



## Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kematangan Emosi pada Siswa SMP yang Mengikuti Ekstrakurikuler Pramuka

**Felix Chandra** <sup>1\*</sup>, **Antonius Ian Bayu Setiawan** <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Sanata Dharma, Indonesia

Alamat: Jl. Affandi, Mrican, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281

Korespondensi penulis: [felixchandra37@gmail.com](mailto:felixchandra37@gmail.com) \*

**Abstract.** This study aims to determine the level of self-efficacy and emotional maturity and the relationship between the two in junior high school students who participate in scouting extracurricular activities. This study uses a quantitative correlational method, involving 95 students from St. Aloysius Turi Junior High School as a sample. Data collection using a questionnaire with validity criteria  $r \geq 0.30$  and  $p < 0.05$ , and reliability  $r_1 > 0.70$ . The results showed that the level of student self-efficacy was in the high category with 42 respondents (44.2%), and the level of emotional maturity was also in the high category with 49 respondents (51.6%). In this study, there was a significant and positive relationship between self-efficacy and emotional maturity in junior high school students who participated in scouting extracurricular activities. This indicates that the higher the student's self-efficacy, the higher their emotional maturity.

**Keywords:** emotional maturity, junior high school students, Self-efficacy

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan mengetahui tingkat efikasi diri dan kematangan emosi serta hubungan keduanya pada siswa SMP yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, dengan melibatkan 95 siswa dari SMP St. Aloysius Turi sebagai sampel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan kriteria validitas  $r \geq 0,30$  dan  $p < 0,05$ , serta reliabilitas  $r_1 > 0,70$ . Hasil penelitian menunjukkan tingkat efikasi diri siswa masuk kategori tinggi dengan responden 42 (44,2%), dan tingkat kematangan emosi juga kategori tinggi dengan responden 49 (51,6%). Dalam penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara efikasi diri dengan kematangan emosi pada siswa SMP yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka. Ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi efikasi diri siswa, semakin tinggi pula kematangan emosinya.

**Kata kunci:** Efikasi diri, kematangan emosi, siswa SMP

### 1. LATAR BELAKANG

Remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan yang cukup signifikan. Perubahan ini terjadi sebagai bentuk transisi individu dari masa kanak-kanak menuju remaja. Pada masa remaja ini, individu akan berada dalam fase krisis dan memiliki banyak tantangan. Peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa menimbulkan gejolak pada segi emosional dan psikologis dalam proses melepaskan ketergantungan masa kanak-kanak. Menurut Dradjad masa remaja adalah masa gejolak jiwa, masa transisi atau berada di jembatan goyang yang menghubungkan masa kanak-kanak yang bergantung pada masa dewasa (Pratiwi, 2020). Hal ini tentunya memberikan pengaruh pada perkembangan kematangan emosi dan juga efikasi diri.

Sebagaimana siswa SMP yang tengah menginjak masa remaja ini, kematangan emosi menjadi hal yang penting bagi pertumbuhannya. Pada dasarnya individu yang matang secara emosi dapat mengekspresikan emosinya dengan tepat sesuai kondisi yang dialami. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Jobson (2020) menunjukkan sebanyak 74% remaja belum mencapai tingkat kematangan emosi. Peneliti juga telah melakukan studi pendahuluan mengenai kematangan emosi siswa SMP Santo Aloysius Turi. Data yang diperoleh dalam asesmen tersebut ditemui masalah pada kematangan emosi masih cukup besar yaitu kelas VII sebesar 43,86% dan kelas VIII sebesar 56,14%. Dari data tersebut, dapat diketahui bahwa setengah populasi dari kelas VII dan VIII belum memiliki kematangan emosi yang optimal.

Kemampuan siswa dalam mengelola emosi yang baik tentunya berkaitan erat dan berhubungan dengan keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya atau yang biasa disebut efikasi diri. Bila seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi maka akan semakin tinggi juga keyakinan akan kemampuan dirinya dalam menghadapi persoalan dan tantangan. Meskipun kita tahu bahwa efikasi diri cukup penting bagi siswa, kenyataannya masih banyak siswa yang belum mampu menumbuhkan efikasi dalam dirinya. Dalam penelitian pada salah satu sekolah di jawa tengah yang dilakukan oleh Nurfa'izah (2023) menunjukkan tingkat efikasi diri siswa tergolong rendah dengan angka 40,5%.

Melihat permasalahan yang menjadi perhatian peneliti yaitu efikasi diri dan kematangan emosi, terdapat strategi yang dapat diterapkan guna menunjang berkembangnya efikasi diri dan kematangan emosi yaitu ekstrakurikuler pramuka. Ekstrakurikuler pramuka yang diadakan di sekolah menjadi kegiatan yang memberikan banyak kontribusi dalam perkembangan siswa dalam berbagai aspek yang diantaranya efikasi diri dan kematangan emosi.

SMP St. Aloysius Turi memiliki kegiatan pramuka yang rutin dilaksanakan dengan berbagai keterampilan yang dilatihkan kepada siswa. Dalam pelaksanaannya, pramuka SMP St. Aloysius Turi memiliki pembina pramuka yang merupakan tenaga profesional sebagai pembina pramuka dan juga dibantu guru pembina yang juga memiliki pengalaman sebagai pembina pramuka. Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap ekstrakurikuler pramuka di SMP St. Aloysius Turi menunjukkan kegiatan tersebut terlaksana secara terstruktur dan terarah dengan pembina yang kompeten. Ketegasan dan kedisiplinan menjadi hal penting yang selalu diajarkan kepada siswa. Alat-alat yang digunakan masih sama seperti, tongkat pramuka, tali, bendera semaphore, peralatan tenda, buku SKU, dan buku saku. Kemudian siswa dengan ketekunan penuh mempelajari setiap alat tersebut sehingga efikasi diri dan kematangan emosi dilatih. Dalam hal ini seperti tali-temali dengan berbagai jenis simpul dan ikatan, pionering

dengan membangun konstruksi dengan tali dan tongkat, bendera semaphore dengan menghafal kode-kode, baris-berbaris dengan kedisiplinan dan latihan berulang kali. Dengan melalui berbagai kegiatan didalam ekstrakurikuler pramuka, siswa SMP St. Aloysius Turi diharapkan dapat menumbuhkan keyakinan diri di dalam menghadapi tantangan dan juga mampu mengontrol emosi.

Maka dari itu, peneliti ingin melihat apakah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka memiliki tingkat efikasi diri dan kematangan emosi yang tinggi atau rendah. Oleh karena itu berdasarkan beberapa hal yang telah dijabarkan diatas, ini menjadikan alasan peneliti untuk mendalami dan meneliti “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kematangan Emosi Pada Siswa SMP yang mengikuti Ekstrakurikuler Pramuka”.

## 2. KAJIAN TEORITIS

### **Efikasi Diri**

Efikasi diri merupakan sebuah teori belajar sosial yang dikembangkan oleh seorang peneliti bernama Albert Bandura. Dalam Erlina, (2020) teori Bandura ini, berpandangan manusia adalah *human agency* atau agen yang proaktif dan memiliki keyakinan diri. Maka dari itu, memungkinkan manusia untuk dapat mengendalikan pemikiran, perasaan, dan perilakunya sehingga apa yang dipikirkan, dipercaya, dan dirasakan seseorang mempengaruhi bagaimana seseorang melakukan tindakan. Maka dari itu istilah efikasi diri yang dikembangkan oleh Bandura, untuk menggambarkan keyakinan diri individu khususnya pada keyakinan diri terhadap kemampuannya dalam mencapai suatu tujuan.

Menurut Bandura mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan yang dimiliki seseorang akan kemampuan dirinya sehingga mempengaruhinya dalam merespon setiap situasi dan kondisi tertentu. (Lianto, 2019). Selanjutnya, efikasi diri juga diartikan oleh Santrock menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan rasa yakin dan percaya yang dimiliki individu terhadap kemampuannya untuk mengendalikan atau mempengaruhi hasil dari usaha yang telah dilakukan (Florina, 2019).

Efikasi diri menurut Bandura dan Alwisol memiliki kesamaan pemikiran yang memfokuskan pada keyakinan diri dan keyakinan diri, kemampuan individu, dan pengaruh terhadap perilaku. Secara garis besar, efikasi diri tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, tapi berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal apa yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang ia miliki seberapa pun besarnya.

## Sumber Efikasi Diri

Efikasi diri tidak terbentuk secara langsung ataupun bawaan dari lahir, melainkan dapat berkembang melalui pengalaman individu di lingkungan selama hidupnya. Bandura (dalam Mahasari, 2021) menjelaskan terdapat empat sumber terbentuknya efikasi diri yaitu pengalaman keberhasilan (*Mastery experience*), pengalaman orang lain (*Vicarious experience*), persuasi sosial (*Social persuasion*), Keadaan emosi/fisik (*emotional/physiological*). Selanjutnya Pajares, (2002) mengemukakan pendapatnya berdasarkan sumber-sumber efikasi diri Bandura. Menurut Pajares sumber terciptanya efikasi diri yang paling berpengaruh adalah pengalaman keberhasilan. Individu melakukan pengembangan keyakinan akan kemampuannya melalui berbagai proses aktivitas, mengamati hasilnya, dan memaknai pengalaman tersebut. Pemaknaan ini yang akan membentuk keyakinan yang menjadi dasar mereka bertindak di masa yang akan datang.

## Aspek-Aspek Efikasi Diri

Terdapat beberapa ahli dengan pandangannya mengungkapkan aspek-aspek dari efikasi diri. Bandura (dalam Lianto, 2019) mengungkapkan bahwa perbedaan efikasi diri pada setiap individu terletak pada tiga aspek/komponen, yaitu: *magnitude* (tingkat kesulitan tugas), *strength* (kekuatan keyakinan), dan *generality* (generalitas). Selanjutnya, Smith (dalam Pratama & Widayastuti, 2021) memberikan pandangannya terkait aspek-aspek efikasi diri yaitu keyakinan dapat menyelesaikan tugas tertentu, keyakinan dapat memotivasi diri, keyakinan mampu berusaha, keyakinan mampu bertahan, dan keyakinan dapat menyelesaikan masalah dalam berbagai situasi. Pendapat lain tentang aspek-aspek efikasi diri juga diungkapkan oleh Corsini (dalam Putri & Astuti, 2018) yang terdiri dari, aspek kognitif, aspek afeksi, aspek seleksi, dan aspek motivasi.

## Kematangan Emosi

Emosi merupakan bagian yang penting dari diri setiap individu sebagai manusia. Emosi telah ada sejak manusia dilahirkan dan akan terus berkembang seiring pertumbuhan manusia. Emosi memiliki kekuatan yang cukup besar dalam menilai sebuah reaksi atau respon kita. Emosi yang dimiliki oleh setiap individu harus dikelola hingga sampai pada tingkat kematangan emosi. Menurut Chaplin, kematangan emosi merupakan kondisi seseorang telah mencapai kemampuan untuk mengelola emosinya secara bijak sehingga mampu mengekspresikannya tidak berlebihan di depan publik (Susilowati, 2024). Dalam hal ini, individu lebih menunggu waktu dan situasi yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara yang baik dan dapat diterima secara sosial.

Pendapat lainnya menurut Smitson kematangan emosi merupakan suatu proses dimana kepribadian terus menerus berusaha untuk mencapai rasa kesehatan emosi yang lebih besar, baik secara interpersonal maupun intrapersonal (Rajasree, 2017). Berdasarkan pendapat Smitson, kematangan emosi merupakan suatu yang dinamis. Dalam hal ini, kematangan emosi akan selalu dinamis dan individu akan berusaha keras dalam membangun dan mempertahankan kesehatan emosinya, baik secara interpersonal ataupun intrapersonal.

### **Faktor Yang Mempengaruhi Kematangan Emosi**

Kematangan emosi merupakan bagian terpenting dalam perkembangan psikologis setiap individu. Individu yang matang secara emosional menjadikannya mampu menunjukkan kualitas dirinya dalam mengenali, memahami, dan mengatur emosi secara efektif dalam berbagai situasi dan kondisi. Kematangan emosi pada diri individu tidak datang begitu saja, melainkan perlu adanya proses yang panjang dalam membentuknya. Dengan mengetahui faktor-faktor pembentuk kematangan emosi menjadi kunci penting dalam upaya mengembangkan kematangan emosi.

Menurut Lalonde terdapat lima faktor yang mempengaruhi kematangan emosi yaitu, lingkungan keluarga, hubungan teman sebaya, tekanan akademis, pengalaman hidup, pengaruh budaya (Ram, 2024). Menurut Young terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kematangan emosi yaitu, faktor lingkungan, faktor pengalaman, dan faktor individu (Putri, 2020). Dalam hal ini kematangan emosi dipegaruhi oleh faktor internal dan eksternal sehingga faktor ini akan selalu berkaitan dan memiliki kontribusi pada perkembangan individu dalam mengelola emosi secara sehat.

### **Aspek-Aspek Kematangan Emosi**

Kematangan emosi merupakan salah satu perkembangan diri yang sangat krusial khususnya dalam membentuk kepribadian dan keberhasilan siswa. secara umum kematangan emosi berbicara mengenai kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi individu dengan tepat sesuai situasi yang dihadapi.

Untuk mengukur kematangan emosi pada diri individu, maka terdapat beberapa ahli yang mengemukakan pandangannya melalui aspek-aspek kematangan emosi. Menurut Hurlock aspek-aspek kematangan emosi terdiri dari, kontrol emosi, fungsi kritis mental, dan stabilitas emosi (Firmansyah, 2022). Pendapat lainnya menurut Fadil (dalam Putri, 2020) aspek-aspek kematangan emosi yaitu, realitas, mengetahui mana yang harus didahulukan, mengetahui tujuan jangka panjang, menerima tanggung jawab dan menunaikan kewajiban dengan teratur, menerima kegagalan, dan hubungan emosional.

## Karakteristik Emosi Pada Remaja

Emosi remaja merupakan bagian yang krusial dan dapat mempengaruhi bagaimana remaja membentuk identitas dan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan dalam kehidupan. Memahami karakteristik emosi yang terdapat pada remaja sangatlah penting khususnya bagi remaja itu sediri maupun orang-orang di sekitar. Berikut ini merupakan karakteristik emosi remaja menurut Al-Faruq dan Sukatin (dalam Rahmawati et al., 2022), remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian. Dalam kondisi ini, masa remaja menjadi periode perkembangan pada diri individu dengan intensitas emosi yang tinggi. Maka dari itu, remaja membutuhkan pendampingan yang sesuai sehingga mampu menjadikan emosi yang bergejolak menjadi kekuatan positif untuk pembentukan identitas diri dan kematangan emosi pada remaja dalam kehidupannya.

Pandangan lainnya menurut ahli psikologi Stanley Hall (dalam Pratiwi, 2020) yaitu remaja merupakan masa “badai dan stress”. Ini menunjukkan bahwa masa remaja adalah periode “badai dan tekanan mental”, atau saat ketika transformasi fisik, intelektual, dan emosional seseorang menghasilkan ketidakbahagiaan dan keraguan (konflik) pada individu yang bersangkutan, serta konflik dengan lingkungannya.

## Ekstrakurikuler Pramuka

Setiap sekolah memiliki berbagai kegiatan guna menunjang bakat dan minat, serta meningkatkan kemampuan siswa, dari berbagai kegiatan salah satunya adalah ekstrakurikuler. Menurut Wintara, ekstrakurikuler merupakan kegiatan non-pelajaran formal yang dilakukan peserta didik di sekolah, umumnya di luar jam belajar kurikulum standar (Yusdinar & Manik, 2023). Sedangkan Menurut Rakhmanti bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu kegiatan yang ditujukan untuk mengembangkan potensi siswa (Yhunanda & Sholeh, 2020).

Kata pramuka merupakan kepanjangan dari Praja Muda Karana dan bila diartikan yaitu kaum muda yang suka berkarya. Menurut Nasrudin pramuka mengacu pada setiap anak muda yang secara aktif berpartisipasi dalam aktivitas kepramukaan dan menerima pendidikan yang mencakup berbagai kompetensi, kedisiplinan, rasa percaya diri, sikap tolong-menolong, dan berbagai nilai baik lainnya (Afdal & Widodo, 2020). Sedangkan Menurut Kwartir Nasional Gerakan Pramuka menyatakan bahwa gerakan pramuka adalah proses pendidikan di luar sekolah dan diluar keluarga yang dilakukan di alam terbuka melalui kegiatan-kegiatan yang edukatif dan rekreatif dengan menerapkan prinsip dasar kepramukaan dan metode

pendidikan kepramukaan yang bertujuan untuk membentuk kepribadian, watak, akhlak mulia dan memiliki kecakapan hidup (Al Azizi, 2018).

Pramuka merupakan kegiatan yang telah lama ada di Indonesia bahkan di sekolah menjadi ekstrakurikuler wajib bagi peserta didik. Sejak awal didirikan kegiatan kepramukaan ini telah memiliki tujuan yang mulia dan jelas arahnya terkhusus dalam memberikan pembinaan dan mengembangkan potensi yang ada pada diri peserta didik dan generasi muda. Menurut Azrul Azwan, (dalam Suryani et al., 2022) tujuan Kegiatan Pramuka yaitu mendidik dan membina kaum muda indonesia guna mengembangkan keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan YME, sehingga memiliki kepribadian yang beriman, bertakwa, berakhlek mulia, berjiwa patriotik, taat hukum, disiplin, menjunjung tinggi nilai-nilai luhur bangsa. Dari pendapat Azrul Azwan memberikan pandangan bahwa tujuan utama kegiatan pramuka untuk membentuk karakter yang positif bagi kaum muda dengan melalui beberapa aspek.

### **Nilai-Nilai Dasar Pramuka**

Nilai-nilai dasar pramuka merupakan sebuah pedoman yang wajib ditaati dan dikuasai oleh peserta pramuka. Nilai dasar yang dimaksud telah tertanam dalam kode kehormatan pramuka yaitu Trisatya dan Dasa Dharma. Secara umum Tri Satya berasal dari kata Tri dan Satya yang berarti Tri adalah tiga dan Satya adalah kesetiaan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa trisatya merupakan tiga janji kesetiaan yang diucapkan oleh semua anggota pramuka sebagai tanda memiliki sikap nasionalisme dan sosialisme. Kemudian yang berikutnya ada Dasa Dharma. Dasa Dharma memiliki dua kata yaitu Dasa artinya sepuluh dan Dharma artinya perbuatan terpuji dan mulia. Jadi, Dasa Dharma mengacu pada 10 perbuatan baik dan mulia yang harus ditanamkan dan menjadikannya pedoman dalam menjalani hidup sehari-hari.

### **3. METODE PENELITIAN**

Melihat jenis data yang dikaji, pendekatan penelitian yang sesuai dan akan diterapkan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Metode penelitian korelasi ini digunakan untuk menganalisis dan mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih yang diteliti. Dalam penelitian ini populasinya adalah semua siswa kelas VIII SMP St. Aloysius Turi yang berjumlah 125 siswa yang terdiri dari 2 angkatan yaitu kelas VII dan VIII. Dengan menggunakan rumus Slovin, penelitian ini mendapatkan batas minimal sampel yang di ambil adalah 95 sampel.

Teknik pengambilan sampel Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk menarik sampel adalah *purposive sampling*. Jadi dengan menggunakan teknik ini, populasi yang akan

peneliti pilih adalah sampel yang sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam hal ini, sampel yang digunakan adalah siswa SMP St Aloysius Turi kelas VII dan VIII yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka. Dengan demikian semua populasi akan sebagai sampel. Kemudian diperoleh jumlah sampel setiap angkatan untuk kelas VII sebanyak 44 sampel dan untuk kelas VIII sebanyak 51 sampel.

Dalam penelitian ini memiliki instrumen penelitian yang terdiri dari dua skala yaitu efikasi diri dan kematangan emosi. Dalam pengumpulan data menggunakan kuesioner atau angket, yang dilakukan penilaian dengan skala likert. Dalam kuesioner penelitian ini berjumlah 48 item yang akan dibagi menjadi dua bagian yaitu 24 item untuk skala tingkat efikasi diri dan 24 item untuk kematangan emosi. Masing-masing item akan terbagi menjadi dalam item *favorable* dan item *unfavorable*. Hal ini bertujuan untuk membantu mengurangi bias respons dan meningkatkan kualitas data yang dikumpulkan melalui instrumen tersebut

Dalam menentukan kelayakan item yang digunakan perlu dilakukan uji signifikansi koefisien korelasi dan reliabilitas. Untuk melakukan uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini, peneliti menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistik 27. Item-item dapat dikatakan valid apabila memiliki koefisien setiap item  $r \geq 0,3$  dan nilai  $p \leq 0,05$ . Hasil yang didapatkan pada variabel efikasi diri yaitu sebanyak 24 peryataan terdapat 18 pernyataan valid. Sedangkan pada variabel kematangan emosi yaitu sebanyak 24 pernyataan terdapat 18 pernyataan valid. Kemudian dilanjutkan dengan uji reliabilitas dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Uji reliabilitas isntrumen dapat dikatakan reliabel apabila koefisien reliabilitas lebih besar 0,07. Hasil nilai *Alpha Cronbach* variabel efikasi diri sebesar 0.890, sedangkan pada variabel kematangan emosi sebesar 0.870. Berdasarkan hasil uji tersebut, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel dikatakan reliabel.

## 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Lokasi penelitian ini berlangsung di Sekolah Menengah Pertama St. Aloysius turi yang beralamat di Turi, Donokerto, Kec. Turi, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55551. Waktu pelaksanaan tanggal 12 Februari 2025-14 Februari 2025. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebar kuesioner kepada siswa di SMP St. Aloysius Turi yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka. Setelah dilakukan pengumpulan data, kemudian dilakukan pengujian sehingga berhasil menjawab rumusan masalah pada penelitian ini.

Untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat efikasi pada siswa, perlu dilakukan pengujian kategorisasi. Pengujian dilakukan terhadap dua variabel yaitu efikasi diri dan kematangan emosi. Untuk hasil yang telah didapatkan yaitu sebagai berikut,

**Table 1 Hasil kategorisasi subjek efikasi diri**

Norma	Interval	Frekuensi Responden	Persentase Frekuensi
$\mu + 1,5\sigma < X$	$58,5 < X$	30	31,6%
$\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	$49,5 < X \leq 58,5$	42	44,2%
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	$40,5 < X \leq 49,5$	15	15,8%
$\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$	$31,5 < X \leq 40,5$	6	6,3%
$X \leq \mu - 1,5\sigma$	$X \leq 31,5$	2	2,1%

Berdasarkan data yang telah terkumpul, dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki efikasi diri pada kategori tinggi dengan persentase 44,20% responden. Kemudian untuk tingkat kategori sangat tinggi memiliki angka sebesar 31,60% responden. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki keyakinan diri terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas dan tantangan. Sementara itu, terdapat juga responden yang berada pada kategori sedang dengan angka sebesar 15,80% responden. Pada tingkat ini mengindikasikan bahwa individu memiliki keyakinan diri yang cukup namun masih dapat berkembang menjadi lebih baik. Kemudian terdapat juga siswa yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah. Pada tingkat rendah, sebesar 6,30% responden dan pada kategori sangat rendah sebesar 2,10%.

**Table 2. Hasil kategorisasi subjek kematangan emosi**

Norma	Interval	Frekuensi Responden	Persentase Frekuensi
$\mu + 1,5\sigma < X$	$58,5 < X$	23	24,2%
$\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	$49,5 < X \leq 58,5$	49	51,6%
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	$40,5 < X \leq 49,5$	22	23,2%

$\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$	$31,5 < X \leq 40,5$	1	1,1%
$X \leq \mu - 1,5\sigma$	$X \leq 31,5$	0	0%

Berdasarkan data yang telah terkumpul, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori tinggi dengan persentase 51,6%. Dalam hal ini menandakan bahwa sebagian besar siswa kelas VII dan VIII memiliki kematangan emosi yang baik. Sementara itu, pada kategori satu dan tiga memiliki jumlah responden yang cukup signifikan namun tidak sebanyak kategori tinggi. Untuk kategori sangat tinggi sebesar 24,2%, artinya sebanyak 23 siswa memiliki kematangan emosi yang sangat baik. Kemudian pada kategori sedang sebesar 23,2%, artinya sebanyak 22 siswa sudah memiliki kematangan emosi namun masih bisa dikembangkan lagi. Selain itu terdapat juga 1 responden yang berada pada kategori rendah.

Selanjutnya untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel, maka dilakukan uji hipotesis korelasi. Uji hipotesis korelasi memiliki tujuan untuk menentukan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel dalam penelitian ini. Dalam hal ini menguji terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kematangan emosi. Berikut ini merupakan hasil uji hipotesis korelasi dengan menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistik 27*.

**Table 3. Uji hipotesis korelasi**

Correlations			
		Efikasi diri	Kematangan Emosi
Efikasi diri	<i>Pearson Correlation</i>	1	.458**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		.000
	N	95	95
Kematangan Emosi	<i>Pearson Correlation</i>	.458**	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	
	N	95	95

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan uji korelasi diketahui nilai korelasi *pearson's* antara kedua variabel adalah 0,458. Dengan demikian, nilai ini menunjukkan adanya hubungan yang positif sedang antara dua variabel. Hal ini berarti ketika kematangan emosi meningkat maka efikasi diri cenderung meningkat, begitupun sebaliknya. Berikutnya diketahui nilai signifikan (*Sig. 2 tailed*) sebesar 0.000 yang menunjukkan hubungan antara variabel efikasi diri dengan kematangan emosi sangat signifikan dengan tingkat kepercayaan 99% atau 0,01 ( $p < 0,01$ ). Dari hasil tersebut, dapat diketahui bahwa hubungan antara dua variabel ini benar-benar terjadi dan terdapat bukti secara statistik.

Oleh karena itu, bisa diambil Kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel efikasi diri dan variabel kematangan emosi dengan tingkat korelasi sedang. Dalam hal ini, dapat diartikan individu yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki kematangan emosi yang baik.

## PEMBAHASAN

### **Capaian tingkat efikasi diri pada siswa SMP yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka**

Capaian tingkat efikasi diri siswa yang mayoritas ada pada kategori tinggi tentunya menjadi hal positif bagi siswa kelas VII dan VIII SMP St. Aloysius Turi. Untuk sampai pada tingkat efikasi diri yang tinggi ini sekolah SMP St. Aloysius Turi memberikan dukungan dengan memfasilitasi dengan kegiatan yang mendukung berkembangnya efikasi diri seperti ekstrakurikuler pramuka. Hal ini sejalan dengan teori Bandura tentang empat sumber utama efikasi diri yaitu pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), pengalaman orang lain (*vicarious experience*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), dan kondisi fisiologis dan emosional (*physiological and emotional states*) (Mahasari, 2021). Dalam ekstrakurikuler pramuka di SMP St. Aloysius Turi, siswa diajarkan keterampilan-keterampilan baru yang mungkin belum mereka kuasai sebelumnya. Dalam hal ini ada tali-temali, sandi-sandi pramuka, pionering, P3K, semaphore, dan masih banyak lagi. Hal ini membuktikan bahwa ekstrakurikuler pramuka telah berhasil membantu siswa dalam mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan diri mereka.

Berdasarkan penjelasan diatas, bahwa ekstrakurikuler pramuka menjadi kegiatan yang mampu menumbuhkan efikasi diri siswa. Terdapat beberapa alasan mengapa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka memiliki efikasi diri yang baik. Hal ini bisa dilihat dari sumber-sumber efikasi diri menurut Bandura. Sumber yang pertama adalah pengalaman keberhasilan, yang dimana dalam kegiatan pramuka akan belajar banyak keterampilan yang belum diketahui oleh siswa. keterampilan seperti, tali-temali, sandi-sandi pramuka, pionering,

P3K, semaphore, dan masih banyak lagi. Setiap siswa berhasil menyelesaikan tugas dan tantangan tersebut, pengalaman keberhasilan ini akan menjadi sumber efikasi diri yang kuat. Kemudian pengalaman keberhasilan orang lain yang mendorong siswa untuk melakukan hal yang sama. Ketika terdapat teman kelompok atau kelompok regu lain yang berhasil melakukan tugas tertentu, hal ini dapat menjadi motivasi dan dorongan kepada siswa untuk bisa melakukan hal yang sama. Berikutnya ada persuasi sosial, artinya dalam kegiatan pramuka terdapat pembina dan teman-teman kelompok regu yang selalu memberikan dorongan dan dukungan yang positif sehingga dapat memperkuat keyakinan diri siswa terhadap kemampuannya. Kemudian yang terakhir, keadaan emosional dan fisik juga mempengaruhi tumbuhnya efikasi diri. Dalam kegiatan pramuka setiap siswa dilatih untuk mengelola emosi dalam situasi yang menekan. Dalam hal ini kemampuan mengelola stress dan kecemasan memiliki kontribusi yang positif dalam menumbuhkan efikasi diri.

Dengan siswa mengikuti ekstrakurikuler pramuka di SMP St. Aloysius Turi menjadikan mereka memiliki keyakinan diri dan percaya diri yang sejalan dengan maksud efikasi diri menurut Santrock (Florina, 2019). Efikasi diri menurut Santrock merupakan rasa yakin dan percaya yang dimiliki individu terhadap kemampuannya untuk mengendalikan atau mempengaruhi hasil dari usaha yang telah dilakukan. Maka dari itu disimpulkan bahwa ekstrakurikuler pramuka dapat terbukti efektif dalam mengembangkan efikasi diri siswa melalui berbagai mekanisme pendukung seperti yang terdapat dalam teori Bandura.

### **Capaian tingkat kematangan emosi pada siswa SMP yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka.**

SMP St. Aloysius Turi memegang peran penting dalam pengembangan kematangan emosi siswa. Berdasarkan data yang terkumpul, SMP St. Aloysius Turi berhasil memfasilitasi perkembangan kematangan emosi siswa melalui berbagai kegiatan dan program sekolah. Tingginya tingkat kematangan emosi siswa sebagai sebuah nilai positif bagi SMP St. Aloysius Turi. Hal ini menandakan bahwa di SMP St. Aloysius Turi merupakan sekolah yang holistik. Artinya sekolah tidak hanya fokus pada pencapaian akademik siswa saja, melainkan juga fokus pada perkembangan sosial-emosional siswa secara menyeluruh. Menyediakan kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan menjadi bagian dari misi SMP St. Aloysius Turi sehingga siswa akan merasa nyaman saat sedang belajar. Hal ini tentunya akan menciptakan lingkungan yang aman secara emosional.

Kegiatan di SMP St. Aloysius Turi untuk pengembangan kematangan emosi siswa bisa di peroleh melalui ekstrakurikuler pramuka. Dalam kegiatan pramuka bisa menjadi tempat untuk mengembangkan dan menguji kematangan emosi siswa. Dengan menggunakan

kombinasi kegiatan *outdoor*, tantangan fisik, dan kerja sama tim menjadikan pramuka sebagai kegiatan yang ideal untuk siswa mengembangkan aspek-aspek kematangan emosi. Hurlock dalam pandangannya mengungkapkan siswa yang matang emosinya tidak lagi mengeluarkan atau mengekspresikan emosinya di depan orang lain (Susilowati, 2024). Maka dari itu, ditengah tekanan dan ketidaknyamanan yang dirasakan siswa dalam pramuka, mereka belajar untuk mengeloa dan mengendalikan emosi melalui cara yang tepat.

Dalam ekstrakurikuler pramuka ini sejalan dengan aspek-aspek kematangan emosi menurut Hurlock (dalam Rebeca, 2014). Seperti kontrol emosi bisa didapatkan siswa saat materi tali-temali yang membutuhkan ketelitian dan kesabaran tinggi dalam melakukannya. Kemudian dalam fungsi kritis mental, bisa didapatkan siswa saat simulasi pertolongan pertama yang mengharuskan siswa mengambil keputusan cepat dan tepat saat dalam kondisi darurat. Selanjutnya pada kestabilan emosi, bisa didapatkan siswa pada saat aktivitas fisik seperti latihan baris-berbaris, dan *outbound* bisa membangun resiliensi dan kemampuan menjaga emosi siswa. Dengan demikian siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka dapat memiliki kematangan emosi yang lebih optimal. Hal ini dikarenakan, siswa akan semakin terlatih khususnya dalam mengontrol emosi dan mengatur reaksi-reaksi emosional siswa dalam berbagai situasi.

Melalui kegiatan pramuka, siswa kematangan emosi siswa meningkat yang disebabkan oleh faktor yang mempengaruhi kematangan emosi terpenuhi. Young mengungkapkan kematangan emosi siswa dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor lingkungan, faktor pengalaman, dan faktor individu (Putri, 2020). dengan demikian, ekstrakurikuler pramuka memiliki kontribusi yang baik dalam pengembangan kematangan emosi siswa melalui kegiatan-kegiatan yang mampu melatih emosional siswa.

### **Korelasi Antara Efikasi Diri Dengan Kematangan Emosi Pada Siswa SMP yang Mengikuti Ekstrakurikuler Pramuka**

Berdasarkan pembahasan sebelumnya mengenai tingkat efikasi diri dan kematangan emosi siswa diketahui mayoritas berada pada tingkat kategori tinggi. Hal ini memberikan jawaban jika efikasi diri yang tinggi mampu memberikan kontribusi signifikan terhadap kematangan emosi siswa. Alasan efikasi diri dan kematangan emosi memiliki kontribusi yang signifikan karena kedua variabel tersebut dapat saling mempengaruhi. Bagi siswa, efikasi diri yang tinggi dapat membangun kepercayaan siswa terhadap kemampuannya mengelola emosi sehingga cenderung berani dalam menghadapi situasi yang menantang secara emosional. Selain itu, siswa dengan efikasi diri yang tinggi memiliki ketahanan emosional yang baik.

Sehingga ketika menghadapi sebuah kegagalan, siswa tidak selalu berada pada pemikiran emosi negatif. Kemudian, efikasi diri yang tinggi juga dapat mendorong siswa menggunakan strategi coping yang efektif. Artinya, siswa mampu mengidentifikasi respon emosionalnya ketika menghadapi hambatan.

Dalam ekstrakurikuler pramuka yang telah diikuti oleh siswa, memberikan dukungan bagi siswa menumbuhkan efikasi diri dan kematangan emosi melalui kegiatan-kegiatan didalamnya. Ekstrakurikuler pramuka SMP St. Aloysius Turi memiliki fokus pembelajaran *experiential learning* dan *learning by doing*. Menurut Kolb (dalam Hakima & Hidayati, 2020), *experiential learning* merupakan metode pembelajaran untuk memperoleh pengetahuan dengan cara mengalami secara langsung kemudian mengubahnya menjadi wujud konkret. Menurut Dewey (dalam Irianto, 2023) Learning by Doing merupakan sebuah cara belajar melalui perbuatan langsung yang dilakukan siswa secara aktif, baik dilakukan secara individu maupun secara kelompok. Melalui metode pembelajaran tersebut, siswa dapat merasakan sendiri dan menemukan kemampuan dirinya sendiri.

Dalam hal ini seperti tali temali, ketika siswa berhasil menyelesaikan simpul tali yang rumit setelah berkali-kali gagal, mereka membangun keyakinan bahwa mereka mampu menguasai keterampilan baru melalui usaha yang konsisten. Kemudian ketika siswa berhasil menghafal semua kode bendera semaphore ataupun melaksanakan gerakan PBB dengan tepat setelah melalui latihan berulang, kepercayaan diri akan tumbuh bahwa siswa mampu mengatasi kesulitan melalui kerja keras dan ketekunan. Kemudian dalam perkemahan, siswa belajar mengelola emosi di tengah situasi ketidaknyamanan, kelelahan, ataupun kekecewaan. Dengan ini, siswa harus membangun emosional yang baik sehingga mampu bertahan dalam kondisi yang terbatas dan menemukan solusi kreatif. hal ini sejalan dengan konsep efikasi diri yang dikemukakan oleh Smith, dimana efikasi diri ditantai dengan siswa memiliki keyakinan dapat menyelesaikan tugas, keyakinan dapat memotivasi diri, dan keyakinan dapat menyelesaikan masalah dalam berbagai situasi (Pratama & Widyastuti, 2021). Selain itu, ekstrakurikuler pramuka yang diikuti oleh siswa juga sejalan dengan konsep kematangan emosi yang diungkapkan oleh Fadil, yaitu siswa mampu menerima tanggungjawab dan menjalankannya, mampu menerima kegagalan, dan berbuat sesuai dengan kondisi, mengetahui dan melihat masalah tidak hanya satu sisi (Putri, 2020).

Dengan tantangan dan kesulitan yang ditemui oleh siswa pada setiap kegiatan ekstrakurikuler pramuka menjadi wadah bagi siswa mengembangkan efikasi diri atau keyakinan diri untuk mencapai tujuan dan juga kematangan emosi yang disalurkan dengan kemampuan mengenali, mengatur, mengekspresikan emosi secara sehat. Stanley Hall

mengatakan bahwa remaja merupakan masa dimana mereka mengalami transformasi fisik, intelektual, dan emosional sehingga menimbulkan ketidakbahagiaan dan konflik diri (Pratiwi, 2020). Hal ini memberikan jawaban bahwa ekstrakurikuler pramuka yang diikuti oleh siswa SMP mampu membantu mereka dalam masa peralihan ini. Kedua aspek psikologis tersebut yakni efikasi diri dan kematangan emosi menjadi kemampuan yang penting bagi siswa dalam penerapan di kehidupan sehari-hari seperti tantangan akademis, sosial, dan diri di masa depan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini, efikasi diri dan kematangan emosi pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka terdapat hubungan yang positif.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tingkat efikasi diri pada siswa yang SMP yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka masuk dalam kategori tinggi dengan total responden 42 atau sebesar 44,2%. Begitu pula dengan tingkat kematangan emosi pada siswa yang SMP yang mengikuti ekstrakurikuler pramuka berada dalam kategori tinggi dengan total responden 49 atau sebesar 51,6%. Serta melalui penelitian ini, memberikan bukti bahwa adanya hubungan yang signifikan dan positif antara efikasi diri dengan kemataangan emosi. Artinya, apa bila efikasi diri siswa meningkat maka kematangan emosi siswa juga meningkat dan sebaliknya.

## DAFTAR REFERENSI

- Afdal, A., & Widodo, H. (2020). Analisis Pelaksanaan Kegiatan Pramuka Di Sd Negeri 004 Samarinda Utara Tahun 2019. *PENDAS MAHAKAM: Jurnal Pendidikan Dasar*, 4(2), 68–81. <https://doi.org/10.24903/pm.v4i2.399>
- Al Azizi, N. Q. U. (2018). Kegiatan ekstrakurikuler kepramukaan terhadap pendidikan karakter kedisiplinan. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 12(2), 40. <https://doi.org/10.32832/jpls.v12i2.2793>
- Erlina. (2020). Efikasi Diri Dalam Meningkatkan Mobilisasi Pasien. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes.
- Firmansyah. (2022). *KEMATANGAN EMOSI DALAM MENGHADAPI QUARTER LIFE CRISIS PADA MAHASISWA DI JOMBANG*. 6(1), 61–74.
- Florina, S. (2019). Efikasi Diri Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 2, 386–391. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/667/752>

- Hakima, A., & Hidayati, L. (2020). Peran Model Experiential Learning dalam Pendidikan Berbasis Keterampilan Tata Busana. *E-Journal*, 09(03), 51–59.
- Irianto, S. (2023). Teknik Learning By Doing Untuk Pengajaran Bahasa Inggris Di Pendidikan Tinggi Vokasi. *Jurnal Orbith*, 19(02), 203. <https://jurnal.polines.ac.id/index.php/orbith/article/view/5003>
- Jobson, M. C. (2020). Emotional Maturity among adolescents and its importance. *Indian Journal of Mental Health*, 7(1), 35. <https://doi.org/10.30877/ijmh.7.1.2020.35-41>
- Lianto, L. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Mahasari, G. A. R. (2021). EdukasI: Jurnal Pendidikan Dasar Sumber-Sumber Self Efficacy Dalam Mengajarkan Critical Thinking. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 2(2), 119–126.
- Nurfa'izah. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMA N 1 Kembang. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(02), 334–341. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v7i02.2305>
- Pajares, F. (2002). Overview of Social Cognitive Theory. *Emory University*, 1–5. <http://www.emory.edu/EDUCATION/mfp/eff.html%0AHome>
- Pratama, A. P., & Widayastuti, M. (2021). Minat Berwirausaha Dampak Efikasi Diri, Motivasi dan Lokus Kendali Pada Mahasiswa. *Jurnal Keuangan Dan Bisnis*, 19(2), 176–188. <https://doi.org/10.32524/jkb.v19i2.291>
- Pratiwi, R. (2020). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Ermis. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 145–156.
- Putri, D. (2020). Kematangan Emosional Terhadap Siswa Disiplin Di Sekolah. *Psikologi Konseling*, 17(2), 733. <https://doi.org/10.24114/konseling.v17i2.22076>
- Putri, I. A., & Astuti, Y. D. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri dan Kecenderungan Kambuh pada Pecandu Narkoba yang Menjalani Rehabilitasi di Yogyakarta. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 151–164. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol23.iss2.art6>
- Rahmawati, D., Boleng, D. T., & Nooryani, N. (2022). Karakteristik kematangan emosi sebagai profil peserta didik kelas X di SMA Negeri 5 Samarinda. *Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru Tahun 2022*, 2021, 121–126. <https://jurnal.fkip.unmul.ac.id/index.php/semnasppg/article/view/1719>
- Rajasree. (2017). *RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND EMOTIONAL MATURITY AMONG ADOLESCENTS*. 4(4).
- Ram, S. (2024). A Review of Emotional Maturity Among College Students. 3(4), 68–72.
- Rebeca, P. (2014). *Hubungan Antara Kematangan Emosi dengan Konformitas dalam Perilaku Merokok pada Siswa SMPN 26 Surakarta*. 67–79. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/35570/Hubungan-Antara-Kematangan-Emosi->

dengan-Konformitas-dalam-Perilaku-Merokok-pada-Siswa-SMPN-26-Surakarta

- Suryani, P., Amsia, T., & M., S. (2022). Pengaruh Kegiatan Pramuka Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Terusan Nunyai. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 01, 5–24. <https://revistas.ufrj.br/index.php/rce/article/download/1659/1508%0Ahttp://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/qre/article/view/1348%5Cnhttp://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09500799708666915%5Cnhttps://mckinseyonsociety.com/downloads/reports/Educa>
- Susilowati, E. (2024). Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Akselerasi Tingkat Smp. *Cognicia*, 1(1), 101–113. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v1i1.1447>
- Yhunanda, & Sholeh, M. (2020). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Upaya Meningkatkan Prestasi Siswa. *Jurnal Inspirasi Manajemen Pendidikan*, 8, 531–544. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/inspirasi-manajemen-pendidikan/article/view/37946/33634>
- Yusdinar, P., & Manik, Y. M. (2023). Pengaruh Ekstrakurikuler Pramuka terhadap Pembentukan Karakter Siswa. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(01), 183–190. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i01.2407>