

**PERBEDAAN KONTROL EMOSI REMAJA PUTRA DAN PUTRI  
DI SMP SHALAHUDDIN KOTA MALANG**

**SKRIPSI**



**OLEH :**

**ROLIANTO NGGANJA LAKAR  
2015610093**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI  
MALANG  
2019**

## **RINGKASAN**

Remaja merupakan tahap perkembangan emosi, dimana remaja tidak mengeluarkan amarah atau emosional dan sangat minim dalam kemampuan pengendalian diri seorang remaja untuk mempertahankan hal positif.

Di penelitian ini disimpulkan adanya perbedaan antara kontrol amarah remaja putra dan putri berdasarkan hasil penelitian diharapkan peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan menggali secara mendalam mengenai persepsi siswa anak remaja SMP tentang perubahan psikologis yang dialaminya sebagai bagian dari perkembangan yang harus dilaluinya.

***Kata Kunci : Kontrol Emosi; Remaja Putra; Remaja Putri***

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan dimana pada masa ini remaja adalah masa untuk beranjak pada tahap dewasa. Remaja adalah masa dimana masih memiliki ketergantungan perkebangan sikap (*dependence*) terhadap orang tua ke arah keperibadian (*independence*), keinginan seksual, pemikiran terhadap individu, dan pemikiran positif (Yusuf, 2011).

Masa pubertas adalah masa dimana seseorang pada masa pubertas banyak perubahan yang terjadi sikap dan perilaku. (Hurlock, 2011). Perkembangan emosi remaja menonjolkan perilaku mudah tersinggung. Dalam menghadapi situasi yang menekan di sekitar dan meminimalkan hal yang tidak baik, menginginkan pemahaman untuk mengendalikan emosinya (Safaria, 2009). Kemampuan mengendalikan amarah dengan sebaik mungkin dalam segala hal. remaja dalam mengekspresikan emosi dengan wajar sehingga dalam individu mampu untuk menahan diri dan tidak terpengaruh dalam situasi emosinya untuk mengarah terhadap hal yang lebih baik.

Dalam masa perkembangannya remaja masih mencari identitas dirinya sehingga akan mencoba tantangan baru, yang dapat menyebabkan remaja bisa memahami dirinya ketika mempunyai kemampuan untuk mengatur dan mengendalikan emosinya. Jika tidak mampu mengendalikan emosinya maka akan berdampak buruknya. Menurut Yanti, dalam Lis Binti Muawanah (2012) mengungkapkan bahwa kemampuan mengendalikan amarah untuk menjadi pergaulan terhadap orang lain tidak terganggu dan bisa mencari jalan keluar dan setiap persoalan. Masa puber akan sangat terpengaruh dengan apa yang diterima, dilihat dan ingin meniru tanpa berpikir dampak baik dan buruknya yang akan dilakukan.

Asrori dkk (2016) mengungkapkan bahwa perkembangan amarah lebih menonjol pada perilaku, kemajuan amarah pada masa pubertas. pengelolaan pada individu adalah salah cara untuk amarah untuk lebih mengarahkan diri kearah yang baik. Menurut Anand (2014) mengatakan bahwa kematangan emosi yang baik mampu memicu rasa kebahagiaan pada individu. Dengan munculnya respon terhadap emosi maka dibutuhkan kemandirian remaja dalam mengontrol emosinya. Menurut Asmidayati (2014) Mengungkapkan bahwa pengendalian emosi pada remaja tidak meluapkan emosi pada saat berada di lingkungan sosial. Menurut Hurlock dalam Asmidayati (2014) memaparkan ketika pada ini mampu menganalisa lebih detail pada saat mengendalikan amarah.

Berdasarkan hasil penelitian Coley dalam Rizkyta dan Fardana N. 2017) menunjukkan bahwa persepsi remaja perempuan terhadap amarah yang terlihat bahwa tingkah. Hasil penelitian Zahara (2013) menunjukkan bahwa kematangan mengendalikan emosi perempuan tidak lebih baik dibandingkan remaja laki-laki.

Studi pendahuluan melalui wawancara dengan 11 orang remaja di SMP Shalahuddin malang yaitu 6 siswa dan 5 orang siswi. Dari 6 orang siswa didapatkan data 4 siswa menyatakan bahwa mereka merasa mudah emosi ketika mengikuti pembelajaran di kelas, sehingga mereka tidak dapat berkonsentrasi dalam mengikuti pembelajaran sedangkan 2 orang siswa mengatakan sering emosional dan stres karena tuntutan yang harus dijalani selama mengikuti kegiatan belajar. Sedangkan pada 5 orang siswi mengatakan bahwa sering merasa bahwa terkadang sulit kendalikan emosi jika mengikuti pelajaran dan terlebih saat diganggu saat bully atau di ganggu oleh teman lain. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul perbedaan kontrol emosi pada remaja putra dan putri di Salahuddin Kota Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada perbedaan kemampuan kontrol emosi pada remaja putera dan puteri di Shalahudin Kota Malang.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui kemampuan kontrol emosi pada remaja putera dan puteri di Shalahudin Kota Malang

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi kemampuan kontrol emosi pada remaja putera di Shalahudin Kota Malang
2. Mengidentifikasi kemampuan kontrol emosi pada remaja putri di Shalahudin Kota Malang
3. Menganalisis perbedaan kontrol emosi pada remaja putera dan puteri di Shalahudin Kota Malang

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang emosi pada siswa sehingga dapat menetapkan langkah-langkah yang diambil untuk pencegahan dan penanganan emosi pada siswa - siswi.

### **1.4.2 Manfaat praktis**

- a). Bagi Institusi

Dapat menambah kasanah pustaka dan pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam kontrol emosi remaja

b). Bagi Siswa SMP

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang kemampuan dalam kontrol emosi remaja putra dan putri

c). Bagi peneliti selanjutnya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber data atau acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang lebih kompleks.

d). Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan Pengetahuan dalam kemampuan penanganan emosi serta dapat mengembangkan kemampuan dalam bidang penelitian sebagai bentuk implementasi dari ilmu pengetahuan yang telah dipelajari selama perkuliahan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali Mohammad dan Mohammad Asrori. 2011. Psikologi Remaja dan Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Bumi Aksara).
- A. A. Hidayat, 2007. Metode Penelitian. Jakarta: Salemba Medika.
- A. A. Hidayat . 2008. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- A. A. Hidayat. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*, Jakarta: Heath Books.
- Allen, M.J. 2006. *Assessing general education programs*. San Francisco: Anker Publishing Company Inc.
- Arikunto, Suharsimi. 2011. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi VII. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Asmidayati 2014. Kematangan Emosi pada Remaja Putri yang melakukan Pernikahan Dini di Desa Kaliagung Kabupaten Kulon Progo. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta
- Copel, Linda Carman. 2007. *Buku Kesehatan Jiwa dan Psikiatri: Edisi 2*. Jakarta (terjemahan) EGC.
- Dini Amalia Ulfah 2016. Hubungan Kematangan Emosi dan Kebahagiaan pada remaja yang Mengalami Putus Cinta . *Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 9. No. 1, Juni 2016*
- Dobson, K.S. & Dozois, D.J.A. 2010. *Historical and Philosophical Bases of the Cognitive-Behavioral Therapies, dalam Handbook of Cognitive- Behavioral Therapies*. New York: The Guilford Press.
- Gross J.J & John. 2003. Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-363.
- Gunarsa, Singgih D. dan Ny. Singgih D. Gunarsa. 2000. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT Gunung Mulia.
- Hawwa, Said.1995, *Mensucikan Jiwa-Konsep Tazkiyatun Nafs Terpadu Terjemahan*. Jakarta: Robbani Press.
- Herawati, I. dan Wahyuni. 2017. *Pemeriksaan Fisioterapi*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Hurlock, Elizabeth B. 2011. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Iyus, Yosep. 2011. *Keperawatan Jiwa*, Edisi 4. Jakarta : Refika Aditama
- Jahja, Y. 2012. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

- John W. Santrock. 2007. *Perkembangan Anak. Jilid 1 Edisi kesebelas*. Jakarta : PT. Erlangga.
- Keliat B, dkk. 2006. *Proses Keperawatan Jiwa Edisi II*. Jakarta : EGC.
- Martin, G., & Pear, J. 2010. *Behavior Modification*. 4th edition. New Jersey : Prentice Hall.
- Muawanah.. 2012. Hubungan tingkat pengetahuan tentang manajemen stres terhadap tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Panti Wreda Dharma Bakti Surakarta. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nursalam. 2011. *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmodjo,S. (2012) *Metodologi Penelitian Kesehatan*.Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*: Jakarta: Salemba Medika.
- Potter & Perry. 2009. *Fundamental Keperawatan*. Edisi 7. Jakarta: Salemba Medika
- Prasetyo, S. N. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Pratiwi, Anggun Ari. 2012. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Dampak Seks Bebas Dengan Perilaku Seksual Remaja di Desa Kweni Sewon Bantul Yogyakarta*. Karya Tulis Ilmiah.
- Purwanto, Y. dan Mulyono, R. 2006. *Psikologi Marah*. Bandung: Refika Aditama.
- Safaria, T dan Saputra, N.E. 2009. *Managemen Emosi*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sartika, D., Hamid, A.Y., Wardani, I.Y. 2011. *Penerapan Terapi Kognitif Pada Klien Harga Diri Rendah Kronis Menggunakan Pendekatan Teori Jhonson Di Ruang Antareja RS. Dr. H. Marzoeki Mahdi Bogor. KIA FIK UI*. Tidak dipublikasikan.
- Sarwono. 2011. *Psikologi Remaja.Edisi Revisi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Setyoadi. 2011. *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatrik*. Salemba Medika: Jakarta
- Spielberger, C.D. 2003. *Stress & Anxiety*. Vol 11. Washington: Hemisphere Publishing, Corp.
- Sri Nyumirah 2012. *Peningkatan Kemampuan Interaksi Sosial (Kognitif, Afektif Dan Perilaku) Melalui Penerapan Terapi Perilaku Kognitif Di RSJ DR Amino Gondohutomo Semarang*.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Umami, Riza.,dkk. 2012. Hubungan antara kualitas tidur dengan fungsi kognitif dan tekanan darah pada lansia di Desa Pasuruhan Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Manggelang. *Skripsi Fakultas Keperawatan: Universitas Muhammadiyah Magelang*.
- Yashinta Rizky Ananda. 2016. Hubungan Kematangan Emosi dengan Pengambilan Keputusan Karir pada Siswa Kelas XII SMA N 1 Mijen-Demak tahun Ajaran 2015/2016
- Yusuf, Syamsul. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya. Bandung.