

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kematangan Emosi

2.1.1. Definisi Kematangan Emosi

Chaplin (dalam Desmita, 2004) mengartikan kematangan (*maturation*) sebagai : (1) perkembangan, proses mencapai kemasakan atau usia masak, (2) proses perkembangan, yang dianggap berasal dari keturunan, atau merupakan tingkah laku khusus spesies (jenis, rumpun). Sedangkan istilah "emosi" menurut Crow dan Crow (dalam Sobur, 2013) adalah suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai *inner adjustment* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu.

Menurut Gulo mengatakan kematangan emosi meliputi unsur-unsur: "kebebasan berperasaan, pengekspresian emosi yang tepat, kelugasan dalam bertindak, memiliki spontanitas dan rasa humor, serta kemampuan mengatasi stress" (dalam Suwendra, 2017). Lain lagi menurut Hurlock (2015) kematangan emosi adalah individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang.

Kematangan emosi merupakan ekspresi emosi yang bersifat konstruktif dan interaktif. Individu yang telah mencapai kematangan emosi ditandai oleh adanya kemampuan di dalam mengontrol emosi, mampu berpikir realistik, memahami diri sendiri, dan mampu menampakkan emosi di saat dan tempat yang tepat (Khairani, 2013). berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi secara garis besar

yaitu individu dapat mengontrol emosinya secara tepat dan lebih berpikir lagi sebelum mengambil suatu tindakan tanpa berpikir secara emosional.

2.1.2. Aspek-aspek Kematangan Emosi

Secara lengkap Murray (dalam Susanto, 2018) menjelaskan mengenai aspek-aspek kematangan emosi beserta indikator-indikatornya, sebagai berikut :

a. Aspek pemberian dan penerimaan cinta

Individu yang matang secara emosi mampu mengekspresikan cintanya sebagaimana remaja dapat menerima cinta dari orang-orang yang mencintainya. Indikator-indikator pemberian dan penerimaan cinta meliputi mengembangkan sikap empati, mencintai diri, menghargai orang lain, dan menjalin persahabatan.

b. Aspek pengendalian emosi

Kematangan emosi menyiratkan adanya kontrol terhadap emosi dengan sepenuh hati, dan adanya kapasitas individu mengelola, mengevaluasi, dan mempertimbangkan emosi. Aspek pengendalian emosi terdiri atas beberapa indikator yaitu mengekspresikan perasaan, mengendalikan keinginan, mengelola perasaan diri, dan mengontrol diri.

c. Aspek toleransi terhadap frustrasi

Ketika hal yang diinginkan tidak berjalan sesuai keinginan, individu yang matang secara emosi mempertimbangkan untuk menggunakan cara atau pendekatan lain. Individu memiliki kemampuan dalam mengenai konflik, individu yang matang secara emosi menggunakan amarahnya sebagai sumber energi untuk meningkatkan usahanya dalam mencari solusi. Indikator-indikator dari aspek toleransi terhadap frustrasi mencakup: menerima kelemahan diri, meningkatkan

integritas diri, merespons frustrasi secara positif, dan menerima kenyataan.

d. Aspek kemampuan mengatasi ketegangan

Pemahaman yang baik akan kehidupan menjadikan individu yang matang secara emosi yakin akan kemampuannya untuk memperoleh apa yang diinginkannya sehingga dapat mengatasi ketegangan. Aspek kemampuan mengatasi ketegangan meliputi empat indikator yaitu : mengembangkan sikap optimis, keterbukaan diri, menoleransi kecemasan, dan kemandirian diri.

Berbeda dengan aspek yang telah dipaparkan di atas, menurut Anderson (dalam Mappiare, 1982) aspek-aspek kematangan emosi terdiri dari :

a. Kasih sayang

Individu mempunyai rasa kasih sayang yang dalam dan dapat diwujudkan secara wajar terhadap orang lain untuk mengembangkan dirinya.

b. Emosi terkendali

Individu dapat mengendalikan perasaannya terutama terhadap orang lain.

c. Emosi terbuka-lapang

Individu menerima kritik dan saran dari orang lain sehubungan dengan kelemahan yang diperbuat demi pengembangan diri.

Berdasarkan aspek-aspek kematangan emosi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa individu yang mempunyai aspek kematangan emosi adalah individu yang mampu mengekspresikan cinta dan kasih sayang, mampu mengontrol emosi sehingga emosi terkendali, dan dapat menoleransi masalah yang ada.

2.1.3. Faktor-faktor Kematangan Emosi

Kematangan emosi pada manusia dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik itu faktor internal (dari dalam diri sendiri) maupun faktor eksternal (dari luar diri). Menurut Khairani (2013) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kematangan emosi seseorang, yaitu :

- a. Adanya penyesuaian diri yang baik, kemampuan untuk berfungsi sebagai manusia yang dapat tergantung pada diri sendiri, harus dikembangkan secara perlahan dan terus menerus seiring dengan bertambahnya umur serta kedewasaan.
- b. Suasana lingkungan, lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat sekitar yang berhubungan dengan proses-proses sosialisasi yang dapat membentuk seseorang menjadi pribadi yang matang.

Sedangkan Menurut Young (dalam Hurlock, 2012) mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah :

- a. Faktor lingkungan
Yaitu adanya faktor lingkungan individu, misalnya lingkungan tidak aman akan mempengaruhi emosi.
- b. Faktor pengalaman
Yaitu bagaimana pengalaman hidup individu yang telah memberikan masukan nilai-nilai dalam kehidupan.
- c. Faktor individual
Yaitu faktor-faktor yang ada dalam diri individu itu sendiri, misal kepribadiannya.

Maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang kematangan emosi berasal dari lingkungan, diri sendiri, dan pengalaman yang telah individu lewati.

2.1.4. Kematangan Emosi dalam Perspektif Islam

Bila dilihat pada kamus Munawwir, kata emosi disebut dengan kata *infingal* (nafsu, kegirangan) dan *ngatif* (sentiment, perasaan, emosi, kasih sayang, penderitaan) (Munawwir & Fairuz, 2007). Sedangkan, kosa kata yang menjelaskan emosi secara spesifik tidak dijumpai di dalam alquran, tetapi bertebaran ayat yang berbicara atau berkaitan dengan perilaku emosi yang ditampilkan manusia dalam berbagai peristiwa kehidupan. Ungkapan alquran tentang emosi digambarkan langsung bersama peristiwa yang terjadi, berbagai peristiwa emosional dijelaskan oleh alquran meskipun topik utamanya bukan masalah emosi.

Pada dasarnya secara psikologis terdapat banyak sekali jenis-jenis emosi. Namun, kebanyakan orang lebih mengenal emosi hanya sebatas yaitu bahagia, sedih, dan marah. Sebagaimana dalam surat An-Najm ayat 43 yang menjelaskan tentang kebahagiaan :

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكٌ وَأَبْكِي

Artinya : "dan bahwasanya Dialah yang menjadikan orang tertawa dan menangis".

Sebagaimana dalam tafsir Ibnu Katsir yang telah dijelaskan bahwa Allah telah menciptakan tawa dan tangis serta sebab-sebab pada diri hambanya, yang keduanya merupakan dua hal berbeda (Abdullah, 2004).

Jika Allah menciptakan kebahagiaan maka Allah juga menciptakan kesedihan, setiap orang pasti pernah mengalami kesedihan. Kesedihan diciptakan agar ia tunduk bersimpuh pada Allah dan tidak menyombongkan diri, sehingga ia mengadu dihadapan Allah. Seperti aduan nabi Ya'qub saat lama berpisah dengan putra tercintanya Yusuf AS, Sebagaimana dalam surat Yusuf ayat 86 yang menjelaskan tentang pengaduan kesedihan :

قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَنِي وَحُرِّيَّ إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ

Artinya : "Ya'qub menjawab : "sesungguhnya hanyalah kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku, dan aku mengetahui dari Allah apa yang kamu tiada mengetahuinya"

Dalam tafsir Ibnu Katsir dijelaskan bahwa pada saat itu anak-anaknya merasa kasihan kepada Ya'qub dan mereka berkata kepada Ya'qub didorong oleh rasa kasih sayang dan kasihan, mereka mengatakan "kalau ayah terus-menerus dalam keadaan seperti ini, kami khawatir ayah akan rusak dan binasa." Lalu Ya'qub menjawab "Sesungguhnya hanya kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku" maksud dari perkataan itu adalah kesusahan yang ia alami, hanya kepada Allah ia mengadu dan mengharap segala kebbaiknya (Abdullah, 2004).

Jenis emosi yang paling dikenal oleh manusia yaitu marah, dalam Islam marah diistilahkan dengan *ghodob*. Dalam kamus bahasa Indonesia, pengertian marah adalah perasaan tidak senang karena diperlakukan tidak pantas (KBBI, 2016). Salah satu ciri orang yang marah ada dalam an-nahl ayat 58:

وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُم بِالْأُنثَىٰ ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ

Artinya : "Dan apabila seseorang dari mereka diberi kabar dengan (kelahiran) anak perempuan, hitamlah (merah padamlah) mukanya dan dia sangat marah."

Dalam tafsir al-mishbah dijelaskan (dan apabila seorang dari mereka diberi kabar dengan kelahiran anak

perempuan) ia mempunyai anak perempuan yang baru dilahirkan maka berubahlah (roman mukanya menjadi hitam) dengan perubahan yang menunjukkan kedukaan dan kesusahan (dan dia sangat marah) marah sekali, maka mengapa mereka menisbatkan anak-anak perempuan terhadap Allah (Shihab, 2002). Adapun beberapa cara untuk mengobati marah yaitu :

1. Berlindung (kepada Allah) dari godaan syaitan
2. Diam tidak berbicara
3. Apabila mampu meninggalkan tempat itu maka berdirilah lalu pergi
4. Bersikap tenang, yaitu duduk apabila sedang berdiri, atau tidur terlentang bila mana sedang duduk
5. Berwudhu
6. Melaksanakan sholat
7. Menjaga wasiat Rasulullah sebagaimana hadits yang diriwayatkan Abu Hurairah radhiallahu anhu" Bahwa seorang lelaki berkata kepada Nabi :

أَوْصِنِي، قَالَ: لَا تَغْضَبْ فَرَدَّدَ مِرَارًا، قَالَ: لَا تَغْضَبْ

*Berilah aku wasiat beliau berkata: "Janganlah marah"
Beliau mengulangi wasiat itu, Nabi mengatakan:
"Janganlah marah".*

8. *"Janganlah marah maka bagimu adalah surga".* Jika engkau mengingat apa-apa yang dijanjikan oleh Allah bagi orang-orang yang bertaqwa, yaitu orang-orang yang menjauhi sebab-sebab munculnya amarah baik bagaimana menahan amarah dan menolaknya, maka hal ini sebagai tindakan yang paling besar yang membantu seseorang dalam memadamkan api kemarahan
9. Mengetahui derajat yang tinggi dan kedudukan istimewa yang akan diberikan kepada orang yang bisa menahan dirinya dari mara

10. Mengetahui bahwasanya menahan amarah adalah ciri orang yang bertakwa
11. Sadar ketika diingatkan
12. Mengetahui akibat buruk sikap marah
13. Mengambil sikap diam
14. Menjauhkan dirinya dari akibat permusuhan dan dendam serta berfikir tentang keburukan rupanya tatkala dia marah
15. Selalu berdzikir
16. Memberikan hak badan untuk beristirahat
orang yang kuat bukanlah orang yang mengandalkan otot dan nafsu amarahnya akan tetapi orang yang mengedepankan logika dan perilaku. Dalam firman Allah surat Ali-Imran ayat 134 berbunyi :

وَالْعَافِينَ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ
عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya : "(yaitu) orang yang berinfak, baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang lain. Dan Allah mencintai orang yang berbuat kebaikan."

Seseorang yang telah melatih diri menahan amarahnya tidak akan melakukan tindakan-tindakan yang melampaui batas, bahkan dia akan menganggap bahwa perlakuan yang tidak adil terhadap dirinya itu mungkin karna khilaf dan tidak sengaja dan ia akan memaafkannya. Allah menjelaskan bahwa menahan amarah itu suatu jalan ke arah takwa, orang yang bertakwa pasti akan dapat menguasai dirinya pada waktu sedang marah.

Dan memaafkan kesalahan orang lain sedang kita sanggup membalasnya dengan balasan yang setimpal

adalah suatu sifat yang baik yang harus dimiliki setiap muslim (Departemen Agama RI, 2010).

Dengan demikian, seseorang yang bisa menahan dan mengontrol amarahnya lalu ia memaafkan kesalahan orang yang berbuat salah terhadapnya merupakan ciri orang yang bertakwa dan ia adalah orang yang mempunyai kematangan emosi.

2.2. Remaja Broken Home

2.2.1 Definisi Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh menjadi dewasa". Dalam bahasa arab *murahaqoh* adalah *adolesence* yang berarti *at-tadarruj* (berangsur-angsur). Jadi, artinya adalah berangsur-angsur menuju kematangan secara fisik, akal, kejiwaan, dan sosial serta emosional (Al-mighwar, 2011). Menurut Santrock (2012) masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang dimulai pada sekitar usia 10-12 tahun dan berakhir pada usia sekitar 18-22 tahun. Remaja mulai mengalami perubahan fisik yang cepat dan peningkatan yang drastis dalam perubahan bentuk tubuh. Pada saat remaja ini, upaya untuk mencapai kemandirian dan menemukan identitas diri. Pikiran mereka menjadi lebih logis, abstrak, dan idealis.

Masa remaja menurut Mappiare berlangsung antara umur 12-21 tahun bagi wanita dan 13-22 tahun bagi pria. Rentan waktu usia remaja biasanya dibedakan atas tiga, yaitu : 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan dan 18-22 tahun adalah masa remaja akhir (Ali & Muhammad, 2015). Setelah remaja dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya tercapailah masa remaja akhir

dan telah terpenuhilah tugas-tugas perkembangan masa remaja, yaitu menemukan pendirian hidup dan masalah individu ke dalam masa dewasa (Yusuf, 2016).

Berdasarkan uraian di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang di dalamnya terjadi banyak pertumbuhan di segala bidang mulai dari fisik, kognitif, dan psikososial. Masa remaja meliputi remaja awal, remaja madya dan remaja akhir yang memiliki tugas perkembangan masing-masing guna mempersiapkan diri memasuki masa dewasa.

2.2.2. Definisi *Broken Home*

Kata *Broken home* berasal dari dua kata yaitu *broken* dan *home*. *Broken* berasal dari kata *break* yang berarti keretakan atau pecah, sedangkan *home* mempunyai arti rumah atau rumah tangga. *Broken* berarti "Kehancuran", sedangkan *home* berarti "Rumah". Bisa juga *broken home* diartikan kehancuran rumah tangga sampai terjadi perceraian kedua orang tua (KBBI, 2014).

Quensel dkk (2002) menambahkan bahwa istilah *broken home* biasanya digunakan untuk menggambarkan keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun dan sejahtera akibat sering terjadi konflik yang menyebabkan pada pertengkaran bahkan dapat berujung pada perceraian. Hal ini akan berdampak besar terhadap suasana rumah yang tidak lagi kondusif, orang tua tidak lagi perhatian terhadap anak-anaknya sehingga berdampak pada perkembangan remaja, Jadi *broken home* adalah keluarga atau rumah tangga yang retak yang disebabkan oleh konflik didalam rumah.

Menurut Willis (2013) pengertian dari *broken home* dapat dilihat dari 2 (dua) aspek yaitu sebagai berikut :

1. Keluarga itu terpecah karena strukturnya tidak utuh, sebab salah satu dari peranan orang tua meninggal dunia atau telah bercerai.
2. Dan orangtua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi dikarenakan orang tua sering tidak dirumah atau tidak memperlihatkan kepada anaknya dengan kasih sayang mereka.

2.3 Kerangka Pikir Penelitian

Kerangka pikir penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

