

Perbandingan stabilitas emosi dan religiusitas siswa-siswi Sekolah Menengah Pertama pondok pesantren dengan siswa-siswi Sekolah Menengah Pertama umum di kota Banda Aceh

^{1*}Zulfa Zahra, ²Irhamni Rahmatillah, ³Nirwana Lazuardi Sary

¹⁾ Universitas Syiah Kuala/Staf pengajar Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran - Banda Aceh; ²⁾ Universitas Syiah Kuala/Mahasiswa fakultas Kedokteran – Banda Aceh; ³⁾ Universitas Syiah Kuala/Staf pengajar Fakultas Kedokteran – Banda Aceh
*Email: dr.zulfa00@unsyiah.ac.id

Abstrak. Stabilitas emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengontrol emosinya dengan tidak menunjukkan reaksi emosi yang berlebihan ketika dihadapkan dengan suatu permasalahan. Salah satu faktor yang berperan dalam mempengaruhi stabilitas emosi seseorang adalah lingkungan sekolah, dikarenakan siswa lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah. Lingkungan sekolah dapat berupa lingkungan sekolah pondok pesantren yang lebih menekankan kepada penanaman nilai-nilai religiusitas dan lingkungan sekolah umum. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan stabilitas emosi dan religiusitas siswa-siswi SMP pondok pesantren dengan siswa-siswi SMP umum. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan desain *cross sectional* dan jumlah sampel sebanyak 100 responden menggunakan teknik *simple random sampling*. Hasil analisis penelitian dengan uji *Mann-Whitney* menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara stabilitas emosi siswa-siswi SMP pondok pesantren dengan siswa-siswi SMP umum ($p = 0,871$). Hasil analisis perbedaan religiusitas dijumpai perbedaan yang signifikan antara religiusitas siswa-siswi SMP pondok pesantren dengan siswa-siswi SMP umum ($p = 0,001$).

Kata kunci: stabilitas emosi, religiusitas, siswa, SMP pasantren, SMP Umum

Abstract. Emotional stability is a person's ability to manage and control their emotions by not showing excessive emotional reactions when faced with a problem. One factor that can affect a person's emotional stability is the school environment due to the time students spend more at school. The school environment can be in the form of a boarding school environment that emphasizes the inculcation of religious values and the general school environment. The differences of emotional stability and religiosity between junior high school students of Islamic boarding school and junior high school students of public school. This study aims to determine the comparison of emotional stability and religiosity of junior high school students of Islamic boarding school and junior high school students of public school. This type of research is an analytic observational with cross sectional design and the number of samples of 100 respondents using simple random sampling technique. The results of the analysis of the research with Mann-Whitney test showed that there was no significant difference between the emotional stability of students at the Islamic boarding school and public junior high school students ($p = 0.871$). The results of the analysis of differences in religiosity were found to be a significant difference between the religiosity of Islamic boarding junior high school students and public junior high school students ($p = 0.001$).

Keywords: emotional stability, religiosity, student, islamic boarding School, public school.

Pendahuluan

Manusia adalah makhluk sosial yang selalu menjadi bagian dari suatu lingkungan tertentu. Perbedaan lingkungan sekolah dan penerapan sistem pendidikan yang berbeda dapat menimbulkan pergejolakan emosi pada diri seseorang dan hal tersebut paling sering dihadapi

oleh anak yang memasuki fase remaja. Pada saat individu masuk dalam masa remaja, pengendalian emosi menjadi suatu masalah yang cukup serius.⁽¹⁾ Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang berlangsung antara usia 10-19 tahun. Kementerian Kesehatan RI mengklasifikasikan batasan usia remaja yaitu antara usia 12-16 tahun sebagai

remaja awaldan usia antara 17-25 tahun sebagai remaja akhir.⁽²⁾ Usia siswa-siswi SMP dikategorikan dalam masa remaja awal, yaitu usia 13-15 tahun.⁽³⁾ Perubahan biologis, psikologis, maupun sosial sangat umum terjadi pada usia remaja namun pada umumnya proses pematangan fisik terjadi lebih cepat dari proses pematangan kejiwaan.^(4,2) Remaja diharapkan mampu menguasai dan memahami emosinya, sehingga mampu mencapai kondisi emosional yang adaptif.^(5,6) Emosi memiliki peran yang besar bagi individu dalam menentukan pola tingkah lakunya, dimana emosi yang meluap- luap dapat menyebabkan seseorang berperilaku negatif dan tegesa-gesa dalam bertindak sehingga cenderung tidak memikirkan dampak kedepannya. Pengendalian emosi dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, yaitu faktor lingkungan, psikologis, usia dan jenis kelamin.⁽⁷⁾ Lingkungan sekolah di bagi menjadi lingkungan sekolah umum dan pesantren yang lebih menekankan kepada penanaman nilai- nilai agama. Agama sebagai tujuan hidup memberikan pengaruh yang sangat besar terhadap kepribadian manusia yang meyakinkannya.⁽⁸⁾ Kehidupan yang religius dalam diri individu berperan dalam mengurangi tingkat konflik yang terjadi, terutama konflik yang berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap dirinya sendiri dan lingkungan sekitarnya.⁽⁹⁾ Individu yang memiliki landasan agama yang kuat cenderung tidak mengalami kegelisahan, emosinya cenderung stabil dan dapat menentukan arah hidup yang jelas Tingkat religiusitas pada diri remaja akan berpengaruh terhadap perilakunya.⁽¹⁰⁾ Mengacu pada uraian-uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbandingan stabilitas emosi dan religiusitas siswa-siswi pondok pesantren dengan siswa- siswi SMP umum.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*.⁽¹¹⁾ Penelitian dilakukan di Dayah Modern Darul 'Ulum, Pesantren Modern Babun Najah, SMPN 6 Banda Aceh dan SMPN 16 Banda Aceh yang dilakukan pada tanggal 18 November sampai dengan 18 Desember 2019. Teknik pengambilan sampel penelitian dipilih berdasarkan teknik *probability* dengan jenis *simple random sampling* dengan jumlah responden sebanyak 100 orang.⁽¹²⁾ Responden dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMP berusia 13-15 tahun yang bersekolah di

Pesantren Modern Darul 'Ulum, Pesantren Modern Babun Najah, SMPN 6 Banda Aceh dan SMPN 16 Banda Aceh. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner skala stabilitas emosi dan skala religiusitas yang telah tervalidasi. Uji analisis *Mann-Whitney* digunakan untuk menganalisis hubungan antara kedua variabel.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Umum Resonden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Karakteristik		
Umum	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
13 tahun	10	10
14 tahun	70	70
15 tahun	20	20
Total	100	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	46	46
Perempuan	54	54
Total	100	100

Keterangan: n= jumlah total frekuensi, %= persentase

Tabel 1 menunjukkan responden terbanyak yaitu siswa berusia 14 tahun (70%) dan berjenis kelamin perempuan (54%).

Tabel 2. Perbandingan Stabilitas Emosi Siswa-Siswi SMP Pondok Pesantren Dengan Siswa-Siswi SMP Umum Di Kota Banda Aceh

Kategori Stabilitas Emosi	Sekolah Pesantren		Sekolah Umum		P Value
	N	%	N	%	
Tinggi	17	34	19	38	0.871
Sedang	33	66	31	62	
Rendah	-	-	-	-	
Total	50	100	50	100	

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata siswa pesantren memiliki stabilitas emosi yang sedang, yaitu sebesar 66% dan hanya 34% siswa yang memiliki tingkat kestabilan emosi yang tinggi. Rata-rata siswa SMP umum juga memiliki tingkat kestabilan emosi yang sedang, yaitu sebesar 62% dan sebanyak 38% memiliki kategori stabilitas emosi yang tinggi.

Tabel 3. Perbandingan Religiusitas Siswa-Siswi SMP Pondok Pesantren Dengan Siswa-Siswi SMP Umum Di Kota Banda Aceh

Kategori Religiusitas	Sekolah Pesantren		Sekolah Umum		P Value
	N	%	N	%	
Tinggi	46	92	40	80	0.001
Sedang	4	8	10	20	
Rendah	-	-	-	-	
Total	50	100	50	100	

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas siswa pesantren memiliki tingkat religiusitas yang tinggi, yaitu sebesar 92% dan hanya 8% siswa dengan tingkat religiusitas yang sedang. Sebanyak 80% siswa dari sekolah umum memiliki tingkat religiusitas yang tinggi dan 20% berada pada tingkat religiusitas yang sedang.

Pembahasan

Karakteristik subjek penelitian menunjukkan bahwa responden terbanyak berada pada usia 14 tahun. Menurut WHO, usia tersebut tergolong ke dalam kelompok remaja awal, dimana perubahan besar pada aspek fisik, kognitif dan psikososial terjadi pada fase ini. Secara keseluruhan, stabilitas emosi siswa-siswi SMP berada pada tingkatan sedang, yaitu sebanyak 64%.⁽¹²⁾ Tingkatan stabilitas emosi seseorang dikatakan tinggi apabila ia memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola emosinya. Penelitian lainnya menyebutkan bahwa individu yang memiliki stabilitas emosi yang baik adalah individu yang mampu memahami apa yang sedang ia rasakan dan mengekspresikannya secara tepat sehingga mampu beradaptasi dengan baik oleh karena ia mampu berinteraksi dengan berbagai macam orang dan situasi sesuai dengan tuntutan yang dihadapi. Sedangkan individu dengan stabilitas emosi yang rendah digambarkan sebagai individu yang sulit mengenali apa yang ia rasakan dan terkadang dapat menimbulkan luka bagi orang di sekelilingnya yang cenderung berakhir pada keadaan yang tidak nyaman pada dirinya sendiri. Stabilitas emosi sedang digambarkan sebagai keadaan emosi seseorang yang berada diantara keduanya, artinya ia mampu untuk mengelola emosinya dan berespon dengan lingkungan sekitar namun tidak sebaik pada orang dengan stabilitas emosiyang tinggi.

Berdasarkan perbedaan jenis kelamin, hasil penelitian memperlihatkan bahwa wanita memiliki stabilitas emosi yang lebih baik daripada laki-laki. Hal tersebut didukung dengan adanya penelitian yang menyatakan bahwa secara biologis dan psikologis terdapat perbedaan antara kematangan emosi remaja laki-laki dan perempuan. Laki-laki dikenal lebih berkuasa dibandingkan perempuan dan mereka memiliki pendapat tentang kemaskulinan terhadap dirinya sehingga cenderung tidak mampu mengekspresikan emosi seperti yang dilakukan perempuan. Hal tersebut menunjukkan bahwa laki-laki cenderung memiliki ketidakmatangan emosi dibandingkan perempuan, namun hal ini tidak terlepas dari adanya peran pola asuh orangtua yang sering kali memperlakukan anak laki-laki dan perempuan dengan cara yang berbeda.⁽¹³⁾ Berdasarkan aspek religiusitas, hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa-siswi SMP pesantren memiliki skala religiusitas yang lebih tinggi dibandingkan siswa-siswi SMP umum. Faktor-faktor yang berperan dalam pembinaan religiusitas meliputi faktor perkembangan dan faktor lingkungan. Faktor perkembangan berkaitan dengan masa perkembangan psikis seseorang, sedangkan faktor lingkungan merupakan faktor-faktor di luar diri seseorang yang mempengaruhi perkembangan kehidupan beragamanya. Lingkungan sekolah pesantren memiliki atmosfer dan implementasi agama dan aktivitas keagamaan yang lebih banyak dibandingkan sekolah umum. Hal tersebut menjadi dasar lebih tingginya nilai religiusitas siswa-siswi pondok pesantren.

Hasil wawancara yang dilakukan kepada siswa dan guru di sekolah mengenai kurikulum dan aktivitas pesantren yang ada di kota Banda Aceh menunjukkan bahwa pesantren memiliki kurikulum tambahan pada siang harinya, yaitu sekolah dayah yang menjurus kepada pelajaran keagamaan yang dilanjutkan dengan kegiatan pada malam hari. Lingkungan pesantren juga menuntut siswanya untuk dapat berkomunikasi dengan sesama dalam bahasa Arab/Inggris, sehingga kemampuan siswa dalam berbahasa dapat terus terlatih dan tidak sedikit siswa pesantren memiliki kemampuan yang baik dalam berbahasa, khususnya bahasa Arab. Hal tersebut dikarenakan adanya. Namun religiusitas seseorang tidak terlepas dari bimbingan agama yang diberikan orangtua sejak dini.⁽¹⁴⁾

Tabel 4.2 mengenai perbandingan stabilitas emosi antara siswa-siswi SMP pesantren dengan siswa-siswi SMP umum memperlihatkan persentase siswa-siswi dengan tingkat stabilitas emosi yang tinggi lebih banyak jika dibandingkan dengan persentase

siswa-siswi pesantren. Hal tersebut dikarenakan beban psikologis yang dimiliki oleh siswa-siswi pesantren yang jauh dari orangtua dan pada umumnya belum siap untuk berpisah. Selain itu, siswa-siswi SMP umum memiliki kebebasan dan lebih fleksibel dalam hal bersosialisasi dan melakukan aktifitas sehari-hari ketika kembali dari sekolah dibandingkan dengan siswa-siswi pesantren yang pada umumnya terikat pada aturan dan padatnya kegiatan. Namun hasil tersebut menunjukkan hasil statistik *p value* sebesar 0,871 (*p value* > 0,05) yang artinya tidak terdapat perbedaan signifikan antara keduanya.

Meskipun siswa-siswi pesantren memiliki tingkat religiusitas yang tinggi, hal tersebut tidak langsung membuat emosi siswa-siswi pesantren jauh lebih stabil dibandingkan sekolah umum oleh karena banyak faktor lain yang berpengaruh terhadap stabilitas emosi seorang remaja. Salah satunya adalah faktor lingkungan keluarga yang mempunyai pengaruh yang cukup besar bagi perkembangan remaja, hal itu dikarenakan keluarga merupakan lingkungan sosial pertama, yang meletakkan dasar-dasar kepribadian remaja.⁽¹⁵⁾ Keluarga memiliki pengaruh sebesar 76,81% terhadap kematangan emosi seseorang.⁽¹⁶⁾ Selain lingkungan keluarga, lingkungan sekolah juga ikut berperan terhadap stabilitas emosi remaja.⁽¹⁷⁾

Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi emosi seseorang. Faktor pertama adalah usia, dimana emosi seseorang akan semakin baik dengan bertambahnya usia. Faktor kedua adalah keluarga dan faktor ketiga adalah lingkungan.⁽¹⁸⁾ Selain faktor lingkungan sekolah dan keluarga, kondisi fisik, keadaan psikologis, tingkat religiusitas dan kebudayaan juga berperan dalam membentuk kepribadian seseorang.⁽¹⁹⁾ Berdasarkan hal tersebut dapat dilihat bahwa kematangan emosi setiap individu tidak sama, karena setiap remaja berada di lingkungan dan keluarga dengan pola asuh yang berbeda.⁽²⁰⁾

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang dapat diambil yaitu:

1. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara stabilitas emosi siswa-siswi SMP pesantren dengan siswa-siswi SMP umum.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan antara

tingkat religiusitas siswa-siswi SMP pesantren dengan siswa-siswi SMP umum.

Daftar Pustaka

1. Kusuma SW. *Relationship between Emotional Stability with School. Psycho Idea*. 2015;13:39–46.
2. Sofwan I. Kesehatan Jiwa Remaja. Kemas [Internet]. 2009;5:49–57. Available from: <http://journal.unnes.ac.id/index.php/kemas%0akeehatan>
3. Aminullah MA. Kecemasan antara Siswa SMP dan Santri Pondok Pesantren. *Ilm Psikologi Terap*. 2013;01:205–15.
4. Lutfiah A. Hubungan antara Religiusitas dengan Penyesuaian Diri di Sekolah pada Siswa SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo. 2018.
5. Widowati PC. Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja Akhir. 2009;1:1155. Available from: https://repository.usd.ac.id/2151/2/029114018_Full.pdf
6. Ahmad U, Dahlan UA. Hubungan Religiusitas dengan Kecerdasan Emosi Remaja di Panti Asuhan. 2019;82–8.
7. Rahayu, Sri. Hubungan Antara Religiusitas dengan Kematangan Emosi pada Siswa SMU Institut Indonesia I Yogyakarta. 2008.
8. Syahdrajat T. Panduan Penelitian untuk Skripsi Kedokteran & Kesehatan. Rizky Offset. 2019. 107-108p
9. Teori JP, Tendency A, Maturity TE. Kematangan Emosi dan Religiusitas Terhadap Kecenderungan Agresi Pada Siswa. 2017;8:33–42.
10. Sugiyono. Buku Metode Penelitian Pendidikan Sugiyono. Gramedia Pustaka Utama. 2019.
11. Syahdrajat T. Panduan Penelitian untuk Skripsi Kedokteran & Kesehatan. Rizky Offset. 2019. 107-108p
12. Yana E, Jayanti RP. Pengaruh Lingkungan Sekolah dan Sikap Peserta Didik terhadap Hasil Belajar Peserta Didik pada Mata Pelajaran Ekonomi. 2015;9860:87–92.
13. Priatini W, Latifah M, Guhardja S. Pengaruh Tipe Pengasuhan, Lingkungan Sekolah, dan Peran Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja. *JInst Pertanian Bogor* 2008;(1)1:1-11.
14. Zahara D, Fadhli TN. Pengaruh Kematangan Emosi pada Remaja Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua dan Jenis Kelamin. 2013;8:5–17.
15. Di B, Istimewa D, Mada UG. Religiusitas Remaja: Studi Tentang Kehidupan Beragama di Daerah Istimewa Yogyakarta. 1998.

16. Sari GA. Faktor Lingkungan yang Mempengaruhi Kematangan Emosi Remaja dalam Interaksi Sosial Kelas XI di SMA PGRI I Padang. J SKIP PGRI Sum Barat. 2014;2-5.
17. Fitri A, Neherta M, Sasmita H. *Mental Emosional* Remaja di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Swasta Se-Kota Padang Panjang Tahun 2018. 2019;2:68–72.
18. Ratnasari S, Suleeman J. Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-laki. 2017;15:35–46.
19. Lutfiah A. Hubungan antara Religiusitas dengan Penyesuaian Diri di Sekolah pada Siswa SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo. 2018.
20. Zahara D, Fadhli TN. Pengaruh Kematangan Emosi pada Remaja Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua dan Jenis Kelamin. 2013;8:5–17.