

# Peran Kematangan Emosi dan *Hardiness* Terhadap Penyesuaian Diri Santri SMP Tahun Pertama di *Islamic Boarding School*

Shintya Aprillia, Yaumul Rahmi\*

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: [yaumulrahmi.fpsi@um.ac.id](mailto:yaumulrahmi.fpsi@um.ac.id)

## Abstract

Adaptation among students in Islamic boarding schools is often marked by complex adjustment challenges, underscoring the importance of internal factors in supporting successful adaptation. This study examines the extent to which emotional maturity and hardiness contribute to the adjustment of first-year junior high school students living in an Islamic boarding school. A quantitative approach was employed, using multiple linear regression as the data analysis technique. A total of 127 students participated as respondents, selected through a saturated sampling technique. Data were collected using three psychological instruments: an adjustment scale, an emotional maturity scale, and a hardiness scale. The analysis revealed that emotional maturity and hardiness jointly exert a significant influence on adjustment, with  $F(2,124) = 41.196$  and  $p < .001$ . The Adjusted  $R^2$  value of .390 indicates that the two variables contribute 39% to students' adjustment. Emotional maturity ( $\beta = .440$ ,  $p < .001$ ) contributed more than hardiness ( $\beta = .302$ ,  $p < .001$ ), with effective contributions of 25% and 14%, respectively. These findings underscore the importance of implementing programs aimed at strengthening students' emotional maturity and hardiness to support optimal adjustment. Students are encouraged to develop emotional maturity and build resilience to adapt effectively to life in the boarding school environment.

**Keywords:** boarding school; emotional maturity; hardiness; self adjustment; students

## Abstrak

Penyesuaian diri santri di lingkungan *Islamic boarding school* kerap diwarnai tantangan adaptasi yang kompleks, sehingga diperlukan faktor internal yang mampu menunjang keberhasilannya. Penelitian ini menganalisis seberapa besar kematangan emosi dan *hardiness* memberikan kontribusi terhadap penyesuaian diri santri SMP tahun pertama. Pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda sebagai teknik pengolahan data. Sebanyak 127 santri menjadi responden penelitian, yang ditentukan melalui teknik sampling jenuh. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga instrumen psikologis, yaitu skala penyesuaian diri, skala kematangan emosi, dan skala *hardiness*. Hasil analisis menunjukkan bahwa kematangan emosi dan *hardiness* secara simultan memberikan pengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri, dengan nilai  $F(2,124) = 41,196$  dan  $p < 0,001$ . Nilai *Adjusted R<sup>2</sup>* sebesar .390 menunjukkan bahwa kedua variabel memberikan kontribusi sebesar 39% terhadap penyesuaian diri. Secara parsial, kematangan emosi ( $\beta = .440$ ,  $p < .001$ ) memberikan kontribusi lebih besar dibanding *hardiness* ( $\beta = .302$ ,  $p < .001$ ), dengan masing-masing kontribusi efektif sebesar 25% dan 14%. Hasil penelitian ini menyoroti pentingnya penerapan penguatan program untuk meningkatkan kematangan emosi dan *hardiness* bagi santri sebagai upaya tercapainya penyesuaian diri yang baik dan santri didorong untuk mengembangkan kematangan emosi dan membangun ketahanan diri agar dapat beradaptasi dengan baik selama menjalani kehidupan di *boarding school*.

**Kata kunci:** *boarding school*; kematangan emosi; *hardiness*; penyesuaian diri; santri

## 1. Pendahuluan

Transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa menjadi penanda tahap perkembangan yang disebut remaja. Menurut Santrock (2012), tahap perkembangan ini umumnya berlangsung sejak usia 10–12 tahun hingga sekitar 18–22 tahun. Asmani (2012)

menegaskan bahwa rentang usia remaja umumnya berada pada kisaran 12 hingga 21 tahun, sehingga peserta didik di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) termasuk dalam kategori usia remaja. Pada periode ini, individu mengalami perubahan signifikan pada aspek fisik, emosional, dan sosial. Oleh karena itu, lingkungan pendidikan diharapkan tidak hanya berfokus pada pembelajaran akademik, tetapi juga memberikan dukungan yang memfasilitasi proses penyesuaian diri secara optimal.

Pendidikan yang bermutu menjadi landasan esensial bagi terbentuknya generasi yang unggul dan mampu bersaing. Salah satu bentuk lembaga pendidikan tersebut adalah *boarding school*, yakni institusi di mana peserta didik tidak hanya memperoleh pembelajaran akademik, tetapi juga menetap serta menjalani kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah (Nurjan, 2018). *Boarding school* dirancang sedemikian rupa untuk memungkinkan siswa mengikuti proses pembelajaran secara lebih intensif dan terstruktur, sekaligus menumbuhkan kemandirian dan membekali mereka dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Randi, 2021). Berbeda dengan sekolah reguler yang ketika di rumah tidak memiliki jadwal sepadat siswa di *boarding school* yang harus mengikuti jadwal teratur dari pagi hingga malam (Pritaningrum, 2013). Oleh karena itu, siswa tahun pertama yang baru memasuki lingkungan *boarding school* perlu melakukan penyesuaian diri secara optimal terhadap situasi yang baru. Akan tetapi, pada kenyataannya siswa cenderung tidak berhasil beradaptasi secara optimal di tahap awal masa penyesuaian ini.

*Boarding school* memiliki dinamika lingkungan yang berbeda dibandingkan sekolah reguler, sehingga menuntut siswa untuk mampu beradaptasi secara efektif agar dapat bertahan dan menyelesaikan pendidikannya (Martin et al., 2014). Menurut Pfeiffer et al, (2016), peserta didik yang menempuh pendidikan di *boarding school* cenderung menghadapi tantangan penyesuaian diri yang lebih kompleks dibandingkan dengan mereka yang bersekolah di institusi non-*boarding school*. Mustakim (2019) juga menemukan bahwa menyesuaikan diri dalam situasi baru, khususnya saat melanjutkan pendidikan di lingkungan asrama, bukanlah hal yang mudah. Selaras dengan temuan tersebut, penelitian Yuniar dkk. (2005) menunjukkan bahwa setiap tahun sekitar 5-10% santri baru di Pondok Pesantren Modern Islam (PPMI) Assalam Surakarta mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan pesantren. Hasil ini dipertegas oleh studi Kusdiyati (2011) yang mengungkapkan bahwa hanya 47,5% siswa mampu menyesuaikan diri dengan baik, sedangkan 52,5% lainnya masih menghadapi berbagai hambatan dalam proses adaptasi. Hal ini menunjukkan bahwa siswa *boarding school* cenderung mengalami masalah penyesuaian diri.

Permasalahan penyesuaian diri juga ditemukan di salah satu *boarding school* yang berada di Kabupaten Malang, yaitu SMP Thursina IIBS Kampus Putra Malang. Survei awal ditemukan bahwa hasil data profiling adaptasi yang dilakukan oleh tim *Student Service Center* (SSC) pada bulan pertama sekolah, ditemukan sebanyak 11,47% atau 18 siswa laki-laki memiliki masalah dalam penyesuaian diri. Peneliti juga melakukan penggalian data pada konselor pendamping terkait permasalahan penyesuaian diri pada siswa laki-laki kelas 7 pada tanggal 5 September 2024 sebagai data penunjang di SMP Thursina IIBS Malang. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan didapatkan hasil beberapa dimensi penyesuaian diri menurut Schneiders (1964) mengemukakan bahwa temuan tersebut mengindikasikan adanya santri yang belum mencapai kemampuan penyesuaian diri secara optimal dalam dimensi khususnya pengakuan, partisipasi, dan kesesuaian. Pada dimensi pengakuan, santri tampak kurang menghargai perbedaan yang ada di lingkup pertemanan serta belum sepenuhnya memahami

perbedaan sistem kehidupan antara sekolah reguler dan *boarding school*. Dari aspek partisipasi, santri cenderung kurang terlibat dalam perkumpulan sosial, lebih sering menyendiri, dan belum menunjukkan keterlibatan aktif dalam interaksi dengan teman sebaya. Sementara itu, dalam dimensi kesesuaian, beberapa santri terlihat belum mencapai kemampuan untuk menerima dan menyesuaikan diri terhadap peraturan maupun tata tertib yang harus dipatuhi selama berada di lingkungan *boarding school*.

Schneiders (1964) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses yang dijalani individu untuk secara mandiri mengatasi tekanan internal, meliputi kebutuhan pribadi, emosi, rasa frustrasi, serta berbagai konflik yang dihadapi, dengan tujuan mencapai keseimbangan antara tuntutan lingkungan eksternal dan dorongan internal. Sejalan dengan hal tersebut, Haber dan Runyon (1984) memandang penyesuaian diri sebagai kemampuan individu dalam merespons perubahan situasi dan kondisi yang dinamis, sehingga ia dapat merasa selaras dengan lingkungannya sekaligus memperoleh kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya. Oleh karena itu, penyesuaian diri dapat diartikan sebagai kemampuan untuk beradaptasi secara efektif terhadap dinamika lingkungan demi tercapainya pemenuhan kebutuhan pribadi serta terwujudnya harmoni dengan lingkungan sekitar.

Schneider (1964) menyatakan bahwa kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti kondisi fisik, tingkat kematangan emosional dan psikologis, faktor lingkungan, bersama dengan nilai-nilai budaya dan agama yang dianut, turut memengaruhi proses penyesuaian diri. Aspek psikologis dipandang krusial karena berperan langsung dalam menentukan kemampuan individu untuk beradaptasi terhadap lingkungan maupun situasi yang baru. Dampak ketika penyesuaian diri pada individu rendah, maka kesulitan dalam menyelesaikan permasalahan hidup di lingkungan kehidupan (Karim & Salehudin, 2021). Individu menyesuaikan diri dengan dunia sekitarnya sangat dipengaruhi oleh seberapa jauh mereka dapat mengelola emosinya dengan baik (Schneiders, 1964).

Kematangan emosi memegang peran penting dalam proses adaptasi remaja. Schneiders (1964) menyebutkan bahwa faktor ini merupakan salah satu elemen utama dalam kemampuan penyesuaian diri. Remaja dengan kematangan emosi yang stabil umumnya memiliki kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik, baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Singh dan Bhargava (1991) menjelaskan bahwa kematangan emosi dapat dimaknai sebagai kemampuan untuk mengendalikan emosi, yang merupakan hasil dari proses berpikir dan belajar. Individu yang mampu menjaga serta mengontrol emosinya dapat menunda atau mempertahankan respons emosional tanpa terjebak pada rasa iba terhadap diri sendiri. Hal serupa juga diungkapkan oleh Hurlock (2004), yang menjelaskan bahwa individu dengan emosi yang stabil tidak hanya dapat mengungkapkan perasaan secara tepat, tetapi juga memiliki kendali diri yang baik dan mampu menghindari respons yang tergesa-gesa saat menghadapi tekanan. Berdasarkan hal tersebut, dapat dipahami bahwa kematangan emosi mencerminkan kapasitas individu dalam mengatur emosinya serta beradaptasi dengan tuntutan lingkungan, yang menjadi aspek krusial bagi remaja, khususnya dalam konteks kehidupan di *boarding school*.

Individu dengan kematangan emosi mampu mengendalikan diri dan menyesuaikan ekspresi emosinya sesuai dengan situasi, sehingga proses adaptasi menjadi lebih mudah (Fitri & Adelya, 2017). Nasution et al. (2019) mengungkapkan adanya hubungan yang signifikan antara kematangan emosional dan kemampuan penyesuaian diri. Penelitian yang melibatkan

349 santri di *Musthafawiyah Purbabaru Islamic Boarding School* tersebut menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kematangan emosi berada pada kategori tinggi, dengan kontribusi sebesar 44,3% terhadap penyesuaian diri santri. Temuan ini sejalan dengan penelitian Familla (2024) di lingkungan pesantren, yang menemukan bahwa kematangan emosi menyumbang sebesar 44,6% terhadap penyesuaian diri. Kedua hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa kematangan emosi memiliki peran penting dalam mendukung penyesuaian diri yang optimal di konteks *boarding school*.

Salah satu faktor psikologis lain yang memengaruhi kemampuan individu untuk menyesuaikan diri di lingkungan baru adalah *hardiness*. Kobasa (1982) mendefinisikan *hardiness* sebagai konstelasi karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil, dan optimis dalam menghadapi situasi penuh tekanan. Selanjutnya, Maddi dan Kobasa (1984) menjelaskan bahwa *hardiness* dicirikan oleh tiga komponen utama, yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Ketiga komponen tersebut memungkinkan individu menjalani masa transisi dengan lebih efektif sekaligus mempertahankan kesejahteraan psikologis. Penelitian Muarifah dan Barida (2018) menunjukkan adanya hubungan positif antara *hardiness* dan penyesuaian diri, di mana individu dengan tingkat *hardiness* yang tinggi cenderung lebih mudah beradaptasi dalam menghadapi kondisi baru. Dengan demikian, keberadaan *hardiness* dalam diri individu memengaruhi cara mereka mengatasi dan menyelesaikan permasalahan.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai siswa *boarding school* khususnya SMP tahun pertama di Thursina IIBS. Fokusnya yaitu bagi para siswa SMP yang menjalani tahun pertamanya di *boarding school*. Perubahan yang dialami siswa SMP tahun pertama di *boarding school* menuntut mereka untuk memiliki kemampuan penyesuaian diri yang optimal. Rendahnya kemampuan penyesuaian diri pada santri Pondok Pesantren Modern MBS Muhiba Yogyakarta diketahui berdampak pada aspek psikologis, sosial, akademis, maupun perilaku (Enjelina & Rosada, 2024). Penelitian lain di pesantren juga menunjukkan kematangan emosi berhubungan kuat dengan adaptasi santri baru, meski sering digabung dengan faktor seperti konsep diri, dengan kontribusi efektif hingga 66%. Temuan ini memperkuat bahwa penguatan kedua faktor tersebut krusial untuk santri. Oleh karena itu, urgensi penelitian ini terletak pada kajian peran kematangan emosi dan *hardiness* terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama, yang tengah menghadapi transisi signifikan dalam kehidupan mereka saat memasuki lingkungan *boarding school*.

Berdasarkan fenomena yang didapat di lapangan, peneliti mengangkat judul penelitian "Peran Kematangan Emosi dan *Hardiness* Terhadap Penyesuaian Diri Santri SMP Tahun Pertama di *Islamic Boarding School*" yang bertujuan untuk memberikan perspektif baru dalam kajian penyesuaian diri remaja, khususnya pada konteks *boarding school* berbasis islam yang memiliki karakteristik unik secara budaya dan sistem pendidikan. Selain itu, kombinasi variabel kematangan emosi dan *hardiness* yang diuji secara simultan dalam konteks ini masih jarang diteliti pada penelitian sebelumnya, sehingga memberikan kontribusi kebaruan baik dari sisi teoretis maupun praktis. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan implikasi bagi pengembangan program pembinaan serta layanan psikologis yang mendukung proses adaptasi santri pada tahun pertama.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah bahwa kematangan emosi berperan terhadap penyesuaian diri santri SMP tahun pertama di *Islamic boarding school*, *hardiness* berperan

terhadap penyesuaian diri santri SMP tahun pertama di *Islamic boarding school*, serta kematangan emosi dan *hardiness* secara simultan berperan terhadap penyesuaian diri santri SMP tahun pertama di *Islamic boarding school*.

## 2. Metode

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan subjek penelitian seluruh santri kelas VII di SMP Thursina IIBS Malang yang berjumlah 157 orang. Seluruh anggota populasi dijadikan sampel melalui teknik *sampling* jenuh, sehingga jumlah sampel setara dengan total populasi. Dari keseluruhan populasi tersebut, sebanyak 30 santri digunakan untuk uji coba instrumen (*tryout*), sedangkan sisanya, 127 santri, menjadi sampel penelitian.

Instrumen untuk mengukur kematangan emosi dalam penelitian ini adalah *Emotional Maturity Scale* (EMS) yang dikembangkan oleh Singh dan Bhargava pada tahun 1991. Skala tersebut memuat lima dimensi, yaitu kestabilan emosi, perkembangan emosi, penyesuaian sosial, integrasi kepribadian, dan kemandirian. Peneliti mengadaptasi EMS sesuai prosedur yang dikemukakan oleh Beaton (2000), kemudian memodifikasi bentuk pertanyaan menjadi bentuk pernyataan tanpa mengubah makna aslinya. Skala kematangan emosi ini terdiri atas 44 aitem, dengan nilai aiken V berkisar antara 0,75 hingga 0,92, koefisien reliabilitas sebesar 0,966, serta indeks daya beda aitem berada pada rentang 0,486 hingga 0,800.

Instrumen untuk mengukur variabel *hardiness* dalam penelitian ini merupakan hasil adaptasi peneliti dari *Hardiness Scale* yang dikembangkan oleh Kobasa (1984), yang mencakup tiga dimensi utama, yaitu kontrol, tantangan, dan komitmen. Skala ini terdiri atas 11 aitem, dengan nilai aiken V berkisar antara 0,83 hingga 1,00, koefisien reliabilitas sebesar 0,860, dan indeks daya beda aitem berada pada rentang 0,534 hingga 0,779.

Sementara itu, pengukuran variabel penyesuaian diri dilakukan menggunakan skala yang dikembangkan oleh Setiawan et al. (2024) yang juga menggunakan teori yang dikembangkan oleh Schneider melalui studi berjudul "*Reliability and Construct Validity of the Self Adjustment Scale*." Skala tersebut mencakup lima dimensi, yaitu pengakuan, partisipasi, persetujuan sosial, altruisme, dan kesesuaian. Peneliti kemudian memodifikasi skala ini agar selaras dengan kebutuhan serta karakteristik subjek penelitian. Skala penyesuaian diri terdiri atas 17 aitem dengan nilai aiken V antara 0,75 hingga 0,92, koefisien reliabilitas sebesar 0,850, dan indeks daya beda aitem berkisar antara 0,444 hingga 0,701.

Seluruh instrumen dalam penelitian ini disusun dalam bentuk skala Likert dengan empat opsi respons, yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Proses analisis data diawali dengan uji deskriptif untuk memperoleh gambaran umum variabel penelitian, kemudian dilanjutkan dengan serangkaian uji asumsi klasik yang mencakup uji linearitas, normalitas, heteroskedastisitas, dan multikolinearitas guna memastikan kelayakan model regresi. Apabila seluruh asumsi terpenuhi, analisis dilanjutkan dengan penerapan regresi linier berganda.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### 3.1 Data Deskriptif

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan instrumen penelitian kepada 127 responden yang merupakan santri SMP tahun pertama di SMP Thursina

IIBS Malang, berusia antara 13 hingga 15 tahun. Hasil pengumpulan data tersebut disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Data empirik**

Variabel	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kematangan emosi	44	176	110	22
Hardiness	11	44	27,5	5,5
Penyesuaian diri	17	68	42,5	8,5

Berdasarkan Tabel 1. rentang skor variabel kematangan emosi (X1) berada antara 44 hingga 176, dengan nilai rata-rata 110 dan standar deviasi 22. Variabel *hardiness* (X2) memiliki skor minimum 11 dan maksimum 44, dengan rata-rata 27,5 serta standar deviasi 5,5. Sementara itu, variabel penyesuaian diri (X3) memperoleh skor terendah 17 dan tertinggi 68, dengan nilai rata-rata 110 dan standar deviasi 8,5..

**Tabel 2. Kategorisasi Data**

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Kematangan emosi	Rendah	7	5,5%
	Sedang	66	52,5%
	Tinggi	54	42,5%
Hardiness	Rendah	0	0%
	Sedang	114	89,8%
	Tinggi	13	10,2%
Penyesuaian diri	Rendah	0	0%
	Sedang	57	44,9%
	Tinggi	70	55,1%

Berdasarkan Tabel 2. mayoritas siswa, yaitu 66 orang (52,5%), berada pada kategori sedang untuk variabel kematangan emosi. Pada variabel *hardiness*, sebagian besar siswa, yakni 114 orang (89,8%), juga termasuk dalam kategori sedang. Adapun tingkat penyesuaian diri menunjukkan bahwa mayoritas siswa (55,1%) berada pada kategori tinggi.

### 3.2. Hasil uji asumsi

Hasil pengujian asumsi menunjukkan bahwa data memiliki distribusi normal (sig. 0,200 > 0,05) dan hubungan antarvariabel bersifat linear (sig. 0,000 < 0,05). Tidak ditemukan masalah multikolinearitas, yang mengindikasikan ketiadaan korelasi tinggi antarvariabel independen, serta tidak terdeteksi gejala heteroskedastisitas pada model regresi. Dengan demikian, residual memiliki sebaran yang homogen dan seluruh asumsi regresi dinyatakan terpenuhi.

### 3.3. Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda, dengan hasil yang tersaji pada tabel berikut.

**Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Berganda**

Model		Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
1	(Constant)	16.770	4.543		3.692	.000
	Kematangan emosi (X1)	.122	.021	.440	5.698	.000
	Hardiness (X2)	.671	.171	.302	3.919	.000

Berdasarkan tabel 3, analisis yang dilakukan menggunakan SPSS *Statistic* versi 26, menghasilkan persamaan regresi penelitian sebagai berikut.

$$Y = 16,770 + 0,122X_1 + 0,671X_2$$

Y= penyesuaian diri

X<sub>1</sub>= kematangan emosi

X<sub>2</sub>= *hardiness*

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai konstanta sebesar 16,770. Hal ini menunjukkan bahwa apabila variabel kematangan emosi dan *hardiness* diasumsikan bernilai nol, maka penyesuaian diri memiliki nilai sebesar 16,770. Koefisien regresi untuk variabel kematangan emosi (X1) bernilai positif sebesar 0,122, yang mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada kematangan emosi akan meningkatkan penyesuaian diri sebesar 0,122, dengan asumsi variabel lain berada pada kondisi konstan. Adapun koefisien regresi variabel *hardiness* (X2) sebesar 0,671, yang berarti setiap peningkatan satu satuan pada *hardiness* akan meningkatkan penyesuaian diri sebesar 0,671, dengan asumsi variabel lain konstan.

Hasil uji t pada Tabel 3 digunakan untuk menguji pengaruh masing-masing variabel independen secara parsial terhadap variabel dependen. Variabel kematangan emosi (X1) memperoleh nilai signifikansi 0,000 (< 0,05) dengan nilai t sebesar 5,698, sehingga dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri, dan hipotesis pertama (H1) diterima. Demikian pula variabel *hardiness* (X2) yang memiliki nilai signifikansi 0,000 (< 0,05) dengan nilai t sebesar 3,919, sehingga *hardiness* juga terbukti berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri, dan hipotesis kedua (H2) diterima.

**Tabel 4. Uji F**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2410.0273	2	1205.137	41.196	.000b
	Residual	3627.459	124	29.254		
	Total	6037.732	126			

Berdasarkan hasil uji F pada Tabel 4, diperoleh nilai Fhitung sebesar 41,196 yang lebih besar dari Ftabel (3,07) dengan signifikansi 0,000 (< 0,05), sehingga model regresi dinyatakan signifikan secara simultan dan hipotesis ketiga (H3) diterima. Uji koefisien determinasi menunjukkan nilai *Adjusted R<sup>2</sup>* sebesar 0,390, yang berarti bahwa variabel bebas, yaitu

kematangan emosi dan *hardiness*, secara bersama-sama mampu menjelaskan variasi penyesuaian diri sebesar 39%, sedangkan 61% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar cakupan penelitian ini.

**Tabel 5. Koefisien terstandarisasi dan koefisien korelasi**

Variabel	Koefisien Terstandarisasi	Koefisien Korelasi (r)	Adjusted R Square
Kematangan emosi (X1)	0.440	0.570	0,390
Hardiness (X2)	0.302	0.492	

Berdasarkan tabel 5, dilakukan pencarian sumbangan efektif pada tiap variabel untuk melihat seberapa besar peran yang dimiliki setiap variabel bebas, yaitu kematangan emosi dan *hardiness*, dianalisis terhadap variabel terikat, yaitu penyesuaian diri. Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan, kematangan emosi ( $\beta = .440$ ,  $p < .001$ ) memberikan kontribusi lebih besar dibanding *hardiness* ( $\beta = .302$ ,  $p < .001$ ), dengan masing-masing kontribusi efektif sebesar 25% dan 14% yang didapat dari hasil perhitungan sumbangan efektif pada tiap variabel.

Lingkungan *boarding school* memiliki dinamika yang berbeda dibandingkan sekolah reguler, sehingga menuntut siswa untuk mampu menyesuaikan diri dengan baik agar dapat bertahan dan menyelesaikan pendidikannya (Martin et al., 2014). Selain itu, masa remaja merupakan periode transisi yang penuh perubahan, di mana siswa dituntut untuk melakukan penyesuaian diri secara tepat. Kondisi ini menuntut mereka untuk menguasai berbagai kompetensi, termasuk kemampuan untuk menyelesaikan masalah, terutama dalam beradaptasi diri di lingkungan sekolah (Daharnis & Ardi, 2016).

Data menunjukkan 52,5% siswa memiliki kematangan emosi pada kategori sedang dan 89,8% siswa memiliki *hardiness* dalam kategori sedang, tanpa satu pun yang tergolong rendah. Begitu pula dengan penyesuaian diri, seluruh siswa berada dalam kategori sedang dan tinggi. Artinya, tidak lagi ditemukan masalah kesulitan penyesuaian diri pada santri seperti di awal penemuan peneliti. Hal ini dikarenakan selama di *boarding school* seluruh santri dibimbing dan diberi penguatan berupa adanya program-program yang banyak melibatkan aktivitas sosial santri dan penguatan karakter di *boarding school*.

Kematangan emosi memegang peran penting dalam penyesuaian diri remaja, khususnya bagi mereka yang pertama kali memasuki lingkungan *boarding school*. Dalam penelitian ini, kematangan emosi memberikan kontribusi efektif sebesar 25% terhadap penyesuaian diri, yang menunjukkan bahwa semakin stabil emosi seorang santri, semakin baik pula kemampuannya beradaptasi dengan kehidupan di pesantren. Individu dengan kematangan emosi yang baik mampu mengendalikan emosinya secara efektif dan tetap stabil dalam menghadapi situasi menantang (Ghofiniyah et al., 2017). Santri dengan kematangan emosi yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tekanan, menjaga hubungan yang sehat, serta menghadapi peraturan dan dinamika kehidupan pesantren dengan sikap rasional dan tenang (Fitroh, 2011; Laia et al., 2022). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan kontribusi kematangan emosi terhadap penyesuaian diri sebesar 38,94% (Laia et al., 2022), 51,5% (Muaddibi, 2024), hingga 55% (Shafira, 2015).

Santri yang mampu menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan *boarding school* cenderung dapat melaksanakan tugas, mematuhi aturan, berkomunikasi efektif, dan bekerja

sama secara harmonis. Sebaliknya, santri yang mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri cenderung merasa tidak nyaman dengan lingkungannya (Ghofiniyah et al., 2017). Penelitian ini menemukan hubungan positif dan signifikan antara kematangan emosi dan penyesuaian diri pada remaja. Hal ini sejalan dengan temuan Fitri & Rinaldi (2019) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kematangan emosi, semakin baik pula kemampuan remaja dalam menyesuaikan diri di sekolah. Dengan demikian, kematangan emosi menjadi fondasi penting bagi santri dalam menghadapi perubahan, tekanan sosial, dan tuntutan akademik di lingkungan *boarding school* yang dinamis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *hardiness* berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri, dengan nilai signifikansi 0,000 dan nilai t sebesar 3,919. Kontribusi efektifnya mencapai 14%. Temuan ini sejalan dengan pendapat Kobasa (1982) dan Maddi (2002) yang memandang *hardiness*—yang mencakup komitmen, kontrol, dan tantangan—sebagai karakter kepribadian penting dalam menghadapi tekanan hidup. *Hardiness* membuat santri melihat tantangan sebagai peluang untuk dihadapi, bukan dihindari, sehingga tekanan dari lingkungan baru tidak membuat mereka menyerah, melainkan memotivasi untuk bertumbuh. Studi Harefa (2018) pada santri Pesantren Modern Nurul Hakim Medan menemukan responden menganggap tinggal di pesantren sebagai "tantangan yang harus diselesaikan", tercermin dari komitmen bertahan dan kontrol diri baik. Dalam konteks *boarding school*, tuntutan aktivitas harian yang padat, aturan ketat, dan adaptasi sosial berkelanjutan menjadikan *hardiness* sebagai modal psikologis yang penting untuk bertahan dan berkembang. Meskipun mayoritas santri dalam penelitian ini berada pada kategori *hardiness* sedang (89,8%), mereka tetap mampu menunjukkan penyesuaian diri yang baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai Adjusted R<sup>2</sup> sebesar 0,390, yang berarti kematangan emosi dan *hardiness* secara simultan mampu menjelaskan 39% variasi penyesuaian diri santri, sementara 61% sisanya dipengaruhi faktor lain di luar penelitian ini. Masing-masing variabel memberikan kontribusi efektif sebesar 25% (kematangan emosi) dan 14% (*hardiness*). Temuan ini mengindikasikan bahwa kedua variabel tersebut tidak bekerja secara terpisah, tetapi saling melengkapi dalam membentuk kemampuan penyesuaian diri. Secara psikologis, kematangan emosi membantu santri mengelola dorongan, memahami perasaan, serta merespons situasi sosial dengan lebih stabil. Sementara itu, *hardiness* berperan sebagai kapasitas ketangguhan yang membuat santri lebih mampu menghadapi tekanan, tuntutan akademik, maupun dinamika relasi sehari-hari tanpa mudah mengalami distress atau menyerah. Kombinasi keduanya membuat santri lebih mampu beradaptasi, mempertahankan keseimbangan diri, serta tetap berfungsi optimal dalam lingkungan *boarding school* yang penuh struktur, aturan, dan tantangan..

#### 4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi dan *hardiness*, baik secara parsial maupun simultan, berperan signifikan terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama SMP di Thursina IIBS Malang. Dengan demikian hipotesis penelitian diterima. Keterbatasan penelitian ini terletak pada cakupan lokasi yang hanya melibatkan satu sekolah, yakni SMP Thursina IIBS Malang dengan subjek seluruh siswa laki-laki kelas VII, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan pada santriwati yang mungkin memiliki dinamika berbeda. Hal ini juga menyoroti pentingnya penelitian selanjutnya untuk diperluas cakupan dan subjeknya agar temuan bisa lebih representatif dan aplikatif di berbagai konteks berbeda. Bagi pembina *boarding school* disarankan untuk merancang program pembinaan

yang menekankan penguatan kematangan emosi dan *hardiness* santri baru yang memasuki *boarding school*. Di sisi lain, santri juga didorong untuk aktif mengembangkan kematangan emosi dan membangun ketahanan diri agar dapat beradaptasi dengan baik selama menjalani kehidupan di *boarding school*.

## Daftar Rujukan

- Asmani, J. M. (2012). *Buku panduan internalisasi pendidikan karakter di sekolah*. Jogjakarta: DIVA Press.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Caroline, A. D. C. (2015). Hubungan antara kematangan emosi dan penerimaan sosial terhadap siswa difabel pada siswa di SMK Marsudirini Marganingsih Surakarta (*Skripsi*). Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Daharnis, D., & Ardi, Z. (2016). The compatibility student choice of university majoring: A preliminary studies. *Guidena: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 101–109. <https://doi.org/10.24127/gdn.v6i1.440>
- Davidoff, L. (1991). *Psikologi suatu pengantar* (Jilid 2; Marijuniat, Trans.). Jakarta: Erlangga.
- Enjelina, L., & Rosada, U. D. (2025). Problematika penyesuaian diri santri putra dan putri di pondok pesantren modern Kota Yogyakarta. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (SNPP)* (Vol. 4, pp. 77–91).
- Familla, A. M. (2024). Pengaruh kompetensi emosi terhadap penyesuaian diri remaja di pondok pesantren (*Skripsi*). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Fitri, N. F., & Adelya, B. (2017). Kematangan emosi remaja dalam pengentasan masalah. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 2(2), 30–39. <https://doi.org/10.29210/02225jpgi0005>
- Fitri, R., & Rinaldi, R. (2019). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja. *Jurnal Riset Psikologi*, 2.
- Fitroh, S. F. (2011). Hubungan antara kematangan emosi dan *hardiness* dengan penyesuaian diri menantu perempuan yang tinggal di rumah ibu mertua. *Jurnal Psikologi Islami*, 8(1), 86–87.
- Ghofiniyah, E., & Setiowati, E. A. (2017). Hubungan antara kematangan emosi dan keterampilan sosial dengan penyesuaian diri pada santri pondok pesantren Daar Al Furqon Kudus. *Proyeksi*, 12(1), 1–16.
- Haber, A., & Runyon, R. P. (1984). *Psychology of adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Hurlock, E. B. (2004). *Developmental psychology*. Jakarta: Erlangga.
- Kusdiyati, S., Halimah, L., & Faisaluddin. (2011). Penyesuaian diri di lingkungan sekolah pada siswa kelas XI SMA Pasundan 2 Bandung. *Humanitas*, 8, 171–194.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into *hardiness*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). *Hardiness and health: A prospective study*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168>
- Laia, B., & Daeli, B. (2022). Hubungan kematangan emosional dengan penyesuaian diri siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Faomasi Kecamatan Lahomi Kabupaten Nias Barat. *Counseling for All: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 12–24.
- Maddi, S. R., & Kobasa, S. C. (1984). *The hardy executive: Health under stress*. Dow Jones-Irwin.
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer.
- Martin, A. J., Papworth, B., Ginns, P., & Liem, G. A. D. (2014). Boarding school, academic motivation and engagement, and psychological well-being: A large-scale investigation. *American Educational Research Journal*, 51(5), 1007–1049. <https://doi.org/10.3102/0002831214532164>
- Muaddibi, F. (2024). *Hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri santri kelas VII Putra Madrasah Tsanawiyah Ali Maksum Pondok Pesantren Krpyak Yogyakarta* (Tesis). UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Muarifah, A., & Barida, M. (2018). Model of coping strategy, social interaction, and self-adjustment. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2). <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v7i2.12935>

- Mustakim, I. (2019). Gambaran penyesuaian diri pada santri baru Pondok Pesantren Uswatun Hasannah (*Skripsi*). Universitas Sumatera Utara.
- Nasution, H., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2019). The contribution of kematangan emosi and social support to the students' self-adjustment in an Islamic boarding school. *Journal of Educational and Learning Studies*, 2(2), 126–134.
- Nurjan, S. (2018). Penyesuaian diri sebagai pendidikan karakter di Islamic boarding school. *Seminar Nasional Pendidikan*. <http://seminar.umpo.ac.id/index.php/SEMNASPPKN/article/view/188>
- Pfeiffer, J. P., Piquart, M., & Krick, K. (2016). Social relationships, prosocial behaviour, and perceived social support in students from boarding schools. *Canadian Journal of School Psychology*, 31(4), 279–289. <https://doi.org/10.1177/0829573516630303>
- Pritaningrum, M. (2013). Penyesuaian diri remaja yang tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik pada tahun pertama. *Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(3), 134–143.
- Randi, P. O. (2021). Penyesuaian diri siswa sekolah berasrama: Studi deskriptif komparatif terhadap siswa SMAN 1 Sumatera Barat. *Indonesian Counseling and Psychology*, 1(2), 73–85. <https://doi.org/10.24114/icp.v1i2.25761>
- Santrock, J. W. (2012). *Life span development* (Edisi ke-13, Jilid 2; B. Widyasinta, Trans.). Jakarta: Erlangga.
- Schneiders. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Setiawan, A. A., Handayani, R., Hapsari, A. W., & Khairunisa, D. F. (2024). Reliability and construct validity of the self-adjustment scale. *Proceeding Series Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya*, 1(1).
- Shafira, F. (2015). Hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. *Jurnal Psikologi*, 1(8), 5.
- Singh, Y., & Bhargava, M. (1991). *Emotional Maturity Scale (EMS)*. Applied and Community Psychology, 2.
- Yuniar, M., Abidin, Z., & Astuti, T. P. (2005). Penyesuaian diri santri putri terhadap kehidupan pesantren: Studi kualitatif pada Madrasah Takhasusiah Pondok Pesantren Modern Islam Assalam Surakarta. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), 141–150.