

# **Gratitude, Kematangan Emosi dan Perilaku Prososial Mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah Darul Hikmah IAIN Kediri**

<sup>1</sup>Mochammad Faqih Sholahudin, <sup>2</sup>Suroso, <sup>3</sup>Muhammad Farid

<sup>1</sup>Magister Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

<sup>1,2</sup>Universitas Universitas 17 Agustus 1945, Indonesia

Email: <sup>1</sup>faqih@iainkediri.ac.id, <sup>2</sup>suroso@untag-sby.ac.id,  
<sup>3</sup>muhfaridrochim@gmail.com

---

## **Tersedia Online di**

<http://www.jurnal.unublitar.ac.id/index.php/briliant>

---

## **Sejarah Artikel**

Diterima pada 23 Juni 2020

Disetujui pada 29 Juli 2020

Dipublikasikan pada 31 Agustus 2020 Hal. 467-476

---

## **Kata Kunci:**

*Gratitude*; Kematangan Emosi; Perilaku Prososial

---

## **DOI:**

<http://dx.doi.org/10.28926/briliant.v3i4.489>

---

(sig.>0,05), dan ditemukan ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial mahasiswa (sig.<0,05).

**Abstrak:** Perilaku prososial adalah wujud dari perasaan yang memberikan keuntungan bagi orang lain baik dari kondisi fisik maupun psikis. Perilaku ini menjadi perkara yang wajib dimiliki terlebih seorang individu yang berada di dunia pesantren atau ma'had, sehingga bisa mencerminkan nilai religi yang terkandung di dalamnya. Tujuan penelitian ini menguji hubungan antara *gratitude* dan kematangan emosi dengan perilaku prososial mahasiswa. Metode penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Responden dalam penelitian ini 98 mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah Darul Hikmah IAIN Kediri. Skala perilaku prososial, *gratitude* dan kematangan emosi yang telah memenuhi uji validitas aitem dan estimasi reliabilitas. Hasil analisis data regresi menunjukkan ada hubungan antara *gratitude* dan kematangan emosi dengan perilaku prososial dengan  $F = 3,381$  (sig.<0,05). Uji parsial menunjukkan tidak ada hubungan antara *gratitude* dengan perilaku prososial mahasiswa

## **PENDAHULUAN**

Revolusi industri 4.0 adalah istilah yang gencar-gencarnya dibicarakan mulai tahun 2014 sampai sekarang. Istilah ini dapat diartikan sebagai adanya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang di mana dulunya pekerjaan menggunakan tenaga manusia sekarang berubah menjadi tenaga mesin, sehingga hal ini bisa mempermudah manusia dalam menuntaskan pekerjaannya tanpa terlalu bersusah payah. Hal ini tidak lepas dari peran pendidikan yang di mana dapat membuat manusia mengembangkan bakat minatnya dengan niatan membentuk pribadi yang bermanfaat, baik segi fisik maupun psikis. UU. No. 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional, mengungkapkan bahwa pendidikan adalah kesadaran bersama yang direncanakan dalam menciptakan alur pembelajaran agar murid dapat semaksimal mungkin menggali bakat minat untuk menginternalisasi keterampilan dan budi pekerti, yang nantinya bisa bermanfaat bagi bangsa, negara maupun diri sendiri (dalam Sholahudin, Robingaton, & Darwati, 2017).

Kendati demikian, pendidikan khususnya di Indonesia masih perlu adanya beberapa hal yang harus diperbaiki, terlebih dalam segi pendidikan karakter, karena masih ditemukan beberapa kesenjangan seputar implementasi definisi pendidikan

itu sendiri. Selain berbicara perihal pendidikan karakter, kesenjangan pendidikan di Indonesia juga dipengaruhi oleh perkembangan zaman atau era globalisasi. Perkembangan kadangkala memiliki nilai positif, namun adakalanya justru membawa dampak yang negatif bagi lingkungan, sehingga Tarmudji (dalam Renata, 2019) berpendapat bahwa hal ini akan menyebabkan nilai-nilai yang ada di dalamnya seperti nilai pengabdian, kesetiakawanan dan tolong-menolong dapat mengalami penurunan. Hal ini didukung dengan contoh kasus tabrak lari di Blitar membuat nyawa seorang pria melayang yang di mana korban pada waktu itu sedang berjalan di depan mini market wilayah Kecamatan Kesamben arah Blitar-Malang (dalam [www.news.detik.com](http://www.news.detik.com), <http://bit.ly/2ZBXXGO>, diakses 1, Oktober 2019).

Pendidikan karakter yang perlu ditanamkan diantaranya adalah perilaku prososial, di mana perilaku ini penting untuk dimiliki setiap individu karena perilaku ini memiliki pengaruh yang cukup kuat terhadap moral dan perkembangannya (Kohlberg dalam Farid, 2011). Perilaku ini juga menjadi perkara yang wajib dimiliki terlebih seorang individu yang berada di dunia pesantren atau ma'had, sehingga bisa mencerminkan nilai religi yang terkandung di dalamnya. Ma'had adalah tempat bagi santriwati dalam memahami dan mengimplementasikan konsep agama, mulai dari ilmu akidah, fiqih, hadis dan akhlak yang termaktub di dalam kitab hikmah, kitab riyadus sholihin dan kitab-kitab lainnya, sehingga harapannya dapat mencetak mahasiswi atau santriwati yang *ahlu al-din* dan *ahlu al-ilm*, namun faktanya masih ditemukan beberapa santriwati yang belum bisa menerapkan ilmu-ilmu agama yang sudah diajarkan. Hal ini dipertegas dengan adanya hasil wawancara, yang menunjukkan bahwa masih ada beberapa santriwati yang melanggar sistem atau peraturan ma'had. Salah satu contoh kasus yakni mengambil barang tanpa sepengetahuan pemiliknya. Peraturan sudah jelas, bahwa seperti sandal yang ada di depan ma'had boleh dipakai, namun tidak boleh dibawa sampai ke kamar atas, faktanya masih ada beberapa santriwati yang melanggarnya, bahkan sandal milik salah satu ustadzah juga tidak lepas dari tindakan tersebut. Hasil wawancara lain menyatakan bahwa ketika ada kegiatan gotong-royong (*ro'an*) yang diadakan ma'had, masih ditemukan beberapa santriwati yang menyibukkan dirinya dengan bermain handphone, selain itu juga ditemukan bahwa ada beberapa santriwati yang melanggar takaran atau porsi makan, artinya tidak mengambil porsi makanannya sesuai dengan sistem yang berlaku di ma'had, sehingga menimbulkan kerugian bagi santriwati lain dan hal ini adalah salah satu wujud dari perilaku anti-sosial yakni adanya ketidakjujuran atau curang. Adanya fenomena ini, dibutuhkanlah beberapa usaha sadar dan terencana dalam menanggulangi tindakan-tindakan tersebut, salah satunya dengan cara memaksimalkan fungsi dan regulasi dari ma'had atau pesantren itu sendiri.

Pesantren memiliki beberapa fungsi, diantaranya adalah fungsi edukasi (*tarbawiyah*), yang di mana sebagai lembaga pendidikan diwajibkan untuk mengajarkan ilmu-ilmu agama (khas) dan ilmu-ilmu umum sebagaimana lembaga-lembaga pendidikan pada umumnya (Ma'sum, dalam Sabiq, 2012). Salah satu wujud ilmu yang diajarkan di pesantren melalui fungsi edukasi adalah *gratitude* atau rasa syukur. *Gratitude* dapat diartikan sebagai keadaan yang memiliki unsur perasaan positif, ungkapan terimakasih dan penghargaan atas kenikmatan yang individu dapatkan (Emmons & McCullough, 2003) sehingga individu dapat mengapresiasi dengan cara memberikan timbal balik yang positif atas segala sesuatu yang telah individu terima. Berangkat dari hal ini, individu yang bersyukur

akan cenderung memberikan manfaat kepada orang lain atau lingkungan, salah satunya yakni perilaku prososial. Hasil penelitian yang sesuai dengan uraian di atas pernah diteliti oleh Emmons & McCullough, 2003; Kendler, 2003; Bartlett & DeSteno, 2006; Amawidyati & Utami, 2007; Pitaloka & Ediati, 2015, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara *gratitude* dengan prososial, artinya semakin tinggi tingkat *gratitude* maka semakin tinggi pula tingkat perilaku prososial dan sebaliknya.

Kematangan emosi juga merupakan unsur yang dapat mempengaruhi munculnya perilaku prososial. Menurut Yusuf (2011) kematangan emosi adalah kemampuan individu untuk memperteguh sikap moderat, mampu menerima dirinya dan orang lain, sehingga dapat mengontrol emosi dan mampu mengimplementasikan emosi secara kreatif dan konstruktif. Selain itu, individu yang dapat mengendalikan emosinya, menyebabkan seseorang dapat berpikir positif dan melihat permasalahan dengan kaca mata objektif (Walgito, 2004) sehingga patutlah dikatakan bahwa yang bersangkutan menemui segala persoalan, tidak akan mudah mengeluarkan emosinya secara impulsif, yang nantinya individu mudah dalam menumbuhkan kembangkan perilaku prososial. Hal ini dibuktikan oleh Rufaida (2009) dari hasil penelitiannya bahwa ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial, artinya dengan adanya kematangan emosi yang tinggi atau baik, maka individu mampu mengontrol perilakunya dengan baik pula, yang nantinya individu akan cenderung memberikan bantuan ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuannya. Selanjutnya peneliti lain juga membuktikan bahwa kematangan emosi merupakan prediktor terhadap perilaku prososial (Asih & Pratiwi, 2010; Haryati, 2013).

Farid (2011) memperoleh hasil penelitian terhadap 439 remaja yang diambil secara *random* dari 12 SMP di Jombang, menunjukkan bahwa ada hubungan penalaran moral, kecerdasan emosi, religiusitas dan pola asuh orangtua autoritatif dengan perilaku prososial remaja. Keempat variabel memberikan sumbangan efektif kepada perilaku prososial sebesar 25,3%. Temuan penelitian oleh Pitaloka & Ediati (2015) terhadap 79 mahasiswa yang diambil dengan teknik *purposive sampling*, menunjukkan adanya hubungan positif antara *gratitude* dengan kecenderungan perilaku prososial. Hal ini dicerminkan dari hasil analisis data yang menunjukkan  $r = 0,344$  (sig.  $< 0,05$ ). Penelitian lain oleh Haryanti (2012) yang ingin membuktikan hubungan antara kematangan emosi dan religiusitas dengan perilaku prososial terhadap 61 perawat. Hasil analisis regresi di dapat  $F = 8,954$  (sig.  $< 0,05$ ), artinya ada hubungan secara simultan antara kematangan emosi dan religiusitas dengan perilaku prososial.

Uraian teoritis di atas merupakan representasi dalam membantu penelitian selanjutnya untuk mendapatkan data terbaru, terlebih berkenaan dengan *gratitude*, kematangan emosi dan perilaku prososial. Upaya dalam menumbuhkan perilaku prososial terlebih terhadap santriwati memang dibutuhkan beberapa hal, diantaranya adalah menyadari situasi yang sekiranya memerlukan bantuan, memunculkan rasa tanggung jawab untuk memberikan bantuan ketika dibutuhkan dan menumbuhkan perasaan iba ketika mendapati seseorang yang mengalami musibah sehingga individu akan cenderung melakukan perilaku prososial. Contoh kasus, ketika ada seseorang dalam satu kali waktu mendapatkan musibah berupa kehilangan barang yang cukup berharga. Keadaan ini disadari oleh santriwati lain yang kebetulan berada di sekitar tempat kejadian, jika yang bersangkutan

menumbuhkan paradigma bahwa memberikan pertolongan kepada orang lain merupakan tanggung jawab yang harus dilakukan, kemungkinan besar santriwati akan memberikan pertolongan baik berupa kesediaan dalam berdonasi atau kesediaan dalam berbagi keluh kesah, namun sebaliknya. Oleh karenanya, dirasa sangat perlu seorang santriwati memiliki perilaku prososial, jika tidak maka akan mengakibatkan dampak yang buruk terutama bagi lingkungan sekitar, meliputi pribadi yang mementingkan diri sendiri, memberikan uluran tangan jika ada imbalannya dan memiliki tujuan hidup hanya untuk mencari kesenangan dunia (Papiliya dalam Zakiroh & Farid, 2013).

Peka atau antusiasnya seorang santriwati dalam memberikan uluran tangan sangatlah dipengaruhi dengan rasa terimakasih dan puasnya individu terhadap kehidupan yang dijalannya. Hal ini dapat diistilahkan dengan *gratitude* atau rasa syukur. Adanya rasa syukur yang cukup tinggi, dapat menjadi *trigger* bagi santriwati untuk memiliki perilaku prososial, yang nantinya berdampak positif bagi keberlangsungan orang lain. Hal ini disebabkan karena *gratitude* menimbulkan kognisi positif, afeksi positif, mood positif dan emosi positif. Kendati demikian, perilaku prososial dapat muncul tidak hanya terpantik dengan adanya *gratitude* dalam diri seseorang, namun juga harus adanya kematangan emosi.

Kematangan emosi dapat diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu dalam mengendalikan emosinya ketika mendapatkan stimulus yang disertai dengan berpikir secara teratur dan positif dalam melihat suatu permasalahan, sehingga santriwati mampu memberikan tanggapan dengan baik dalam menghadapi tantangan hidup, baik ringan maupun berat, mampu menyelesaikannya dengan baik permasalahan yang dihadapinya, mampu mengendalikan luapan emosinya, dapat mengambil keputusan secara bijak, bertanggung jawab, dapat menerima kritik dan saran dari orang lain, sehingga yang bersangkutan akan cenderung memunculkan emosi positif baik berupa kesediaan dalam berbagi, menjaga keberlangsungan orang lain ataupun memberikan pertolongan di saat ada yang membutuhkan. Sehingga diharapkan, individu akan memberikan perilaku menolong atau prososial jika *gratitude* dan kematangan emosi juga diwujudkan di dalam pribadi masing-masing.

## METODE

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dan jenis penelitian menggunakan penelitian korelasional. Subjek penelitian sebanyak 98 mahasiswi yang bermukim di Ma'had Al-Jami'ah Darul Hikmah IAIN Kediri yang terdiri dari mahasiswi semester 1 dan 3.

Pengukuran perilaku prososial menggunakan skala perilaku prososial yang dikembangkan melalui konsep teori dari Mussen, Conger & Kagan (2002) yang meliputi aspek *sharing*, *helping*, *donating*, *cooperating* dan *honesty*. Skala ini terdiri dari 72 aitem favorable dan unfavorable yang meliputi kelima aspek di atas. Koefisien korelasi aitem pada skala ini berkisar antara 0,252 - 0,695 dan koefisien reliabilitasnya 0,937. Untuk skala *gratitude* peneliti menggunakan konsep dari Fitzgerald (1998) dan Watkins, Woodward, Stone & Kolts (2003) yang meliputi aspek *appreciation of simple pleasure*, *sense of abundance* dan *appreciation of others*. Peneliti mengadopsi skala *gratitude* yang disusun oleh Listiyandini (2015) dengan memuat 30 aitem. Koefisien korelasi aitem pada skala ini berkisar antara 0,32 - 0,79 dan koefisien reliabilitasnya 0,888. Skala kematangan emosi pada

penelitian ini mengadopsi skala yang disusun oleh Haryati (2013) dengan konsep teori dari Mappiare (1983) yang meliputi aspek kasih sayang, emosi terkendali, emosi terbuka lapang dan emosi terarah. Adapun distribusi aitem pada skala ini memuat keempat aspek di atas dengan 41 aitem, namun berhubung skala ini menggunakan responden yang berbeda, maka setelah adanya uji coba ulang dan modifikasi sesuai tema penelitian, sehingga tersisa 29 aitem yang memenuhi kriteria indeks daya diskriminasi yang di mana koefisien korelasinya berkisar antara 0,254 - 0,542 dan koefisien reliabilitasnya 0,777. Seluruh skala pada penelitian ini menggunakan skala Likert dalam segi pilihan jawaban, dengan rincian pilihan jawaban Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Netral, Setuju dan Sangat Setuju dengan pemberian skor mulai 0 sampai 5.

## HASIL

Setelah dilakukan analisis regresi berganda melalui program *Statistic Packages for Social Science (SPSS) for Windows 26* dapat ditarik hasil penelitian sebagaimana tertuang dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Analisis Regresi Berganda  
ANOVA

Hubungan Variabel	F	Sig./p
Gratitude dan Kematangan Emosi dengan Perilaku Prososial	3,381	0,038

a. Dependent: Perilaku Prososial

b. Predictors: Gratitude, Kematangan Emosi

Hasil analisis data regresi berganda menunjukkan ada hubungan antara *gratitude* dan kematangan emosi dengan perilaku prososial dengan  $F = 3,381$  ( $\text{sig.} < 0,05$ ), sehingga hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara *gratitude* dan kematangan emosi dengan perilaku prososial diterima.

Tabel 2. Hasil Analisis Regresi Secara Parsial

Hubungan Antar Variabel	t	Sig./p
Gratitude dengan Perilaku Prososial	0,151	0,880
Kematangan Emosi dengan Perilaku Prososial	2,563	0,012

Dapat diinterpretasikan bahwa hasil analisis regresi secara parsial menunjukkan  $t = 0,151$  pada taraf signifikan 0,880 jadi ( $p > 0,05$ ). Hal ini dapat diartikan bahwa tidak ada hubungan antara *gratitude* dengan perilaku prososial, sehingga hipotesis yang berbunyi ada hubungan positif antara *gratitude* dengan perilaku prososial ditolak. Untuk hubungan antara kematangan emosi dengan perilaku prososial menunjukkan  $t = 2,563$  pada taraf signifikan 0,012 jadi ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis yang berbunyi ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial diterima.

## PEMBAHASAN

Hasil hipotesis dalam penelitian ini yang menyatakan ada hubungan secara simultan antara *gratitude* dan kematangan emosi dengan perilaku prososial dapat diuraikan bahwa variabel *independent* berupa *gratitude* dan kematangan emosi cukup penting sebagai variabel prediktor terhadap perilaku prososial, artinya ketika subjek penelitian memiliki *gratitude* tinggi yang disertai dengan kematangan emosi yang tinggi maka akan mudah dalam membentuk perilaku prososial, sehingga diperlukan meningkatkan secara simultan yakni *gratitude* dan kematangan emosi pada diri santriwati.

*Gratitude* merupakan perwujudan dari rasa terimakasih atas segala hal yang telah didapatkan oleh individu, sehingga individu merasa bahagia atas kebersyukuran yang sudah individu lakukan. Adanya hasil penelitian yang dilakukan oleh Wood, dkk, (2009) menyatakan bahwa *gratitude* memiliki kaitan erat dengan penerimaan diri dan adanya timbal balik yang positif dengan orang lain, dalam hal ini diantaranya berwujud perilaku prososial. Kendati demikian, individu yang memiliki *gratitude* atau rasa syukur, belum tentu akan melakukan perilaku prososial, karena bisa jadi rasa syukur tersebut tercampur atau terpengaruh dengan hal-hal yang sifatnya negatif seperti egois, sombong ataupun tujuan untuk mendapatkan keuntungan pribadi, apalagi *gratitude* yang dimiliki individu kadangkala masih bersifat konsep, artinya hanya sebatas bersyukur namun belum terwujud dalam bentuk perilaku. Olehkarenanya, dibutuhkanlah kematangan emosi. Kematangan emosi adalah sebuah kondisi individu yang dapat merespon segala permasalahan dengan emosi yang positif dan terkontrol. Santriwati yang memiliki kematangan emosi dapat menyalurkan emosinya pada hal-hal yang bermanfaat, termasuk berbuat kebaikan kepada orang lain, menghargai hak dan keberlangsungan orang lain dan dapat merespon segala permasalahan dengan kepala dingin, artinya tidak bersifat emosional. Hal ini di dukung dengan pernyataan Anderson (dalam Haryati, 2013) menyatakan bahwa individu yang memiliki kematangan emosi akan cenderung mampu menghargai kepentingan orang lain dan tidak mementingkan diri sendiri sekaligus dapat mengendalikan perasaan.

Ketika santriwati memiliki kematangan emosi berupa rasa kasih sayang terhadap sesamanya, memberikan bantuan merupakan bagian dari tanggung jawab, dapat menerima kritik atau saran dari orang lain, dapat mengambil keputusan dengan bijaksana dan dapat mengontrol emosi, mengakibatkan *gratitude* dalam hal ini berupa rasa puas (cukup) terhadap segala hal yang dimilikinya atau mengapresiasi pemberian orang lain, dapat terwujud dalam bentuk perilaku nyata yakni perilaku prososial, artinya santriwati yang memiliki *gratitude* yang tinggi dan dibarengi dengan kematangan emosi yang tinggi pula maka akan membentuk perilaku prososial yang tinggi pula, efeknya ketika santriwati mendapati permasalahan yang menimpa orang lain terlebih individu yang berada di sekitar santriwati mengabdikan yakni ma'had atau pesantren, maka santriwati yang bersangkutan akan memberikan bantuan baik berupa kesediaan dalam mendengarkan keluh kesah teman, bersedia berbagi barang yang berharga terhadap teman yang lebih membutuhkan, bersedia menjaga keberlangsungan dan hak orang lain dan lain sebagainya. Ungkapan ini diperkuat dengan pernyataan Khairini (2013) bahwa individu yang matang emosinya akan bertindak positif terhadap lingkungan sekitarnya dan merasa bertanggung jawab atas permasalahan yang

dialami oleh orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa kematangan emosi memiliki peranan yang cukup penting dalam mendukung *gratitude* untuk mewujudkan perilaku yang bermanfaat bagi orang lain dalam hal ini adalah perilaku prososial.

Hipotesis berikutnya yang berbunyi ada hubungan positif antara *gratitude* dengan perilaku prososial adalah hipotesis kedua dalam penelitian ini, yang di mana setelah dilakukan analisis data regresi berganda secara parsial menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *gratitude* dengan perilaku prososial, padahal jikalau melihat kajian teori sebelumnya, *gratitude* dengan perilaku prososial memiliki hubungan yang positif. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah subjek penelitian.

*Gratitude* yang dimiliki subjek penelitian masih sebatas konsep atau sikap, jadi belum menyentuh pada ranah praktek atau perilaku, mengapa demikian? Karena dalam salah satu kondisi, subjek penelitian adalah seorang santriwati yang belum memiliki penghasilan sendiri dan beberapa ada yang berada pada taraf ekonomi lemah, sehingga kebutuhan ekonomi masih tergantung kepada kedua orang tuanya. Uraian ini diperkuat dengan hasil wawancara yang menunjukkan bahwa ada beberapa santriwati yang melebihi takaran atau porsi makan, artinya tidak mengambil porsi makanannya sesuai dengan sistem yang berlaku di tempat penelitian, sehingga menimbulkan kerugian bagi santriwati lain dan hal ini adalah salah satu wujud dari perilaku anti-sosial yakni adanya ketidakjujuran atau curang dan tidak menjaga hak dan keberlangsungan orang lain. Fenomena inilah yang mengakibatkan belum adanya rasa cukup atau puas dengan apa yang sudah didapatkan (Watkins, dkk, 2003), jadi ketika santriwati merasa kurang dengan porsi makanannya (jatah) dan belum mampu untuk membeli makanan dari luar dikarenakan belum adanya uang atau biaya, sehingga santriwati lebih memilih untuk melanggar sistem, yakni berupa melebihi takaran atau porsi makanannya agar terpenuhi kebutuhan fisiologisnya. Selain itu, subjek penelitian rata-rata menempati pada masa perkembangan dewasa dini. Masa ini merupakan periode penyesuaian diri terhadap alur kehidupan yang tidak sama dengan masa sebelumnya, sehingga kata Marini (dalam Hurlock, 1980) periode ini menjadi periode perkembangan yang cukup sulit dari rentang masa perkembangan seseorang, mengapa demikian? Kemungkinan yang pertama, santriwati harus bisa belajar menyesuaikan diri untuk menguasai keterampilan baru yang harus dikuasai. Kedua, santriwati harus bisa menyesuaikan diri untuk belajar mandiri. Ketiga, santriwati pada masa ini menghadapi permasalahan baru. Hal inilah yang membuat responden menjadi kurang puas dalam menerima sebuah keadaan, artinya santriwati belum bisa mensyukuri atas segala hal yang sudah didapatkan karena santriwati masih harus menyesuaikan dengan permasalahan-permasalahan baru yang mungkin cukup sulit untuk dihadapi.

Kecenderungan santriwati yang memiliki *gratitude* adalah pribadi yang memiliki kemampuan dalam menerima apapun yang sudah didapatkan sekaligus individu dapat mengimplementasikan perasaan yang selalu puas, selalu mengapresiasi pemberian dari orang lain dan mensyukuri segala hal yang sifatnya sederhana, sehingga santriwati dapat mengimplementasikan rasa mendapati teman yang terpleset dari lantai atau ketika teman kehilangan benda yang berharga dan lain sebagainya. Fitzgerald dan Watkins (dalam Listiyandini, dkk, 2015) menyatakan bahwa pribadi yang bersyukur adalah mereka yang memiliki rasa timbal balik kepada orang lain, menikmati seluruh hal yang sudah didapatkan dan

selalu merasa berkecukupan. Berhubung hal ini belum ditemukan pada diri subjek penelitian sehingga yang bersangkutan belum bisa mewujudkan *gratitude* dalam bentuk memberikan manfaat kepada orang lain atau menjaga hak dan keberlangsungan orang lain, maka diperoleh analisis data yang menyatakan tidak ada hubungan antara *gratitude* dengan perilaku prososial. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yakni penelitian yang dilakukan oleh Kurniasih & Halimah (2018) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang antara *gratitude* dengan perilaku prososial.

Beralih pada hipotesis ketiga, yang di mana setelah adanya hasil analisis regresi berganda secara parsial yang sudah peneliti lakukan, menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial, artinya semakin tinggi kematangan emosi seorang santriwati maka semakin tinggi pula perilaku prososial yang dimilikinya. Hasil hipotesis ini juga selaras dengan penelitian sebelumnya yakni penelitian dari Asih & Pratiwi (2010) dan Haryati (2013) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial, artinya jika individu memiliki kematangan emosi yang tinggi maka perilaku prososial yang dimiliki oleh individu pun juga tinggi.

Kematangan emosi menjadikan individu mampu dalam memberikan respons positif terhadap hal-hal yang individu hadapi. Dalam menghadapi permasalahan, baik ringan maupun berat individu secara kritis mampu menyelesaikannya dengan emosi yang terkontrol dan terarah. Khairani (2013) menyatakan bahwa individu yang memiliki kematangan emosi adalah pribadi yang bertanggung jawab, memiliki kontrol emosi, dapat mengambil keputusan yang tepat dan dapat menerima kritik atau saran dari orang lain. Santriwati ketika memiliki kematangan emosi yang tinggi maka akan mampu berpikir secara kritis sesuai dengan fakta, sehingga segala perilaku yang santriwati lakukan akan dipertimbangkan terlebih dahulu secara matang dan mampu menyalurkan emosinya pada hal-hal yang bermanfaat. Salah satu contoh perilaku yang bermanfaat yakni bersedia membagi perasaan kepada orang lain, bersedia memberikan bantuan kepada orang lain, bersedia membagi barang yang dimiliki, bersedia berkerjasama dengan orang lain dan bersedia menjaga kepercayaan orang lain, sehingga ketika santriwati memiliki perilaku tersebut maka yang bersangkutan dapat dikatakan matang emosinya, sebab ketika seorang santriwati menemukan sebuah fenomena di mana ada teman yang sangat membutuhkan uluran tangan darinya, maka seketika itu santriwati akan memberikan bantuan, karena santriwati memahami betul bahwa tindakan ini merupakan salah satu wujud dari kasih sayang yang wajib diberikan kepada seseorang yang membutuhkannya, termasuk bersedia menjaga hak dan keberlangsungan orang lain, memberikan barang yang berharga terhadap orang yang lebih membutuhkan dan perilaku-perilaku bermanfaat lainnya atau sejenisnya, sehingga hal ini selaras dengan pernyataan yang disampaikan oleh Anderson (dalam Haryati, 2013) bahwa ketika individu memiliki kematangan emosi maka yang bersangkutan tidak lagi mementingkan diri sendiri, menghargai kepentingan orang lain dan dapat mengendalikan perasaan yang dimilikinya.

Sebuah penelitian tidaklah lepas dari sebuah keterbatasan, adapun keterbatasan dari penelitian ini adalah seluruh subjek penelitian dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan sehingga data yang didapatkan kurang bervariasi.

## KESIMPULAN

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dan jenis penelitian menggunakan penelitian korelasional. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mencari hubungan antara variabel *gratitude*, kematangan emosi dengan perilaku prososial. Subjek penelitian berjumlah 98 responden, mereka adalah mahasiswi atau santriwati semester 1 sampai 3 yang bermukim di Ma'had Al-Jami'ah IAIN Kediri. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan program *Statistic Packages for Social Science (SPSS) for Windows 26*.

Hasil penelitian menyatakan bahwa ada hubungan secara simultan antara *gratitude* dan kematangan emosi dengan perilaku prososial, tidak ada hubungan antara *gratitude* dengan perilaku prososial dan ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial.

## SARAN

Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan diantaranya untuk tempat penelitian diharapkan tetap mempertahankan kemampuan kematangan emosi yang dimiliki santriwati, mengingat hal ini sangat penting dalam membentuk perilaku prososial. Salah satu metode untuk mempertahankannya yakni dengan memberikan pelatihan yang berkaitan dengan peningkatan kematangan emosi dan untuk peneliti selanjutnya seyogyanya dapat memperhatikan kriteria responden, artinya jangan hanya menggunakan responden dengan jenis kelamin perempuan saja namun juga menggunakan responden yang berjenis kelamin laki-laki, agar data yang didapatkan lebih bervariasi dan sekaligus jangan hanya menggunakan penelitian kuantitatif namun dapat disempurnakan dengan penelitian kualitatif atau eksperimen.

## DAFTAR RUJUKAN

- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. M. S. (2010). Perilaku Prososial Ditinjau Dari Empati Dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, 1(1), 33–42. Retrieved from [http://eprints.umk.ac.id/268/1/33\\_-\\_42.PDF](http://eprints.umk.ac.id/268/1/33_-_42.PDF)
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377–389. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377>
- Farid, M. (2011). Hubungan Penalaran Moral, Kecerdasan Emosi, Religiusitas dan Pola Asuh Orangtua Otoritatif dengan Perilaku Prososial Remaja. *Desertasi*. Universitas Gadjah Mada
- Farid, M. (2013). Perilaku Prososial Dan Unit-Unit Kegiatan Mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 248–256. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i3.154>
- Kendler, K.S., Liu, X., Gardner, C.O., McCullough, M.E., Larson, D. and Prescott, C.A. (2003). Dimensions of Religiosity and Their Relationship to Lifetime Psychiatric and Substance Use Disorders. *American Journal of Psychiatry*. 160. 3. 496-503.
- Kurniasih, P. A., & Halimah, L. (2007). Hubungan antara Gratitude dengan Perilaku Prososial pada Anggota Komunitas Ketimbang Ngemis Bandung. *Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung*, (2003), 531–538.
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2015). Mengukur Rasa Syukur : Pengembangan Model. *Jurnal Psikologi Ulayat*,

2(2), 473–496.

- Pitaloka, D. A., & Ediati, A. (2015). Rasa Syukur Dan Kecenderungan Perilaku Prosocial Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 4(2), 43–50.
- Renata. (2019). Perilaku Prosocial Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Tipe Kepribadian. *Psikodimensia*, 15(1), 24–39. <https://doi.org/10.24167/psiko.v15i1.590>
- Riady, E. dalam [www.news.detik.com](http://www.news.detik.com), <http://bit.ly/2ZBXXGO>, diakses 1, Oktober 2019
- Sabiq, Z. (2012). Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prosocial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamekasan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 53–65. <https://doi.org/10.30996/persona.v1i2.21>
- Sholahudin, M. F., Robingatun, & Darwati, Y. (2017). Perilaku cheating mahasiswa psikologi islam STAIN Kediri angkatan 2013 dalam ujian akhir semester. *Happiness*, 1(1), 49–57. Retrieved from <https://jurnal.iainkediri.ac.id/index.php/happiness/article/viewFile/949/532>
- Walgito, B. (2003). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: CV. Andi Offset
- Watkins, P. C., Khathrane Woddward, Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and Happiness.Pdf. *Social Behavior and Personality*, Vol. 31, pp. 431–452. <https://doi.org/10.1007/BF00680038>
- Zakiroh, S.D. dan Farid, M. (2013). Perilaku Prosocial dan Unit-Unit Kegiatan Mahasiswa. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*. 2. 3. 248-256.