang berjudul "*Hubungan Kematangan Emosi Dan Interaksi Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa MTSN Kabanjahe Kabupaten Karo*". Penelitian yang telah dilakukan tersebut menghasilkan korelasi  $R$  sebesar 0,719. Dilihat dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kematangan emosi dan interaksi social dengan penyesuaian diri Siswa MTSN Kabanjahe Kabupaten Karo.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki religiusitas yang tinggi maka akan memicu tingginya penyesuaian diri mereka dan sebaliknya, mahasiswa yang memiliki religiusitas yang rendah akan memicu penyesuaian diri. lalu, mahasiswa yang memiliki kematangan emosi yang positif maka akan memicu tingginya penyesuaian diri dan mahasiswa yang memiliki kematangan emosi yang negatif maka akan memicu rendahnya penyesuaian diri. Dan hal tersebut sejalan dengan teori serta beberapa penelitian yang telah dijelaskan diatas.

### E. Kerangka Berfikir



**Gambar 1. Kerangka Berfikir**

Penyesuaian diri adalah suatu bentuk usaha perubahan tingkah laku untuk menyelaraskan atau menyeimbangkan individu dengan lingkungannya. Ghufron & Risnawita (2012) penyesuaian diri ialah aspek penting guna mengatasi adanya tekanan dari lingkungan, usaha dalam menyepadankan tuntutan dan kebutuhan lingkungan, dan menyeimbangkan ikatan individu dengan lingkungan secara kompleks. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, antara lain : Kondisi fisik, Perkembangan dan Kematangan, Keadaan Psikologis, Kondisi Lingkungan, serta Keadaan Kultur & Agama.

Faktor pertama yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah religiusitas, Jalaluddin (2007) religiusitas adalah suatu keadaan yang

ada pada diri individu yang mendorongnya untuk bertingkah laku dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama. Faktor kedua yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah kematangan emosi, Walgito (2004) menyatakan bahwa kematangan emosi individu dilihat dari keahlian individu dalam mengatur ataupun mengendalikan emosi serta sanggup berfikir secara matang pada saat melihat permasalahan secara obyektif.

Berdasarkan dari penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa Religiusitas dan Kematangan Emosi merupakan suatu perasaan individu yang bisa meningkatkan penyesuaian diri individu.

### **F. Hipotesis**

Berdasarkan teori dan kerangka berfikir diatas dapat ditegaskan bahwa terdapat 3 hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Ada hubungan antara religiusitas dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa mahad al-jami'ah.
2. Ada hubungan antara religiusitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa mahad al-jami'ah.
3. Ada hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa mahad al-jami'ah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D., & Suroso. (2001). *Psikologi Islami*. Pustaka Pelajar.
- Aridhona, J. (2017). Hubungan antara kecerdasan spiritual dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri remaja. *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(3), 224–233.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Dangwal, K. L., & Srivastava, S. (2016). Emotional Maturity of Internet Users. *Universal Journal of Educational Research*, 4(1), 6–11. <https://doi.org/10.13189/ujer.2016.040102>
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Fajriyanti, N., & Rizky Lazuardi, N. (2018). Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. *Journal Ikip Siliwangi*, 1, 183–184.
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Pustaka Belajar.
- Fetzer, J. E. (1999). *Multidimensional measurement of religiousness/spirituality for use in health research*. A report of the Fetzer Institute/National Institute on Aging Working Group.
- Fiana, P. . (2014). *Hubungan Antara Religiusitas dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMA Al-Islam Krian*. universitas Muhammadiyah Sidoarjo.
- Ghofiniyah, E., & Erni A, S. (2017). Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Keterampilan Sosial Dengan Penyesuaian Diri pada Santri Pondok Pesantren Daar Al Furqon Kudus. *Proyeksi*, 12(1), 1–4.
- Ghufron, M. ., & Risnawita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M. ., & Risnawita, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa, S., & Gunarsa, Y. (2012). *Psikologi Untuk Keluarga*. Gunung Mulia.

- Hurlock, E. . (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Hurlock, E. . (2002). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Hurlock, E. . (2013). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Jalaluddin, R. (2007). *Memahami Perilaku Keagamaan Dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*. PT. Rajagrafindo Persada.
- Lestari, D., & Endang, S. . (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa dan Siswi Kelas VII Yayasan Pondok Pesantren Futuhuyyah Mranggen Kabupaten Demak. *Jurnal Empati*, 6(4), 307–312.
- Lingga, Z. (2017). Hubungan Kematangan Emosi dan Interaksi Sosial Dengan Penyesuaian Diri Siswa MTSN Kabanjahe Kabupaten Karo. *Jurnal ANSIRU*, 1, 57–59.
- Noktaviani, D. (2019). *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Santri Di Pondok Pesantren*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Pritaningrum, M., & Wiwin, H. (2013). Penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren modern nurul izzah gresik pada tahun pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 2(3). *Profil Ma'had Al-Jami'ah Uin Raden Intan Lampung*. (n.d.). Retrieved April 14, 2022, from <https://al-jamiah.radenintan.ac.id/>
- Putriani, R. (2021). *Hubungan Antara Religiusitas Dan Kekuatan Karakter Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa*. Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup (13th ed.)*. Erlangga.
- Schneider, A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. Holt, Rinehart and Winston.
- Shafira, F. (2015). *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Perantau*.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Mishbah: pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an*. Lentera Hati.

- Singh, Y., & Bhargava, M. (2005). *Manual for Emotional Maturity Score*.
- Sudaryono. (2018). *Metodologi Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan Mix Method*. In Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT. Alfabet.
- Sururin. (2004). *Ilmu Jiwa Agama*. PT. Grafindo Persada.
- Thalib, S. B. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Kencana Prenadamedia Group.
- Thouless, R. . (2000). *Pengantar Psikologi Agama. (terjemahan)*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Thouless, R. . (2002). *Pengantar Psikologi Agama. (terjemahan)*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Walgito, B. (2004). *Bimbingan & Konseling Perkawinan*. Andi Offset.
- Yusuf, S. (2004). *Mental hygiene*. Pustaka Bani Quraisy.
- Yusuf, S. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. PT. Remaja Rosdakarya.

