

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI PADA  
SISWA KELAS 9**

**(Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang)**



**SANDRA DEWI ILLANA**

**203210028**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN  
INTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
INSAN CENDEKIA MEDIKA  
JOMBANG  
2024**

**HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI PADA  
SISWA KELAS 9**

**(Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang)**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan

pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan

Institut Teknologi Sains dan Kesehatan

Insan Cendekia Medika Jombang

**SANDRA DEWI ILLANA**

**203210028**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN  
INTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
INSAN CENDEKIA MEDIKA  
JOMBANG**

**2024**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sandra Dewi Illana  
NIM : 203210028  
Program Studi : S1 Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyatakan bahwa karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang”

Merupakan karya tulis ilmiah bukan milik orang lain yang secara keseluruhan adalah asli hasil karya penelitian penulis, kecuali teori maupun kutipan yang mana telah disebutkan sumbernya oleh penulis. Surat Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti pernyataan ini tidak benar, maka saya siap di proses sesuai hukum dan undang-undang yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jombang, 18 Juli 2024

Yang menyatakan



Sandra Dewi Illana

NIM 203210028

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sandra Dewi Illana  
NIM : 203210028  
Program Studi : S1 Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyatakan bahwa karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang”

Merupakan murni karya tulis ilmiah hasil yang ditulis oleh peneliti yang secara keseluruhan benar-benar orisinal dan bebas plagiasi, kecuali dalam bentuk teori maupun kutipan yang mana telah disebutkan sumbernya oleh penulis. Surat Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya bersedia mendapatkan sanksi sesuai undang-undang yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jombang, 18 Juli 2024  
Yang menyatakan



Sandra Dewi Illana  
NIM 203210028

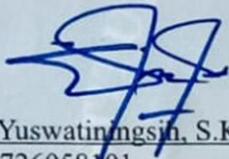
## PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri  
pada Siswa Kelas 9  
Nama Mahasiswa : Sandra Dewi Illana  
NIM : 203210028

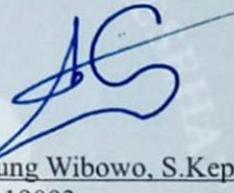
TELAH DISETUJUI KOMISI PEMBIMBING  
PADA TANGGAL 11 JULI 2024

Pembimbing Ketua

Pembimbing Anggota



Endang Yuswatiningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kes  
NIDN. 0726058101



Suhendra Agung Wibowo, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0726119003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan  
ITSKes ICME Jombang

Ketua Program Studi  
S1 Ilmu Keperawatan



Inayatur R., S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0723048301



Endang Y., S.Kep.,Ns.,M.Kes  
NIDN. 0726058101

## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**Proposal ini telah diajukan oleh:**

Nama Mahasiswa : Sandra Dewi Illana  
NIM : 203210028  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Judul : Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas 9 (Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang)

Telah berhasil dipertahankan dan diuji dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan

Komisi Dewan Penguji,

Ketua Dewan Penguji : Dr Faris Hamidi ( )  
NIDN. 0715127905  
Penguji I : Endang Yuswatiningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kes ( )  
NIDN. 0726058101  
Penguji II : Suhendra Agung Wibowo, S.Kep.,Ns.,M.Kep ( )  
NIDN. 0726119003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan  
ITSKes ICME Jombang

Ketua Program Studi  
S1 Ilmu Keperawatan

  
Inayatullah R., S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0723048301

  
Endang Y., S.Kep.,Ns.,M.Kes  
NIDN. 0726058101

## RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Jombang, 28 Juli 2002, peneliti merupakan anak pertama dari pasangan Bapak Wawan Subianto dan Ibu Dewi Istianah serta memiliki satu saudara kandung Dwi Risma Ariyani.

Pada tahun 2014 peneliti lulus dari Sekolah Dasar Negeri Kesamben 2 Ngoro Jombang. Tahun 2017 peneliti lulus dari Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang. Pada tahun 2020 peneliti lulus dari Sekolah Menengah Kejuruan Bhakti Indonesia Medika Jombang dengan jurusan Asisten Perawat dan pada tahun ini juga peneliti memulai pendidikan perguruan tinggi di Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang, peneliti masuk dalam program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan.

Demikian daftar riwayat hidup yang di buat peneliti dengan sebenarnya.

Jombang, 8 Juni 2024  
Yang menyatakan  
Penulis



Sandra Dewi Illana  
NIM 203210028

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan karunianya dan hidayahnya, sholawat serta salam tercurahkan pada Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing umat islam dari jalan kegelapan menuju jalan kebenaran, serta hingga karya yang berjudul “Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang” ini dapat terselesaikan. Kupersembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Bapak Wawan Subiyanto dan Ibu Dewi Istianah yang telah mencurahkan kasih sayangnya, dengan sabar mendidik dan merawat saya dari kecil hingga sekarang ini, yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, dan semangat selalu.
2. Adek Dwi Risma Ariyani yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa’
3. Endang Yuswatiningsih, S.Kep., Ns., M.Kes., Suhendra Agung Wibowo, S.Kep., Ns., M.Kep., dan DR. Faris Hamidi yang tiada bosan dan lelah membimbing dan mengarahkan saya selama penyusunan skripsi ini, terimakasih atas ilmu yang telah diberikan kepada saya sehingga dapat menyelesaikan karya sederhana ini.
4. Seluruh dosen ITS Kes ICMe Jombang yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas seluruh ilmu pengetahuan dan pengalaman yang telah diberikan
5. Serta teman-teman semester 8 yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas bantuan dan doa’ masukan, nasihat, dukungan dan semangat selama ini.
6. Kepada Kepala Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro, Ibu Fajar Tri Utami S.Pd, para guru dan responden yang telah mengizinkan dan membantu dalam penyusunan karya ini.

## MOTTO

**“Tidak Ada Orang Yang Ahli Tanpa Mencoba”**

(Sandra Dewi Illana, 2024)



## ABSTRAK

### HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI PADA SISWA KELAS 9 DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 1 NGORO JOMBANG

Oleh:

**Sandra Dewi Illana, Endang Yuswatiningsih, Suhendra Agung Wibowo**

S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan ITS Kes ICMe Jombang

[sandra280702@gmail.com](mailto:sandra280702@gmail.com)

**Pendahuluan:** Perkembangan emosional yang belum matang membuat remaja sering melakukan kesalahan dalam pengambilan keputusan sehingga pentingnya remaja mengetahui kestabilan emosi dan kontrol diri pada dirinya untuk membantu mereka dalam pengambilan keputusan yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang. **Metode:** Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas 9 berjumlah 290 responden, jumlah sample 45 responden, dengan teknik *Proportionate Random Sampling*. Variabel independen kestabilan emosi dan variabel dependen kontrol diri. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan pengolahan data *editing, coding, scoring, tabulating* dan analisis data menggunakan uji rank *spearman* dengan  $\alpha=0,05$ . **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa kestabilan emosi responden sebagian besar cukup sebanyak 24 responden (53,3%) dan kontrol diri responden hampir keseluruhan cukup sebanyak 41 responden (91,1%). Hasil uji *rank spearman* didapatkan nilai  $p\text{-value}=0,005 < \alpha=0,05$  yang berarti bahwa  $H_1$  diterima. **Kesimpulan:** Ada hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang. Saran: Diharapkan petugas Usaha Kesehatan Sekolah dapat mempertahankan dan meningkatkan kestabilan emosi dan kontrol diri pada siswa di lingkungan sekolah.

Kata kunci : kestabilan emosi, kontrol diri, remaja

## ABSTRACT

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL STABILITY AND SELF-CONTROL IN GRADE 9 STUDENTS AT STATE JUNIOR HIGH SCHOOL 1 NGORO JOMBANG**

By :

**Sandra Dewi Illana, Endang Yuswatiningsih, Suhendra Agung Wibowo**

S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan ITS Kes ICMe Jombang

[sandra280702@gmail.com](mailto:sandra280702@gmail.com)

**Introduction:** Immature emotional development makes adolescents often make mistakes in decision-making, so it is important for adolescents to know emotional stability and self-control in themselves to help them make the right decisions. This study aims to analyze the relationship between emotional stability and self-control in grade 9 students at State Junior High School 1 Ngoro Jombang. **Methods:** Type of quantitative research with Cross Sectional design. The research population is all grade 9 students totaling 290 respondents, the number of sample is 45 respondents, with the Proportionate Random Sampling technique. Independent variables of emotional stability and dependent variables of self-control. The data collection technique uses a questionnaire with data processing editing, coding, scoring, tabulating and data analysis using the spearman rank test with  $\alpha=0.05$ . **Results:** The results showed that the emotional stability of most of the respondents was sufficient for 24 respondents (53.3%) and the self-control of almost all respondents was sufficient for 41 respondents (91.1%). The results of the spearman rank test obtained a  $p\text{-value} = 0.005 < \alpha = 0.05$  which means that  $H_1$  is accepted. **Conclusion:** There is a relationship between emotional stability and self-control in grade 9 students at State Junior High School 1 Ngoro Jombang. **Suggestion:** It is hoped that School Health Business officers can maintain and improve emotional stability and self-control in students in the school environment.

**Keywords:** emotional stability, self-control, adolescents

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas 9” (studi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang) ini dengan sebaik-baiknya. Proposal penelitian ini digunakan sebelum penulis melakukan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S1 Kep) pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang.

Proposal penelitian ini telah banyak mendapat bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat Prof. Drs. Win Darmanto, M.Si.,Med.Sci.,Ph.D selaku Rektor ITS Kes ICME Jombang, Ibu Endang Yuswatiningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan serta selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan serta motivasi kepada penulis, Bapak Suhendra Agung Wibowo, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing kedua yang telah rela meluangkan waktu dan tenaganya untuk membantu dalam penyusunan proposal penelitian ini. Kepala Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang Bapak Shobirin, S.Pd.,MM yang telah memberikan izin penelitian. Dan Ibu Fajar Tri Utami, S.Pd selaku Kepala Usaha Kesehatan Sekolah

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa proposal penelitian ini masih jauh dari sempurna, untuk itu perlunya masukan dan saran demi memperbaiki proposal penelitian ini.

Jombang, 25 Maret 2024

Yang menyatakan  
Penulis



Sandra Dewi Illana  
NIM 203210028

## DAFTAR ISI

<b>SAMPUL LUAR</b> .....	<b>i</b>
<b>SAMPUL DALAM</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>v</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>x</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan masalah.....	3
1.3 Tujuan penelitian.....	3
1.4 Manfaat penelitian.....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
2.1 Konsep remaja madya (14-17 tahun).....	5
2.2 Kontrol diri.....	7
2.3 Kestabilan emosi.....	11
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS</b> .....	<b>17</b>
3.1 Kerangka konseptual.....	17
3.2 Hipotesis.....	18
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN</b> .....	<b>19</b>
4.1 Jenis penelitian.....	19
4.2 Rancangan penelitian.....	19
4.3 Waktu dan tempat penelitian.....	19
4.4 Populasi, sampel dan sampling.....	20
4.5 Jalannya penelitian (kerangka kerja).....	23
4.6 Identifikasi variabel.....	24
4.7 Definisi Operasional.....	24
4.8 Pengumpulan data dan analisis data.....	26
4.9 Etika penelitian.....	31
<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>33</b>
5.1 Hasil Penelitian.....	33

5.2 Pembahasan.....	35
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>43</b>
6.1 Kesimpulan.....	43
6.2 Saran.....	43
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>44</b>
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Indikator Penilaian Skala Likert Kestabilan Emosi Pernyataan Positif dan Negatif.....	11
Tabel 2.2	Indikator Penilaian Skala Likert Kontrol Diri Pernyataan Positif dan Negatif.....	16
Tabel 4.1	Definisi Operasional Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.....	25
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi responden berdasarkan Usia Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.....	33
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi responden berdasarkan Jenis Kelamin Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.....	33
Tabel 5.3	Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kestabilan Emosi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.....	34
Tabel 5.4	Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kontrol Diri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.....	34
Tabel 5.5	Tabulasi Silang berdasarkan dua variabel Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.....	34

## DAFTAR GAMBAR

Tabel 3.1	Kerangka konseptual hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9.....	17
Tabel 4.1	Kerangka kerja hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Jombang...	23



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan.....	46
Lampiran 2	Kisi-kisi instrumen pernyataan.....	47
Lampiran 3	Hasil uji Validitas dan Reabilitas.....	48
Lampiran 4	Lembar persetujuan menjadi responden.....	61
Lampiran 5	Kuesioner hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9.....	62
Lampiran 6	Tabulasi kuisisioner kestabilan emosi.....	67
Lampiran 7	Tabulasi rata-rata indikator kestabilan emosi.....	70
Lampiran 8	Tabulasi kuesioner kontrol diri.....	71
Lampiran 9	Tabulasi rata-rata indikator kontrol diri.....	74
Lampiran 10	Tabulasi data umum.....	75
Lampiran 11	Hasil pengolahan data spss.....	77
Lampiran 12	Surat pengantar bimbingan skripsi.....	79
Lampiran 13	Surat balasan tempat penelitian.....	80
Lampiran 14	Surat Pengecekan Judul di Perpustakaan.....	81
Lampiran 15	Lembar hasil uji etik.....	82
Lampiran 16	Lembar bimbingan skripsi.....	83
Lampiran 17	Lembar bimbingan skripsi.....	84
Lampiran 18	Surat keterangan bebas plagiasi.....	85
Lampiran 19	<i>Digital receipt</i> .....	86
Lampiran 20	Hasil turnit.....	87
Lampiran 21	Dokumentasi penelitian.....	90
Lampiran 22	Surat kesediaan unggahan.....	92

## DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN

### Daftar Lambang

$H_1/H_0$	: Hipotesis alternative
%	: Persentase
x	: Kali
—	: Bagi
=	: Sama dengan
<	: Kurang dari/lebih kecil
>	: Lebih dari/lebih besar

### Daftar Singkatan

WHO	: <i>World Health Organization</i>
UPTD	: Unit Pelaksana Teknik Daerah
PPA	: Perlindungan Perempuan dan Anak
BPS	: Badan Pusat Statistik
ITSKES	: Institut Teknologi Sains dan Kesehatan
ICME	: Insan Cendekia Medika
SPSS	: <i>Statistical Program for Social Science</i>
SS	: Sangat Sesuai
S	: Sesuai
TS	: Tidak Sesuai
STS	: Sangat Tidak Sesuai
X	: Variabel Independen
Y	: Variabel Dependen
SP	: Sampel yang diambil
JP	: Jumlah Populasi
p	: Nilai yang didapat
P	: Persentase
F	: Frekuensi jawaban
N	: Jumlah responden

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar belakang

Masa remaja sering kali disebut sebagai masa transisi, karena pada masa ini terjadi banyak perubahan dan perkembangan. Dimulai dari perkembangan fisik, perkembangan kognitif dan perkembangan psikologis. Perkembangan psikologis pada remaja terdapat perkembangan emosional yang sangat rentan sehingga menyebabkan remaja kurang dapat mengontrol dirinya dalam berperilaku. Perkembangan emosi bersifat sensitif dan reaktif yang kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi sosial, sedangkan emosi remaja bersifat negatif dan begitu temperamental sehingga mudah marah serta mudah sedih (Mustakim, 2022).

WHO (2023) menyatakan bahwa lebih dari 176.000 kasus pembunuhan terjadi di kalangan remaja berusia 15 sampai 29 tahun di setiap tahunnya, yang merupakan 37% dari total jumlah pembunuhan secara global di setiap tahunnya. Perkelahian fisik dan *bullying* juga sering terjadi di kalangan anak muda. Sebuah penelitian di 40 negara berkembang menunjukkan hasil bahwa rata-rata 42% remaja laki-laki dan 37% remaja perempuan terkena *bullying* (WHO, 2023). Data yang diambil dari Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan kenakalan remaja di Indonesia pada tiap tahunnya seperti di tahun 2018 tercatat 3.145 anak usia  $\leq 18$  tahun menjadi pelaku kenakalan dan tindak kriminal, di tahun 2019 dan 2020 meningkat menjadi 3280 hingga 4.123 remaja. Sedangkan di tahun 2021 angka kenakalan remaja mencapai 6.325 kasus (BPS, 2021). Sedangkan kenakalan remaja di Jawa Timur terdapat laporan 78 remaja usia 15 sampai 20 tahun terlibat dalam

tawuran, balapan ilegal, dan penyalahgunaan minuman beralkohol di Surabaya (Harto Ambrosius, 2023). Menurut data bulan Januari s.d Februari tahun 2023, jumlah pelaksanaan tindak lanjut asesmen masalah anak yang ditangani UPTD-PPA Kabupaten Jombang di lingkungan satuan pendidikan berjumlah sekitar 15 perkara, menurut Moh Musyafiq. Sementara dalam data pengajuan dispensasi nikah sebagai salah satu akibat dari kenakalan tindak asusila pada tahun 2021 berada pada kisaran 200 kasus, sedangkan pada tahun 2022 semakin tinggi menjadi 900-an kasus (Majalah Suara Pendidikan, 2023).

Studi kasus yang dilakukan saat penelitian di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang terdapat kurang lebih 13% dari total siswa kelas 9 melakukan kenakalan remaja dalam bentuk pacaran dan bolos sekolah. Pada saat penelitian berlangsung hampir sepenuhnya responden dapat menentukan kelanjutan sekolah di Sekolah Menengah Akhir atau Sekolah Menengah Kejuruan namun setiap responden sebagian besar tidak mengetahui alasan apa atas keputusan yang mereka sudah ambil. Menurut Fajar Tri Utami S.Pd selaku guru bimbingan konseling mengatakan bahwa beberapa siswa ada yang masih sering berbeda pendapat dengan teman namun berantem mereka dengan cara balas-balasan kata-kata lewat story di sosial media.

Pencegahan kenakalan remaja dilakukan dengan upaya memperbaiki kestabilan emosional dan kontrol diri yang baik pada remaja, sehingga remaja dapat menjaga dirinya dari faktor-faktor pemicu kenakalan remaja. Ketika kestabilan emosi tidak terkendali, maka individu akan sulit untuk mengontrol diri sehingga dapat menyebabkan terjadinya perilaku negatif yang tidak diinginkan. Sebaliknya ketika kestabilan emosi dapat dikendalikan dengan baik, maka kontrol diri akan

meningkat dan individu dapat menguasai diri, jadi saat terdapat rangsangan dari luar individu dapat dengan baik mengontrol perilaku untuk menyikapi masalah yang terjadi. Hal ini selaras dengan pendapat (Riadi Muchlisin, 2020) yang menyatakan bahwa kestabilan emosi membuat seseorang dapat mengontrol diri dalam mengungkapkan emosi agar emosi yang ditampilkan tepat, sehingga dapat menyikapi stimulus yang berupa tekanan dengan baik.

Proses dalam kontrol diri di pengaruhi oleh beberapa faktor yang salah satunya melibatkan kestabilan emosi. Solusi yang dapat diterapkan adalah dengan mengetahui respon setiap individu dalam menanggapi setiap aspek-aspek kestabilan emosi meliputi adekuensi emosi, kematangan emosi, dan kontrol emosi dalam upaya kontrol diri. Kematangan emosi seseorang dapat dilihat dari kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap stress, tidak mudah khawatir atau cemas dan tidak mudah marah (Mustakim, 2022)

## **1.2 Rumusan masalah**

Apakah ada hubungan antara kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9, di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang?

## **1.3 Tujuan penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Menganalisis hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada pelajar kelas 9 Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Mengidentifikasi kestabilan emosi pada pelajar kelas 9 Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang

2. Mengidentifikasi kontrol diri pada pelajar kelas 9 Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang
3. Menganalisis hubungan antara kestabilan emosi dengan kontrol diri pada pelajar kelas 9 Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang

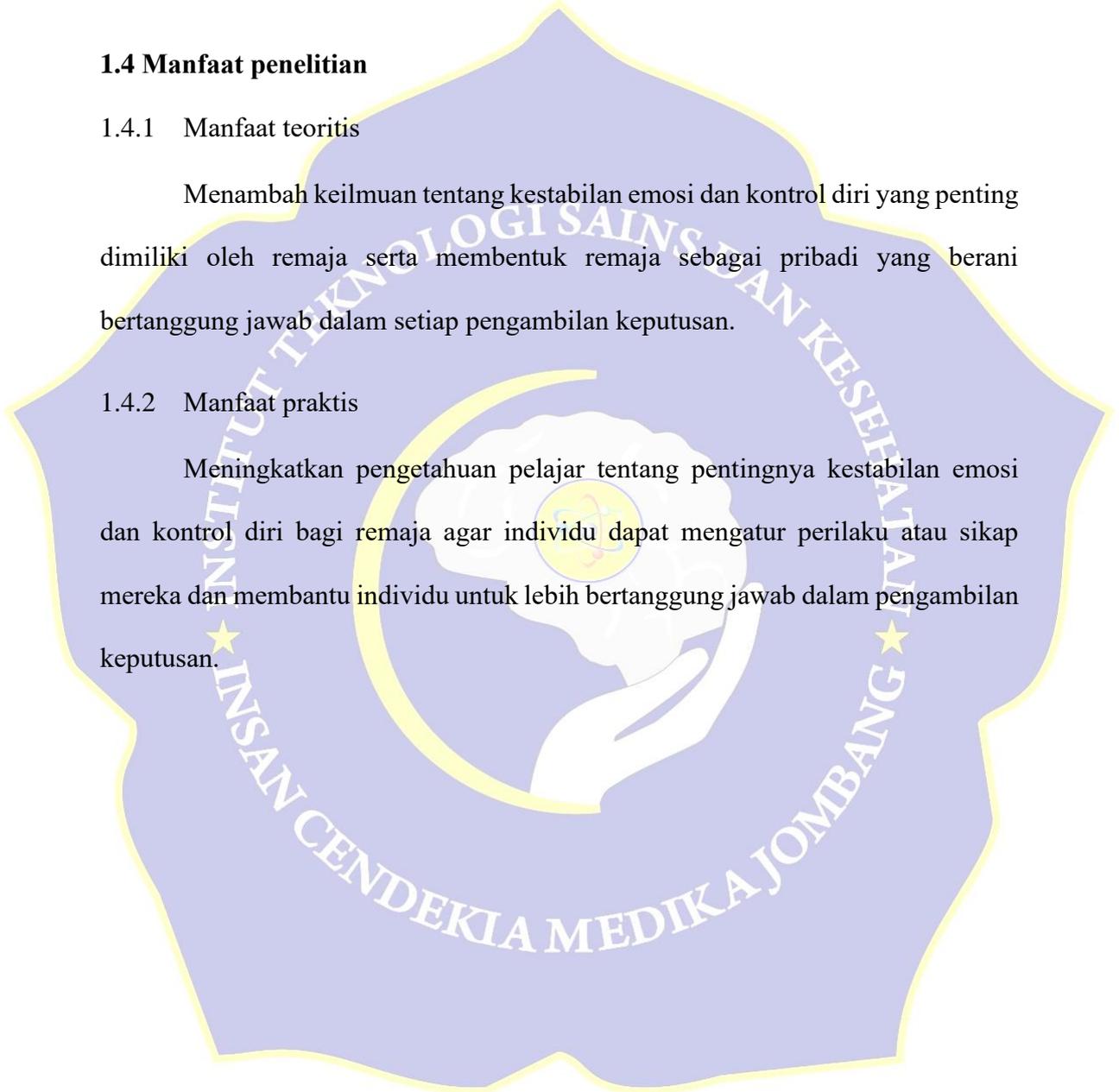
#### **1.4 Manfaat penelitian**

##### 1.4.1 Manfaat teoritis

Menambah keilmuan tentang kestabilan emosi dan kontrol diri yang penting dimiliki oleh remaja serta membentuk remaja sebagai pribadi yang berani bertanggung jawab dalam setiap pengambilan keputusan.

##### 1.4.2 Manfaat praktis

Meningkatkan pengetahuan pelajar tentang pentingnya kestabilan emosi dan kontrol diri bagi remaja agar individu dapat mengatur perilaku atau sikap mereka dan membantu individu untuk lebih bertanggung jawab dalam pengambilan keputusan.



## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep remaja madya (14-17 tahun)

##### 2.1.1 Definisi remaja

Masa remaja merupakan masa kehidupan dengan kebutuhan hak kesehatan dan perkembangan tertentu. Ini merupakan waktu untuk mengembangkan pengetahuan, mengembangkan keterampilan belajar untuk mengelola emosi, serta proses dalam mengambil peran sebagai orang dewasa. Remaja mengalami perubahan hormonal dan perkembangan saraf yang dapat mempengaruhi perubahan psikososial dan emosional. Dalam peningkatan kapasitas kognitif dan intelektual, remaja mengembangkan keterampilan penalaran, pemikiran logis dan moral yang lebih kuat, sehingga remaja menjadi lebih mampu berpikir kritis dan dapat membuat penilaian rasional (WHO, 2020).

Menurut (WHO, 2020) Risiko kenakalan remaja pada kelompok usia 15-19 tahun lebih sering dikaitkan dengan perilaku, seperti penggunaan alkohol dan hubungan seks yang tidak aman. Pola makan yang buruk dan aktivitas fisik yang rendah merupakan tantangan tambahan yang dimulai pada masa kanak-kanak dan remaja, seperti halnya pelecehan seksual. Remaja perempuan yang lebih tua paling banyak terkena dampak kekerasan oleh pasangan intim.

##### 2.1.2 Karakteristik remaja

Remaja merupakan masa dimana banyak perubahan dan perkembangan yang terjadi di mulai dari perkembangan fisik, perkembangan psikologi, perkembangan emosional dan perkembangan sosial. Usia 15-17 tahun merupakan

tahapan remaja madya atau pertengahan. Dalam usia ini perkembangan fisik semakin terlihat seperti suara berubah berat pada laki-laki, timbulnya jerawat, hingga bertambahnya tinggi badan. Sedangkan pada remaja perempuan perubahan fisik yang muncul dan ditambah dengan terjadinya menstruasi. Menurut (Upahita, 2022) pada masa remaja, adanya hal-hal yang perlu orangtua pahami dalam perkembangannya, seperti:

1. Remaja sudah mulai tertarik dengan lawan jenis
2. Remaja mulai mampu mengungkapkan pendapatnya sehingga akan sering terjadi perbedaan pendapat dengan orangtua yang disebabkan anak ingin belajar mandiri
3. Pada fase ini remaja akan lebih suka menghabiskan waktu bersama teman sebaya
4. Cenderung bertindak spontan tanpa berpikir matang-matang.

#### 2.1.3 Perkembangan emosional remaja

Perkembangan emosional pada remaja merupakan fase yang penting dalam perkembangan individu dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini banyak emosi baru yang dirasakan oleh remaja sehingga individu perlu untuk belajar mengatur emosinya. Menurut (Sarah, 2022) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan emosional pada remaja, antara lain:

1. Perubahan jasmani: Perubahan hormonal yang terjadi pada masa pubertas mempengaruhi perkembangan emosional remaja.
2. Pola interaksi lingkungan: Lingkungan keluarga dan sekolah mempengaruhi perkembangan emosional remaja

3. Perubahan pandangan luar: Globalisasi yang terjadi dan penggunaan internet mempengaruhi perkembangan emosional remaja

## 2.2 Kontrol diri

### 2.2.1 Definisi kontrol diri

“Kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan respon dalam bentuk perilaku yang dapat membawa kedalam hal positif serta merupakan potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan dindividu selama proses kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya (Dwi Marsela & Supriatna, 2019). Kontrol diri merupakan ketrampilan individu untuk mengendalikan diri dari api-api emosi yang terlihat mencolok (Ahmad, 2022).”

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengatur perilakunya terhadap masalah yang dialami. Ketika seseorang memiliki kontrol diri yang baik maka dia akan dapat mengambil keputusan dengan baik saat mengalami masalah, sehingga akan lebih berhati-hati dalam berperilaku dan menjaga dirinya dari pengaruh lingkungan yang kurang baik.

### 2.2.2 Faktor yang mempengaruhi kontrol diri

Kontrol diri memiliki peranan sangat penting dalam kehidupan, apabila individu tidak dapat mengontrol dirinya dia akan mudah terpengaruh oleh masalah yang ada pada dirinya. Menurut Gufron dan Risnawati dikutip (Dwi Marsela & Supriatna, 2019) mengatakan bahwa kontrol diri dipengaruhi dua faktor, yaitu:

1. Faktor internal, dalam hal ini faktor internal yang ikut serta ialah usia dan kognitif. Faktor usia berkesinambungan dalam proses orang tua untuk

menegakkan disiplin dirumah, respon orang tua dalam kegagalan anak, gaya berkomunikasi orang tua, dan cara orang tua dalam mengekspresikan kemarahan merupakan langkah awal anak belajar tentang kontrol diri. Namun semakin dewasa anak akan semakin banyak orang yang dia temui, berbagai pengalaman baru dan lingkungan yang baru dapat memunculkan kontrol diri dari dalam dirinya sendiri. Faktor kognitif yang dimaksud yaitu ketika individu menggunakan kemampuannya dan pengetahuannya dalam bertindak laku atau menyikapi suatu masalah. Dalam hal ini individu dapat mengubah tingkah laku sendiri melalui proses intelektual yang dilaluinya.

2. Faktor eksternal, yaitu faktor lingkungan atau keluarga, faktor ini dapat dilihat dari bagaimana kebiasaan yang ada di rumah atau dengan melihat kebiasaan lingkungan dimana dia dibesarkan akan mempengaruhi kontrol diri pada dirinya. Sebagai contoh kedisiplinan apabila dirumah sudah dibiasakan untuk disiplin maka individu akan dapat mengendalikan perilakunya dengan baik ketika diluar rumah.

### 2.2.3 Aspek-aspek kontrol diri

Averill dikutip (Dwi Marsela & Supriatna, 2019) menyebut aspek-aspek pada kontrol diri, “yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).”

1. Kontrol perilaku (*behavior control*). Merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus*

*modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus, merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki akan dihadapi.

2. Kontrol kognitif (*Cognitive control*). Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*), dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.
3. Mengontrol keputusan (*Decisional control*). Merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

#### 2.2.4 Pengukuran kontrol diri

Indikator kontrol diri merupakan aspek-aspek yang menjadi ukuran dalam kontrol diri meliputi kontrol perilaku, kontrol kognitif, mengontrol keputusan.

Ukuran-ukuran inilah yang akan menjadi tolok ukur dalam pengukuran kontrol diri. Menurut (Zulfatiana Adilla, 2023) pengukuran kontrol diri menggunakan kuesioner dalam bentuk skala *likert* yaitu, sangat sesuai, setuju, ragu-ragu dan tidak setuju dengan dua kategori pernyataan :

1. Pernyataan Positif (*Favorable*)

- a. Sangat sesuai (SS), jika responden merasa selalu dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 4
- b. Sesuai (S), jika responden merasa sering dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 3
- c. Tidak Sesuai (TS), jika responden merasa kadang-kadang dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 2
- d. Sangat Tidak Sesuai (STS), jika responden merasa tidak pernah dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 1

2. Pernyataan Negatif (*Unfavorable*)

- a. Sangat sesuai (SS), jika responden merasa selalu dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 1
- b. Sesuai (S), jika responden merasa sering dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 2
- c. Tidak sesuai (TS), jika responden merasa kadang-kadang dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 3

- d. Sangat tidak sesuai (STS), jika responden merasa tidak pernah dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 4

**Tabel 2. 1** Indikator Penilaian Skala *Likert* Kestabilan Emosi Pernyataan Positif dan Negatif

Macam Pernyataan	SS	S	RR	TS
<i>Favorabel</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorabel</i>	1	2	3	4

Kriteria :

Baik : 67-92

Cukup : 46-68

Kurang : 1-45

### 2.3 Kestabilan emosi

#### 2.3.1 Definisi kestabilan emosi

Kestabilan emosi adalah kondisi atau keadaan seseorang yang memiliki emosi yang matang, sehingga ketika mendapatkan rangsangan dari luar tidak menimbulkan gangguan emosional, seperti memiliki keseimbangan yang baik dan mampu menyelesaikan masalah dengan emosi yang stabil (Nia, 2020).

Kestabilan emosi merupakan kondisi dimana seseorang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya untuk mencapai kesejahteraan dan kenyamanan pada dirinya (Ahmad, 2022).

Pendapat lain mengatakan bahwa kestabilan emosi adalah kondisi individu yang memiliki emosi yang matang. Jadi, artinya individu tersebut ketika mendapatkan rangsangan dari luar tidak menimbulkan gangguan emosional,

memiliki keseimbangan yang baik dan mampu menghadapi segala sesuatu dengan kondisi yang tetap (Mustakim, 2022).

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kestabilan emosi adalah keadaan dimana individu dapat mengontrol diri dan emosinya dengan baik. Dengan kestabilan emosi yang baik maka individu dapat menentukan perilaku mana yang tepat untuk dalam merespon masalah-masalah yang ia alami.

### 2.3.2 Faktor yang mempengaruhi kestabilan emosi

Menurut Hurlock dikutip (Nia, 2020) menyatakan bahwa kestabilan emosi dipengaruhi oleh empat faktor, yaitu:

1. Faktor fisik, yaitu ketika individu dalam kondisi sehat, sehingga tidak mudah marah atau cepat tersinggung. Dalam hal ini individu akan merasa nyaman dan tidak mudah terpengaruh saat dalam keadaan sehat jasmani. Namun, apabila individu mudah marah dan tersinggung biasanya disebabkan karena individu merasakan ketidaknyamanan dalam dirinya atau sakit.
2. Faktor lingkungan, yang dimaksud adalah lingkungan dimana dia hidup dan tinggal, termasuk dalam lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat. Keadaan keluarga yang tidak harmonis dapat mempengaruhi kestabilan emosi anggota keluarga. Begitu pula lingkungan masyarakat yang tidak terdapat rasa aman akan dapat mengganggu kestabilan emosi.
3. Jenis kelamin, yaitu perbedaan antara perempuan dan laki-laki secara biologis. Laki-laki dikenal dengan sifatnya yang sebagai pemimpin atau yang berkuasa dibandingkan perempuan, jadi mereka memiliki pandangan tentang sifat

kemaskulinan terhadap dirinya, sehingga kurang mampu dalam mengekspresikan emosi.

4. Faktor pengalaman, adanya pengalaman yang diperoleh dalam kehidupannya juga berpengaruh terhadap kestabilan emosi yang dimiliki, karena pengalaman yang menyenangkan akan memberikan pengaruh positif pada individu, namun pengalaman yang tidak menyenangkan dapat memberikan pengaruh negatif terhadap kestabilan emosi seseorang.

### 2.3.3 Aspek-aspek kestabilan emosi

Kestabilan emosi di dukung oleh beberapa aspek yang dapat menjadi tolok ukur dalam mengukur kestabilan emosi. Menurut Scheneider dikutip (Nia, 2020) terdapat tiga aspek dalam kestabilan emosi, yaitu:

1. *Adequasi* emosi, merupakan respon emosi yang memiliki sifat baik dan sehat. Dalam hal ini kesehatan emosi tidak dilakukan dengan cara menahan atau menghilangkan emosi yang timbul namun melakukan sikap tenang dan dingin untuk mengatur emosi dengan baik.
2. Kematangan emosi, merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan reaksi emosi sesuai dengan tingkat perkembangan individu. Dalam hal ini kematangan emosi tidak didasarkan berdasarkan umur atau usia individu namun dilihat dari bagaimana individu mengatur perasaannya terhadap suatu masalah sehingga dia dapat mengambil keputusan dalam masalah yang dihadapi.
3. Kontrol emosi, merupakan pengaturan emosi dan perasaan sesuai dengan runtutan lingkungan atau situasi dan standrat individu yang berhubungan dengan nilai-nilai, cita-cita serta prinsip individu.”

### 2.3.4 Karakteristik kestabilan emosi

Individu yang memiliki kestabilan emosi tidak semata-mata dilihat melalui respon diamnya dalam mengatasi masalah namun kita juga harus menggali karakteristik kestabilan emosi apa saja yang sudah ada pada dirinya. Menurut Chotimah dikutip (Riadi Muchlisin, 2020) menyebutkan bahwa terdapat lima karakteristik dalam kestabilan emosi, yaitu:

1. Keyakinan pada kemampuan diri, yang berarti individu dapat bersikap positif tentang dirinya dan dia menyadari apapun yang dia lakukan
2. Optimis, yang berarti memiliki sikap yang baik dalam memandang serta menghadapi segala hal yang dia alami, harapan dan kemampuannya.
3. Objektif, yang berarti pandangan kebenaran terhadap semua permasalahan yang ada pada dirinya sesuai kebenaran yang semestinya bukan menurut kebenaran atau pandangan pribadinya
4. Bertanggung jawab, yang berarti individu berani dalam pengambilan keputusan terhadap dirinya dan berani menanggung segala konsekuensi yang harus dia hadapi.
5. Rasional atau realistis, yang berarti individu dapat menganalisis kejadian yang dia hadapi menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal sehat dan sesuai dengan kenyataan yang terjadi.

### 2.3.5 Pengukuran kestabilan emosi

Indikator kestabilan emosi merupakan aspek-aspek yang menjadi ukuran dalam kontrol diri meliputi adekuensi emosi kematangan emosi kontrol emosi. Ukuran-ukuran inilah yang akan menjadi tolok ukur dalam pengukuran kestabilan emosi. Menurut (Zulfatiana Adilla, 2023) pengukuran kestabilan emosi

menggunakan kuesioner dalam bentuk skala *likert* yaitu, sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai dengan dua kategori pernyataan :

1. Pernyataan Positif (*Favorable*)

- a. Sangat sesuai (SS), jika responden merasa selalu dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 4
- b. Sesuai (S), jika responden merasa sering dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 3
- c. Tidak Sesuai (TS), jika responden merasa kadang-kadang dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 2
- d. Sangat Tidak Sesuai (STS), jika responden merasa tidak pernah dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 1

2. Pernyataan Negatif (*Unfavorable*)

- a. Sangat sesuai (SS), jika responden merasa selalu dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 1
- b. Sesuai (S), jika responden merasa sering dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 2
- c. Tidak Sesuai (TS), jika responden merasa kadang-kadang dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 3

- d. Sangat Tidak Sesuai (STS), jika responden merasa tidak pernah dengan pernyataan pada kuesioner yang diberikan maka jawaban kuesioner diberikan skor 4

**Tabel 2. 2** Indikator Penilaian Skala *Likert* Kontrol Diri Pernyataan Positif dan Negatif

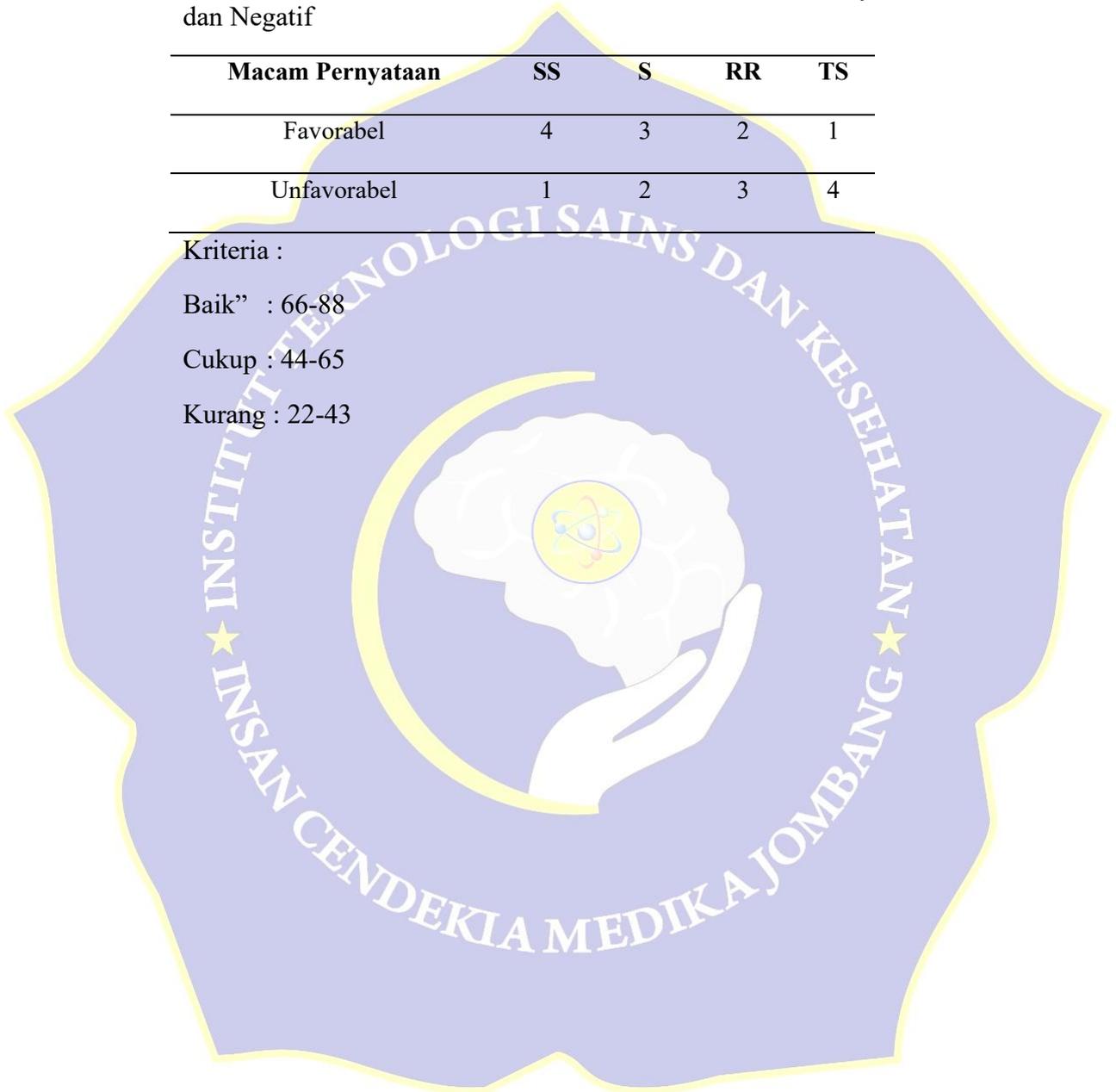
Macam Pernyataan	SS	S	RR	TS
Favorabel	4	3	2	1
Unfavorabel	1	2	3	4

Kriteria :

Baik” : 66-88

Cukup : 44-65

Kurang : 22-43

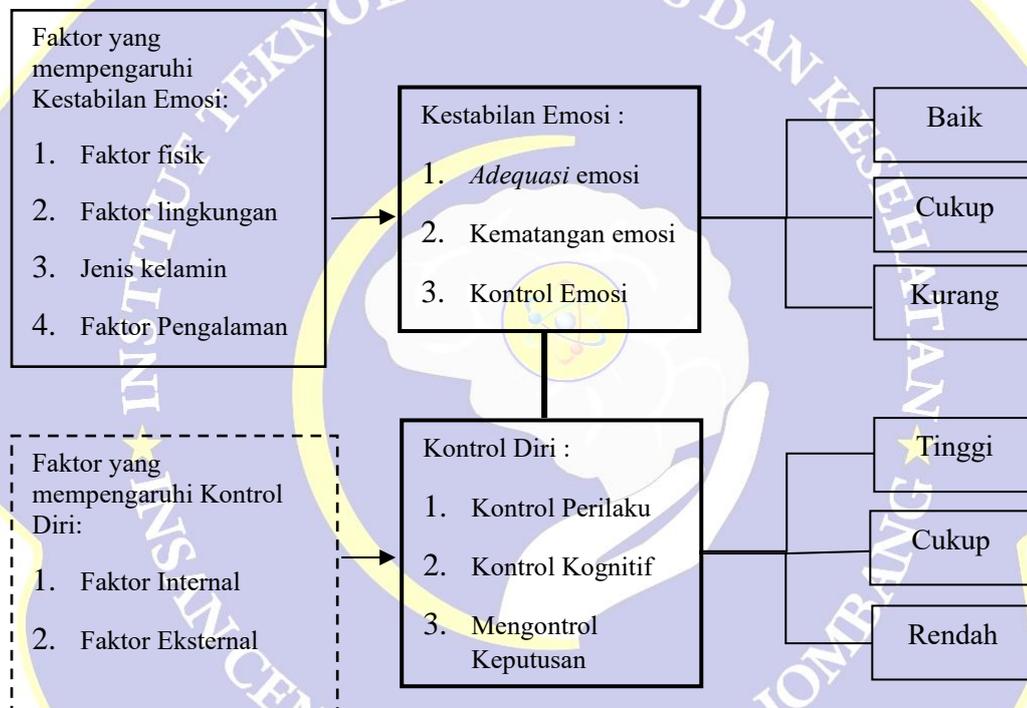


### BAB 3

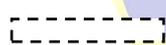
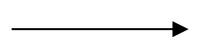
#### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

##### 3.1 Kerangka konseptual

Kerangka konseptual adalah hubungan antara teori dan konsep pendukung yang digunakan sebagai pedoman dalam menyusun penelitian secara sistematis (Nursalam, 2020). Kerangka konseptual, dalam penelitian digambarkan sebagai berikut :



##### Keterangan :

-  = Diteliti
-  = Tidak diteliti
-  = Berhubungan
-  = Mempengaruhi

**Gambar 3. 1** kerangka konseptual hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9

### 3.2 Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban sementara terhadap pengalaman peneliti sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Pada penelitian ini terdapat variabel bebas (*Independen*) kestabilan emosi dan variabel terikat (*Dependen*) kontrol diri.

Maka, hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

H1 = Adanya hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9



## BAB 4

### METODE PENELITIAN

#### 4.1 Jenis penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Penelitian korelasional yaitu penelitian kuantitatif dalam melihat hubungan variabel terhadap obyek yang diteliti lebih bersifat sebab dan akibat, sehingga dalam penelitiannya ada variabel independen dan dependen. Dari variabel tersebut selanjutnya dicari seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen.

#### 4.2 Rancangan penelitian

Desain penelitian ini menggunakan *cross-sectional*. Menurut Nursalam *Cross-sectional* adalah dinamika korelasi antara faktor risiko dan efek yang diteliti dalam penelitian dengan pendekatan yang bersifat sesaat pada suatu waktu dan tidak diikuti terus menerus dalam kurun waktu tertentu menggunakan pendekatan dalam bentuk observasi atau pengumpulan data. Kegiatan yang dilakukan meliputi pengumpulan terhadap variabel dependen dan independen. Hal ini berarti bahwa setiap subjek penelitian dapat diamati secara bersamaan.

#### 4.3 Waktu dan tempat penelitian

##### 4.3.1 Waktu penelitian

Waktu penelitian dilakukan mulai dari merumuskan masalah sampai menarik kesimpulan dimulai dari bulan Maret sampai dengan bulan Mei 2024.

Studi kasus dimulai pada tanggal 18 Maret 2024 setelah itu dilakukan pengambilan data pada tanggal 29 Mei 2024.

#### 4.3.2 Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.

### 4.4 Populasi, sampel dan sampling

#### 4.4.1 Populasi

Sugiono dikutip (Ahmad, 2022) yang dimaksud populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari agar dapat ditarik kesimpulan atas penelitian tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang yang keseluruhannya berjumlah 290 responden.

#### 4.4.2 Sampel

Menurut Arikunto dikutip (Ahmad, 2022) sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti dengan syarat memenuhi kriteria yang dikehendaki oleh peneliti dan merupakan bagian dari populasi target yang akan diteliti.

Pengambilan sample dibutuhkan teknik yang tepat dan sesuai dengan kriteria yang diinginkan. Teknik yang sesuai dengan penelitian ini yaitu pendapat Arikunto dikutip (Ahmad, 2022) yang menyatakan bahwa ketika populasi  $<100$  maka semua populasi dijadikan sampel, tetapi apabila populasi

>100 maka dapat diambil 10-15%, 20-25% atau lebih tergantung kemampuan peneliti. Berdasarkan pendapat tersebut peneliti mengambil sampel sebesar 15% dengan perhitungan sebagai berikut:

Jumlah populasi (JP) = 290

Sampel (SP) = 15%

$$SP = \frac{15}{100} \times 290 = 43,5 = 44$$

Jumlah siswa dalam setiap kelas yaitu: kelas A = 32, B = 33, C = 33, D = 33, E = 31, F = 32, G = 32, H = 32, I = 32. Pengambilan sample secara acak menggunakan teknik perhitungan dalam setiap kelas dengan cara sebagai berikut :

$$A = \frac{32}{290} \times 44 = 4,7 = 5$$

$$B = \frac{33}{290} \times 44 = 5$$

$$C = \frac{33}{290} \times 44 = 5$$

$$D = \frac{33}{290} \times 44 = 5$$

$$E = \frac{31}{290} \times 44 = 4,7 = 5$$

$$F = \frac{32}{290} \times 44 = 4,8 = 5$$

$$G = \frac{32}{290} \times 44 = 4,8 = 5$$

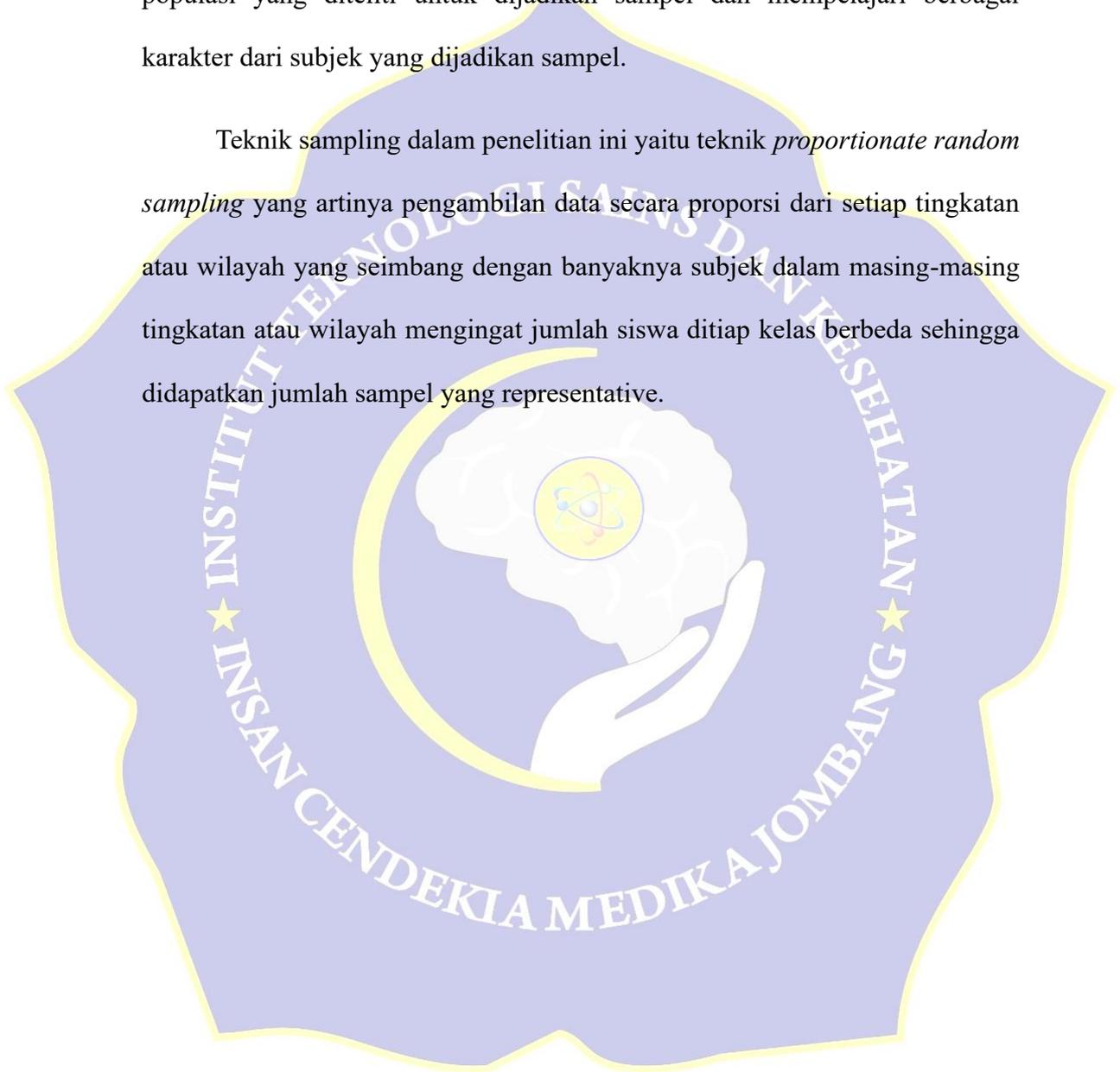
$$H = \frac{32}{290} \times 44 = 4,8 = 5$$

$$I = \frac{32}{290} \times 44 = 4,8 = 5$$

#### 4.4.3 Sampling

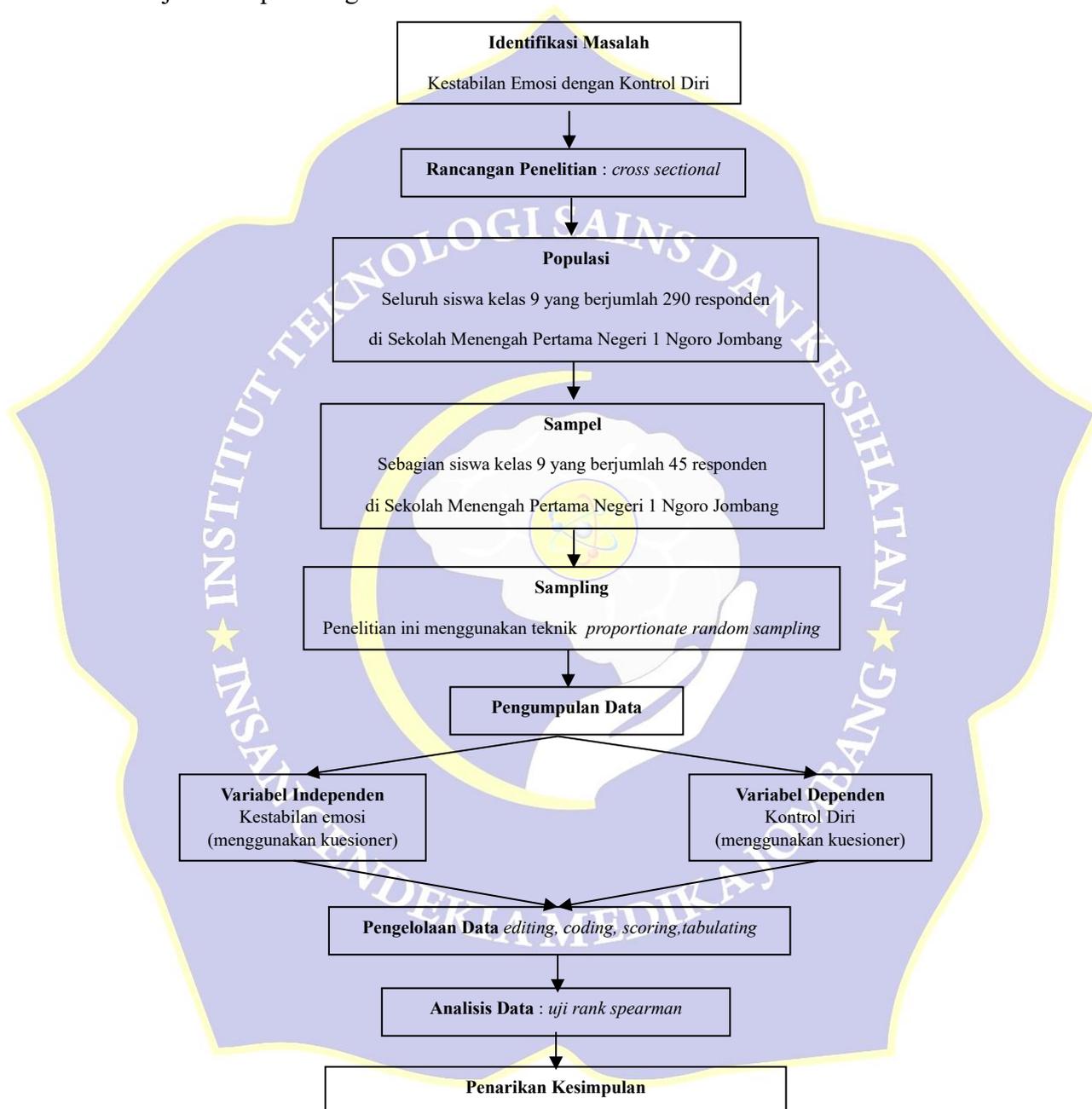
Menurut Notoatmodjo teknik sampling ialah proses seleksi jumlah dari populasi yang diteliti untuk dijadikan sampel dan mempelajari berbagai karakter dari subjek yang dijadikan sampel.

Teknik sampling dalam penelitian ini yaitu teknik *proportionate random sampling* yang artinya pengambilan data secara proporsi dari setiap tingkatan atau wilayah yang seimbang dengan banyaknya subjek dalam masing-masing tingkatan atau wilayah mengingat jumlah siswa di tiap kelas berbeda sehingga didapatkan jumlah sampel yang representative.



#### 4.5 Jalannya penelitian (kerangka kerja)

Kerangka kerja penelitian adalah bagan yang menerangkan setiap proses dalam aktivitas penelitian (Nursalam, 2020). Kerangka kerja penelitian ini dijelaskan pada bagan dibawah ini :



**Gambar 4. 1** Kerangka kerja hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Jombang

#### 4.6 Identifikasi variabel

Variabel penelitian adalah suatu karakteristik individu atau organisasi yang dapat diukur atau diobservasi, namun yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dijadikan pembelajaran untuk diambil kesimpulannya.

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel independen (variabel bebas) dan variabel dependen (variabel terikat) yang dijelaskan sebagai berikut :

1. Variabel independen

Variabel independen adalah variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah kestabilan emosi.

2. Variabel dependen

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel bebas biasanya disebut juga dengan variabel output atau variabel terikat. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kontrol diri.

#### 4.7 Definisi Operasional

Menurut (Nursalam, 2020) definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati dan memungkinkan penelitian untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena.

**Tabel 4. 1** Definisi operasional hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	Skor
<b>Variabel Independen Kestabilan Emosi</b>	Keaddan individu dapat mengontrol diri dan emosinya dengan baik sehingga dapat menentukan perilaku yang tepat untuk merespon masalah yang dialami	Aspek kestabilan emosi : 1. <i>Adequasi</i> emosi 2. Kematangan emosi 3. Kontrol emosi	Kuesioner menggunakan skala <i>likert</i>	O R D I N A L	Pernyataan Positif : SS : 4 S : 3 TS : 2 STS : 1 Pernyataan Negatif: SS : 1 S : 2 TS : 3 STS : 4  Kriteria : Baik : 67-92 Cukup : 46-68 Kurang: 1-45
<b>Variabel Dependen Kontrol Diri</b>	Kemampuan individu dalam mengatur perilakunya terhadap masalah yang dialami	Aspek Kontrol Diri : 1. Kontrol perilaku 2. Kontrol Kognitif 3. Mengontrol Keputusan	Kuesioner menggunakan skala <i>likert</i>	O R D I N A L	Pernyataan Positif : SS : 4 S : 3 TS : 2 STS : 1 Pernyataan Negatif: SS : 1 S : 2 TS : 3 STS : 4  Kriteria : Baik : 66-88 Cukup : 44-65 Kurang: 1-43

## 4.8 Pengumpulan data dan analisis data

### 4.8.1 Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen atau alat ukur yang digunakan apada penelitian ini, yaitu:”

#### 1. Kestabilan emosi

Instrumen variabel independen ini berupa kuesioner yang berisi pernyataan dalam bentuk pernyataan positif (*favourable*) dan negatif (*unfavourable*). Dalam penelitian (Zulfatiana Adilla, 2023) menggunakan skala kestabilan yang terdiri dari 12 item pernyataan positif (*favourable*) dan 11 item pernyataan negatif (*unfavourable*). Kuesioner ini telah dinyatakan valid karena sudah melalui uji validitas dan reliabilitas.

#### 2. Kontrol diri

Instrumen pada variabel dependen menggunakan kuesioner dan skala *likert* yang sama caranya dengan pengumpulan data dengan variabel independen namun memiliki makna pernyataan yang berbeda. Pernyataan pada variabel ini berbentuk pernyataan positif (*favourable*) dan negatif (*unfavourable*). Dalam penelitian (Zulfatiana Adilla, 2023) menggunakan skala kestabilan yang terdiri dari 12 item pernyataan positif (*favourable*) dan 10 item pernyataan negatif (*unfavourable*). Kuesioner ini telah dinyatakan valid karena sudah melalui uji validitas dan reliabilitas.

### 4.8.2 Prosedur penelitian

Pada penelitian ini prosedur yang ditetapkan adalah sebagai berikut:

#### 1. Mengurus surat penelitian ke ITSKES ICME Jombang

2. Mengurus ijin penelitian dengan membawa surat dari ITS KES ICME Jombang ke Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang
3. Memberikan penjelasan kepada responden dan melakukan *informed consent* sebagai tanda persetujuan menjadi responden
4. Peneliti melakukan observasi dan membagikan kuesioner kepada responden
5. Kuesioner diisi menggunakan tanda *check list* pada pernyataan yang telah dibuat oleh peneliti
6. Kuesioner dikumpulkan setelah responden selesai mengisi angket yang telah dibagikan
7. Mengumpulkan kuesioner yang telah diisi oleh responden dan memeriksa kelengkapan dalam pengisian kuesioner.
8. Peneliti melakukan pengumpulan, pengelolaan, dan analisa data yang sudah di peroleh dari responden.

#### 4.8.3 ★ **Pengelolaan dan analisa data**

##### 1. Analisis univariat

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan karakteristik dalam setiap variabel penelitian guna memberikan gambaran persentase besarnya data. Data yang akan di analisis dengan menggunakan rumus sebagai berikut:"

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Persentase

F : Frekuensi jawaban

N : Jumlah responden

Terdapat hasil pengolahan data yang dilaksanakan intepretasi memakai skala kumulatif yaitu:

100%	: Seluruhnya
76-99%	: Hampir seluruhnya
51-74%	: Sebagian besar
50%	: Setengahnya
26-49%	: Hampir setengahnya
1-25%	: Sebagian kecil
0 %	: Tidak seorangpun”

a. *Editing*

Data dari kuesioner kemudian dilakukan editing atau penyuntingan untuk meninjau ulang data yang sudah didapat guna dapat mengetahui data yang kurang maka akan dilakukan pengambilan data kembali. Jika pengambilan data tidak dapat dilakukan kembali dan apabila ada data yang masih kurang maka tidak akan diikut sertakan dalam pengolahan data.

b. *Coding*

*Coding* merupakan cara mengubah data “berbentuk kalimat atau huruf menjadi angka bilangan. Pengkodean terbagi menjadi data umum dan data khusus, yaitu sebagai berikut :

1) Data umum

a) Nama Siswa

Responden 1 : kode R1

Responden 2 : kode R2

Responden 3 : kode R3”

## b) Usia siswa

Usia 14-16 tahun : kode US 1

Usia 17-19 tahun : kode US 2

## c) Jenis Kelamin

Laki-laki : kode JK 1

Perempuan : kode JK 2

## 2) Data khusus

## a) Variabel independen pengukuran

Baik : KE 1

Cukup : KE 2

Kurang : KE 3

## b) Variabel dependen pengukuran

Baik : KD 1

Cukup : KD 2

Kurang : KD 3

c. *Scoring*

## 1) Kestabilan Emosi

Pernyataan positif

a) Sangat Sesuai : diberi skor 4

b) Sesuai : diberi skor 3

c) Tidak Sesuai : diberi skor 2

d) Sangat Tidak Sesuai : diberi skor 1

Pernyataan negatif

- a) Sangat Sesuai : diberi skor 4
- b) Sesuai : diberi skor 3
- c) Tidak Sesuai : diberi skor 2
- d) Sangat Tidak Sesuai : diberi skor 1

2) Kontrol Diri

Pernyataan positif

- a) Sangat Sesuai : diberi skor 4
- b) Sesuai : diberi skor 3
- c) Tidak Sesuai : diberi skor 2
- d) Sangat Tidak Sesuai : diberi skor 1

Pernyataan negatif

- a) Sangat Sesuai : diberi skor 4
- b) Sesuai : diberi skor 3
- c) Tidak Sesuai : diberi skor 2
- d) Sangat Tidak Sesuai : diberi skor 1

d. *Tabulating*

*Tabulating* merupakan kegiatan dalam pembuatan penyajian data yang sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan peneliti setelah dilakukannya *editing* dan *coding*, maka data yang telah diolah akan dimasukkan kedalam tabel menurut sifat yang sudah ditentukan penelitian.

## 2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang digunakan terhadap dua variabel yang berhubungan. Tujuan analisa ini adalah untuk mengetahui hubungan peran orang tua dengan kejadian stunting. Untuk mengetahui hubungan antara dua variabel apakah signifikansi atau tidak dengan kemaknaan 0,05 dengan menggunakan uji rank spearman dengan *software SPSS 16*, dimana  $p < 0,05$  maka ada hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang. Sedangkan  $p > 0,05$  tidak ada hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9 Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Jombang.

### 4.9 Etika penelitian

Penelitian dilakukan dengan memperhatikan etika penelitian. Etika penelitian diterapkan mulai dari penyusunan proposal hingga penelitian ini di publikasikan. Etika penelitian ada empat, yaitu :

#### 1. *Ethical clearance*

Kelayakan etik atau izin etik yang menjadi acuan oleh peneliti untuk menjunjung nilai integritas, kejujuran dan keadilan dalam kegiatan penelitian. Peneliti ini perlu diuji kelayakan oleh Komisi Etik Penelitian karena pada saat pelaksanaannya melibatkan manusia, apabila penelitian ini layak dilaksanakan, maka akan diberikan keterangan tertulis oleh Komisi Etik Penelitian. Penelitian ini telah dinyatakan lulus oleh KEPK ITS KES ICME Jombang dengan no.108/KEPK/ITSKES-ICME/V/2024.

## 2. *Informed consent*

Lembar persetujuan yang berisi tentang apa saja yang dilakukan pada saat penelitian, tujuan penelitian, manfaat yang didapatkan responden, tata cara penelitian dan mungkin risiko yang mungkin terjadi. Responden diberikan *inform consent* sebelum penelitian dilakukan, kemudian dibagikan ke responden apabila responden menyatakan berkenan.

## 3. *Anomity*

Tanpa nama bertujuan untuk menjaga kerahasiaan data responden, jadi nama responden akan diganti dengan kode tertentu di hasil penelitian serta lembar kuesioner.

## 4. *Confidentiality*

Kerahasiaan merupakan etika utama yang dijamin oleh peneliti dari hasil penelitian, baik informasi maupun masalah yang lainnya. Informasi yang telah dikumpulkan peneliti akan dijamin kerahasiaannya, namun hanya beberapa kelompok tertentu yang mengetahuinya.

### **4.10 Keterbatasan Penelitian**

1. Pengumpulan data penelitian hanya berdasarkan hasil kuesioner sehingga memungkinkan adanya unsur kurang obyektif dalam pengisian kuesioner
2. Penelitian ini tidak membedakan antara emosi remaja laki-laki dan perempuan

## BAB 5

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dijabarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang dengan pengelompokan data menjadi dua bagian, yaitu data umum dan data khusus. Data umum terdiri dari : usia dan jenis kelamin sedangkan data khusus terdiri dari : hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9.

#### 5.1 Hasil Penelitian

##### 5.1.1 Data Umum

##### 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Siswa Kelas 9

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan Usia Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang Bulan Mei Tahun 2024

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	14 tahun	6	13,3
2	15 tahun	36	80,0
3	16 tahun	3	6,7
Total		45	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden berusia 15 tahun yaitu sebanyak 36 responden (80,0%).

##### 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa Kelas 9

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan Jenis Kelamin Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang Bulan Mei Tahun 2024

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-Laki	14	31,1
2	Perempuan	31	68,9
Total		45	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 31 responden (68,9%).

### 5.1.2 Data Khusus

#### 1. Kestabilan Emosi pada Siswa Kelas 9

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kestabilan Emosi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang Bulan Mei Tahun 2024

No	Kestabilan Emosi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	21	46,7
2	Cukup	24	53,3
3	Kurang	0	0
	Total	45	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa sebagian besar kestabilan emosi pada siswa kelas 9 cukup yaitu sebanyak 24 responden (53,3%).

#### 2. Kontrol Diri pada Siswa Kelas 9

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kontrol Diri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang Bulan Mei Tahun 2024

No	Kontrol Diri	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	3	6,7
2	Cukup	41	91,1
3	Kurang	1	2,2
	Total	45	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa hampir seluruh kontrol diri pada siswa kelas 9 cukup yaitu sebanyak 41 responden (91,1%).

#### 3. Tabulasi Silang Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri

Tabel 5.5 Tabulasi Silang berdasarkan dua variabel Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang Bulan Mei Tahun 2024

Kestabilan Emosi	Kontrol Diri						Jumlah	Persentase (%)
	Baik		Cukup		Kurang			
	F	%	F	%	F	%		
<b>Baik</b>	1	2,2%	17	37,8%	3	6,7%	21	46,7%
<b>Cukup</b>	0	0%	24	53,3%	0	0%	24	53,3%
<b>Kurang</b>	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
<b>Total</b>	1	2,2%	41	91,1%	3	6,7%	45	100%

Uji Rank Spearman's nilai  $p = 0,005$   $\alpha = 0,05$

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan hasil tabel 5.5 didapatkan hasil kestabilan emosi dengan kontrol diri pada kategori cukup sebanyak 24 responden (53,3%).

Hasil uji *rank spearman's* didapatkan nilai  $p\text{ value}=0,005 < 0,05$  maka  $H_1$  diterima artinya ada hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.

## 5.2 Pembahasan

### 5.2.1 Kestabilan Emosi

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa kestabilan emosi pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang didapatkan sebagian besar hasil kriteria cukup yaitu sebanyak 24 responden (53,3%). Kestabilan emosi adalah kondisi dalam diri manusia untuk tetap seimbang dalam menghadapi tekanan hidup baik yang ringan maupun yang berat serta mampu mengendalikan dan mengekspresikan emosi sesuai situasi dan keadaan (Zulfatiana Adilla, 2023). Menurut peneliti kestabilan emosi merupakan upaya pengendalian perasaan atau emosi dalam proses penentuan perilaku yang didasari oleh suatu pertimbangan berdasarkan perkembangan emosionalnya supaya perilaku yang diungkapkan dapat diterima oleh orang lain atau dirinya sendiri dan dapat sesuai dengan norma-norma yang ada.

Pada penelitian ini didapatkan hasil kestabilan emosi dengan kriteria cukup. Hasil ini sejalan dengan pendapat (M. Chaturvedi, 2010) bahwa kriteria kestabilan emosi yang kurang menunjukkan kegagalan individu untuk mengembangkan kemandirian yang mengakibatkan penggunaan pola penyesuaian yang belum matang dan menunjukkan kurangnya kapasitas untuk mengatasi masalahnya. Menurut peneliti didapatkan kriteria cukup pada penelitian ini karena tidak

sepenuhnya responden dapat mengontrol kestabilan emosi pada dirinya dan dapat memecahkan masalah yang timbul pada dirinya, hal ini disebabkan karena banyaknya pengalaman atau hal baru yang responden terima pada masa remaja ini sehingga terjadi ketidakstabilan pola berfikir pada remaja.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kestabilan emosi yang pertama yaitu usia yang dibuktikan pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden berusia 15 tahun yaitu sebanyak 36 responden (80,0%). Pada masa pubertas kepekaan terhadap kemarahan meningkat secara signifikan karena pada masa ini ekspresi marah dianggap sebagai sinyal ketidaksetujuan (Kate Lawrence *et al*, 2015). Menurut peneliti usia pada 15 tahun termasuk usia pubertas yang dimana remaja banyak mengalami perkembangan dan perubahan fisik yang melibatkan banyak pengaruh hormonal yang bisa mempengaruhi perubahan emosi.

Faktor kestabilan emosi yang kedua adalah jenis kelamin. Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 31 responden (68,9%). Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh (Nia, 2020) bahwa perempuan lebih mudah menyampaikan ekspresi emosi yang dialaminya berbeda dengan laki-laki yang memiliki pendapat kemaskulinan terhadap dirinya sehingga kurang mampu mengekspresikan emosinya. Menurut peneliti jenis kelamin perempuan lebih mudah mengungkapkan perasaan yang dia alami dan lebih mudah dalam berkomunikasi dua arah sedangkan laki-laki dia memiliki rasa pemimpin yang tinggi sehingga ia lebih merasa bisa mengatasi masalahnya sendiri daripada harus mengungkapkannya ke orang lain.

Berdasarkan hasil dari kuesioner responden didapatkan rata-rata indikator yang mendukung kestabilan emosi cukup adalah pada aspek mampu mengambil keputusan secara tepat sebelum mengekspresikan emosi sebanyak (129,625) yang mengacu dalam pengambilan keputusan remaja sebelum berperilaku. Misalnya, apakah remaja dapat memfikirkan terlebih dahulu perilaku yang akan dilakukan atau remaja hanya ikut-ikutan temannya dalam melakukan sesuatu. Menurut (Mustakim, 2022) pada keadaan emosi yang stabil individu dapat berfikir, bertindak secara realitas, dan dapat menyelesaikan segala permasalahan yang dihadapi, dari memiliki kestabilan emosi dia dapat mengambil keputusan dengan cepat dan tepat. Jika sebaliknya, apabila dia kurang mampu mengelolah emosi dan tidak memiliki emosi yang stabil akan mudah gugup dan cemas, individu seperti inilah yang mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan, dan terkadang keputusan yang diambil tidak sesuai dengan harapan.

### 5.2.2 Kontrol Diri

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa hampir keseluruhan kontrol diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama cukup yaitu sebanyak 41 responden (91,1%). Kontrol diri merupakan upaya untuk mengatur emosional dalam proses pengambilan keputusan sehingga remaja dapat memikirkan dengan baik apakah keputusan yang akan diambil berdampak baik atau buruk pada dirinya (Zulfatiana Adilla, 2023). Kontrol diri merupakan proses dalam pengendalian tingkah laku yang cenderung dapat membawa ke hal yang positif dalam berfikir (Ahmad, 2022). Menurut peneliti remaja harus memiliki sifat kontrol diri yang baik, karena apabila remaja terlalu terburu-buru dalam melakukan pengambilan keputusan akan berdampak buruk pada dirinya sendiri.

Pada penelitian ini kontrol diri menunjukkan hasil dengan kriteria cukup. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuraini, 2022) didapatkan hasil kontrol diri dengan kriteria cukup pada siswa kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Negeri se-Kota Serang yang berarti siswa dengan kriteria sedang memiliki kontrol diri pada dirinya namun belum sepenuhnya mampu membentuk kontrol diri pada dirinya. Menurut peneliti kriteria cukup pada kontrol diri didapatkan karena responden sudah memiliki kontrol diri dan mampu mengambil keputusan namun belum bisa mengontrol keputusan yang akan diambil dengan kontrol kognitif dan kontrol perilaku dengan sepenuhnya.

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu usia yang dibuktikan pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden berusia 15 tahun yaitu sebanyak 36 responden (80,0%). Kemampuan kontrol diri seseorang dasarnya proses perkembangannya dapat sejalan dengan bertambahnya usia, semakin remaja kontrol diri akan semakin baik dibandingkan saat masih anak-anak, namun dalam beberapa kasus bertambahnya usia tidak diimbangi dengan kemampuan kontrol diri sehingga remaja sering berperilaku egois tanpa memperhatikan akibat dari tindakan yang dilakukan hal ini biasanya dipengaruhi oleh perlakuan orang tua di dalam keluarga (Duri, 2021). Menurut peneliti semakin bertambahnya usia semakin bertambah pula perkembangan emosional pada remaja yang berpengaruh besar dalam upaya kontrol diri dan semakin bertambahnya usia remaja akan memiliki rasa kemandirian, kedewasaan dan tanggung jawab pada dirinya sendiri.

Faktor kontrol diri yang selanjutnya adalah jenis kelamin. Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 31 responden (68,9%). Remaja perempuan memiliki kemampuan

mengevaluasi kontrol diri yang lebih tinggi dan lebih teratur dalam mengontrol diri dibandingkan laki-laki, sehingga laki-laki cenderung lebih mudah terlibat dalam perilaku impulsif dan antisosial (Tetering et al., 2020). Menurut peneliti perempuan lebih bisa mengatur dirinya dalam berperilaku dibandingkan laki-laki, karena dari kecil masyarakat selalu memandang perempuan dari batasan-batasan perilaku yang pantas dan tidak pantas dilakukan perempuan berdasarkan batasan-batasan yang ada di masyarakat.

Berdasarkan hasil dari kuesioner responden didapatkan rata-rata indikator yang mendukung kontrol diri cukup adalah pada aspek kontrol keputusan sebanyak (112,87) yang mengacu dalam pengambilan keputusan yang tepat tidak terpengaruh hal lain. Kontrol diri yang tepat sangat berharga karena pentingnya hal ini dalam kesejahteraan psikologis sehingga dapat berdampak positif bagi diri sendiri sehingga dapat menyebabkan kinerja akademis meningkat, meningkatnya kontrol impuls, penyesuaian psikologis yang lebih baik, harga diri yang lebih tinggi, hubungan interpersonal yang lebih sehat, pola emosional yang dapat disesuaikan dengan baik, tidak menggunakan narkoba, pengaruh positif, dan keuntungan perilaku lainnya (Patrick D. Manapat, *et al* 2021). Menurut peneliti kontrol diri yang baik dapat mencegah terjadinya kekecewaan akibat pengambilan keputusan yang kurang tepat. Namun apabila kontrol diri yang baik sudah dimiliki maka remaja akan tau apa saja resiko dan rintangan yang akan dihadapinya kedepan. Hal ini banyak dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman yang di lalui oleh remaja.

### 5.2.3 Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri pada Siswa Kelas 9

Berdasarkan hasil penelitian pada tabulasi silang di tabel 5.5 hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah

Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang, menunjukkan hasil dengan kategori cukup yaitu sebanyak 24 responden dengan persentase 53,3%. Hasil uji *rank spearman's* didapatkan nilai signifikan  $p \text{ value}=0,005$  lebih kecil dari  $\alpha 0,05$  maka kesimpulannya adalah  $H_1$  diterima artinya ada hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ahmad, 2022) berjudul "Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri pada Siswa Sekolah Menengah Pertama" di Sekolah Menengah Pertama Kabupaten Lombok Tengah pada 30 responden didapatkan hasil adanya hubungan yang  $r_{xy}$  hitung ( $0,384 > 0,361$ ) "signifikan" antara kestabilan emosi dengan kontrol diri. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa sekolah menengah pertama.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zulfatiana Adilla, 2023) yang berjudul "Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Saat Bertanding Pada Atlet Pencak Silat Perguruan Putra Setia" di Perguruan Putra Satria Kalimantan Barat dengan 35 responden yang terdiri dari atlet didapatkan hasil uji *chi square* yang signifikan dengan  $p \text{ value}=0,000 < 0,05$ . Hasil ini menunjukkan adanya hubungan kestabilan emosi dengan kontrol diri saat bertanding pada atlet pencak silat Perguruan Putra Setia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hernanda, 2020) yang berjudul "Stabilitas Emosi Dengan Pengendalian Diri Pada Pasien Hipertensi" di Klinik Islamic Center Samarinda dengan 80 responden yang terdiri

dari pasien hipertensi didapatkan hasil uji *chi square* yang signifikan dengan  $p$  value=0,008 < 0,05. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan antara stabilitas emosi dengan pengendalian diri pada pasien hipertensi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuraini, 2022) yang berjudul “Profil Kontrol Diri Peserta Didik dan Implikasinya Bagi Program Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial” di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri se-Kota Serang dengan 365 responden yang terdiri dari siswa kelas X untuk melihat gambaran kontrol diri peserta didik dan didapatkan hasil tiga kategori kontrol diri, yaitu tinggi dengan presentasi 13%, sedang dengan presentasi 76% dan rendah dengan presentasi 12%.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Qingfei Zhang *et al*, 2022) yang berjudul “The Effect of Chronotype on Risk-Taking Behavior: The Chain Mediation Role of Self-Control and Emotional Stability” yang dilakukan di Universitas Nantong provinsi Jiangsu, Tiongkok dengan 547 responden yang terdiri dari 197 mahasiswa laki-laki dan 350 mahasiswa perempuan yang terdiri dari usia remaja 18 sampai 24 tahun, tentang stabilitas emosional dengan pengendalian diri saat diamati menunjukkan hubungan yang signifikan dan positif dengan hasil ( $p < 0,001$ ). Hasil ini menunjukkan adanya hubungan kestabilan emosi dan kontrol diri pada mahasiswa di Universitas Nantong, Tiongkok.

Menurut peneliti kestabilan emosi yang cukup akan berkesinambungan dengan kontrol diri yang cukup pula. Remaja perlu memiliki kontrol diri yang baik agar ia dapat menentukan pilihannya dan dapat mengontrol perilakunya. Hal inilah yang berkaitan dengan kestabilan emosi pada remaja, apabila remaja mampu

mengendalikan emosinya dengan baik maka akan dapat mengekspresikan emosinya dengan tepat dan tidak berlebihan, sehingga pengalaman emosi yang dialaminya tidak menggagu aktivitasnya yang lain. Remaja yang emosinya stabil dapat mengarahkan dirinya untuk fokus dalam memecahkan masalah dan menemukan solusi dalam pengambilan keputusan yang akan diambil.



## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

1. Kestabilan emosi pada pelajar kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang sebagian besar dengan kategori cukup
2. Kontrol diri pada pelajar kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang hampir keseluruhan dengan kategori cukup
3. Ada hubungan antara kestabilan emosi dengan kontrol diri pada siswa kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.

#### 6.2 Saran

1. Bagi Petugas UKS

Diharapkan bagi petugas UKS dapat mengawasi peserta didiknya dalam mengontrol perilaku sehingga apabila ada siswa yang mengalami masalah pada kontrol diri dan kestabilan emosi dalam pemecahan masalah atau pengambilan keputusan dapat dibantu dalam mencari solusinya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti variabel yang mempengaruhi kestabilan emosi dan kontrol diri seperti lingkungan, pengalaman dan kognitif serta dapat membedakan kelompok responden berdasarkan jenis kelamin secara lebih spesifik sekali.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H. (2022). Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v6i2.4495>
- BPS. (2021). *Statistika Tindak Kriminal*. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTAxIzI=/jumlah-tindak-pidana-menurut-kepolisian-daerah.html>
- DURI, R. (2021). Perbedaan Kontrol Diri (Self Control) Siswa Ditinjau Dari Perlakuan Orang Tua (Otoriter). *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islami*, 4(2), 70. <https://doi.org/10.22373/taujih.v4i2.11758>
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- Harto Ambrosius. (2023). *Anak Surabaya Masih Terlibat Tawuran dan Balapan Ilegal*. Kompas. <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/02/01/anak-surabaya-masih-terlibat-tawuran-dan-balapan-ilegal>
- Hernanda, R. (2020). Stabilitas Emosi Dengan Pengendalian Diri Pada Pasien Hipertensi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 482. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i3.5366>
- Kate Lawrence, et al. (2015). *Age, gender, and puberty influence the development of facial emotion recognition*. Pub Med Central. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4468868/>
- M. Chaturvedi, R. C. (2010). *Development of emotional stability scale*. Pub Med Central. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3105556/>
- Majalah Suara Pendidikan. (2023). *DPPKB-PPPA Kabupaten Jombang 2023 Prioritaskan Pencegahan Kenakalan Remaja*. Majalah Suara Pendidikan. <https://www.majalahasuarapendidikan.com/2023/05/dppkb-pppa-kabupaten-jombang-2023.html>
- Mustakim, A. H. (2022). Hubungan Kesetabilan Emosi Dengan Pengambilan Keputusan Karir Siswa Sma Negeri Kota Mataram. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 1664. <https://doi.org/10.33394/realita.v7i2.5888>
- Nia, M. (2020). *Perbedaan Kestabilan Emosi ditinjau dari jenis kelamin pada Remaja jalanan di Majenang*. 8–21.
- Nuraini, E. R. (2022). *Profil Kontrol Diri Peserta Didik Dan Implikasinya Bagi Program Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial*. Equivalent. <https://jurnalequivalent.id/index.php/jequi/article/view/68/134>
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktisi. In *Jakarta: Salemba Medika* (Vol. 5, Issue 1).

- Patrick D. Manapat, Michael C. Edwards, David P. MacKinnon, Russell A. Poldrack, dan L. A. M. (2021). *A Psychometric Analysis of the Brief Self-Control Scale*. Pub Med Central. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7261631/>
- Qingfei Zhang, et al. (2022). *The Effect of Chronotype on Risk-Taking Behavior: The Chain Mediation Role of Self-Control and Emotional Stability*. <https://doi.org/10.3390/ijerph192316068>
- Riadi Muchlisin. (2020). *Kestabilan Emosi (Pengertian, Aspek, Karakteristik dan Faktor yang Mempengaruhi)*. Kajian Pustaka. <https://www.kajianpustaka.com/2020/10/kestabilan-emosi.html>
- Sarah, P. (2022). *Perkembangan Emosional Pada Masa Remaja*. Indosiana. <https://www.indosiana.id/read/154581/perkembangan-emosional-pada-masa-remaja#>
- Tetering, M. A. J. van, Laan, A. M. van der, Kogel, C. H. de, Groot, R. H. M. de, Jolles, J., & Slobodskaya, H. R. (2020). *Sex differences in a self-regulation in early, middle and late adolescence: A large-scale cross-sectional study*. Pub Med Central. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6957194/>
- Upahita, D. (2022). *Upahita Damar (2022). Hal-Hal Yang Perlu Orangtua Pahami Dalam Perkembangan Remaja*. Hello sehat. <https://hellosehat.com/parenting/remaja//tumbuh-kembang-remaja/tahap-perkembangan-remaja/>
- WHO. (2020). *Adolescent Health And Developmentt*. WHO. <https://www.who.int/news-room/a/item//adolescent-health-and-development>
- WHO. (2023). *Youth violence*. Who. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/youth-violence>
- Zulfatiana Adilla. (2023). *Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Saat Bertanding Pada Atlet Pencak Silat Perguruan Putra SetiA*. 5, 1–14. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>



## Lampiran 2 Kisi-Kisi Instrumen Pernyataan

## Kestabilan Emosi

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	
			Favourable	Unfavourable
Kestabilan Emosi	Mampu meluapkan emosi pada tempatnya	Mampu mengendalikan perilaku saat terdesak	1, 3, 4	2, 5
		Menahan perilaku yang membuat orang sakit hati	6, 7, 9	8, 10
	Mampu bersikap realistis	Dapat menerima kenyataan	11, 12	13, 14, 15
	Mampu mengambil sikap dan keputusan secara tepat sebelum mengekspresikan emosinya	Berfikir sebelum bertindak	16, 19	17, 18
		Bersikap realistis dan mampu mengambil sikap dan keputusan akan suatu hal dengan tepat	20, 23	21, 22
<b>Jumlah</b>			<b>23</b>	

## Kontrol Diri

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir	
			Favourable	Unfavourable
Kontrol Diri	Kontrol Perilaku	Kemampuan mengontrol perilaku	1, 2	3
		Kemampuan mengontrol stimulus	4, 5	6, 7
	Kontrol Kognitif	Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa	8, 9	10, 11
		Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian	12	13, 14
	Kontrol Keputusan	Kemampuan mengambil keputusan	15, 16, 17, 18	19, 20, 21, 22
<b>Jumlah</b>			<b>22</b>	













## Reliability

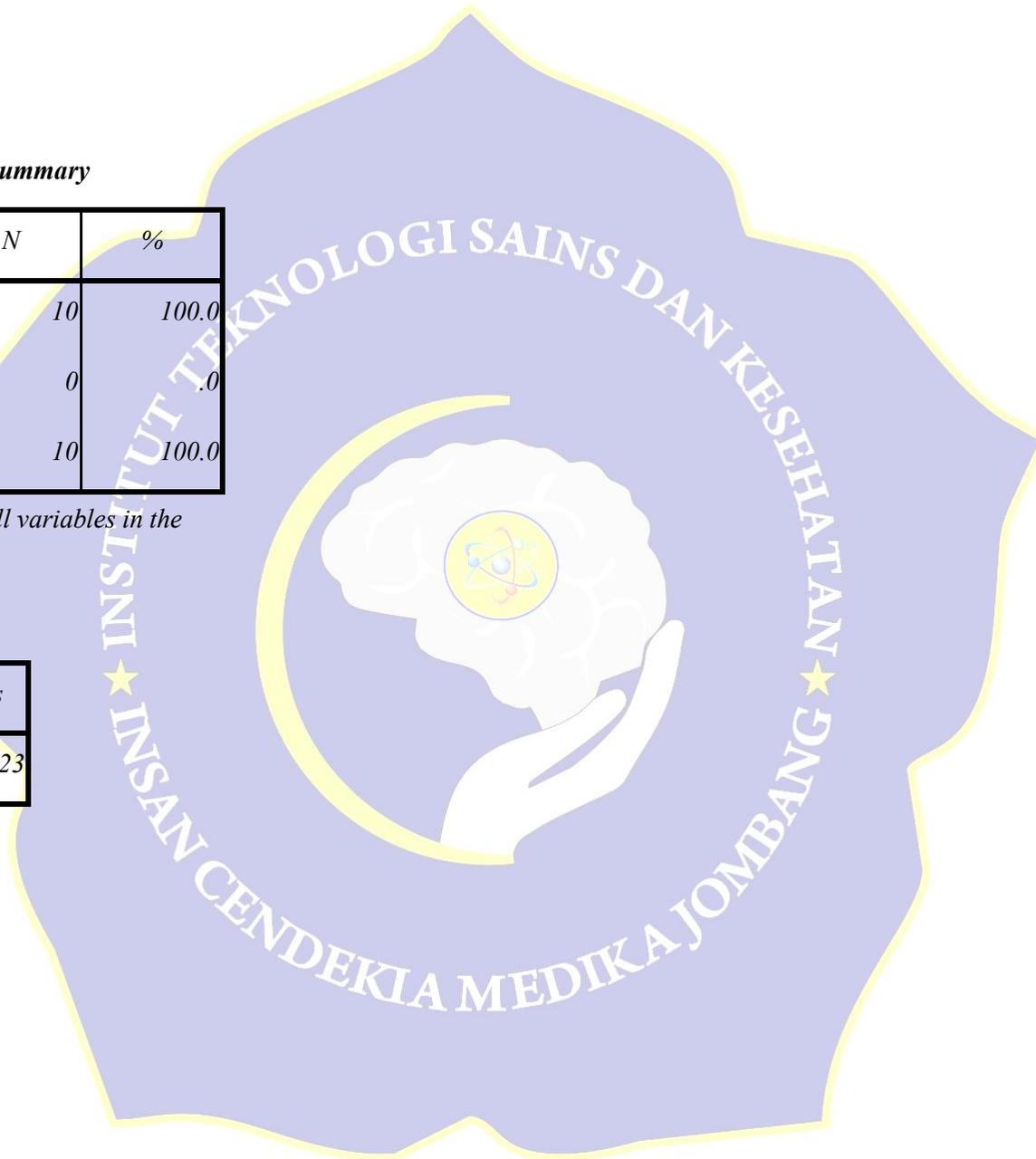
### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	10	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	10	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.966	23











Item 0	Pearson Correlation	.571	.388	.469	.623	.547	.728*	.681*	.546	.527	.239	.469	.648*	.371	.567	.415	.447	.493	.504	.656*	1	.292	.576	.696*
	Sig. (2-tailed)	.085	.268	.172	.054	.102	.017	.030	.103	.118	.506	.172	.043	.291	.087	.233	.196	.148	.137	.040		.413	.082	.025
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item 1	Pearson Correlation	.469	.740*	.623	.319	.677*	.302	.429	.725*	.218	.429	.623	.361	.571	.334	.639*	.420	.513	.633*	.336	.292	1	.797**	.693*
	Sig. (2-tailed)	.171	.014	.054	.368	.032	.397	.217	.018	.545	.217	.054	.305	.084	.346	.047	.227	.129	.050	.342	.413		.006	.026
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Item 2	Pearson Correlation	.723*	.620	.854**	.416	.556	.374	.482	.663*	.406	.266	.854**	.672*	.620	.557	.693*	.331	.678*	.797**	.243	.576	.797**	1	.793**
	Sig. (2-tailed)	.018	.056	.002	.232	.095	.287	.158	.037	.244	.458	.002	.033	.056	.094	.026	.349	.031	.006	.498	.082	.006		.006
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Total	Pearson Correlation	.717*	.755*	.835**	.822**	.734*	.698*	.686*	.884**	.738*	.683*	.843**	.797**	.750*	.753*	.855**	.727*	.735*	.830**	.642*	.696*	.693*	.793**	1
	Sig. (2-tailed)	.020	.012	.003	.004	.016	.025	.028	.001	.015	.030	.002	.006	.012	.012	.002	.017	.015	.003	.046	.025	.026	.006	
	N	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

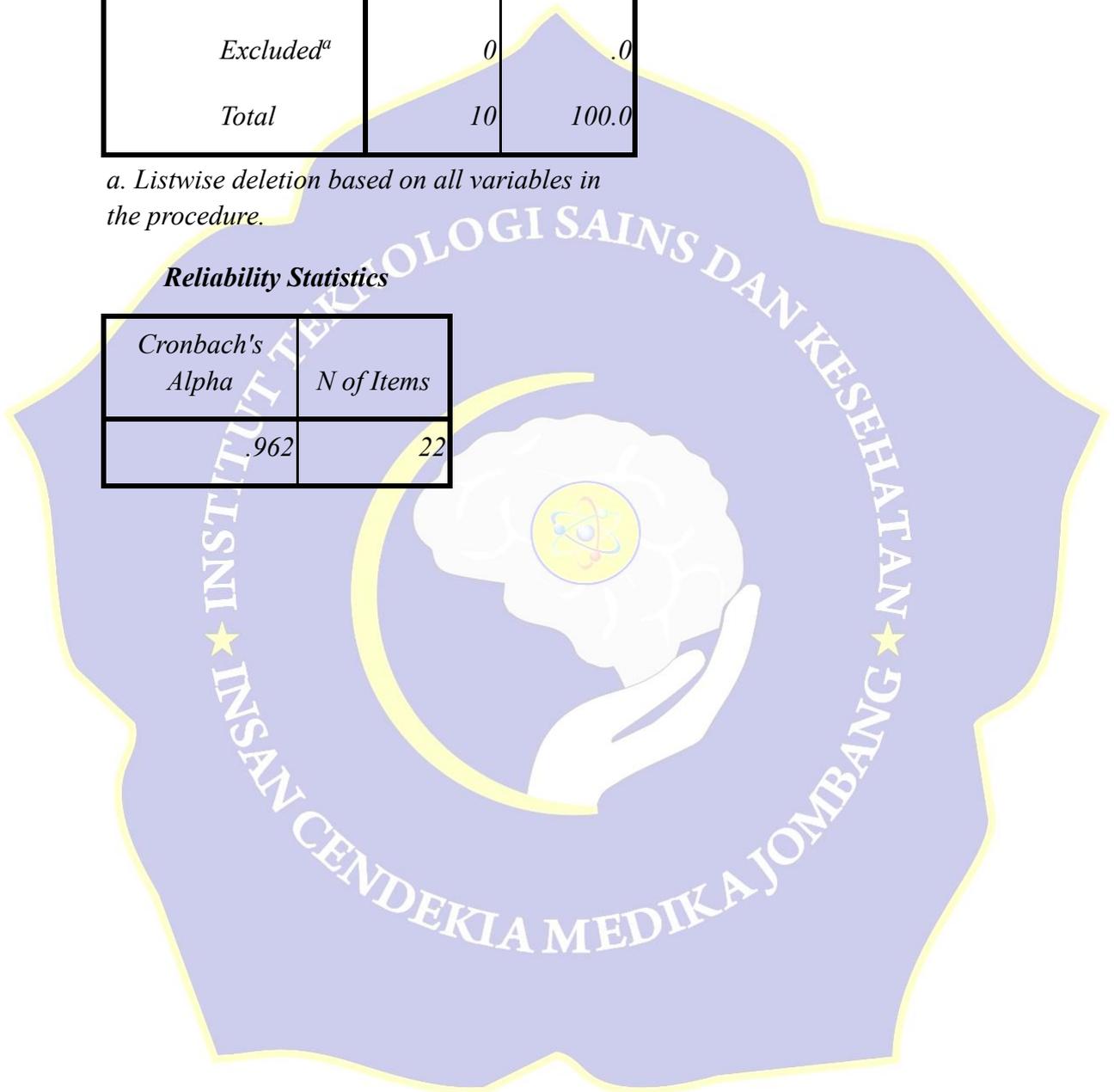
**Reliability****Case Processing Summary**

		<i>N</i>	<i>%</i>
<i>Cases</i>	<i>Valid</i>	10	100.0
	<i>Excluded<sup>a</sup></i>	0	.0
	<i>Total</i>	10	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.962	22



Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

## LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(*INFORMED CONCENT*)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden penelitian yang dilakukan oleh Sandra Dewi Illana mahasiswa program studi S1 Keperawatan ITS KES ICME Jombang, dengan penelitian berjudul “Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas 9” di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang.

No Responden :

Umur :

Jenis Kelamin :

Dengan sukarela menyetujui diikut sertakan dalam penelitian ini dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Atas partisipasinya kami ucapkan terima kasih

Jombang, Maret 2023

Responden

(.....)

Lampiran 5 Kuesioner Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas 9

**KUESIONER HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL  
DIRI PADA SISWA KELAS 9**

Anda dipersilahkan untuk mengisi kuesioner dengan mengikuti petunjuk pengisian yang diberikan dan tidak ada jawaban salah dalam kuesioner ini. Anda dipersilahkan untuk mengisi kuesioner sesuai dengan keadaan yang anda rasakan saat ini. Seluruh data akan di olah secara general bukan perorangan dan akan dijaga kerahasiaannya untuk penelitian saja. Atas perhatian dan bantuannya peneliti mengucapkan terima kasih.

**Petunjuk Pengisian :**

1. Isilah identitas anda terlebih dahulu, lalu isi kolom nama dengan nama inisial
2. Bacalah pertanyaan-pertanyaan pada angket ini dengan seksama, kemudian kerjakanlah dengan sungguh-sungguh sesuai dengan keadaan saudara sekarang.
3. Pilihlah jawaban dengan memberi tanda *checlist* ( $\surd$ ) pada salah satu jawaban yang paling sesuai menurut anda. Adapun alternatif jawaban adalah sebagai berikut :

Sangat Sesuai (SS)

Sesuai (S)

Tidak Sesuai (TS)

Sangat Tidak Sesuai (STS)

## Pernyataan

## Instrumen Kestabilan Emosi

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	<b>Mampu meluapkan emosi pada tempatnya</b>				
1	Meskipun dalam keadaan terdesak, saya akan tetap berusaha tenang dalam menghadapi masalah				
2	Saya mudah tersinggung apabila ada teman yang mengejek saya				
3	Saya akan mematuhi perintah guru, selama itu demi kebaikan saya				
4	Meskipun banyak masalah, saya tidak akan menunjukkan disaat kegiatan belajar di kelas				
5	Saya tidak dapat menahan kemarahan, meskipun sedang belajar di kelas				
6	Meskipun dirumah banyak masalah, saya tidak akan menunjukkan di kelas				
7	Meski sedang banyak masalah, saya akan tetap berusaha terlihat semangat didepan teman dan guru				
8	Saya merasa cepat tersinggung apabila pendapat saya tidak diterima oleh guru atau teman				
9	Ketika saya disuruh maju kedepan kelas untuk presentasi atau tugas saya tidak gugup				
10	Saya kurang mampu beradaptasi dengan tempat belajar baru bila ada kegiatan belajar diluar kelas				
	<b>Mampu Bersikap Realistis</b>				
11	Saya tidak menyerah apabila mendapatkan nilai jelek, karena saya akan belajar dari kesalahan agar bisa lebih baik				

12	Saya dapat memahami apabila guru saya tidak dapat menuruti keinginan saya				
13	Saya takut membayangkan nilai saya jelek meskipun belum ujian				
14	Saya tidak dapat menghadapi kenyataan bila nilai saya jelek				
15	Jika saya mengalami kegagalan saya malas untuk memulai lagi				
	<b>Mampu mengambil sikap dan keputusan yang tepat sebelum mengekspresikan emosinya</b>				
16	Meskipun teman mengejek saya, saya tidak akan membalasnya				
17	Saat ada masalah saya cenderung menyikapinya secara langsung tanpa memikirkan dampak kedepannya				
18	Saya tidak dapat mengendalikan diri apabila ada teman yang mengganggu saya				
19	Saya dapat menghadapi kenyataan apabila kegagalan menimpa saya				
20	Setiap masalah tentu ada cara penyelesaiannya, oleh karena itu saya akan mengatasi dengan sebaik-baiknya				
21	Saya lebih baik menghindari dari masalah apa bila merasa tidak dapat menyelesaikannya				
22	Saya tidak dapat mengendalikan diri ketika ada teman yang merugikan saya				
23	Meskipun saya benci dengan teman saya, saya tidak akan melakukan tindakan yang dapat merugikan orang lain				

### Instrumen Kontrol Diri

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>Kontrol Perilaku</b>					
1	Saat dikelas saya suka melakukan tindakan atau perilaku tanpa banyak pertimbangan				
2	Saat dikelas saya sering melakukan sesuatu yang melanggar peraturan tanpa memikirkan akibatnya				
3	Saya akan memikirkan akibat yang saya peroleh ketika saya melanggar peraturan di sekolah				
4	Walaupun pedas saya menerima kritikan guru kepada saya				
5	Ketika teman melakukan perilaku yang merugikan saya, saya tidak akan membalasnya				
6	Saya dapat menerima kritikan yang disampaikan guru, jika itu baik bagi saya				
7	Saya suka membuat target atau capaian sebelum memulai melakukan sesuatu				
<b>Kontrol Kognitif</b>					
8	Apabila saya tertekan, saya akan tetap fokus dengan mengingat hal-hal yang membuat saya tenang				
9	Saya akan menggapai keinginan saya semaksimal mungkin, demi nama baik saya dan orang tua saya				
10	Walaupun dalam usaha untuk menggapai keinginan saya berat, saya bisa menikmatinya				
11	Saya membiarkan tugas-tugas sekolah saya terbengkalai apabila ada masalah, meskipun waktu pengumpulan sudah dekat				

12	Kegagalan dalam pencapaian yang saya inginkan dapat saya jadikan pemicu semangat agar lebih baik lagi dalam melakukan sesuatu				
13	Ketika saya melakukan kesalahan ketika dikelas saya akan memperbaikinya untuk mengatasi kesalahan tersebut				
14	Teman yang tangguh dikelas membuat saya takut untuk menyainginya				
<b>Kontrol Keputusan</b>					
15	Saya terbiasa mengambil keputusan dengan cepat tanpa mempedulikan risiko yang harus saya hadapi				
16	Saya mencari teman yang baik untuk mendukung dalam menggapai apa yang saya impikan				
17	Saya mengambil hikmah dalam kegagalan yang saya alami dan berusaha memperbaikinya				
18	Lebih baik saya menghabiskan waktu untuk berusaha mencapai apa yang saya inginkan daripada bermain dengan teman				
19	Saya lebih baik menghindari teman yang suka membuat masalah dengan saya				
20	Saya tidak akan melakukan sesuatu hal apabila saya merasa belum siap				
21	Saya dapat menerima dengan baik kritikan dari orang lain				
22	Saya tidak bisa tenang atau gelisah apabila banyak masalah yang mengganggu di kehidupan saya				

## Lampiran 6 Tabulasi Kuisisioner Kestabilan Emosi

## Tabulasi Kuesioner Kestabilan Emosi

No Res	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	Total	Rata2	Kriteria	Kode
R1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	2	3	3	70	3.0434 78	Baik	3
R2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	1	3	3	69	3	Baik	3
R3	4	2	4	4	2	3	4	1	2	2	3	2	2	3	3	4	3	2	4	4	2	2	3	65	2.8260 87	Cukup	2
R4	2	1	2	3	2	3	3	3	1	1	2	3	1	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	52	2.2608 7	Cukup	2
R5	3	3	4	3	3	3	4	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	68	2.9565 22	Baik	3
R6	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	69	3	Baik	3
R7	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	4	1	2	3	70	3.0434 78	Baik	3
R8	3	3	3	3	4	3	4	3	3	1	3	3	2	2	4	3	2	2	4	4	2	3	3	67	2.9130 43	Baik	3
R9	4	3	4	4	3	4	3	3	3	1	3	2	1	2	4	4	2	2	3	2	1	3	3	64	2.7826 09	Cukup	2
R10	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	80	3.4782 61	Baik	3
R11	3	3	2	1	2	3	4	3	3	1	2	3	1	3	4	1	2	4	4	4	4	3	3	63	2.7391 3	Cukup	2
R12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	71	3.0869 57	Baik	3
R13	4	1	4	4	2	4	3	1	2	1	4	4	1	2	3	3	2	2	3	4	3	2	4	63	2.7391 3	Cukup	2
R14	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	70	3.0434 78	Baik	3
R15	2	1	3	3	4	3	1	3	3	1	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50	2.1739 13	Cukup	2

R 16	3	1	3	4	1	4	4	1	2	3	3	4	1	3	3	4	3	2	4	4	1	3	3	64	2.782609	Cukup	2
R 17	3	1	4	4	1	4	4	1	1	3	3	4	1	3	4	4	3	2	4	4	1	3	3	65	2.826087	Cukup	2
R 18	3	3	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4	3	3	80	3.478261	Baik	3	
R 19	3	3	4	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	2	4	61	2.652174	Cukup	2	
R 20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	69	3	Baik	3
R 21	4	2	4	3	3	4	4	1	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	4	4	1	2	3	64	2.782609	Cukup	2
R 22	2	1	4	2	2	3	4	2	3	3	4	3	1	1	3	2	3	2	3	3	2	2	3	58	2.521739	Cukup	2
R 23	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	1	2	3	61	2.652174	Cukup	2
R 24	4	3	3	4	4	3	1	3	3	3	4	3	1	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	75	3.26087	Baik	3
R 25	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	68	2.956522	Baik	3
R 26	3	1	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	1	3	4	4	4	1	4	71	3.086957	Baik	3
R 27	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	2	4	74	3.217391	Baik	3
R 28	3	1	4	3	2	2	4	2	4	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	1	1	4	56	2.434783	Cukup	2
R 29	4	2	4	4	3	4	2	4	3	4	3	3	1	1	3	2	3	3	3	4	3	1	4	68	2.956522	Baik	3
R 30	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	56	2.434783	Cukup	2
R 31	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	80	3.478261	Baik	3
R 32	3	2	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	1	2	3	2	2	3	3	1	2	4	65	2.826087	Cukup	2	
R 33	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	3	2	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	77	3.347826	Baik	3

R 34	4	2	3	3	2	3	3	3	2	1	4	2	2	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	59	2.5652 17	Cukup	2
R 35	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68	2.9565 22	Baik	3
R 36	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	4	3	1	2	4	4	3	2	3	4	1	3	4	65	2.8260 87	Cukup	2
R 37	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	1	1	3	3	3	2	3	4	4	3	4	70	3.0434 78	Baik	3
R 38	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	3	1	3	4	63	2.7391 3	Cukup	2
R 39	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	54	2.3478 26	Cukup	2
R 40	3	1	2	3	2	3	3	1	3	4	2	2	1	2	4	2	2	1	3	3	2	1	2	52	2.2608 7	Cukup	2
R 41	3	1	3	3	3	2	2	1	3	1	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	55	2.3913 04	Cukup	2
R 42	4	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	3	1	2	3	2	3	2	4	4	3	3	3	64	2.7826 09	Cukup	2
R 43	3	1	3	3	2	4	3	2	3	4	3	4	1	1	4	1	3	2	4	4	4	2	4	65	2.8260 87	Cukup	2
R 44	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	70	3.0434 78	Baik	3
R 45	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	4	2	3	3	3	4	2	2	3	65	2.8260 87	Cukup	2
Tot al	14	10	15	14	12	14	14	11	12	12	14	13		10	15	13	12	11	14	15	10	11	14				
Rat a2	3. 1	2.2 4	3. 4	3.1 6	2.7 6	3.1 6	3.1 6	2.5 8	2.7 3	2.7 1	2.7 1	3. 3	2.9 6	1.7 4	2. 3	2. 9	2.7 1	2.5 1	3.2 7	3.5 1	2.3 8	2.5 1	3.2 7				

Lampiran 7 Tabulasi Rata-Rata Indikator Kestabilan Emosi

Kriteria	Aspek	Indikator	Nomor Soal	Total Soal	Total	Rata-Rata
Baik	Mampu meluapkan emosi pada tempatnya	Mampu mengendalikan perilaku saat terdesak	1,2,3,4,5	662	1.307	130,7
		Menahan perilaku yang membuat orang sakit hati	6,7,8,9,10	645		
Kurang	Mampu bersikap realistis	Dapat menerima kenyataan	11,12,13,14,15	609	609	121,8
Cukup	Mampu mengambil keputusan secara tepat sebelum mengekspresikan emosinya	Berfikir sebelum bertindak	16,17,18,19	512	1.037	129,625
		Bersikap realistis dan mampu mengambil sikap dan keputusan akan suatu hal dengan tepat	20,21,22,23	525		

## Lampiran 8 Tabulasi Kuesioner Kontrol Diri

Tabulasi Koesioner Kontrol Diri

No Res	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	Tot al	Rata2	Kriter ia	Kod e
R1	3	3	2	2	4	1	2	3	3	2	2	3	1	1	4	4	3	2	1	2	2	2	52	2.3636 4	Cukup	2
R2	2	3	1	3	3	1	2	4	4	2	4	3	2	3	1	4	3	3	4	1	2	3	58	2.6363 6	Cukup	2
R3	3	2	3	4	4	1	1	2	4	2	2	4	2	4	3	3	4	3	1	1	1	1	55	2.5	Cukup	2
R4	2	1	1	3	2	1	3	1	3	3	4	3	2	1	3	3	3	2	1	1	2	1	46	2.0909 1	Cukup	2
R5	2	2	1	3	3	1	1	4	4	2	3	4	1	3	3	4	3	3	1	2	2	2	54	2.4545 5	Cukup	2
R6	2	2	2	3	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	55	2.5	Cukup	2
R7	2	2	2	3	2	1	1	4	4	1	3	4	2	3	2	4	4	3	1	2	2	2	54	2.4545 5	Cukup	2
R8	3	1	4	2	3	2	1	4	4	1	4	3	1	3	3	3	3	4	1	2	2	1	55	2.5	Cukup	2
R9	1	3	3	4	1	1	3	4	1	2	4	4	1	1	3	4	4	3	1	2	1	2	53	2.4090 9	Cukup	2
R10	1	1	1	3	3	1	2	3	4	2	4	4	1	4	1	3	4	4	2	2	2	2	54	2.4545 5	Cukup	2
R11	4	2	1	4	3	1	1	4	4	1	2	4	1	2	2	4	4	3	1	1	2	2	53	2.4090 9	Cukup	2
R12	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	55	2.5	Cukup	2
R13	3	2	1	3	3	1	2	3	4	2	3	4	2	4	3	3	4	3	1	1	1	1	54	2.4545 5	Cukup	2
R14	2	2	1	4	4	1	2	3	4	1	3	4	1	3	2	4	4	3	1	2	1	3	55	2.5	Cukup	2
R15	1	1	1	3	3	1	1	3	4	2	4	4	2	4	1	4	3	4	1	3	2	1	53	2.4090 9	Cukup	2
R16	3	1	1	4	4	1	2	4	4	1	4	4	1	4	2	4	4	4	1	2	1	2	58	2.6363 6	Cukup	2

R17	3	1	1	4	4	1	3	4	4	1	4	4	1	1	2	4	4	4	1	1	1	1	54	2.4545 5	Cukup	2
R18	1	1	1	4	4	1	2	4	3	1	4	4	2	4	1	4	4	3	3	2	1	3	57	2.5909 1	Cukup	2
R19	3	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	56	2.5454 5	Cukup	2
R20	1	2	2	3	3	2	1	3	3	2	1	4	2	3	1	4	4	3	2	3	1	2	52	2.3636 4	Cukup	2
R21	2	2	1	4	4	1	1	4	4	1	2	4	2	3	2	4	4	3	2	1	1	2	54	2.4545 5	Cukup	2
R22	2	2	2	3	3	1	1	4	4	2	3	3	2	3	3	4	4	3	2	2	2	2	57	2.5909 1	Cukup	2
R23	3	1	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	1	2	2	1	50	2.2727 3	Cukup	2
R24	4	4	2	3	4	3	3	4	4	2	3	4	3	4	2	4	4	4	3	2	2	4	72	3.2727 3	Baik	3
R25	2	1	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	4	2	3	3	2	1	2	2	2	48	2.1818 2	Cukup	2
R26	2	2	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	72	3.2727 3	Baik	3
R27	2	1	3	3	3	1	2	4	4	1	4	4	2	3	3	4	4	3	2	3	2	3	61	2.7727 3	Cukup	2
R28	2	1	1	2	2	2	2	4	4	2	4	2	1	3	2	4	4	2	2	2	2	1	51	2.3181 8	Cukup	2
R29	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	3	1	4	4	1	1	1	2	1	37	1.6818 2	Kurang	1
R30	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3	2	56	2.5454 5	Cukup	2
R31	2	2	3	3	3	1	2	4	4	2	4	4	2	4	2	4	3	3	1	2	2	2	59	2.6818 2	Cukup	2
R32	3	2	2	3	2	1	3	4	2	1	2	2	1	3	4	4	4	2	2	2	2	1	52	2.3636 4	Cukup	2
R33	3	1	3	3	3	1	2	4	4	3	4	4	1	4	3	4	4	3	2	3	4	4	67	3.0454 5	Baik	3
R34	3	2	1	3	2	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	4	3	3	1	2	3	3	55	2.5	Cukup	2

R35	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	3	2	3	58	2.6363 6	Cukup	2
R36	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	4	2	2	2	2	46	2.0909 1	Cukup	2
R37	2	2	2	3	3	1	2	3	4	2	3	4	2	3	3	4	4	4	1	2	3	2	59	2.6818 2	Cukup	2
R38	2	2	2	3	3	2	2	3	4	2	4	3	2	2	4	4	4	3	1	2	2	2	58	2.6363 6	Cukup	2
R39	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	1	2	3	1	61	2.7727 3	Cukup	2
R40	2	1	2	1	3	2	2	3	4	1	3	2	1	3	2	4	3	3	1	1	2	1	47	2.1363 6	Cukup	2
R41	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	49	2.2272 7	Cukup	2
R42	2	2	2	3	1	2	2	4	4	1	3	2	2	3	2	3	3	2	1	1	2	3	50	2.2727 3	Cukup	2
R43	2	2	3	4	2	1	3	4	3	3	3	3	1	4	3	4	4	2	2	2	3	2	60	2.7272 7	Cukup	2
R44	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	2	2	2	2	60	2.7272 7	Cukup	2
R45	2	1	3	3	2	1	1	3	4	2	4	2	2	4	2	3	3	3	1	2	2	1	51	2.3181 8	Cukup	2
Tota 1	10	80	84	13	12	67	88	15	15	84	13	14	78	13	11	16	16	13	75	86	89	88				
Rata 2	2.2	1.8	1.8	3.0	2.8	1.4	1.9	3.3	3.4	1.8	3.0	3.2	1.7	3.0	2.4	3.6	3.6	2.9	1.7	1.9	1.9	1.9				

Lampiran 9 Tabulasi Rata-Rata Indikator Kontrol Diri

Kriteria	Aspek	Indikator	Nomor Soal	Total Soal	Total	Rata-Rata
Kurang	Kontrol Perilaku	Kemampuan mengontrol Perilaku	1,2,3	264	680	97,14
		Kemampuan mengontrol stimulus	4,5,6,7	416		
Baik	Kontrol Kognitif	Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa	8,9,10,11	529	890	127,14
		Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian	12,13,14	361		
Cukup	Kontrol Keputusan	Kemampuan mengambil keputusan	15,16,17,18,19,20,21,22	903	903	112,87



## Lampiran 10 Tabulasi Data Umum

## Tabulasi Data Umum

No Res	Usia	Kode	Jenis Kelamin	Kode
R1	15	2	Perempuan	2
R2	15	2	Perempuan	2
R3	15	2	Perempuan	2
R4	15	2	Perempuan	2
R5	14	1	Perempuan	2
R6	15	2	Laki-laki	1
R7	15	2	Laki-laki	1
R8	15	2	Laki-laki	1
R9	15	2	Laki-laki	1
R10	14	1	Laki-laki	1
R11	15	2	Laki-laki	1
R12	15	2	Laki-laki	1
R13	15	2	Perempuan	2
R14	15	2	Perempuan	2
R15	15	2	Perempuan	2
R16	15	2	Perempuan	2
R17	15	2	Perempuan	2
R18	15	2	Laki-laki	1
R19	14	1	Laki-laki	1
R20	15	2	Laki-laki	1
R21	15	2	Laki-laki	1
R22	15	2	Laki-laki	1
R23	15	2	Laki-laki	1
R24	15	2	Perempuan	2
R25	15	2	Perempuan	2
R26	15	2	Perempuan	2
R27	15	2	Perempuan	2
R28	14	1	Perempuan	2
R29	15	2	Perempuan	2
R30	15	2	Perempuan	2
R31	15	2	Perempuan	2
R32	15	2	Perempuan	2
R33	15	2	Perempuan	2
R34	14	1	Perempuan	2
R35	15	2	Perempuan	2
R36	15	2	Perempuan	2
R37	15	2	Perempuan	2

R38	15	2	Perempuan	2
R39	14	1	Perempuan	2
R40	16	3	Perempuan	2
R41	16	3	Laki-laki	1
R42	15	2	Perempuan	2
R43	15	2	Perempuan	2
R44	15	2	Perempuan	2
R45	16	3	Perempuan	2



## Lampiran 11 Hasil Pengolahan Data SPSS

**Frequency Table****Statistics**

		Usia	Jenis Kelamin
N	Valid	45	45
	Missing	0	0

**Usia**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14	6	13.3	13.3	13.3
	15	36	80.0	80.0	93.3
	16	3	6.7	6.7	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

**Jenis Kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	14	31.1	31.1	31.1
	Perempuan	31	68.9	68.9	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

**Crosstabs****Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
	Kestabilan Emosi * Kontrol Diri	45	100.0%	0	.0%	45

Kestabilan Emosi \* Kontrol Diri Crosstabulation

			Kontrol Diri			Total
			Kurang	Cukup	Baik	
Kestabilan Emosi	Cukup	Count	0	24	0	24
		Expected Count	.5	21.9	1.6	24.0
		% within Kestabilan Emosi	.0%	100.0%	.0%	100.0%
		% within Kontrol Diri	.0%	58.5%	.0%	53.3%
		% of Total	.0%	53.3%	.0%	53.3%
Baik		Count	1	17	3	21
		Expected Count	.5	19.1	1.4	21.0
		% within Kestabilan Emosi	4.8%	81.0%	14.3%	100.0%
		% within Kontrol Diri	100.0%	41.5%	100.0%	46.7%
		% of Total	2.2%	37.8%	6.7%	46.7%
Total		Count	1	41	3	45
		Expected Count	1.0	41.0	3.0	45.0
		% within Kestabilan Emosi	2.2%	91.1%	6.7%	100.0%
		% within Kontrol Diri	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	2.2%	91.1%	6.7%	100.0%

### Nonparametric Correlations

			Kestabilan Emosi	Kontrol Diri
Spearman's rho	Kestabilan Emosi	Correlation Coefficient	1.000	.415**
		Sig. (2-tailed)	.	.005
		N	45	45
	Kontrol Diri	Correlation Coefficient	.415**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.005	.
		N	45	45

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

## Lampiran 12 Surat Pengantar Bimbingan Skripsi



**ITS Kes Insan Cendekia Medika**  
**FAKULTAS KESEHATAN**  
**Program Studi S1 Ilmu Keperawatan**  
 Jl Kemuning No. 57 A Candimulyo Jombang Jawa Timur Indonesia

SK. Kemendikbud Ristek No. 68/7/O/2022

---

Nomor : 042/S1-Kep/ITSK.ICME/II/2024  
 Sifat : Penting  
 Hal : Pengantar Bimbingan SKRIPSI

Jombang, 20 Februari 2024

Kepada  
 Pembimbing I & Pembimbing II SKRIPSI  
 Prodi S1 Keperawatan  
 Di  
 Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan proses penyusunan skripsi mahasiswa prodi S1 Ilmu Keperawatan ITS Kesehatan Jombang Tahun Akademik 2023/2024, maka berdasarkan surat ini mahasiswa kami

Nama : Sandra Dewi Illana  
 NIM : 203210028  
 Pembimbing I : Endang Yuswatiningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kes  
 Pembimbing II : Suhendra Agung Wibowo, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Dinyatakan dapat memulai proses pembimbingan SKRIPSI kepada Pembimbing I & Pembimbing II karena sudah melengkapi persyaratan pendaftaran SKRIPSI secara administratif, untuk itu kiranya sebagai Pembimbing I & II berkenan memulai proses pembimbingan SKRIPSI mulai Tanggal 21 Februari 2024.

Demikian pemberitahuan ini, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

**Mengetahui,**  
**Ketua Prodi S1 Keperawatan**



**Endang Yuswatiningsih S.Kep.,Ns.,M.Kes**  
 NIK. 04.08.119

Kampus A Jl. Kemuning No 57 A Candimulyo - Jombang  
 Kampus B Jl. Halmahera 33 Kaliwungu - Jombang  
 Website: [www.itskes.icme-jbg.ac.id](http://www.itskes.icme-jbg.ac.id)  
 Tlp. 0321 8194886 Fax. 0321 8191335

## Lampiran 13 Surat Balasan Tempat Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN JOMBANG  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**SMP NEGERI 1 NGORO**

Jl. Badang No.- Ngoro, Jombang. Telp. 0321-710060 Kode Pos. 61473  
Email : [smpn1ngoro@yahoo.co.id](mailto:smpn1ngoro@yahoo.co.id). Web : [www.smpn1ngoro.sch.id](http://www.smpn1ngoro.sch.id)

Ngoro, 20 Juni 2024

Nomor : 800/271/415.16.50/2024

Lampiran : -

Perihal : Balasan Surat Izin Penelitian

Kepada :

Yth. Dekan Fakultas Kesehatan

di-

ITS KESEHATAN ICMe JOMBANG

Dengan Hormat,

Menindak lanjuti surat dari ITS Kesehatan ICMe Jombang Nomor : 040/FK/III/2024 berkenaan dengan Permohonan Penelitian, maka dengan ini kami memberikan ijin untuk melakukan Penelitian di SMPN 1 Ngoro kepada :

Nama : SANDRA DEWI ILLANA  
NIM : 203210028  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Perihal : Izin Penelitian

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.



Kepala SMP Ngoro,

**SHOBIRIN, S.Pd.,MM**

Pembina Tk.1

NIP : 19670228 199803 1 005

## Lampiran 14 Surat Pengecekan Judul di Perpustakaan

 **PERPUSTAKAAN**  
**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN**  
**INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG**

Kampus C Jl. Kemuning No. 57 Candimulyo Jombang Telp. 0321-865446

**SURAT PERNYATAAN**  
**Pengecekan Judul**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Sandra Dewi Illana  
NIM : 203210028  
Prodi : S1 Keperawatan  
Tempat/Tanggal Lahir: Jombang, 28 Juli 2002  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Dsn. Blimbing Rt.06 Rw.01 Ds.Blimbing Kec. Gudo Kab. Jombang  
No.Tlp/HP : 085732345986  
*email* : sandra280702@gmail.com

Judul Penelitian : **Hubungan Kestabilan Emosi dengan Tingkat Kontrol Diri pada Siswa Kelas 9 (di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang)**

Menyatakan bahwa judul diatas dilakukan pengecekan, dan judul tersebut akan di ajukan sebagai judul Skripsi. Demikian surat pengajuan ini dibuat untuk dapat dijadikan sebagai referensi kepada dosen pembimbing dalam mengajukan judul Skripsi.

Jombang, 14 Mei 2024  
Mengetahui,  
Kepala Perpustakaan

  
**Dwi Nuriana, M.IP**  
**NIK.01.08.112**

PERPUSTAKAAN

## Lampiran 15 Lembar Hasil Uji Etik



**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE**

**Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang  
Institute of Technology Science and Health Insan Cendekia Medika Jombang**

**KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK  
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL**

**“ETHICAL APPROVAL”  
No. 108/KEPK/ITSKES-ICME/V/2024**

Komite Etik Penelitian Kesehatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul :

*The Ethics Committee of the Institute of Technology Science and Health Insan Cendekia Medika Jombang with regards of the protection of human rights and welfare in medical research, has carefully reviewed the research protocol entitled :*

**Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas 9**

Peneliti Utama : Sandra Dewi Illiana  
*Principal Investigator*

Nama Institusi : ITS KES Insan Cendekia Medika Jombang  
*Name of the Institution*

Unit/Lembaga/Tempat Penelitian : SMP Negeri 1 Ngoro, Jombang  
*Setting of Research*

**Dan telah menyetujui protokol tersebut diatas.  
And approved the above - mentioned protocol.**



Jombang, 15 Mei 2024  
Ketua,



Dhita Yuniar Kristianingrum S.ST.,Bd.,M.Kes  
NIK. 05.10.371

## Lampiran 16 Lembar Bimbingan Skripsi

## Lampiran 16. Lembar Bimbingan Proposal dan Skripsi Pembimbing I

FORMAT BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Sandra Dewi Illana

NIM : 203210028

Judul Skripsi : Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri pada Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang

Pembimbing I : Endang Yuswatiningsih, S.Kep.Ns., M.Kes

No	Tanggal	Hasil Bimbingan	Tanda tangan
1.	26 / 02 2024	Pengajuan Judul Skripsi	
2.	28 / 03 2024	BAB 1 Pendahuluan	
3.	04 / 03 2024	BAB 2 & BAB 3	
4.	08 / 03 2024	Revisi BAB 1, 2, 3	
5.	14 / 03 2024	Revisi BAB 2 & 3	
6.	15 / 03 2024	Bimbingan BAB 4	
7.	18 / 03 2024	Revisi BAB 4	
8.	22 / 03 2024	Revisi BAB 4 + ACC	
9.	10 / 06 2024	Pengolahan Data	
10.	12 / 06 2024	Revisi Pengolahan Data	
11.	13 / 06 2024	Bimbingan BAB 5	
12.	18 / 06 2024	Revisi BAB 5 + Abstrak	
13.	19 / 06 2024	Revisi Abstrak + Bimbingan BAB 6	
14.	20 / 06 2024	Revisi BAB 6	
15.	21 / 06 2024	Revisi BAB 6	
16.	24 / 06 2024	Revisi Penulisan BAB 6	
17.	26 / 06 2024	ACC SKRIPSI	

## Lampiran 17 Lembar Bimbingan Skripsi

## Lampiran 17. Lembar Bimbingan Proposal dan Skripsi Pembimbing 2

**FORMAT BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Sandra Dewi Illana

NIM : 203210028

Judul Skripsi : Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri pada Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ngoro Jombang

Pembimbing II : Suhendra Agung Wibowo.,S.Kep.Ns.,M.Kes

No	Tanggal	Hasil Bimbingan	Tanda tangan
1.	26 / 03 29/24	BAB 1	
2.	05 / 03 29/24	Revisi BAB 1	 
3.	07 / 03 2024	Revisi Latar Belakang BAB 1	
4.	08 / 03 2024	Revisi BAB 1	 
5.	14 / 03 2024	BAB 2 & BAB 3	
6.	18 / 03 2024	Revisi BAB 2 & BAB 3	 
7.	20 / 03 2024	Revisi BAB 2 & BAB 3	
8.	25 / 03 2024	BAB 4	 
9.	11 / 06 2024	Pengolahan Data	
10.	13 / 06 2024	Revisi Pengolahan Data	 
11.	18 / 06 2024	Revisi Pengolahan Data	
12.	19 / 06 2024	Bimbingan BAB 5	 
13.	20 / 06 2024	Revisi BAB 5	
14.	21 / 06 2024	Revisi BAB 5	 
15.	22 / 06 2024	BAB 6	
16.	24 / 06 2024	Revisi BAB 6	 
17.	28 / 06 2024	ACC SKRIPSI	

## Lampiran 18 Surat Keterangan Bebas Plagiasi



**ITSKes** Insan Cendekia Medika  
Jl Kemuning No. 57 A Candimulyo Jombang Jawa Timur Indonesia

SK. Kemendikbud Ristek No. 88/E/O/2022

**KETERANGAN BEBAS PLAGIASI**

Nomor : 05/R/SK/ICME/IV/2024

Menerangkan bahwa;

Nama : Sandra Dewi Illana  
NIM : 203210028  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Fakultas : Kesehatan  
Judul : Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas 9 Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Jombang

Telah melalui proses Check Plagiasi dan dinyatakan BEBAS PLAGIASI, dengan persentase kemiripansesbesar 22%. Demikian keterangan ini dibuat dan diharapkan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jombang, 8 September  
2024

Wakil Rektu I

Dr. Lusijannah Meimasati, SST., M.Kes.  
NIDN. 0718058503

Lampiran 19 *Digital Receipt Turnitin*

## Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Sandra Dewi Illana  
 Assignment title: Quick Submit  
 Submission title: HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI PA...  
 File name: SKRIPSI\_Sandra\_Uji\_Turnit\_2\_\*\_Sandra\_Dewi\_Illana.doc  
 File size: 690.5K  
 Page count: 46  
 Word count: 7,523  
 Character count: 47,916  
 Submission date: 11-Sep-2024 04:09PM (UTC+0430)  
 Submission ID: 2450938684



## Lampiran 20 Hasil Turnit

turnitin Page 1 of 31 - Cover Page Submission ID: 870666132001990217

## Sandra Dewi Illana

### HUBUNGAN KESTABILAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI PADA SISWA KELAS 9 (Di Sekolah Menengah Pertama Negeri ...

Quick Submit  
Quick Submit  
Psychology

---

#### Document Details

Submission ID trncald=:t:8066799027	46 Pages
Submission Date Sep 11, 2024, 4:29 PM GMT+4:30	7,522 Words
Download Date Sep 11, 2024, 4:29 PM GMT+4:30	47,816 Characters
File Name SKRIPSI_Sandra_Uji_Turnit_2_-_Sandra_Dewi_Illana.doc	
File Size 692.5 KB	

turnitin Page 1 of 31 - Cover Page Submission ID: 870666132001990217

## 22% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

### Filtered from the Report

- ▶ **Small Matches (less than 20 words)**

### Top Sources

- 21%  Internet sources
- 7%  Publications
- 15%  Submitted works (Student Papers)

### Integrity Flags

#### 0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you look at your submission there for further review.

### Top Sources

21%  Internet sources  
 7%  Publications  
 15%  Submitted works (Student Papers)

### Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet sources	id.123dok.com	4%
2	Internet sources	digilib.umg.ac.id	2%
3	Internet sources	repo.stikeslcm-jbg.ac.id	2%
4	Internet sources	e-journal.undikma.ac.id	1%
5	Internet sources	repository.itskmlcm.ac.id	1%
6	Internet sources	www.majalahsarapendidikan.com	1%
7	Internet sources	eprints.uny.ac.id	1%
8	Internet sources	eprints.umr.ac.id	1%
9	Internet sources	www.cambridge.org	1%
10	Internet sources	www.acribd.com	0%
11	Internet sources	lib.unnes.ac.id	0%

Lampiran 21 Dokumentasi Penelitian



INDEKIA MEDIKA J



CENDEKIA MEDIKA JOMI

Lampiran 22 Surat Kesediaan Unggahan

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN UNGGAH  
KARYA TULIS ILMIAH**

Yang bertanda-tangan dibawah ini:

Nama : Sandra Dewi Illana  
NIM : 203210028  
Prodi : S1 Ilmu Keperawatan

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada ITSKes Insan Cendekia Medika Jombang Hak Bebas Royaltas Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Rights*) atas penelitian yang berjudul "Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri pada Siswa Kelas 9 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Jombang".

Hak Bebas Royaltas Non Eksklusif ini ITSKes Insan Cendekia Medika Jombang berhak menyimpan alih KTI/SKRIPSI/media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat SKRIPSI, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jombang, 18 Juli 2024  
Yang Menyatakan



(Sandra Dewi Illana)  
NIM. 203210028