

**HUBUNGAN KEMATANGAN BERAGAMA DENGAN
REGULASI EMOSI PADA SANTRIWATI PONDOK
PESANTREN DARUL FALAH BESONGO KOTA SEMARANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

DESI Mulyani
NIM: 134411078

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2018

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Desi Mulyani

Nim : 134411078

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Judul Skripsi : Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Kota Semarang. Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada suatu perguruan tinggi, dan dalam pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini atau disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 11 Desember 2017



DESI MULYANI

NIM. 134411078

HUBUNGAN KEMATANGAN BERAGAMA DENGAN REGULASI EMOSI
PADA SANTRIWATI PP. DARUL FALAH BESONGO SEMARANG



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

DESI MULYANI

NIM: 134411078

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2017

Semarang, 11 Desember 2017

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. H. Abdullah Hadziq, MA

NIP. 19500103 197703 1 002

Sri Rejeki, S. Sos, I, M, Si

NIP. 19790304 200604 2001

NOTA PEMBIMBING

Lampiran : 3 (Tiga) Eksemplar

Hal : Naskah Skripsi

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Assalamualaikum wr. wb

Setelah kami mengadakan koreksi dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Desi Mulyani

Nim : 134411078

Program : S1 Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang. Dengan ini kami mohon agar skripsi saudara tersebut dapat dimunaqosahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb

Semarang, 11 Desember 2017

Pembimbing I

Pembimbing II



Prof. Dr. H. Abdullah Hadziq, M. A

NIP. 19500103 197703 1 002



Sri Rejeki, S. Sos. I, M. Si

NIP. 19790304 200604 2001

PENGESAHAN

Skripsi saudara Desi Mulyani No. Induk 134411078 telah dimunaqasyahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang pada tanggal:

12 Januari 2018

dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam ilmu Ushuluddin dan Humaniora.



Dr. Ahmad Musyafiq, M.Ag
NIP. 19720709 199903 1002

Pembimbing I

Prof. Dr. H. Abdullah Hadziq, M. A
NIP. 19500103 197703 1002

Penguji I

Dr. Abdul Mahaya, MA
NIP. 19621018 199101 1001

Pembimbing II

Sri Rejeki, S. Sos. I. M. Si
NIP. 19790304 200604 2001

Penguji II

Fitriyati, S. Psi., M. Si
NIP. 19690725 200501 2002

Sekretaris Sidang

Dr. H. Muh. In'amuzzahidin M.Ag
NIP. 19771020 200312 1002

MOTTO

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.” (QS. Ar-Ra’d (13) : 28)

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin disini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf latin beserta perangkatnya. Pedoman transliterasi dalam skripsi ini meliputi:

1. Kosonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sta	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Dzal	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Za	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Shad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dhad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Tha	ṭ	te (dengan titik di bawah)

ظ	Dha	z	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain'	koma terbalik (diatas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat. Transliterasinya sebagai berikut:

كتب dibaca kataba

فعل dibaca fa'ala

ذكر dibaca zükira

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasi lainnya berupa gabungan huruf, yaitu:

يد هب dibaca yaẓhabu

سعل dibaca su'ila

كيف dibaca kaifa

هول dibaca haula

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, contoh:

قال dibaca qāla

قيل dibaca qīla

يقول dibaca yaqūlu

4. Ta Marbutah

Transliterasinya menggunakan:

- a. Ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya ah.

Contoh : طلحة dibaca ṭhalḥah

- b. Sedangkan pada kata yang terakhir dengan ta marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan h.

Contoh : روضة الاطفال dibaca rauḍat ul aṭfal

5. Syaddah

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab di lambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah dalam tranliterasi ini tanda syaddah tersebut di lambangkan dengan

huruf, yaitu huruf yang sama dengan yang diberi tanda syaddah.

Contoh:

ربنا dibaca rabbanā
نزل dibaca nazzala
البر dibaca al-Birr
الحج dibaca al-Hajj
نعم dibaca na‘ama

6. Kata Sandang

Transliterasi kata sandang dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

a. Kata sandang diikuti huruf syamsiah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh: الرحيم dibaca ar-rahīmu

b. Kata sandang diikuti huruf qamariah

Kata sandang diikuti oleh huruf qamariah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya.

Contoh: الملك dibaca al-maliku

Namun demikian, dalam penulisan skripsi penulis menggunakan model kedua, yaitu baik kata sandang diikuti oleh huruf syamsiah ataupun huruf *al-qamariah* tetap menggunakan *al-Qamariah*.]

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah di transliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Bila hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak di lambangkan karena dalam tulisan arab berupa alif.

Contoh:

تأخذونه dibaca ta'khuzūna

النوء dibaca an-nau'

شيء dibaca syai'un

ان dibaca inna

8. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il, isim maupun huruf, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan hruuf Arab sudah lazimnya dirangkaiakan dengan kata lain. Karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan, maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

مناستطاع اليه سبيلا dibaca manistaṭā' a ilaihi sabila

وان الله لهو خير الرازقين dibaca wa innallāhā lahuwa khairurrāziqīn

9. Huruf Kapital

Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu di dahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf

kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Contoh:

ومامحمدالارسول dibaca wa mā Muhammadun illā rasūl

ولقدراه بالافق المين dibaca wa laqad ra ‘ āhu bi al-ufuq al-mubīnī

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tidak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu di sertai dengan pedoman tajwid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirabbil'alamin. Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, atas kasih sayang dan rahmat-Nya lah penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Skripsi ini berjudul "*Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Kota Semarang.*", disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran-saran dari berbagai pihak sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang
Prof. Dr. H. Muhibbin, M. Ag
2. Dr. H. M. Mukhsin Jamil, M. Ag selaku dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang dan wali studi.
3. Bapak Dr. Sulaiman al-Kumaiyi, M. Ag selaku ketua jurusan Tasawuf dan Psikoterapi serta ibu Fitriyati, S. Psi., M. Si selaku sekretaris jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

4. Prof. Dr. H. Abdullah Hadziq, M. A selaku pembimbing I dan ibu Sri Rejeki, S.Sos., I, M. Si selaku pembimbing II, yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo, atas segala kesabaran dan keikhlasannya dalam membimbing penulis dan memberikan ilmu-ilmunya kepada penulis, dan seluruh karyawan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
6. Kepada pimpinan Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M. Ag. dan Dr. H. Arikhah, M. Ag yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang.
7. Kepada Mbak Nur Qomarrurohmah selaku ketua umum Pondok Pesantren Darul Falah Besongo masa khidmah 2016-2017, Mbak Muizzatus Saadah selaku ketua umum Pondok Pesantren Darul Falah Besongo masa khidmah 2017-2018 dan seluruh santri yang telah menyempatkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk membantu kelancaran penelitian penulis.
8. Kedua orang tua yaitu Alm. Bapak Makmun Agus Santoso dan Ibu Ida yang telah membimbing dengan penuh cinta, dan kasih sayang. Sebagai motivator dan selalu mendukung penulis.

9. Kepada saudara penulis Anton Purnomo dan Indah Octa Viani serta kakak ipar Nur Maesaroh dan ponakan Abimanyu Shiddiq Purnomo yang selalu mendukung dan mendoakan dalam setiap langkah penulis.
10. Kepada Mbak Umi Ni'matin Choiriyah, Dewi Rakhmawati Mustofa, Anna Mukhayatul Fauziah, Fiftin Nur Aida, Muthiatun Al abidah, Priyastiningsih, seluruh keluarga kelas TP-I 2013, keluarga kelas TP-H 2013, dan para pejuang wisuda 7 Maret 2018.
11. Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (FUHUM) UIN Walisongo Semarang, terima kasih telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Kepada mereka skripsi ini penulis persembahkan dan penulis mengucapkan terima kasih, semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan bagi para pembaca umumnya.

Semarang, 11 Desember 2017

Penulis,

Desi Mulyani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN DEKLARASI KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	vii
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH.....	xiii
HALAMAN DAFTAR ISI.....	xvi
HALAMAN ABSTRAK.....	xix
HALAMAN DAFTAR TABEL.....	xx
HALAMAN DAFTAR LAMPIRAN	xxi

BAB 1 : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian.....	10
D. Kajian Pustaka.....	11
E. Sistematika Penulisan Skripsi	17

BAB II : LANDASAN TEORI

A. Kematangan Beragama	21
1. Pengertian Kematangan Beragama	21
2. Kematangan Beragama dalam Pandangan	

3. Tasawuf.....	23
4. Faktor-faktor Kematangan Beragama	27
5. Ciri-ciri Kematangan Beragama	34
6. Aspek-aspek Kematangan Beragama.....	37
B. Regulasi Emosi	41
1. Pengertian Emosi.....	41
2. Pengertian Regulasi Emosi.....	44
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	48
4. Ciri-ciri Regulasi Emosi	50
5. Aspek-aspek Regulasi Emosi	52
C. Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi	53
D. Hipotesis.....	58

BAB III : METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	60
B. Variabel Penelitian	61
C. Definisi Operasional Variabel.....	62
D. Populasi dan Sampel Penelitian	63
E. Metode Pengambilan Data	66
F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	72
G. Teknik Analisis Data.....	77

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang.....	79
B. Deskripsi Data Penelitian	97
C. Uji Persyaratan Analisis	103
D. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	106
E. Pembahasan Hasil Penelitian	107

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan	114
B. Saran.....	115

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Kota Semarang” yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Kota Semarang.

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan lapangan (*field research*). Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *Purposive Random Sampling*. Berdasarkan teknik tersebut diambil sampel sebanyak 52 santriwati. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala. Analisis data menggunakan korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS (*Statistical Program For Social Service*) versi 17.00 *for windows*.

Hasil uji hipotesis diperoleh $r_{xy} = 0,614$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan beragama dan regulasi emosi santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang. Yaitu semakin tinggi kematangan beragama santriwati maka akan semakin tinggi regulasi emosinya. Dengan kategorisasi santriwati pada variabel kematangan beragama 41 santriwati dari 52 subjek atau 78,8% dalam interval skor nilai berkisar antara 150,4 – 205 termasuk dalam kategori santriwati yang memiliki tingkat kematangan beragama yang tinggi dan variabel regulasi emosi 33 santriwati dari 52 subjek atau 63,4% dalam interval skor nilai berkisar antara 121-165 memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi.

Kata kunci : kematangan beragama, regulasi emosi

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Data Jumlah Santri Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Kota Semarang	67
Tabel 2	Skor Skala Likert.....	68
Tabel 3	Blueprint Skala Kematangan Beragama.....	71
Tabel 4	Blueprint Skala Regulasi Emosi.....	76
Tabel 5	Analisis Reliabilitas Kematangan Beragama dan Regulasi Emosi	76
Tabel 6	Deskripsi Data	98
Tabel 7	Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data	103
Tabel 8	Hasil Uji Normalitas.....	104
Tabel 9	Hasil Uji Linieritas	105
Tabel 10	Hasil Uji Korelasi.....	106

DAFTAR LAMPIRAN-LAMPIRAN

- Lampiran A Skala uji coba kematangan beragama dan regulasi emosi
Lampiran B Tabulasi data uji coba skala kematangan beragama dan regulasi emosi
Lampiran C Uji validitas dan reliabilitas instrumen
Lampiran D Skala penelitian kematangan beragama dan regulasi emosi
Lampiran E Tabulasi data penelitian skala kematangan beragama dan regulasi emosi
Lampiran F Jumlah skor nilai skala penelitian kematangan beragama dan regulasi emosi
Lampiran G Hasil-hasil SPSS 17.0 *for windows*
Lampiran H Surat-surat

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Emosi sangat erat hubungannya dengan segala aspek kehidupan manusia. Emosi adalah keadaan batin manusia yang berhubungan erat dengan rasa senang, sedih, gembira, kasih sayang dan benci.¹ Penggolongan emosi terdiri dari dua bagian yaitu emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif yaitu emosi yang dapat menimbulkan perasaan tenang dan senang bagi individu yang mengalaminya. Emosi positif juga membawa semangat karena terdapat unsur motivasi yang kuat. Sedangkan emosi negatif adalah emosi yang identik dengan perasaan tidak menyenangkan dan berimbas pada perasaan yang kurang baik bagi individu yang mengalaminya. Emosi negatif juga dapat menimbulkan permasalahan yang mengganggu diri sendiri dan berdampak pula bagi orang lain.²

Jiwa keagamaan merupakan aspek rohani (psikis) yang bergantung pada perkembangan aspek fisik individu. Begitu juga

¹ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta : Prenada Media, 2015), h. 251

² Coky Aditya Z, *Berbagai Terapi Jitu Atasi Emosi Sehari-Hari*, (Yogyakarta : Flashbooks , 2015), h. 27

sebaliknya. Oleh sebab itu, kesehatan fisik juga memberikan pengaruh pada kesehatan mental. Tingkat usia juga menentukan perkembangan seseorang. Charlotte Buchler memberikan tiga gambaran masa perkembangan manusia yaitu periode prapubertas, periode pubertas dan periode adolese. Pada masa prapubertas Charlotte Buchler memberikan gambaran dengan “Perasaan saya tidak enak, tetapi tidak tahu apa sebabnya”, periode pubertas digambarkan dengan “Saya ingin sesuatu, tetapi tidak tahu ingin apa”, dan periode adolence digambarkan dengan kata-kata “Saya hidup dan saya tahu untuk apa”.

Charlotte Buchler menyatakan bahwa ketika seseorang menginjak usia remaja atau sedang berada di usia remaja perkembangan jiwa keagamaan mereka masih labil. Berbeda ketika mereka telah berada di usia dewasa, seseorang sudah memiliki kematapan jiwa. “Saya hidup dan saya tahu untuk apa”, menjelaskan bahwa seseorang yang telah memasuki usia dewasa sudah mempunyai tanggung jawab dan telah memahami sistem nilai yang dipegang serta selalu berusaha untuk mempertahankan sistem nilai yang dipegang tersebut. Identitas yang jelas dan kepribadian yang mantap juga telah disandang oleh mereka yang sudah memasuki usia dewasa.³

³ Jalaludin, *Psikologi Agama*, (Jakarta : PT Rajagrafindo Persada, 1996), h. 93

Kemantapan jiwa pada orang dewasa telah memberikan gambaran tentang sikap keberagamaan pada orang dewasa yang telah matang. Kematangan beragama adalah kemampuan seseorang dalam memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari. Kematangan beragama terkait erat dengan kematangan usia manusia. Demikian halnya dengan perkembangan kepribadian seseorang, apabila telah sampai pada suatu tingkat kedewasaan, maka akan ditandai dengan kematangan jasmani dan ruhani. Pada saat inilah seseorang sudah memiliki keyakinan dan pendirian yang tetap dan kuat terhadap pandangan hidup atau agama yang dianut. Kematangan atau kedewasaan seseorang dalam beragama biasanya ditunjukkan dengan kesadaran dan keyakinan yang teguh karena menganggap benar akan agama yang dianut dan ia memerlukan agama dalam hidupnya.⁴

Santriwati adalah sebutan untuk perempuan yang belajar dan mencari ilmu di pesantren.⁵ Pesantren sendiri merupakan suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan

⁴ Hafî Anshari, *Dasar-dasar Ilmu Jiwa Agama*, (Surabaya : Usaha Nasional, 1991), h. 94

⁵ Fathuroby Akhifiellah, (2013) *Eksistensi Santriwati Dalam Pesantren*. Diunduh pada tanggal 9 April 2017 dari <http://fathoerakhiefiel.blogspot.co.id/2013/02/eksisitensi-santriwati-dalam-pesantren.html>

pelajaran agama islam sekaligus terdapat asrama sebagai tempat tinggal para santri yang menetap.⁶

Pondok Pesantren Darul Falah BeSongo merupakan suatu wadah untuk meningkatkan sisi spiritualitas dan intelektualitas santri. Penyelenggaraan pendidikan pesantren ini banyak difokuskan pada latihan spiritualitas dan daya nalar santri, sehingga hal ini dapat membangun kepribadian santri yang unggul dan berakhlak. Disisi lain, Pondok Pesantren Dafa BeSongo merupakan pondok pesantren yang mayoritas santriwati adalah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam. Pengalaman-pengalaman keagamaan santriwati terus digali dari pengetahuan agama yang didapat bukan hanya dari pondok tetapi juga dari kampus. Tentunya mereka sudah memasuki usia dewasa awal yaitu masa peralihan dari remaja menuju dewasa.

Menurut Jalaludin sebagaimana dikutip oleh Rohmalina Wahab sejalan dengan tingkat perkembangan usia, seseorang yang sudah memasuki usia dewasa telah memiliki sikap keagamaan yang matang. Sikap keagamaan pada orang dewasa, memiliki ciri-ciri diantaranya yaitu, pertama, mereka sudah tidak lagi sekedar ikut-ikutan tetapi sudah menerima kebenaran agama berdasarkan pertimbangan pemikiran yang matang. Kedua, cenderung bersifat realistis sehingga norma-norma agama lebih

⁶ Mujamil Qomar, *Pesantren : Dari Transformasi Metodologi Menuju Demokratisasi Institusi*, (Jakarta : Erlangga, tt), h. 2

banyak diaplikasikan dalam sikap dan tingkah laku. Ketiga, bersikap positif terhadap ajaran dan norma-norma agama dan berusaha untuk mempelajari dan memperdalam pemahaman keagamaan. Keempat, tingkat ketaatan beragama didasarkan atas dasar pertimbangan dan tanggung jawab diri hingga sikap keberagamaan merupakan realisasi dari sikap hidup. Kelima, bersikap lebih terbuka dan wawasan yang lebih luas serta lebih kritis terhadap materi ajaran agama sehingga kemantapan beragama selain didasarkan atas pertimbangan pikiran, juga didasarkan atas pertimbangan hati nurani. Keenam, sikap keberagamaan cenderung mengarah kepada tipe-tipe kepribadian masing-masing, sehingga terlihat adanya pengaruh kepribadian dalam menerima, memahami serta melaksanakan ajaran agama yang diyakini. Ketujuh, terlihat adanya hubungan antara sikap keberagamaan dengan kehidupan sosial, sehingga perhatian terhadap kepentingan organisasi sosial keagamaan sudah berlangsung⁷

Dewasa seringkali disebut dengan matang atau masak, kedewasaan atau kematangan merupakan titik puncak suatu proses perkembangan, sebab pada hakikatnya perkembangan bertujuan untuk mencapai kedewasaan. Kedewasaan seseorang itu dapat dilihat dari cara seseorang mengatur emosinya. Jika

⁷ Rohmalina Wahab, *Psikologi Agama*, (Jakarta : RajaGrafindo Persada, 2015), h. 132

orang pandai mengatur emosinya, maka berarti semua tindakan yang dilakukan bukan hanya mengandalkan dorongan nafsu tetapi juga menggunakan akal. Menyalurkan emosi dengan dikendalikan oleh akal dan pertimbangan sehat dapat melahirkan sebuah tindakan yang telah dewasa, dan yang tetap adalah tetap berada dalam peraturan dan norma-norma yang berlaku dalam agama.⁸

Menurut Anderson, individu yang telah memasuki usia dewasa memiliki kemampuan untuk mengendalikan perasaan pribadi, dimana seseorang yang matang dapat mengelola perasaan-perasaan sendiri dan tidak dikuasai oleh perasaan-perasaan sendiri dalam mengerjakan sesuatu atau berhadapan dengan orang lain. Individu tidak lagi mementingkan diri sendiri, tetapi mempertimbangkan pula perasaan-perasaan orang lain.⁹

Maka dengan jiwa keberagamaan yang matang dan usia yang telah mencapai kedewasaan santriwati mampu mengatur dan mengontrol emosi yang dikeluarkan dan memunculkan emosi positif daripada emosi negatif sehingga tidak menimbulkan hal yang merugikan bagi diri sendiri atau orang lain.

⁸ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta : Prenadamedia Grup, 2015), h. 251

⁹ Andi Mappiare, *Psikologi Orang Dewasa : Bagi Penyesuaian dan Pendidikan*, (Surabaya : Usaha Nasional, tt), h. 17

Namun kenyataan dari fenomena yang terjadi di Pondok Pesantren Darul Falah BeSongo adalah tidak semua santriwati dapat mengaplikasikan jiwa kematangan beragama didalam kehidupan, masih terdapat santriwati yang memiliki jiwa kematangan beragama yang tinggi tetapi kurang dapat mengatur dan mengekspresikan emosi dengan tepat. Hal ini dapat dilihat dari penuturan yang telah disampaikan oleh Nur Qomarur Rohmah selaku ketua umum pengurus Pondok Pesantren Dafa BeSongo, terdapat santriwati yang memiliki regulasi emosi yang rendah walaupun sudah lama mondok di Pondok Pesantren Dafa BeSongo. Santriwati senior yang berada di tahun ke 4 dimana tahun ke 4 adalah tingkatan terlama dan tertinggi dalam usia mondok ketika melanggar peraturan pondok dan diingatkan oleh pengurus yang notabene berada di tingkat bawahnya sering tersinggung dan tidak terima (mengomel) ketika mendapatkan *takzir* (hukuman). Hal ini karena menganggap bahwa mereka sudah senior atau sudah lama mondok di Pondok Pesantren Dafa BeSongo.¹⁰ Walaupun sudah berada di tingkatan tertinggi masih ada santriwati yang memunculkan emosi negatif ketika dihadapkan dengan situasi yang menekan. Selain itu, Umi Nadhiroh yang merupakan salah satu pengurus juga mengungkapkan bahwa ada santriwati yang sering melanggar peraturan-peraturan pondok dan sulit menyesuaikan keadaan di

¹⁰ Wawancara dengan Nur Qomarur Rohmah, ketua umum pengurus Pondok Pesantren Dafa BeSongo, pada tanggal 14 April 2017

pondok karena tidak terbiasa terikat dengan peraturan pondok, hal ini sering terjadi pada santriwati junior atau santriwati yang sebelumnya belum memiliki pengalaman mondok dan ketika mendapatkan peringatan atau hukuman dari pengurus mereka sering mengeluarkan emosi negatif seperti membantah, berkelit atau menggerutu.¹¹

Berbagai strategi dapat digunakan untuk mengontrol, mengendalikan dan mengatur emosi agar tidak berlebihan. Didalam Islam telah diajarkan supaya manusia tidak berlebihan dalam mengekspresikan emosi yang dirasakan. Intensitas emosi yang berlebihan dapat membuat seseorang kehilangan kontrol, baik emosi negatif maupun emosi positif.¹²

لَكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۗ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ

مُخْتَالٍ فَخُورٍ

Artinya : “Supaya kamu jangan terlalu berduka cita terhadap apa yang luput dari dirimu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membangggakan diri.” (QS. Al-Hadid (57) : 23)

¹¹ Wawancara dengan Umi Nadhiroh, pengurus Pondok Pesantren Dafa BeSongo, pada tanggal 12 April 2017

¹² Aliah B. Purwakanian Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami : Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran hingga Pasca Kematian*, (Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada, 2006), h. 173

Dalam hal ini, bagaimana cara seorang individu dalam meregulasi emosinya sangat dibutuhkan. Regulasi emosi menurut Reivich & Shatte adalah kemampuan individu untuk tetap tenang ketika mendapatkan tekanan. Seseorang yang mempunyai kemampuan regulasi emosi ketika merasakan kesal dapat mengendalikan diri dan ketika merasakan cemas, sedih atau marah dapat mengatasi dengan baik. Sehingga dapat mengatasi masalah dengan cepat. Pengekspresian emosi positif maupun negatif jika dilakukan dengan tepat dapat membuat seorang individu sehat dan konstruktif. Reivich & Shatte berpendapat bahwa terdapat dua hal penting yang berkaitan dengan regulasi emosi, yaitu ketenangan (*calming*) dan fokus (*focusing*). Individu yang dapat mengelola kedua ketrampilan ini dapat membantu meredakan emosi yang dirasakan, memfokuskan pikiran-pikiran yang mengganggu dan mengurangi stress.¹³

Dari uraian diatas, bahwasannya seorang santriwati yang memiliki jiwa kematangan beragama yang tinggi mampu mengatur dan mengontrol segala bentuk emosi yang dirasakan sehingga dapat mengekspresikan emosi dengan positif. Namun, pada kenyataannya jiwa kematangan beragama yang dimiliki oleh santriwati belum tentu dapat mengubah emosi negatif menjadi emosi positif pada diri setiap santriwati.

¹³ Yustisi Maharani Syahadat, "Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Anak", *Jurnal Humanitas Vol X No 1*, (Januari, 2013), h. 23

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian skripsi dengan judul “Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi pada Santriwati di Pondok Pesantren Darul Falah Be Songo Kota Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Adakah hubungan antara kematangan beragama dengan regulasi emosi pada santriwati Pondok Pesantren Darul Falah BeSongo Kota Semarang?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang hendak dicapai dari penelitian adalah untuk menguji secara empiris hubungan kematangan beragama dengan regulasi emosi pada santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Kota Semarang.

2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah mampu memberikan manfaat baik secara teoritis maupun manfaat praktis, yaitu :

a) Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi khazanah keilmuan tasawuf dan psikologi. Yang berkaitan dengan kematangan beragama dan regulasi emosi.

b) Secara Praktis

Memberikan informasi kepada pembaca bahwa kematangan beragama dapat memberikan dampak yang baik terhadap kehidupan terutama dalam hal meregulasi emosi.

D. Kajian Pustaka

Kajian pustaka digunakan untuk menjelaskan dan mengkaji buku-buku, karya-karya, pikiran-pikiran, dan penelitian terdahulu yang terkait dengan pembahasan skripsi, sehingga akan terlihat kesinambungan antara penelitian yang sedang dilakukan dengan penelitian-penelitian terdahulu, sehingga dapat dipastikan bahwa tidak ada duplikasi.¹⁴ Ada beberapa penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian yang akan dilakukan, seperti :

¹⁴Tim Revisi Pedoman Skripsi, *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang*, (Semarang : Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo, 2007), h. 34-35

1. Skripsi yang ditulis oleh Arunia Hidayati, 2011, dengan judul “Hubungan Kematangan Beragama dengan Perilaku Altruistik Pada Mahasiswa Progam Studi Pendidikan Agama Islam STAIN Salatiga angkatan 2007/2008”. Dalam skripsinya dijelaskan hipotesis pada penelitian tersebut diterima, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kematangan beragama dengan perilaku altruistik pada mahasiswa PAI STAIN Salatiga angkatan 2007/2008. Artinya semakin tinggi kematangan beragama yang dimiliki mahasiswa semakin tinggi pula perilaku altruistiknya.¹⁵

Adapun daya bedanya adalah dalam skripsi yang ditulis oleh Arunia Hidayati menjelaskan adanya hubungan kematangan beragama dengan perilaku altruistik pada mahasiswa. Maka variabel x pada penelitian ini adalah kematangan beragama dan variabel y adalah perilaku altruistik yaitu sikap mengutamakan orang lain diatas kepentingan diri sendiri, tanpa pamrih, baik berupa hadiah, imbalan maupun pujian. Hasil rxy yang diperoleh yaitu 0,995. Hasil tersebut lebih besar dari r tabel. Jadi hipotesis dalam penelitian ini mengatakan bahwa ada hubungan antara kematangan beragama dengan perilaku altruistik pada

¹⁵Arunia Hidayati, “Hubungan Kematangan Beragama dengan perilaku altruistik Pada Mahasiswa Progam Studi Pendidikan Agama Islam STAIN Salatiga Angkatan 2007/2008”, *Skripsi* (Salatiga : Fakultas Tarbiyah STAIN Salatiga, 2011) h, 92

mahasiswa PAI STAIN Salatiga angkatan 2007/2008 diterima.

Sedangkan dalam penelitian yang telah peneliti kaji yaitu menjelaskan tentang hubungan kematangan beragama dengan regulasi emosi pada santriwati, yang mana variabel x merupakan kematangan beragama yang dimiliki oleh seorang santriwati dan variabel y nya adalah regulasi emosi santriwati.

2. Skripsi Heni Tri Wahyuni, 2008, dengan judul “Hubungan Kematangan Beragama dengan Sikap Terhadap Pergaulan Bebas pada Anak Jalanan di Rumah Singgah Ahmad Dahlan Yogyakarta”. Hasil korelasi penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara kematangan beragama dengan sikap terhadap pergaulan bebas pada anak jalanan di rumah singgah Ahmad Dahlan Yogyakarta. Dimana semakin tinggi kematangan beragama maka semakin tinggi sikap terhadap pergaulan bebas. Selanjutnya apabila dilihat besarnya r yang diperoleh dari tabel korelasi yaitu 0.799 ternyata terletak antara 0.60-0.799 yang berarti kuat.¹⁶

¹⁶ Heni Tri Wahyuni, “Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Sikap Terhadap Pergaulan Bebas Pada Anak Jalanan di Rumah Singgah Ahmad Dahlan Yogyakarta”, *Skripsi* (Yogyakarta, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, 2008), h. 102

Letak daya beda dalam penelitian ini yaitu penelitian ini menguji sikap anak jalanan terhadap pergaulan bebas dirumah singgah Ahmad Dahlan sedangkan penelitian yang dikaji peneliti mengenai cara mengatur emosi dengan subjek santriwati sehingga menghasilkan emosi positif dalam menghadapi kehidupan.

3. Terdapat juga beberapa jurnal psikologi islam, salah satunya jurnal yang ditulis oleh Risma Frianty dan Ema Yudiani, 2015, yang berjudul “Hubungan Kematangan Beragama dengan Strategi Coping pada Santriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al Lathifiyyah Palembang”. Dalam penelitian ini, hipotesis yang diajukan diterima yaitu terdapat hubungan antara kematangan beragama dengan strategi coping pada santriwati. Artinya semakin tinggi kematangan beragama yang dimiliki santriwati maka semakin tinggi strategi coping menuju kepada *problem focused coping* saat ia bermasalah, sebaliknya santriwati yang memiliki kematangan beragama yang relatif rendah maka akan lebih cenderung memilih *emotional focused coping* dalam penyelesaian masalahnya. Hal ini berarti tinggi rendahnya kematangan beragama mampu menjadi salah satu prediktor bagi tinggi rendahnya strategi coping. Strategi coping merupakan suatu cara yang dilakukan individu untuk menghadapi dan mengantisipasi situasi dan kondisi yang bersifat menekan atau mengancam baik fisik maupun psikis

dimana ada dua model pemecahan masalah yaitu *problem focused coping* (individu akan berfikir logis dan berusaha memecahkan masalah dengan positif) dan *emotional focused coping* (individu berusaha menekan masalah yang dihadapi, tetapi masalah yang sebenarnya belum terselesaikan).¹⁷

Letak daya beda yaitu terdapat dalam fokus penelitian, fokus penelitian ini berbeda dengan penelitian yang peneliti kaji. Penelitian ini membahas tentang cara individu menyelesaikan masalahnya sedangkan penelitian yang akan dikaji peneliti yaitu cara seseorang mengatur emosinya agar tidak menimbulkan masalah.

4. Selain karya mengenai kematangan beragama banyak juga penelitian tentang regulasi emosi, seperti skripsi yang ditulis oleh Dwi Nur Hasanah, 2010, yang berjudul “Hubungan *Self Efficacy* dan regulasi emosi dengan kenakalan remaja pada siswa SMP N 7 Klaten.” Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu *self efficacy* dan regulasi emosi dan variabel terikatnya yaitu kenakalan remaja. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dan regulasi emosi dengan kenakan remaja. Yaitu semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kenakalan yang dilakukan

¹⁷ Risma Friany dan Ema Yudianti, “Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan *Strategi Coping* Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al Lathifiyyah Palembang”, *Jurnal Psikologi Islami* Vol 1 No 1. (Palembang, 2015), h. 68

remaja dan semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki remaja maka semakin rendah kenakalan pada remaja.¹⁸

Adapun daya bedanya adalah pada penelitian tersebut menggunakan dua variabel bebas yaitu *self efficacy* dan regulasi emosi dengan variabel terikat kenakalan remaja. Sedangkan dalam penelitian yang peneliti kaji hanya menggunakan satu variabel bebas yaitu kematangan beragama dan satu variabel terikat yaitu regulasi emosi.

5. Skripsi yang ditulis oleh Oktafiyana Kusuma Rini, 2015, dengan judul “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Kesejahteraan Subjektif pada Remaja”. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara regulasi emosi dengan kesejahteraan subjektif pada remaja. Dugaan awal yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara regulasi emosi dengan kesejahteraan subjektif pada remaja. Semakin tinggi regulasi emosi semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif pada remaja begitu juga sebaliknya. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data korelasi *product moment* Pearson dengan hasil menunjukkan koefisien sebesar 0,350 dengan $p = 0.001$ ($p < 0.005$) yang

¹⁸ Dwi Nur Hasanah, “ Hubungan *Self Efficacy* dan Regulasi Emosi Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa SMP N 7 Klaten”, *Skripsi* (Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta, 2010) , h.56

berarti ada hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan kesejahteraan subjektif remaja.¹⁹

Letak daya beda dalam penelitian ini yaitu pada penelitian ini menguji tentang regulasi emosi dengan kesejahteraan subjektif dimana kesejahteraan subjektif menyangkut tentang perspektif individu mengenai kepuasan hidup sebagai variabel terikat dan variabel bebas yaitu regulasi emosi. Sedangkan pada penelitian yang peneliti kaji menggunakan variabel bebas kematangan beragama yang merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianut dalam kehidupan sehari-hari dan regulasi emosi sebagai variabel terikat.

Dari beberapa kajian diatas dapat dijelaskan bahwa tidak ada kesamaan secara utuh terhadap subjek penelitian dan prosedur penelitian. Oleh karena itu, penelitian yang berjudul “Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah BeSongo Semarang”, memiliki kelayakan untuk diteliti karena belum pernah ada yang meneliti.

E. Sistematika Penulisan Skripsi

¹⁹ Oktafiyana Kusumarini, “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja”, *Skripsi* (Surakarta : Fakultas Muhammadiyah, 2015), h. 10

Untuk mendapatkan gambaran pokok skripsi secara keseluruhan dan bagaimana hubungan antara bab pertama dengan bab selanjutnya, maka sistematika skripsi disusun sebagai berikut :

Bab pertama, merupakan bab pendahuluan yang menggambarkan tentang latar belakang permasalahan, dalam hal ini permasalahan yang diangkat adalah berkaitan dengan adanya hubungan kematangan beragama dengan regulasi emosi. Setelah itu terdapat rumusan masalah yang mana di dalam rumusan masalah terdapat pokok permasalahan yang akan menjadi fokus pembahasan di dalam penulisan skripsi. Tujuan penelitian, yaitu berisi tentang tujuan yang hendak dicapai dari penelitian. Manfaat penelitian yang berisi seputar kemanfaatan dari skripsi yang dibuat, baik secara teoritis dan secara praktis. Tinjauan pustaka memberikan informasi tentang masalah yang sama dengan penelitian ini dan menjelaskan daya beda antara skripsi yang sudah ada dengan skripsi yang hendak dibuat oleh peneliti. Sistematika penulisan sebagai gambaran isi dari skripsi yang menjelaskan satu persatu bab dan sub bab yang ada di dalam skripsi.

Bab kedua, berisi kajian teoritik kematangan beragama dan regulai emosi yaitu tinjauan terhadap sumber sekunder yang terdiri dari sumber kepustakaan yang menjadi sudut pandang dari peneliti. Dalam hal ini kajian teoritik tentang kematangan beragama, yang didalamnya berupa pengertian kematangan

beragama, faktor-faktor kematangan beragama, ciri-ciri kematangan beragama dan aspek-aspek kematangan beragama. Kemudian kajian teoritik tentang regulasi emosi, yang membahas tentang pengertian regulasi emosi, faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi, ciri-ciri regulasi emosi, dan aspek-aspek regulasi emosi. Hubungan kematangan beragama dengan regulasi emosi, yang membahas tentang kedua variabel yang diteliti. Hipotesis yang berisi tentang jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul dari penelitian.

Bab ketiga, berisi tentang metode penelitian. Menguraikan tentang jenis penelitian yang digunakan. Jenis penelitian yang merupakan penelitian lapangan (*field research*). Identitas variabel penelitian yang berupa variabel independen dan variabel dependen. Definisi operasional variabel yang menjelaskan teori dasar yang hendak digunakan dalam penelitian. Populasi dan sampel yang menjelaskan populasi yang dijadikan penelitian yang kemudian diambil sampel dari populasi tersebut. Teknik pengambilan data yang berisi tentang teknik yang akan digunakan dalam pengambilan data. Analisis data yang berisi tentang teknik yang akan digunakan untuk menganalisis data yang telah terkumpul. Uji validitas dan reliabilitas instrument yang berisi tentang uji coba instrument yang berupa skala, apakah skala yang akan digunakan dalam penelitian valid atau tidak dan

reliabel atau tidak. Dengan penjelasan di atas dapat mempermudah penulis untuk melakukan langkah penelitian.

Bab keempat, hasil penelitian dan pembahasan. Menguraikan tentang gambaran umum Pondok Pesantren Darul Falah BeSongo Semarang, deskripsi data penelitian, uji persyaratan analisis, pengujian hipotesis penelitian, dan pembahasan hasil penelitian.

Bab kelima, penutup. Bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran. Kesimpulan berisi tentang jawaban dari rumusan masalah dan saran. Hal ini ditujukan sebagai pembahasan terakhir untuk memperjelas isi dari hasil penelitian.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kematangan Beragama

1. Pengertian Kematangan Beragama

Dalam perjalanan kehidupan, manusia mengalami dua macam perkembangan yaitu perkembangan jasmani dan perkembangan rohani. Perkembangan jasmani ditandai dengan bertambahnya umur kronologis seseorang dan pencapaian puncak perkembangan jasmani manusia disebut kedewasaan. Sedangkan perkembangan rohani diukur berdasarkan tingkat kemampuan (abilitas). Kematangan (*maturity*) merupakan puncak dari perkembangan rohani seseorang.¹ Beragama dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti menganut atau memeluk agama. Agama sendiri merupakan suatu ajaran atau sistem yang mengatur tata keimanan (kepercayaan) dan peribadatan kepada Tuhan Yang

¹ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada, 1996), h. 107

Maha Kuasa serta tata kaidah yang berhubungan dengan pergaulan manusia serta lingkungannya.²

Kemampuan seseorang untuk kenal dan paham terhadap nilai-nilai luhur yang terkandung dalam agama dan menjadikan nilai-nilai luhur agama sebagai patokan untuk bersikap dan bertingkah laku sehari-hari adalah ciri dari seseorang yang memiliki kematangan beragama. Jadi, kematangan beragama adalah suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianut dalam kehidupan sehari-hari. Dalam menganut suatu agama seorang individu meyakini bahwa agama yang dianutnya baik. Karena hal itu, seorang individu senantiasa berusaha menjadi penganut yang baik. Keyakinan tersebut ditampilkan dalam sikap dan tingkah laku keagamaan yang mencerminkan ketaatan terhadap agama.³ Seseorang yang matang dalam beragama bukan hanya memegang teguh paham keagamaan yang dianut dan diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari dengan penuh tanggung jawab, melainkan juga diikuti dengan pengetahuan keagamaan yang cukup mendalam. Jika kematangan beragama telah ada pada diri seseorang, segala perbuatan dan

²Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Balai Pustaka, 2007), h. 12

³Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada, 1996), h. 109

tingkah laku keagamaan senantiasa dipertimbangkan dan dibina dengan rasa tanggung jawab, bukan atas dasar peniruan dan sekedar ikut-ikutan.⁴

2. **Kematangan Beragama dalam Pandangan Tasawuf**

Tasawuf merupakan usaha seorang manusia untuk melatih jiwa yang dilakukan dengan sungguh-sungguh, yang dapat membebaskan manusia dari pengaruh kehidupan duniawi untuk bertaqarrub kepada Tuhan sehingga jiwanya menjadi bersih, mencerminkan akhlak mulia didalam kehidupan dan menemukan kebahagiaan spiritualitas. Tasawuf adalah moralitas yang berasaskan Islam. Pada prinsipnya tasawuf bermakna moral dan semangat Islam, seluruh ajaran Islam dari berbagai aspek adalah prinsip moral.⁵

Istilah yang digunakan untuk pengamal atau pelaku tasawuf adalah sufi. Didalam literatur tasawuf disebutkan bahwa sufi berlaku bagi semua orang yang telah mensucikan hatinya dengan mengingat Allah (*dzikrullah*), menempuh jalan kembali kepada Allah, dan sampai pada pengetahuan yang hakiki (*ma'rifat*). Penempuh jalan spiritual ini juga disebut dengan salik, hanya saja istilah salik biasa digunakan

⁴ Sururin, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada, 2004), h. 91

⁵ Samsul Munir Amin, *Ilmu Tasawuf*, (Jakarta : Amzah, 2012), h. 9

secara khusus untuk murid (pengikut *thariqah*) yang memiliki kualifikasi yang diperlukan untuk menempuh jalan spiritual dari jiwa rendah melalui *maqamat* dan *ahwal*, menuju jiwa yang lebih tinggi.⁶

Maqam merupakan kedudukan spiritual permanen yang diupayakan, dan hal adalah kondisi spiritual sebagai anugerah dari Tuhan. Menurut Al Hujwiri maqam menuju kepada ‘keberadaan’ seseorang di jalan Allah, dan dipenuhi oleh kewajiban-kewajiban yang berkaitan dengan maqam tersebut dan penjagaan atas itu sehingga mencapai kesempurnaan sejauh berada dalam kekuatan manusia. Sedangkan hal adalah sesuatu yang turun dari Tuhan kedalam hati manusia, tanpa dapat menolak bila datang atau meraihnya bila pergi. Hal menunjuk kepada nikmat dan kemurahan yang Tuhan anugerahkan kepada hati hambaNya.⁷

Didalam tradisi kaum sufi terdapat semboyan yang berbunyi من عرف نفسه عرف ربه (siapa yang mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya). Bagi kaum sufi, seorang manusia tidak perlu pergi jauh untuk mencari dimana Tuhannya, mereka hanya perlu masuk kedalam tubuhnya

⁶ Hasyim Muhammad, *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi Telaah Atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset, 2002), h. 21

⁷ Zaprul Khan, *Ilmu Tasawuf Sebuah Kajian Tematik*, (Jakarta : Rajawali Press, 2016), h. 45

sendiri dan Tuhan yang dicari akan dijumpai dalam dirinya sendiri. Kematangan beragama bagi kaum sufi atau para pelaku tasawuf bukan hanya berupa ucapan semata bahwa seseorang menyatakan bahwa dirinya mengaku beriman atau bertauhid saja, lebih dari itu bagi kaum sufi, Allah begitu dekat dengan manusia bahkan melebihi dekatnya pembuluh darah yang ada pada leher manusia.

Menurut Imam Junaid al-Baghdadi ketauhidan atau keimanan seseorang dapat diklasifikasikan menjadi tiga tingkatan. Pertama adalah tauhid bagi orang awam yaitu menyatakan tentang keesaan Allah dan mengingkari adanya tuhan kecuali Allah tetapi seseorang tersebut masih merasa senang dan nyaman dengan selain Allah. Kedua adalah tauhid ahli dzahir yaitu pengakuan tentang keesaan Allah dan ingkar terhadap adanya tuhan lain dan lawan bagi Allah dan pengakuan tersebut disertai dengan mengikuti perintah dan menjauhi larangan Allah yang disertai dengan rasa takut dan senang. Ketiga adalah tauhid bagi orang khusus. Tauhid level khusus dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu pertama adalah pengakuan akan keesaan Allah yang disertai dengan ketaatan untuk menjalankan perintah dan menjauhi larangan Allah dan hilangnya perasaan tertarik dan senang terhadap selain Allah. Kedua adalah pengakuan keesaan Allah yang telah sampai pada “penyatuan” karena terjadinya pengalaman

fana' atau tenggelam dalam keesaan Allah. Pada tingkatan tersebut seseorang telah kehilangan kesadaran dan segala upaya dan kekuatan yang dimiliki disebabkan oleh terserap dan tenggelam pada kebesaran dan keagungan Allah.⁸

Al Ghazali mengklasifikasikan tauhid menjadi empat tingkatan. Pertama yaitu tauhid orang yang munafik, yaitu iman yang hanya berlaku didunia dan tidak bermanfaat di akhirat, yaitu iman orang yang hanya mengikrarkan kalimat syahadat dengan lisan saja namun hatinya tidak percaya kepada Allah. Kedua adalah iman atau tauhid orang awam, yaitu orang yang telah bersyahadat dengan lisan dan hatinya telah meyakini bahwa Allah adalah Tuhan yang Esa. Keimanan jenis ini dapat mendorong pemiliknya menjadi orang yang taat tetapi terkadang tidak mampu sehingga pemiliknya dapat melakukan perbuatan jelek. Ketiga adalah iman atau tauhid bagi orang khusus, yaitu keimanan kepada Allah yang disertai dengan kecintaan kepadaNya. Kecintaan tersebut menjadikan seseorang mampu mengabdikan kepada Allah dengan ikhlas dan juga dapat menjadikan apa saja yang dilihat, Allah terlihat bersama objek yang dilihat, sebab semua objek adalah tanda dan ciptaan Allah dzat yang dicinta. Keempat adalah khawas al khawas, yaitu keimanan bahwa

⁸ Abdul Muhaya, *Psikologi Transpersonal Islam*, (Semarang : RMP UIN Walisongo Semarang, 2015), h. 83

tidak ada tuhan selain Allah. Pengakuan tersebut tidak hanya dalam ranah rasio tetapi juga melibatkan rasa (*dzauq*), sehingga keimanan tersebut menyebabkan seseorang *fana'* (hilang) dari kesadaran dirinya dan tinggal dengan Allah (*baqa' bi Allah*). Keimanan semacam ini merupakan merupakan tingkatan terakhir dari tingkatan tauhid atau keimanan dan akan diperoleh oleh seorang *salik* setelah menempuh seluruh tahapan spiritualitas yang harus dilewati.⁹

Tingkatan tauhid atau keimanan seorang hamba kepada Tuhannya menjadi landasan kematangan beragama seseorang, karena dalam wacana keislaman pengalaman spiritual semua harus berbasis pada keesaan Allah.

3. Faktor-faktor Kematangan Beragama

Kematangan beragama bukan sesuatu yang terjadi secara instan, karena tingkat kematangan beragama juga merupakan suatu perkembangan individu. Dalam rangka menuju kematangan beragama terdapat beberapa hambatan. Pada dasarnya terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya hambatan yaitu faktor-faktor dari dalam diri (intern) dan dari luar (ekstern).¹⁰

⁹ *Ibid*, h. 84-85

¹⁰ Raharjo, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Semarang : Pustaka Rizki Putra, 2012), h. 56

1) Faktor diri sendiri

Faktor dari dalam diri dibagi menjadi dua yaitu kapasitas diri dan pengalaman. Kapasitas adalah kemampuan manusia dalam menerima ajaran agama secara ilmiah (rasio). Kemampuan seseorang terhadap penerimaan agama dapat dilihat perbedaannya melalui sikap yang ditampilkan dalam kehidupan. Seseorang yang mampu menerima dengan rasio, akan menghayati sehingga dapat mengamalkan ajaran-ajaran agama dengan baik, penuh keyakinan dan argumentatif. Sedangkan faktor pengalaman dilihat dari pengalaman seseorang dalam bidang keagamaan. Individu yang memiliki banyak pengalaman keagamaan maka akan semakin mantap dan stabil dalam melakukan aktivitas keagamaan. Faktor intern yang mempengaruhi sikap keberagamaan seseorang yaitu :

- a) Temperamen : tingkah laku yang didasarkan pada temperamen tertentu memegang peranan penting dalam sikap beragama seseorang.
- b) Gangguan jiwa: orang yang menderita gangguan jiwa menunjukkan kelainan dalam sikap dan tingkah laku.

- c) Konflik dan keraguan : konflik dan keraguan dapat mempengaruhi sikap seseorang terhadap agama, seperti taat, fanatik, agnotis maupun ateis.
 - d) Jauh dari Tuhan : orang yang hidupnya jauh dari Tuhan akan merasa dirinya lemah dan kehilangan pegangan hidup, terutama saat menghadapi masalah.
- 2) Faktor Luar

Sedangkan faktor dari luar merupakan suatu kondisi dan situasi lingkungan yang tidak mendukung dalam perkembangan jiwa keagamaan seseorang. Faktor-faktor diantaranya yaitu tradisi agama atau pendidikan yang diterima. Berkaitan dengan sikap keberagamaan, faktor yang mempengaruhi sikap keagamaan seseorang menurut William Starbuck yang dikemukakan kembali oleh William James yaitu :

- a) Musibah : Musibah yang sangat berat yang dialami oleh seseorang mengakibatkan keguncangan dalam dirinya sehingga keguncangan tersebut sering memunculkan kesadaran beragama karena mereka menganggap musibah yang datang merupakan peringatan dari Allah.

Kejahatan : Guncangan batin dan rasa berdosa pada umumnya dialami oleh manusia yang hidup dalam lingkup kejahatan. Perasaan tersebut ditutupi dengan perbuatan yang bersifat kompensatif, seperti melupakan sejenak

dengan berfoya-foya dan sebagainya. Tidak jarang pula melakukan pelampiasan dengan tindakan brutal, pemarah dan sebagainya. William James mengungkapkan dalam buku *The Varieties Of Religious Experience*, bahwa sikap dan perilaku keagamaan dapat dikelompokkan menjadi dua tipe yaitu tipe orang yang sakit jiwa dan tipe orang yang sehat jiwa.¹¹

1) Tipe Orang yang Sakit Jiwa (*The Sick Soul*)

Sikap keberagamaan orang yang sakit jiwa terdapat pada individu yang pernah mengalami latar belakang kehidupan keagamaan yang terganggu. Seorang individu meyakini suatu agama dan melaksanakan ajaran agama tidak didasarkan atas kematangan beragama yang berkembang secara bertahap sejak usia kanak-kanak hingga usia dewasa seperti pada umumnya perkembangan yang terjadi secara normal. Tetapi mereka meyakini suatu agama dikarenakan adanya penderitaan batin yang diantaranya diakibatkan oleh musibah, konflik batin atau pun sebab lain yang sulit diungkapkan secara ilmiah. Kejadian ini yang kemudian menjadi penyebab perubahan sikap yang mendadak terhadap keyakinan agama. Seseorang

¹¹ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada, 1996), h. 110

beragama akibat dari suatu penderitaan batin yang dialami sebelumnya. William James menggunakan istilah *the suffering*. Seseorang yang mengalami penderitaan secara mendadak dapat menunjukkan sikap yang taat hingga ke sikap yang fanatik terhadap agama yang diyakini. Adapun ciri-ciri tindak keagamaan seseorang yang mengalami kelainan kejiwaan umumnya cenderung menampilkan sikap :

a) Pesimis

Mengamalkan ajaran agama dengan pasrah diri terhadap nasib yang telah diterima.

b) Introvert

Sikap pesimis mengakibatkan seseorang bersikap objektif. Segala kejadian yang menyangkut bahaya dan penderitaan selalu dihubungkan dengan kesalahan diri dan dosa yang telah diperbuat.

c) Menyenangi paham ortodoks

Sebagai pengaruh sifat pesimis dan introvert kehidupan jiwa menjadi pasif. Hal ini yang mendorong untuk menyenangi paham keagamaan yang lebih konservatif dan ortodoks.

d) Mengalami proses keagamaan secara nongraduasi

Proses timbulnya keyakinan terhadap ajaran agama yang tidak berlangsung melalui prosedur yang biasa, yaitu dari tidak tahu menjadi tahu dan

kemudian mengamalkannya dalam bentuk amalan rutin yang wajar. Tindak keagamaan yang dilakukan merupakan hasil dari proses pendekatan, karena merasa berdosa, ataupun perubahan keyakinan maupun petunjuk dari Allah SWT. Jadi, timbulnya keyakinan beragama berlangsung melalui proses pendadakan, perubahan yang tiba-tiba.

2) Tipe Orang yang Sehat Jiwa (*Healthy Minded Ness*)

Ciri dan sifat agama pada orang yang sehat jiwa menurut W. Starbuck yang dikemukakan oleh W. Houston Clark dalam bukunya *Religion Psychology* adalah :

a) Optimis dan gembira

Orang yang sehat jiwa menghayati segala bentuk ajaran agama dengan perasaan optimis. Berpedoman bahwa pahala merupakan hasil jerih payah yang diberikan Allah. Sebaliknya, segala bentuk musibah dan penderitaan dianggap sebagai keteledoran dan kesalahan yang diperbuat dan tidak beranggapan sebagai peringatan Allah terhadap dosa manusia. Selalu yakin bahwa Allah bersifat pengasih dan penyayang dan bukan pemberi azab.

b) Ekstrovert dan tak mendalam

Sikap optimis yang dimiliki orang yang sehat jiwa menyebabkan seseorang mudah melupakan kesan-kesan buruk dan luka hati yang tergores sebagai ekses agamis tindakannya. Selalu berpandangan keluar dan membawa suasana hatinya lepas dari kungkungan ajaran keagamaan yang terlampau menjelimat. Seseorang yang sehat jiwa senang kepada kemudahan dalam melaksanakan ajaran agama.

c) Menyenangi ajaran ketahuidan yang liberal

Sebagai pengaruh kepribadian yang ekstrovert seseorang cenderung menyenangi teologi yang luwes dan tidak kaku, menunjukkan tingkah laku keagamaan yang lebih bebas, memelopori pembelaan terhadap kepentingan agama secara sosial, selalu berpandangan positif dan berkembang secara graduasi.

Proses kematangan beragama seseorang tidak bisa dipaksakan, namun lebih bersifat alami, keadaan seseorang, kemampuan dan psikologi seseorang sangat menunjang proses pematangan tersebut. Orang yang psikologinya tidak setabil akan mengakibatkan kegoncangan dalam menerima agama yang diajarkan, sehingga faktor usia serta keinginan yang

mantap dari dalam diri yang menjadi syarat utama untuk mencapai kematangan beragama. Seseorang yang ingin matang dalam beragama, tidak selalu harus digembleng dalam pondok pesantren atau sekolah agama saja, namun lebih dari itu proses pematangan adalah sebuah usaha untuk mencari pembenaran akan keyakinan dari apa yang telah diterimanya sebagai bentuk keyakinan yang dipegang dalam kehidupan hingga akhir hayat.¹²

3) Ciri-ciri Kematangan Beragama

Kematangan beragama seseorang dapat dilihat mulai dari pola kehidupan maupun dari tingkah laku sehari-hari. Ciri-ciri orang yang matang beragama antara lain¹³ :

a) Keimanan yang utuh

Orang yang matang beragama mempunyai beberapa keunggulan diantaranya adalah keimanannya kuat dan berakhlakul karimah. Ditandai dengan sifat amanah, ikhlas, tekun, disiplin, bersyukur, sabar dan adil. Pada dasarnya, orang yang matang beragama dalam perilaku sehari-hari senantiasa dihiasi dengan akhlaku karimah, suka beramal shaleh tanpa pamrih. Dalam kehidupan

¹² Raharjo, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, (Semarang : Pustaka Rizki Putra, 2012), h. 64

¹³ *Ibid*, h. 65

masyarakat senantiasa membuat suasana tenteram. Allah SWT berfirman dalam QS Al-Asr ayat 1-3 :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكُفْرٌ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: “Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.”(QS. Al-‘Ashr (103) : 1-3).

Dalam ayat ini, Allah SWT menjelaskan bahwa manusia yang beruntung ialah manusia yang beriman dan beramal shaleh. Beriman kepada Allah adalah proses peralihan jiwa manusia yang menganggap dirinya tidak punya kekuatan dan kekuasaan, tunduk, berserah diri dan mengakui bahwa tiada Tuhan melainkan Allah dan Muhammad itu Rasulullah. Iman meliputi tiga unsur utama, pengetahuan yang mendalam, kepercayaan yang kuat, dan keyakinan yang teguh. Ketiga unsur ini yang akan membentuk iman yang kokoh yang menjadi tonggak kekuatan rohaniyah yang cukup kental untuk membina jiwa dan jasmani manusia. Kekuatan iman juga merupakan benteng dari perbuatan kejahatan dan maksiat.

b) Pelaksanaan amal ibadah

Keimanan tanpa ketaatan beramal dan ibadah adalah sia-sia. Seseorang yang berpribadi luhur tergambar jelas keimanannya melalui amal perbuatan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam firmanNya QS Adz-Zariyat : 56 tujuan Allah menjadikan manusia ialah supaya beribadah kepadaNya.

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Artinya :“*dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku.*” (QS. Adz-dzariyaat (51) : 56)

Ibadah adalah bukti ketaatan seorang hamba setelah mengaku beriman kepada Tuhannya. Ibadah yang dimaksud adalah ibadah yang menyentuh *fardhu ain* dan *fardhu kifayah* yang meliputi hubungan manusia sesama manusia (*hablum minan nas*). Bagi individu yang berpribadi mulia, seluruh hidupnya baik dengan pencipta maupun masyarakat dianggap ibadah.

c) Akhlak Mulia

Menurut pendapat Al-Ghazali akhlak merupakan suatu kemantapan (jiwa) yang menghasilkan perbuatan/pengalaman dengan mudah tanpa harus direnungkan dan disengaja. Standar nilai akhlak telah jelas

dalam ajaran islam, yaitu Al-Quran dan sunnah. Suatu perbuatan dinilai baik apabila sesuai dengan ajaran yang terdapat didalam Al-Quran dan sunnah dan suatu perbuatan dinilai buruk jika bertentangan dengan Al Quran dan sunnah.

Akhlak mulia bagi seseorang yang telah matang dalam beragama merupakan manifestasi keimanan yang kuat. Sebagai tali yang mengikat hubungan antara individu dengan masyarakat yang terbentuk melalui nilai-nilai yang diamalkan oleh masyarakat. Sehingga akan melahirkan sebuah masyarakat yang aman, damai, harmoni, dengan diwarnai oleh roh islam.

4. Aspek-aspek Kematangan Beragama

Menurut Gordon W. Allport dalam perkembangan jiwa seseorang, pengalaman kehidupan beragama sedikit demi sedikit makin mantap sebagai suatu unit yang otonom dalam kepribadiannya. Unit tersebut merupakan suatu organisasi yang disebut kesadaran beragama. Kesadaran beragama yang matang adalah suatu disposisi dinamis dari sistem mental yang terbentuk melalui pengalaman serta diolah dalam kepribadian untuk mengadakan tanggapan yang tepat, konsepsi pandangan hidup, penyesuaian diri dan bertingkah laku dalam kehidupan sehari-hari. Aspek-aspek kematangan

beragama menurut G.W. Allport yaitu adanya diferensiasi, dinamis, produktif, komprehensif, integral dan keikhlasan pengabdian.¹⁴

1) Diferensiasi yang baik

Berkembangnya kehidupan kejiwaan seseorang yang semakin matang yang di peroleh dari proses peniruan kehidupan jiwa orang tua, sosialisasi dengan lingkungan sekitar, timbulnya olah pemikiran-pemikiran melalui pengalaman keagamaan, sehingga menghasilkan pemikiran yang semakin kritis dan sikap rasional serta emosional yang tepat. Individu semakin memahami dan menghayati ajaran agama disertai pandangan yang bersifat pribadi.

2) Motivasi kehidupan beragama yang dinamis

Dorongan biologis dan psikologis merupakan motivasi kehidupan beragama seseorang. Dorongan biologis berupa rasa lapar dan haus, dan kebutuhan jasmaniah lainnya. Sedangkan dorongan psikologis yaitu berupa kebutuhan akan kasih sayang, pengembangan diri, kekuasaan, rasa ingin tahu, harga diri, dan bermacam-macam ambisi pribadi. Pengaruh kepuasan kedua motivasi kehidupan beragama seseorang sedikitnya banyak

¹⁴ Abdul Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*, (Bandung : Sinar Baru, 1987), h : 50

diberikan oleh kehidupan beragama. Semakin besar derajat kepuasan yang diberikan oleh agama, maka semakin kokoh dan otonom motif kehidupan beragama seseorang. Motif yang berdiri sendiri secara konsisten dan dinamis mendorong manusia untuk bertingkah laku keagamaan.

- 3) Pelaksanaan ajaran agama secara konsisten dan produktif
Kesadaran beragama yang matang terletak pada konsistensi atau keajegan pelaksanaan hidup beragama secara bertanggung jawab dengan mengerjakan perintah agama sesuai kemampuan dan meninggalkan larangannya. Seseorang yang memiliki kesadaran beragama yang matang akan melaksanakan ibadah dengan konsisten, stabil, mantap dan penuh tanggung jawab. Tidak ada kebahagiaan yang lebih besar daripada menjalankan kewajiban, dan tidak ada kewajiban yang lebih mulia daripada kewajiban melaksanakan perintah agama.
- 4) Pandangan hidup yang komprehensif
Orang yang memiliki kesadaran beragama yang komprehensif, dalam bersikap dan bertingkah laku toleran terhadap pandangan dan paham yang berbeda. Sadar, bahwa hasil pemikiran dan usaha sepanjang hidup tidak mungkin mencakup keseluruhan permasalahan dan realitas yang ada.

Pandangan hidup yang integral Disamping komprehensif, pandangan dan pegangan hidup harus terintegrasi, yakni merupakan suatu landasan hidup yang menyatukan hasil diferensiasi aspek kejiwaan yang meliputi fungsi kognitif, afektif, konatif atau psikomotorik. Dalam kesadaran beragama, integrasi tercermin pada keutuhan pelaksanaan ajaran agama, yaitu keterpaduan ihsan, iman dan peribadatan. Orang yang matang kesadaran beragamanya akan terbuka lebar dan berusaha mencari, menafsirkan dan menemukan nilai-nilai baru ajaran agamanya agar dapat direalisasikan dalam kehidupan sehari-hari sesuai perkembangan zaman.

5) Semangat pencarian dan pengabdian kepada Tuhan

Orang yang memiliki kesadaran beragama yang matang semangat mencari kebenaran, keimanan, rasa ke-Tuhanan dan selalu memiliki cara terbaik untuk berhubungan dengan manusia dan alam sekitar. Selalu menguji keimanan melalui pengalaman-pengalaman kegamaan sehingga menemukan keyakinan yang lebih tepat. Peribadatannya selalu dievaluasi dan ditingkatkan agar menemukan kenikmatan penghayatan “kehadiran” Tuhan. Walaupun demikian, masih merasakan bahwa keimanan dan peribadatannya belum sebagaimana mestinya dan belum sempurna. Semangat dan kegairahan

terus menerus berkobar untuk mencari Tuhan dan pemahaman yang lebih tepat akan ajarannya merupakan realisasi kesadaran beragama yang matang. Orang yang merasa sudah sampai titik akhir pemahamannya tentang Tuhan dan ajaran-ajarannya menunjukkan bahwa kesadaran beragama yang dimilikinya belum matang.

B. Regulasi Emosi

1. Pengertian Emosi

Emosi merupakan reaksi yang kompleks yang mengandung aktivitas dengan derajat yang tinggi dan adanya perubahan kejasmanian serta berkaitan dengan perasaan yang kuat. Karena itu emosi lebih intens daripada perasaan, dan sering terjadi perubahan perilaku yang mengakibatkan hubungan dengan lingkungan terganggu. Tetapi, pada umumnya emosi berlangsung dalam waktu yang relative singkat.¹⁵

Menurut Sudarsono, emosi adalah suatu keadaan yang kompleks dari organism seperti tergugahnya perasaan disertai dengan perubahan-perubahan dalam organ tubuh yang sifatnya luas, biasanya ditambahi dengan perasaan yang kuat yang mengarah ke suatu bentuk tingkah laku atau perilaku

¹⁵Zuyina Luk Lukaningsih, *Pengembangan Kepribadian Untuk Mahasiswa Kesehatan dan Umum*, (Yogyakarta : Nuka Medika, 2010), h. 43

tertentu. Erat hubungannya dengan kondisi tubuh, denyut jantung, sirkulasi darah, pernafasan, dapat diekspresikan seperti tersenyum, tertawa, menangis, dapat merasakan sesuatu seperti merasa senang atau kecewa.¹⁶

Sedangkan Darwis berpendapat bahwa emosi adalah suatu gejala psiko fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap, dan tingkah laku serta menuangkan dalam bentuk ekspresi tertentu. Emosi dirasakan secara psikofisik karena terkait langsung dengan jiwa dan fisik. Ketika emosi bahagia meledak-ledak, ia secara psikis memberi kepuasan, tapi secara fisiologis membuat jantung berdebar-debar atau langkah kaki terasa ringan, juga tak terasa ketika berteriak puas kegirangan. Namun, hal-hal yang disebutkan ini tidak spesifik terjadi pada semua orang dalam seluruh kesempatan. Kandangkala orang bahagia, tetapi justru meneteskan air mata, atau kesedihan yang sama tidak membawa kepedihan yang serupa.¹⁷

Emosi termasuk dalam ranah afektif. Emosi banyak berpengaruh pada fungsi-fungsi psikis lain, seperti pengamatan, tanggapan, pemikiran dan kehendak. Individu

¹⁶ Sudarsono, *Kamus Filsafat dan Psikologi*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 1993), h. 51

¹⁷ M Darwis Hude, *Emosi Penjelajahan Religio Psikologis Tentang Emosi Manusia Dalam Al Quran*, (Jakarta : Erlangga, 2006), h. 19

akan mampu melakukan pengamatan yang baik jika disertai dengan emosi yang baik pula. Individu juga akan memberikan tanggapan yang positif terhadap suatu objek ketika disertai dengan emosi yang positif pula. Sebaliknya, individu akan melakukan pengamatan atau tanggapan negatif terhadap semua objek, jika disertai oleh emosi yang negatif terhadap objek tersebut.¹⁸

Daniel Goleman mengidentifikasi sejumlah kelompok emosi sebagai berikut :

- 1) Amarah, meliputi brutal, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan, tindak kekerasan dan kebencian patologis.
- 2) Kesedihan, meliputi pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihani diri, kesepian, ditolak, putus asa, depresi.
- 3) Rasa takut, meliputi cemas, takut, gugup, khawatir, waswas, perasaan takut sekali, sedih, waspada, tidak tenang, ngeri, kecut, panik, dan pobia.
- 4) Kenikmatan, meliputi kebahagiaan, gembira, ringan puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan

¹⁸ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Perkembangan Remaja, Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2008), h. 62-63

indrawi, takjub, terpesona, puas, rasa terpenuhi, girang, senang sekali, dan mania.

- 5) Cinta, meliputi penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran, dan kasih sayang.
- 6) Terkejut, meliputi terkesiap, takjub, terpana.
- 7) Jengkel, meliputi hina, jijik, muak, mual, benci, tidak suka dan mau muntah.
- 8) Malu, meliputi rasa bersalah, malu hati, kesal hati, menyesal, hina, aib, dan hati hancur lebur.¹⁹

Menurut Syamsu ciri-ciri emosi adalah :

- 1) Lebih bersifat subjektif daripada peristiwa psikologis lainnya, seperti pengamatan dan berfikir.
- 2) Bersifat fluktuatif (tidak tetap).
- 3) Banyak bersangkut paut dengan peristiwa pengenalan panca indra.²⁰

2. Pengertian Regulasi Emosi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia regulasi berarti pengaturan.²¹ Regulasi emosi berarti kemampuan

¹⁹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, Terj. T. Hermaya, (Jakarta : PT Gramedia, 2015), h. 410

²⁰ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung : PT. Rosdakarya, 2008), h. 116

yang dimiliki individu dalam mengatur dan mengontrol emosi yang dirasakan sehingga tidak menimbulkan reaksi emosi yang berlebihan.

Thompson mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi secara intensif dan khusus untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi dipandang secara positif, individu yang melakukan regulasi emosi akan lebih mampu melakukan pengontrolan emosi. Individu yang mampu mengekspresikan emosi dapat mengubah lingkungan sosial menjadi lebih baik.²²

Menurut Jackson, regulasi emosi adalah kemampuan untuk mengatur dan mengontrol diri untuk tetap tenang dibawah tekanan yang sedang dirasakan individu, tetap berpikiran positif dan bersikap realistis terhadap rencana yang telah dibuat untuk masa depan.²³

Regulasi emosi merupakan cara seorang individu untuk selalu menjaga atau mengelola setiap perasaan yang

²¹Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat*, (Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama, 2008), h. 1155

²²Erlina Anggraini, "Strategi Regulasi Emosi Dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan", *Jurnal Teologia Volume 26 No 2*, (Juli-Desember, 2015), h. 286

²³*Ibid*, h. 286

dimiliki seperti amarah, dendam, kebencian, atau kegembiraan yang berlebihan agar tidak menghasilkan respons-respon yang kontraproduktif. Pengaturan emosi yang efektif dilakukan dengan dua pendekatan. Pertama, yaitu kontrol terhadap pengungkapan perasaan meliputi strategi-strategi untuk tenang kembali ketika merasakan terlalu senang, marah atau sedih. Strategi-strategi yang dapat dilakukan seperti membaca buku, bermain *video game*, melampiaskan frustrasi kepada seseorang yang bersedia mendengarkan tanpa memberi penilaian, atau hanya sekedar duduk sebentar. Kedua, menafsirkan kembali berbagai peristiwa untuk memberikan makna positif pada kondisi yang menimbulkan amarah atau kesedihan. Seperti, mengambil hikmah dari kegagalan suatu proses, ketika gagal mengikuti tes menjadikan peristiwa tersebut sebagai peringatan agar belajar dan berusaha lebih keras lagi.²⁴

Selain itu Nabi Muhammad SAW telah mengajarkan strategi yang dapat digunakan untuk mengendalikan emosi

²⁴Jeanne Ellis Ormrod, *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2*, Terj. Prof. Dr. Amitya Kumara, (Jakarta : Penerbit Erlangga, 2009), h. 32

seperti ketika sedang marah, yang tertuang dalam hadis tersebut²⁵ :

إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْعَضْبُ وَإِلَّا
فَلْيُضْطَجِعْ إِنَّ الْعَضْبَ مِنَ الشَّيْطَانِ وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ
بِالْمَاءِ فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ

”Apabila salah seorang dari kalian marah sambil berdiri, maka hendaklah dia duduk. Jika rasa marah itu menghilang dari dirinya (maka hal itu sudahlah cukup). Namun jika masih belum hilang juga hendaknya dia berbaring. Sesungguhnya rasa marah itu termasuk godaan setan dan setan itu diciptakan dari api. Sesungguhnya api hanya bisa dipadamkan dengan air. Oleh karena itu, jika salah satu diantara kalian marah, hendaklah dia berwudhu.” (HR. Abu Dawud)

Seseorang yang mampu mengatur emosinya sedemikian rupa sehingga tidak menampilkan emosi yang berlebihan tersebut adalah seseorang yang memiliki kekuatan kepribadian. Berkaitan dengan hal ini Nabi Muhammad SAW bersabda²⁶ :

يَسِّرَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْعَضْبِ

²⁵ Aliah B Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Pra kelahiran hingga Pascakematian*, (Jakarta : Rajagrafindo Persada, 2006), h. 173

²⁶ *Ibid*, h. 172

“Bukanlah orang yang kuat adalah orang yang bisa mengalahkan orang lain, tapi orang yang kuat adalah orang yang dapat menahan emosinya ketika dia marah.”
(HR. Bukhari Muslim)

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi

Sebagaimana dikutip oleh Erlina Anggraini dalam skripsinya, Gross mengemukakan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi seseorang, diantaranya adalah²⁷ :

a) Usia

Maider berpendapat bahwa semakin dewasa usia seseorang maka kemampuan untuk meregulasi emosi semakin baik pula, sehingga seseorang dapat mengontrol ekspresi emosi dengan wajar.

b) Jenis Kelamin

Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dalam mengekspresikan emosi baik verbal maupun ekspresi wajah. Seperti ketika seorang perempuan mengekspresikan emosi marah mereka cenderung menyembunyikan atau menghindari karena hal

²⁷ Erlina Anggraini, “Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan : Studi Kasus Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Bulu Semarang”, *Skripsi* (Semarang : Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, 2015), h. 23-25

tersebut menunjukkan kemaskulinan. Sedangkan laki-laki mengekspresikan emosi marah dan bangga untuk mempertahankan dan menunjukkan dominasi.

c) Religiusitas

Seseorang yang memiliki religiusitas tinggi akan berusaha untuk tidak menampilkan emosi yang berlebihan. Sebaliknya, ketika seseorang memiliki tingkat religiusitas rendah ia akan sulit dalam mengontrol emosinya.

d) Kepribadian

Seseorang yang memiliki kepribadian neuroticism dengan ciri-ciri *moody*, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang dapat mengontrol diri dan tidak memiliki coping yang efektif terhadap stress akan menunjukkan tingkat regulasi yang rendah.

e) Pola Asuh

Cara orang tua dalam mengasuh anak dapat mempengaruhi kemampuan anak dalam meregulasi emosinya. Peran orang tua terhadap kemampuan regulasi emosi anak dapat ditelusuri dari sejauh mana aktivitas orang tua dalam menumbuhkembangkan kemampuan regulasi anak. Secara terinci peran orang tua dapat dibedakan menjadi 3 yakni pencipta iklim emosional, pendidik dan juga model. Cara yang dapat

dilakukan untuk mengembangkan regulasi emosi yang tepat bagi anak adalah orang tua memberikan teladan pengelolaan emosi yang baik, memberikan pengarahan dan bimbingan pengelolaan emosi yang tepat dan menciptakan iklim emosional yang baik.

f) Budaya

Budaya atau norma masyarakat dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menampilkan respon emosi. Dalam hal regulasi emosi apa yang dianggap sesuai atau *culturally permissible* dapat mempengaruhi cara seseorang berespon dalam berinteraksi dengan orang lain dan dalam cara meregulasi emosi.

4. Ciri-ciri Regulasi Emosi

Individu dikatakan mampu melakukan regulasi emosi jika dapat mengendalikan perasaan serta menggunakan perasaan tersebut untuk memandu pikiran dan tindakan. Kemampuan regulasi emosi dapat dilihat dalam lima kecakapan yang dikemukakan oleh Goleman, yaitu²⁸:

- a) Kendali diri : mampu mengelola emosi sehingga dapat mengeluarkan impuls dengan efektif

²⁸ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, Terj. Alex Tri Kantjono Widodo, (Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2003), h. 514

- b) Hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain : lebih peka terhadap perasaan orang lain.
- c) Memiliki sikap hati-hati : dalam melakukan sesuatu harus berdasarkan pemikiran yang matang.
- d) Memiliki adaptibilitas : luwes dalam menangani perubahan dan tantangan.
- e) Toleransi yang lebih tinggi terhadap frustrasi : tidak mudah putus asa terhadap masalah
- f) Memiliki pandangan yang positif terhadap diri dan lingkungan : lebih dapat merasakan emosi positif daripada emosi negatif.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang dapat melakukan regulasi emosi ialah memiliki kendali diri, hubungan interpersonal yang baik, sikap hati-hati, adaptibilitas, toleransi terhadap frustrasi, pandangan yang positif, peka terhadap perasaan orang lain, melakukan introspeksi dan relaksasi, lebih sering merasakan emosi positif daripada emosi negatif serta tidak mudah putus asa.

5. Aspek-aspek Regulasi Emosi

Aspek-aspek regulasi emosi menurut Thompson terdiri dari²⁹ :

a) Memonitor emosi (*emotions monitoring*)

Memonitor emosi adalah kemampuan individu dalam menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi didalam dirinya, perasaannya, pikirannya dan latat belakang tindakan yang dilakukan.

b) Mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*)

Mengevaluasi emosi yaitu kemampuan individu untuk mengelola dan menyeimbangkan emosi-emosi yang dialami. Kemampuan mengelola emosi-emosi khususnya emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan, kecewa, dendam, dan benci akan membuat individu tidak terbawa dan terpengaruh secara mendalam dan dapat mengakibatkan individu tidak dapat berfikir secara rasional.

c) Memodifikasi emosi (*emotions modification*)

Modifikasi emosi yaitu kemampuan individu untuk mengubah emosi sedemikian rupa sehingga mampu memotivasi diri terutama ketika individu berada dalam keadaan putus asa, cemas dan marah. Memodifikasi

²⁹ Dwi Nur Hasanah, “ Hubungan *Self Efficacy* dan Regulasi Emosi Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa SMP N 7 Klaten”, *Skripsi* (Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta, 2010), h. 61

meliputi pemilihan ekspresi emosi dengan cara yang sesuai dengan tujuan dan situasi.

C. Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi

Jalaludin menyatakan kematangan beragama adalah kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianut dalam kehidupan sehari-hari. Eksistensi agama merupakan sarana pemenuhan kebutuhan esoteris manusia yang berfungsi untuk menetralisasi seluruh tindakan manusia. Tanpa bantuan agama manusia senantiasa bingung, resah, bimbang, gelisah dan sebagainya.³⁰ Sebagai akibatnya manusia tidak mampu memperoleh arti kebahagiaan dan kesejahteraan hidup.³¹ Dalam ajaran agama islam telah disebutkan dengan jelas, bahwa dengan mengingat Allah, manusia akan menjadi tenang, seperti yang telah dijelaskan dalam Al Quran.

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ



Artinya: *“Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya*

³⁰ Yahya Jaya, *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, (Jakarta : Ruhama, 1994), h.81

³¹ Sururin, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada, 2004), h. 179

dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.” (QS. Ar-Ra’d (13) : 28)

Sedangkan regulasi emosi adalah cara seseorang untuk mengatur emosi yang dirasakan dengan sedemikian rupa sehingga dalam mengekspresikan emosi tidak menimbulkan reaksi yang berlebihan. Menurut Daniel Goleman emosi adalah suatu perasaan dan pikiran-pikiran khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak.³² Hal ini berarti emosi adalah bentuk ekspresi yang dikeluarkan seorang individu dalam menanggapi segala pikiran dan perasaan yang akan tertuang dalam perilaku dan aktivitas yang sedang berlangsung. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi cara seseorang dalam meregulasi emosinya yaitu dari segi bertambahnya usia seseorang, jenis kelamin, religiusitas, kepribadian, pola asuh orang tua dan kebudayaan.³³ Salah satunya adalah tingkat religiusitas atau tingkat keberagamaan yang dimiliki oleh seorang individu. Individu yang memiliki kematangan beragama cenderung dapat mengontrol emosinya. Hal ini senada dengan pendapat William James yang menyatakan bahwa orang yang memiliki kematangan beragama memiliki

³² Daniel Goleman, *Emotional Intelligence : Kecerdasan Emosi*. terj. T. Hermaya, (Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama, 2015), h. 409

³³ Erlina Anggraini, “Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan : Studi Kasus Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Bulu Semarang”, *Skripsi* (Semarang : Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, 2015), h. 23-25

perubahan emosi yang terdalam sehingga dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap stabilitas dan konsistensi emosi seseorang. Sehingga perubahan emosi tersebut dapat terkontrol dengan sempurna tanpa mengedepankan ego yang berlebihan.³⁴

Santriwati adalah peserta didik perempuan yang belajar atau menuntut ilmu di pesantren. Mastuhu mendefinisikan pesantren sebagai lembaga pendidikan islam tradisional untuk mempelajari, memahami dan mendalami, menghayati dan mengamalkan ajaran islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari. Term tradisional disini tidak identik dengan sifat terbelakang, kolot dan tidak terbuka terhadap perkembangan zaman, tetapi sebuah lembaga yang secara konsisten mempertahankan dan mengembangkan tradisi khazanah keilmuan islam dan telah menyejarah dalam kehidupan umat Islam Indonesia. Di samping itu, eksistensinya sudah cukup lama dan mapan sebagai model pendidikan islam.³⁵

³⁴ Wijayanti Wulansepti, (2013) *Kematangan Beragama*. Diunduh pada tanggal 1 Maret 2017 dari <http://wijyantiwulansepti.blogspot.com/2013/11/kematangan-beragama.html>

³⁵ Ahmad Muthohar, *Ideologi Pendidikan Pesantren : Pesantren di Tengah Arus Ideologi-ideologi Pendidikan*, (Semarang : Pustaka Rizki Putra, 2007), h. 13

Mastuhu menjelaskan tujuan pendidikan pesantren adalah menciptakan dan mengembangkan kepribadian muslim, yaitu kepribadian yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan, berakhlak mulia, bermanfaat bagi masyarakat sebagaimana kepribadian Nabi Muhammad (mengikuti sunnah Nabi), mampu berdiri sendiri, bebas dan teguh dalam kepribadian, menyebarkan agama atau menegakkan Islam dan kejayaan umat di tengah-tengah masyarakat (*'Izz al-Islam wa al-Muslimin*) dan mencintai ilmu untuk mengembangkan kepribadian manusia. Adapun menurut Manfred Ziemek tujuan pesantren adalah membentuk kepribadian, memantapkan akhlak dan melengkapi dengan pengetahuan.³⁶ Tujuan pendidikan pesantren bukan hanya menciptakan manusia yang cerdas secara intelektual, tetapi juga membentuk manusia yang beriman, bertakwa, beretika, berestetika, mengikuti perkembangan masyarakat dan budaya, berpengetahuan, dan berketerampilan sehingga menjadi manusia yang paripurna dan berguna bagi masyarakat.³⁷

Sistem pendidikan dengan model diasramakan sebagaimana di pesantren memungkinkan para santri diawasi, dibina dan dibimbing oleh kiai selama 24 jam penuh, sehingga

³⁶ Mujamil Qomar, *Pesantren : Dari Transformasi Metodologi Menuju Demokratisasi Institusi*, (Jakarta : Penerbit Erlangga, tt), h. 4

³⁷ Ahmad Muthohar, *Ideologi Pendidikan Pesantren : Pesantren di Tengah Arus Ideologi-ideologi Pendidikan*, (Semarang : Pustaka Rizki Putra, 2007), h. 19

setiap tahapan perkembangan santri dapat diarahkan secara tepat sesuai dengan tujuan pendidikan pesantren.³⁸

Santriwati secara intensif dibekali dengan pengetahuan-pengetahuan agama memiliki banyak pengalaman dan pengetahuan keagamaan melalui proses pendidikan di pesantren dan tertuang dalam sikap, akhlak dan tingkah laku kehidupan sehari-hari mencerminkan individu yang memiliki kematangan beragama. Sehingga segala aktivitas dan tingkah laku sehari-hari sesuai dengan perintah dan tata aturan agama. Didalam ajaran agama islam telah jelas di terangkan dalam Al Quran untuk selalu mengatur segala emosi yang keluar, tidak terlalu berduka cita terhadap apa yang luput dari dalam diri, dan supaya tidak terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya karena sesungguhnya Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membangggakan diri (QS. Al Hadid :23). Didalam ayat tersebut dijelaskan mengenai intensitas ekspresi emosi seseorang supaya tidak berlebihan dalam merespon segala tindakan dan tidak mengeluarkan emosi yang berlebihan baik emosi positif maupun emosi negatif. Santriwati yang memiliki kematangan beragama memiliki kemampuan untuk meregulasi emosi diri sendiri yaitu suatu kemampuan untuk mengatur dan mengontrol emosi untuk tetap tenang ketika mendapatkan tekanan sehingga menampilkan

³⁸ Hariadi, *Evolusi Pesantren : Studi Kepemimpinan Kiai Berbasis Orientasi ESQ*, (Yogyakarta : LkiS, 2015), h. 76

ekspresi emosi yang tepat dan tidak berlebihan dalam menanggapi suatu keadaan serta selalu berfikiran positif.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kematangan beragama santriwati maka semakin berpengaruh terhadap kemampuan santriwati dalam meregulasi emosi.

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik dengan data.³⁹ Sehingga hipotesis merupakan suatu kesimpulan yang belum teruji kebenarannya secara pasti. Artinya ia masih harus dibuktikan kebenarannya.

Berdasarkan landasan teori diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah : Ada hubungan positif antara kematangan beragama dengan regulasi emosi santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang. Artinya, semakin tinggi

³⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), h. 96

kematangan beragama santriwati, maka regulasi emosinya semakin tinggi, dan sebaliknya semakin rendah kematangan beragama santriwati maka regulasi emosinya semakin rendah pula.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*Field Research*), dengan jenis penelitian korelasi yang mana membuktikan adanya hubungan kematangan beragama dengan regulasi emosi pada santriwati. Penelitian korelasi adalah suatu penelitian yang melibatkan pengumpulan data guna menentukan apakah ada hubungan antara dua variabel atau lebih.¹ Selain itu penelitian ini juga menggunakan analisis korelasi product moment guna menentukan apakah ada hubungan antara kematangan beragama dengan regulasi emosi. Peneliti akan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau

¹Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2009), h. 166

statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.²

Data-data numerikal atau angka yang telah didapatkan kemudian diolah dengan metode statistik dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 17.0 *for windows*, yang selanjutnya akan dideskripsikan dengan menguraikan kesimpulan berdasarkan hasil angka yang diolah dengan menggunakan metode statistik tadi.

B. Variabel Penelitian

Variabel menurut Suryabarata adalah segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian dan sering pula variabel penelitian dinyatakan sebagai gejala yang akan diteliti. Istilah variabel dimaknai sebagai sebuah konsep atau objek yang sedang diteliti, yang memiliki variasi (*varyable*) ukuran, kualitas yang ditentukan yang ditetapkan oleh peneliti berdasarkan pada ciri-ciri yang dimiliki konsep (variabel) itu sendiri.³ Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua yaitu:

1. Variabel Bebas (*independent variable*)

²Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), h. 14

³Muhammad Idrus, *Metodologi Penelitian Ilmu Sosial*, (Jakarta : Erlangga, 2009), h. 77

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent (terikat).⁴ Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah Kematangan Beragama.

2. Variabel Terikat (*Dependent variable*)

Varibel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.⁵ Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah Regulasi Emosi.

C. Definisi Operasional Variabel

a) Kematangan Beragama

Kematangan Beragama adalah kesadaran dalam beragama yang secara hakiki, terbentuk dalam keadaan mental yang dipengaruhi pengalaman keagamaan sehingga kehidupan dijalani dengan mengikuti norma dan tata aturan agama. Kematangan beragama tidak hanya berlaku dalam kehidupan sehari-hari yang terlihat saja tetapi juga dalam sikap, pemikiran, etika, niat, kemauan dan tanggapan seseorang. Didalam penelitian ini menggunakan teori kematangan beragama dari Gordon W. Allport dimana aspek-aspek yang dikaji meliputi differensiasi, dinamis,

⁴ *Ibid*, h. 60-61

⁵ *Ibid*, h. 61

produktif, komprehensif, integral dan keikhlasan pengabdian.

b) Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah cara seorang individu dalam mengatur dan mengontrol emosi yang dirasakan. Termasuk didalamnya respon proses intrinsik dan ekstrinsik oleh tubuh, dapat tetap tenang dan berfikir jernih ketika mendapatkan tekanan dari luar sehingga tidak memunculkan reaksi emosi yang berlebihan. Didalam penelitian ini menggunakan teori regulasi emosi yang dikemukakan Thompson dimana aspek-aspek yang dikaji yaitu kemampuan memonitor emosi (*emotions monitoring*), kemampuan mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*), dan kemampuan memodifikasi emosi (*emotions modification*).

D. Populasi dan Sampel

Populasi merupakan suatu keseluruhan pengamatan atau obyek yang ingin diteliti atau menjadi perhatian peneliti. Populasi dibedakan menjadi dua jenis, yaitu populasi orang dan populasi data. Populasi orang atau individu adalah populasi yang terdiri atas keseluruhan orang atau individu yang menjadi obyek

perhatian. Sedangkan populasi data adalah populasi yang terdiri atas keseluruhan karakteristik yang menjadi obyek perhatian.⁶

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah semua santri Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang dengan jumlah 226 orang yang terbagi dalam 5 asrama.

No.	Asrama	Jumlah
1.	Asrama A7	66
2.	Asrama B9	60
3.	Asrama B5	46
4.	Asrama C9	12
5.	Asrama B17	42
Total		226

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).⁷

Suharsimi Arikunto memberi acuan dalam menentukan jumlah sampel penelitian. Apabila subjek kurang dari 100, maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan

⁶ Boediono dan Wayan Koster, *Teori dan Aplikasi Statistika dan Probabilitas*, (Bandung : Rosda Karya, 2008), h. 9-10

⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2010), h. 118

penelitian populasi, selanjutnya jika jumlah subjeknya lebih besar dapat diambil 12-15 % atau 20-25 % atau lebih.⁸ Mengacu dari teori tersebut, maka sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah 23 % dari jumlah populasi yang ada.

Setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel. Oleh karena itu, pengambilan sampel diambil secara acak atau random. Populasi terbagi dalam beberapa asrama yaitu asrama A7, asrama B9, asrama B5, asrama C9, dan asrama B17. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang ditentukan sendiri oleh peneliti melalui pertimbangan tertentu yang kemudian subyek penelitian diambil secara acak/random di setiap asrama. Pertimbangan dalam penelitian ini adalah :

- a) Santri putri Pondok Pesantren Darul Falah Be Songo Semarang.
- b) Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Be Songo yang telah memasuki usia dewasa dengan batasan usia minimal 21 tahun.⁹

⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2002), h. 109

⁹ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta : Prenada Media, 2015), h. 246. Menurut Elizabeth B Hurlock seseorang dikatakan dewasa ketika telah memasuki kisaran usia antara 21 sampai 40 tahun.

- c) Santriwati yang berada di tahun ketiga dan keempat mondok di PP. Darul Falah Be Songo.

Berdasarkan kriteria tersebut maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 52 orang santriwati.

E. Metode Pengambilan Data

Metode pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Skala yang digunakan adalah skala likert. Skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan.¹⁰ Peneliti memberikan 5 penilaian yaitu sangat sesuai, sesuai, kurang sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai dimana didalam pernyataan atau pertanyaan tersebut terdapat item *favorable* dan item *unfavorable*. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang positif atau mendukung terhadap sikap obyek. Sedangkan pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang berisi hal-hal negatif yakni yang tidak mendukung atau kontra terhadap sikap obyek yang hendak

¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*, (Bandung, Alfabeta, 2012), h. 134

diungkap.¹¹ Kategori jawaban yang digunakan dalam skala ini adalah sebagai berikut :

TABEL 1 : SKOR SKALA LIKERT

Jawaban	Keterangan	Skor	Skor
		Favorable	Unfavorable
SS	Sangat Sesuai	5	1
S	Sesuai	4	2
KS	Kurang Sesuai	3	3
TS	Tidak Sesuai	2	4
STS	Sangat Tidak Sesuai	1	5

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam skala yaitu skala :

- 1) Skala kematangan beragama, yang mana skala ini mengacu pada teorinya Gordon W. Allport dengan aspek sebagai berikut :

¹¹ Syaifudin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset, 1998), h. 98

TABEL 2 : BLUEPRINT SKALA KEMATANGAN BERAGAMA

No	Aspek	Indikator	Aitem	
			Favorable	Unfavorable
1.	Diferensiasi	- memiliki pemikiran yang terbuka dan berkembang sesuai dengan kemajuan zaman	- 5,26	- 2,28
		- berfikir rasional dan memiliki emosi yang konsisten	- 12,47	- 14,30
1.	Diferensiasi	- memiliki pemikiran yang terbuka dan berkembang sesuai dengan kemajuan zaman	- 5,26	- 2,28
		- berfikir rasional dan memiliki emosi yang konsisten	- 12,47	- 14,30
2.	Dinamis	- memiliki motivasi yang semakin kuat dalam	- 16,	- 6,31

		beragama - berperilaku sesuai dengan ajaran agama	27 - 18 ,3 4*	- 13, 36
3.	Produktif	- memiliki sikap tanggung jawab dalam menjalankan perintahNya dan menjauhi larangannya (stabil) - bahagia dalam menjalankan perintah agama	- 1, 29 - 7* ,3 5	- 15, 32 - 17, 25
4.	Komprehensif	- memiliki sikap toleransi yang tinggi - menyadari atas kekurangan yang dimiliki	- 19 ,4 8 - 9, 41 *	- 3,3 3 - 20, 39*
5.	Integral	- memiliki landasan/prinsip hidup yang	- 22	- 8, 42*

		kuat yang tercermin dalam perilakunya - merealisasikan nilai-nilai baru dalam agama sesuai perkembangan zaman	, 37 - 10 , 40	- 21, 38*
6.	Keikhlasan Pengabdian	- memiliki semangat dalam mencari kebenaran - menjaga hubungan baik dengan Allah, manusia dan alam sekitar	- 4, 44 - 23 ,4 6	- 24, 45* - 11, 43

*) Aitem yang gugur

- 2) Skala Regulasi Emosi, yang mana skala ini mengacu pada teorinya Thompson dengan aspek sebagai berikut :

TABEL 3 : BLUEPRINT SKALA REGULASI EMOSI

No.	Aspek	Indikator	Aitem	
			Favorable	Unfavorable
1.	Memonitor Emosi	- mampu menyadari apa yang terjadi dalam dirinya	- 4, 16, 25	- 10, 12*, 33
		- mengenal setiap emosi yang dirasakan	- 13, 19, 30	- 5, 24, 35
2.	Mengevaluasi Emosi	- tidak larut dalam emosi secara mendalam	- 11, 22, 36	- 2*, 17, 31
		- mampu mengelola dan menyeimbangkan emosi dalam situasi	- 6, 20, 29	- 8, 14, 26

		yang tidak diinginkan		
3.	Memodifikasi Emosi	- mampu mengubah emosi negatif menjadi positif	- 1, 18,27	- 7, 21,32
		- mampu mengekspresikan emosi dengan wajar	- 9, 15,34	- 3, 23*,28

*) Aitem yang gugur

F. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi pengukurannya.¹² Dalam artian suatu alat pengukur dapat dikatakan valid atau sah apabila alat ukur tersebut telah digunakan untuk mengukur apa yang

¹² Saifuddin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2000), h. 5

seharusnya diukur.¹³ Validitas instrumen dalam penelitian ini dipertimbangkan melalui validitas isi (*content validity*), yaitu validitas yang berkaitan dengan isi yang akan diuji atau diukur atau sejauh mana item-item dalam tes mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur. Dalam validitas isi ini menunjukkan bahwa pokok-pokok pada alat ukur mewakili sifat-sifat yang akan diukur.¹⁴

Sugiyono menerangkan bahwa instrument yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.¹⁵

Uji instrumen untuk santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo dilakukan terhadap santriwati asrama A7 dengan jumlah 35 orang. Uji instrumen ini dilakukan pada tanggal 25 September 2017. Skala disebar sebanyak 35 dan kembali ke peneliti sebanyak 35. Uji validitas dilakukan dengan cara membandingkan isi skala dengan tabel spesifikasi atau kisi-kisi instrument yang telah disusun. Pengujian validitas tiap butir digunakan analisis item yaitu mengkorelasikan skor tiap butir dengan skor total. Dengan bantuan program SPSS 17.0 *for windows*. Berdasarkan batas

¹³ Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta : Mitra Wacana Media, 2012), h. 173

¹⁴ *Ibid*, h. 177

¹⁵ Sugiyono, *op.cit.*, h. 168

nilai signifikansi korelasi antar variabel yaitu 0,05, sehingga nilai item dikatakan valid jika nilai signifikansi korelasi $< 0,05$, item dikatakan tidak valid jika nilai signifikansi korelasi $> 0,05$.

Berdasarkan uji validitas item yang dilakukan terhadap 48 item skala kematangan beragama, terdapat 41 item yang valid dan 7 item yang dinyatakan gugur. Koefisien korelasi yang dinyatakan valid berkisar antara 0.307 sampai dengan 0.733. Item yang gugur adalah nomor 7, 34, 38, 39, 41, 42, 45. Adapun koefisien korelasi yang gugur berkisar antara 0.028 sampai dengan 0.266.

Berdasarkan uji validitas item yang dilakukan terhadap 36 item skala regulasi emosi, terdapat 33 item yang valid dan 3 item yang dinyatakan gugur. Koefisien korelasi yang dinyatakan valid berkisar antara 0.340 sampai dengan 0.821. Item yang gugur adalah nomor 2, 12, 23. Adapun koefisien korelasi yang gugur berkisar antara 0.118 sampai dengan 0.277.

2. Uji Reliabilitas

Sugiono menjelaskan bahwa instrumen yang reliabilitas adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama akan menghasilkan data yang

sama.¹⁶ Reliabilitas menurut Saifudin Azwar sebenarnya mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengukuran yang tidak reliabel akan menghasilkan skor yang tidak dapat dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi diantara individu lebih ditentukan oleh faktor eror (kesalahan) dari pada faktor perbedaan yang sesungguhnya.¹⁷

Saifudin Azwar juga menerangkan bahwa reliabilitas dinyatakan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Makin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas dan sebaliknya koefisien yang rendah akan semakin mendekati angka 0.¹⁸ Pengukuran reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus alfa cronbach karena setiap satu skala dalam penelitian ini disajikan dalam sekali waktu saja pada sekelompok responden.¹⁹

Reliabilitas skala model ini ditunjukkan oleh besaran koefisien alpha yang berkaitan dengan kesalahan baku

¹⁶Sugiono, *Statistika untuk Penelitian*, (Bandung : Alfabeta, 2015), h. 343

¹⁷Saifudin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1997), h. 67

¹⁸Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif*, (Bandung : Alfabeta, 2009), h. 121

¹⁹Saifudin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1997), h. 83

pengukuran. Artinya semakin besar nilai alpha maka semakin kecil kesalahan tingkat pengukuran, dengan kata lain instrument penelitian memiliki keterandalan. penghitungan estimasi reliabilitas variabel menggunakan bantuan program komputer SPSS 17.0 for Windows.

Dengan bantuan paket progam SPSS 17.0 *for windows* ditampilkan hasil analisis reliabilitas instrumen. Ringkasan analisis *alpha* instrumen selengkapnya tersebut dalam tabel berikut :

TABEL 4 :
ANALISIS RELIABILITAS KEMATANGAN BERAGAMA

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.904	48

TABEL 5 :
ANALISIS RELIABILITAS REGULASI EMOSI

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.908	36

Dari dua tabel diatas, dapat simpulkan bahwa reliabilitas kematangan beragama yang ditunjukkan dari nilai cronbach's alpha adalah 0,904 dan nilai cronbach's alpha regulasi emosi adalah 0,908. Jadi dapat disimpulkan bahwa skala kematangan beragama dan regulasi emosi yang ditunjukkan dari nilai cronbach's alpha reliabilitasnya dapat diterima.

G. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil penelitian merupakan nilai mentah yang harus diolah terlebih dahulu. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik. Melalui analisis statistik diharapkan dapat menyediakan data-data yang dapat dipertanggungjawabkan untuk menarik kesimpulan yang benar dan untuk mengambil keputusan yang baik terhadap hasil penelitian. Alasan yang mendasari karena statistik merupakan cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan dan menganalisa dan penyelidikan yang berwujud angka-angka. Alasan lain karena statistik bersifat objektif dan bersifat universal dalam arti dapat digunakan dalam hampir semua bidang penelitian.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini akan diolah dengan metode statistik, karena data yang diperoleh berwujud angka dan metode statistik dapat memberikan hasil yang objektif.

Metode analisis data ini dibantu dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Product for Service Solutions*) versi 17.0 for windows.

Dalam penelitian ini, teknik analisis statistik yang dipakai untuk menguji hipotesis adalah Korelasi Product Moment dari Karl Pearson. Teknik ini digunakan untuk menguji hubungan dua variabel yang masing-masing variabel datanya berwujud skor serta melukiskan hubungan antara dua gejala interval.²⁰

²⁰ Nurul Zuriyah, *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan Teori-Aplikasi*, (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2007), h. 209

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran umum Pondok Pesantren Darul Falah BeSongo Semarang

1. Sejarah singkat berdirinya Pondok Pesantren Darul Falah BeSongo Semarang

Berdirinya pesantren ini bermula dari sebuah fakta bahwa tantangan modernitas bagi mahasiswa semakin besar. Banyak mahasiswa yang menampilkan aktivitas keseharian kurang sesuai dengan ajaran keagamaan, misalnya pacaran secara bebas, sering pulang malam di tempat kos masing-masing, tata etika yang tidak mencerminkan sopan santun dan nilai-nilai Islam. Hal ini semakin memprihatinkan ketika mahasiswa-mahasiswa tersebut nota bene adalah mahasiswa perguruan tinggi Islam. Tata etika yang kurang mencerminkan etika Islam, membawa pada penurunan citra mahasiswa Islam. Fakta ini mengantarkan pada semangat untuk memperbaiki citra moralitas mahasiswa Islam, dengan menyelenggarakan model pendidikan pesantren di tengah-tengah masyarakat. Pesantren menjadi salah satu solusi membangun keunggulan moralitas.

Di samping itu, pesantren ini merupakan wadah meningkatkan sisi spiritualitas dan intelektualitas santri. Karena itu, penyelenggaraan pendidikan pesantren ini banyak difokuskan pada latihan spiritualitas santri dan daya nalar santri, yang hal ini akan banyak berguna untuk membangun kepribadian santri yang unggul. Pesantren Darul Falah Be-Songo berdiri sejak tahun 2008. Secara fisik pesantren ini bermula dari pengadaan rumah kos yang menampung mahasiswa bertempat tinggal. Rumah kos ini cukup sederhana dengan fasilitas perumahan yang apa adanya, yang tidak menggambarkan sarana pendidikan. Pada perkembangan berikutnya, mulai dilakukan penataan fisik yang mendukung penyelenggaraan pendidikan model pesantren.

Dari tahun ke tahun perkembangannya melaju dengan cepat, baik dari jumlah santri, fisik bangunan dan kegiatan santri secara lambat laun semakin bertambah dan semakin padat. Bangunan pesantren ini pada tahun 2008 hanya bangunan yang berupa rumah satu lantai dengan jumlah 5 kamar. Seiring berjalannya waktu, pada tahun 2009 bangunan direnovasi menjadi 3 lantai berisi 8 kamar, 1 ruang halaqah dan 1 aula. Bermula dari sebuah kos putri tersebut, kini Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo Ngaliyan Semarang mampu merubah “*image*” kos putri menjadi Pondok Pesantren (PONPES) putri, yaitu Darul

Falah Be-Songo yang mana nama tersebut *tafa'ul* dari Ponpes Darul Falah Jekulo Kudus. Karena pada sejatinya, Ponpes Darul Falah Be-Songo adalah milik Romo KH. Ahmad Basyir Jekulo Kudus (pengasuh Ponpes Darul Falah Jekulo Kudus). Karena beliau, Romo KH. Ahmad Basyir bermukim di Kudus, maka Ponpes Darul Falah Be-Songo diasuh oleh putra menantu beliau, yaitu Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M. Ag. suami dari ibu Dr. Hj. Arikhah, M. Ag yang bertempat tinggal di perumahan Bank Niaga komplek B-13 sekaligus Dosen Fakultas Ushuluddin UIN WaliSongo Semarang. Pengambilan nama Be-Songo tersebut karena pesantren ini terletak di perumahan Bank Niaga Blok B-9. Selain itu, menurut pengasuh pesantren ini mengambil nama Be-Songo dimaksudkan penggambaran sesuatu yang baik, bagus dan bahagia yang tergambar dalam huruf “B”. Sementara “Songo ” adalah gambaran angka yang sakral, yaitu puncak dari angka, yang dimulai dari 0-9, di samping itu, “Songo ” juga menggambarkan jumlah wali yang diakui di dataran pula Jawa, WaliSongo.

Secara historis, B-9 merupakan tempat bersejarah bagi pengembangan agama dan ilmu pengetahuan. Sebelum menjadi pesantren Darul Falah Be-Songo, pada tahun 1997-2000, tempat ini pernah menjadi pusat kegiatan Mahasiswa Islam dengan nama “Raisyan Fikr”, di mana menjadi tempat kajian dan diskusi mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN

WaliSongo. Setelah itu, pada tahun 2001-2005 menjadi pesantren “Bismillah” di bawah asuhan Habiburrahman Sirazy pengarah Novel Ayat-ayat Cinta, Ketika Cinta Bertasbih, dan lain-lain.

Saat ini tempat yang mempunyai nilai historis tersebut, telah berubah menjadi Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo yang memiliki harapan luar biasa dalam mencetak karakter santri dalam mengembangkan kecakapan hidupnya untuk mempersiapkan diri di masa mendatang. Perkembangan selanjutnya KH. Imam Taufiq bekerja sama dengan KH. Muhyar Fanani untuk menghidupkan pesantren sehingga jumlah santri menjadi bertambah dan tempat asrama santripun ditambah dan bertempat di Blok C-9. Di awal tahun 2012, ada penambahan gedung baru yang dijadikan sebagai pusat kegiatan santri yang letaknya di Blok A-7. Gedung ini dibangun dengan tiga lantai yang terdiri dari 1 aula dan 5 kamar.

Kemudian pada tahun 2015, di Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo membuka pendaftaran baru untuk santri putra unggulan yang nota bene sebagai mahasiswa di UIN Walisongo Semarang. Di tahun 2017 ini, Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo telah memiliki 5 asrama diantaranya asrama B-9 sebagai pusat dari kegiatan santri di pondok pesantren Darul Falah Be-Songo, asrama A-7 sebagai tempat kegiatan menjahit (life skills) untuk para

santri, asrama C-9, asrama B-5, dan asrama B-17 (santri putra).

2. Identitas Pesantren

Nama Pesantren	: Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo
Nomor telepon	: 024-7615246
Email	: pesantrenlifeskill@gmail.com
Alamat	: Perumahan Bank Niaga blok B-9
Desa/ kelurahan	: Tambakaji
Kecamatan	: Ngaliyan
Kota	: Semarang
Propinsi	: Jawa Tengah
Status tanah	: Hak Milik Pribadi Pengasuh
Sifat lembaga	: Independen
Tahun berdiri	: 2008

3. Visi, Misi dan Tata Tertib di PP. Darul Falah Be-Songo

a) VISI

“Berakhlak Mulia dengan Kompetensi Keagamaan dan Kecakapan Hidup Yang Handal”.

b) MISI

- 1) Melaksanakan pembelajaran agama Islam dengan mengutamakan pengalaman untuk mewujudkan lulusan yang memiliki keteguhan spiritualitas dan keluhuran akhlak.

- 2) Melaksanakan pembelajaran yang mengembangkan kemampuan berfikir kritis dan kreatif melalui diskusi, debat ilmiah dan pemecahan kasus.
 - 3) Mengembangkan kegiatan pelatihan ketrampilan untuk mewujudkan lulusan yang memiliki kecakapan hidup agar mampu menghadapi tantangan zaman.
- c) Tata Tertib
- Untuk menciptakan santri yang relevan dengan visi dan misi pesantren maka perlu adanya tata tertib ponpes Darul Falah be-Songo Semarang, adapun tata tertib pesantren adalah sebagai berikut:
- 1) Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo adalah tempat mahasiswa untuk mengembangkan “*Akhlaqul Karimah*” dan “*Ilmu-ilmu Keagamaan*”.
 - 2) Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo adalah tempat mahasiswa untuk mengembangkan *skills*. Penghuni Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo adalah setiap mahasiswa yang telah menyelesaikan tata administrasi dan etika kepada Pengasuh pondok secara penuh.
 - 3) Semua santri wajib melaksanakan ketentuan dan peraturan yang telah ditetapkan.

- 4) Semua santri berhak mendapatkan fasilitas yang telah disepakati bersama.
- 5) Batas maksimal keluar pondok adalah sampai pukul 21.00 WIB.
- 6) Batas maksimal menerima tamu adalah sampai pukul 17.00 WIB untuk tamu laki-laki, (kecuali mahromnya) .
- 7) Menerima tamu di tempat yang telah disediakan.
- 8) Semua santri tidak diperkenankan menerima tamu laki-laki di dalam pondok.
- 9) Setiap santri yang akan bermalam di luar pondok atau kegiatan kampus yang melebihi jam keluar wajib izin kepada pengasuh dan pengurus.
- 10) Santri tidak boleh menginap selain di pondok, kecuali dapat izin dari pengasuh.
- 11) Setiap santri apabila keluar harus melaporkan tempat tujuan dan kegiatan yang dilaksanakan, kepada yang lain.
- 12) Apabila santri keluar malam lebih dari jam pukul 21.00 WIB (yang telah ditentukan), diijinkan jika bersifat riil dan bermanfaat.

4. Struktur Organisasi PP. Darul Falah Be-Songo 2017/2018

Pengasuh : Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M. Ag.

Dr. Hj. Arikhah, M. Ag.

Dr. KH. Muhyar Fanani, M. Ag.

Dewan Pembina : Karis Lusdiyanto SH. I. M. Si
(Peribadatan)

Dr. H. Tajudin Arafat, M. Ag (Pendidikan)

Dr. H. M Arif Royyani, Lc, M.A (Bahasa)

Hasan Asyari , S. Pd.i (Kesenian)

Dewan Etik : Nur Qomarrurrohmah (Pendidikan
dan

Kominfo)

Zakiyatul Miskiyah (Keamanan

danPeribadatan)

Mutia Azizah (Bahasa dan Kesenian

Olahraga)

Fatikhah (Koperasi dan RTK)

Ketua Umum : Muizzatus Sa'adah

Sekretaris Umum : Futkhatin Nasikhah

Sekretaris I : Nadia Kusuma Ningrum

Sekretaris II : Aldian Muzakky
Bendahara Umum : Hasbuna Maulina

Koordinator

Keamanan : Nur Chanifah
Peribadatan : Kamalatus Sholihah
Pendidikan : Adila Nafiatul Rafi'an
Bahasa : Munfaridatur Rosyidah
Kebersihan : Siti Amalia Rahmawati
Kominfo : Muhammad Aniq
Koperasi : Sirojul Fuad
Rumah Tangga : Zakiyatul Anam
Kesenian & Olahraga : Farikha Maulia Rizqi

Ketua Asrama

Ketua 1 : Qurratul Ainiyah (A7)
Ketua 2 : Hersy Fujiyanti (B9)
Ketua 3 : Sri Indah Cahyani (B5)
Ketua 4 : Husnal Fuada (C9)
Ketua 5 : M Husni Rezqiyani (B17)

Bendahara Asrama

Bendahara 1 : Atik Nailul Muna (A7)
Bendahara 2 : Eva Fakhrun Nisa' (B9)
Bendahara 3 : Rizka Azkia (B5)
Bendahara 4 : Nila Romadhoni (C9)

Bendahara 5 : Irsyad Nur Abdullah (B17)

Devisi – Devisi

Keamanan : Ulfa Rohmah (B5)
 Firda Izdiana (C9)
 Fatimatuzzahrotul Aini(B9)
 Maria Ulfa (A7)
 Ulil Albab (B17)

Peribadatan : Wilda Alfina Ulya (B5)
 Siti Annisaus S (C9)
 Nailil Muna (B9)
 Dina Arvi Ariani (A7)
 David Hasbullah

(B17)

Pendidikan : Mar'atus Sholihah (B5)
 Nikmatun Nisa' (C9)
 Elfrida Nurutsany (B9)
 Miftahur Rohmah (A7)
 Faiq Azmi (B17)

Bahasa : Nayla Nur Aulia (B5)
 Umy Izzatunnida (C9)
 Lailatul Magfiroh (B9)
 Naili Rahmawati (A7)

	Auly Naimul Umam	(B17)
Kebersihan	: Muti'ah	(B5)
	Alfiana Ridho	(B9)
	Nailul Muna	(C9)
	Ayu Suryaningsih	(A7)
	Hadi Winarko	(B17)
Kominfo	: Selma Khuffata	(B5)
	Nadia Falahatul	(B9)
	Zahrotun Nisa'	(A7)
	M. Badruzzaman	(B17)
Koperasi	: Afifatul Arifah	(B5)
	Ana Mahbubah	(B9)
	Ita Marviana	(C9)
	Atikoh	(A7)
	Nabil Zuhri	(B17)
Rumah Tangga	: Durrotun Isnaini An Nabila (B5+C9)	
	Laely Mulya Nigrum	(B9)
	Rofi'atul Amaliya	(A7)
	Agung Prasetya Hasan	(B17)

Kesenian & Olahraga	: Srie Wulandari	(B5+C9)
	Umi Nur Chanifah	(B9)
	Ulya Ainun Nadhiroh	(A7)
	Naqodim	(B17)

5. Manajemen Pondok Pesantren Darul Falah Be-Songo Semarang

a) Manajemen Pembelajaran

1. Kurikulum

Kurikulum ponpes Darul Falah Be-Songotelah meliputi berbagai bidang, sebagai berikut:

- Bidang Keagamaan Kitab Kuning
 - a) Tauhid : kitab *Kifayatul Awam* dan *Tijanud Durori*
 - b) Fiqh : kitab *Hidayatul Mujtahid* dan *Fathul Qorib*
 - c) Akhlaq Tasawuf : kitab *Ihya' Ulumuddin* dan *Minhajul Abidin*
 - d) Hadits : kitab *Arba'in Nawawi* dan *Bulughul Maram*
 - e) Tafsir maudhu'i al-Qur'an
 - f) Tartil dan tahfidz al-Qur'an
- Bidang Keilmiahan
 - a) Halaqoh

- b) Pelatiha : jurnalistik, ICT (Information, Comunication, Tecnology)
- c) Kursus bahasa asing (Bahasa Arab dan Bahasa Inggris)
- d) Bahsul masa'il
- e) Aktifitas website
- f) Studium general
- Bidang Kecakapan Hidup
 - a) Sulam : benang, pita, dan kruistik.
 - b) Rajut
 - c) Flanel
 - d) Baki lamaran
 - e) Menjahit
 - f) Memasak : lauk, kue (basah dan kering), dll.
 - g) Mambatik
 - h) Holtikultura
 - i) Kecantikan : tata rias, potong rambut.
 - j) Teknologi Kimia Rumah Tangga
 - k) Keterampilan manik-manik.
- Bidang Khidmah dan Kemasyarakatan
 - a) Bimbingan Taklim Ilmu Agama
 - b) Membantu operasional Madrasah Diniyah
 - c) Bakti lingkungan : bersih-bersih kampung, musholla, dll.

- d) Mengikuti kegiatan di musholla : shalat berjamaah, dziba'an, tahlil, kultum pada bulan Ramadhan.
 - e) Mengentaskan buta aksara al-Qur'an
 - f) Mengikuti kegiatan masyarakat : senam, kerja bakti, dll.
- Bidang Kecakapan Lain
- a) Pelatihan MC, resolusi konflik, mediasi, kesehatan reproduksi, dan gender mainstreaming.
 - b) Khitobah
 - c) Tilawah
 - d) Seni rebana
 - e) Mengenal masakan daerah
 - f) Strategi planning
- 2) Metode Pembelajaran

Dalam pembelajaran di pesantren Darul Falah Be-Songo menggunakan beberapa metode yang cukup variatif, metode tersebut diantaranya:

- a) Metode ceramah

Ceramah adalah penuturan bahan pelajaran secara lisan. Guru memberikan uraian atau penjelasan kepada sejumlah murid pada waktu tertentu (waktu terbatas) dan tempat tertentu pula. Metode ini digunakan pada saat pembelajaran kitab Hadist "*Bulughul Maram dan 'Arbain*

Nawawiyah”, Tauhid “*Kifayatul ‘Awam dan Tijan Durory*” dan kajian tafsir kontemporer.

b) Metode Diskusi

Metode diskusi merupakan metode yang menjadi andalan proses belajar-mengajar di perguruan tinggi. Metode ini juga diterapkan di pesantren. Diskusi membuka kesempatan timbulnya pemikiran yang liberal dengan dasar argumentasi ilmiah. Melalui metode ini eksklusivisme pemikiran di pesantren dapat dibongkar, feodalisme pengajaran dari kyai dan ustadz memperoleh perlawanan, sikap toleran dan sportif terhadap munculnya ide-ide baru menemukan penyaluran, dan mendorong timbulnya daya kritik yang tajam. Oleh karena itu, logis bila penerapan metode diskusi berlangsung kondusif hanya pada pesantren-pesantren modern karena pribadi kyainya yang dinamis dan toleran.

c) Metode Muhawarah/ Muhadatsah

Metode Muhawarah adalah merupakan latihan bercakap-cakap dengan bahasa Arab yang diwajibkan oleh pondok pesantren kepada para santri selama mereka tinggal di pondok pesantren. Para santri diwajibkan untuk bercakap-cakap baik dengan sesama santri maupun dengan para ustadz

atau kyai dengan menggunakan bahasa Arab pada wilayah-wilayah (*language areas*) tertentu, seperti: aula, dapur, dan ruang tamu; dan saat izin pulang.

Dalam pemberlakuan metode ini santri diberikan perbendaharaan kata-kata bahasa Arab yang sering dipergunakan untuk dihafalkan sedikit demi sedikit sehingga mencapai target yang telah ditentukan untuk jangka waktu yang telah ditentukan. Setelah para santri telah menguasai banyak kosa kata bahasa Arab kepada mereka diwajibkan untuk menggunakannya dalam percakapan sehari-hari.

d) Metode Hafalan

Metode hafalan ialah kegiatan belajar santri dengan cara menghafal suatu teks tertentu dibawah bimbingan dan pengawasan seorang ustadz/ kyai. Para santri diberi tugas untuk menghafal bacaan-bacaan dalam jangka waktu tertentu. Hafalan yang dimiliki santri ini kemudian dihafalkan dihadapan ustadz/ kyainya secara periodik atau insidental tergantung kepada petunjuk gurunya tersebut.

Dalam pesantren ini memakai metode hafalan untuk diterapkan dalam pembelajaran tahfidzul qur'an yang di lakukan pada hari ahad jam 15.30 – 17.30 WIB. Metode tahfid adalah santri harus

menghafal juz 30 berlanjut ke juz 1 dan seterusnya, untuk selanjutnya disetorkan kepada Umi' Triwahyuni Hidayati, M.Ag.

e) Metode Latihan Ketrampilan

Metode latihan ketrampilan adalah suatu metode mengajar, dimana siswa diajak ke tempat latihan ketrampilan untuk melihat bagaimana cara membuat sesuatu, bagaimana cara menggunakannya, untuk apa dibuat, apa manfaatnya.

Metode ini merupakan metode yang sering digunakan oleh pesantren Darul Falah Be-Songo. Pesantren ini tidak hanya mengajarkan teori saja tapi mereka langsung diarahkan bagaimana cara membuat ketrampilan membuat masakan, membuat pola baju, membuat asesoris seperti bros, gelang, kalung, menyulam dan ketrampilan yang lain.

f) Metode Kerja Sama

Metode kerja sama adalah upaya saling membantu antara dua orang atau lebih, antara individu dengan kelompok dan antara kelompok dengan kelompok lainnya dalam melaksanakan tugas atau menyelesaikan problema yang dihadapi dan atau menggarap berbagai program yang

bersifat prospektif guna mewujudkan kemaslahatan dan kesejahteraan bersama.

g) Metode pemberian tugas dan resitasi

Yang dimaksud dengan metode ini adalah suatu cara dalam proses pembelajaran bilamana guru memberi tugas tertentu dan murid mengerjakannya, kemudian tugas itu dipertanggungjawabkan kepada guru. Melalui metode ini diharapkan dapat merangsang anak untuk aktif belajar baik secara individual maupun secara kelompok. Oleh karena itu tugas dapat diberikan secara individual maupun secara kelompok.

Metode ini diaplikasikan pada pembelajaran kitab kuning "*Ihya' Ulumuddin*". Santri diberikan tugas untuk memaknai syarah dan matannya setelah itu santri membacakan hasil tugasnya di depan ustadz dan santri yang lain kemudian menerjemahkan.

6. SARANA & PRASARANA

Di Ponpes Darul Falah Be Songo memiliki sarana & prasarana yang cukup memadai untuk para santrinya, diantaranya :

1. Asrama : setiap asrama memiliki aula

2. Kamar Santri : setiap santri disediakan satu kasur dan satu lemari dan satu kipas angin setiap kamar
3. Dapur : di dalam dapur ada peralatan masak dll
4. Kamar Mandi : setiap Asrama memiliki kamar mandi
5. Peralatan Jahit : memiliki 6 mesin jahit dan 1 obras guna pembelajaran ketrampilan menjahit
6. Peralatan Rebana : memiliki peralatan rebana yang lengkap untuk kegiatan seni rebana
7. Rak sepatu dan Sandal : setiap asrama memiliki rak sandal
8. Proyektor : digunakan untuk kegiatan pembelajaran
9. Perpustakaan
10. Televisi

B. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian dimulai setelah pengukuran uji validitas dan reliabilitas selesai. Kemudian instrumen dapat digunakan untuk

mengukur subjek. Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Falah Be Songo Semarang pada tanggal 18 Oktober 2017 dan data dikumpulkan melalui 52 sampel diambil dari setiap asrama yang diambil secara acak. Berdasarkan data analisis deskriptif terhadap data-data penelitian dengan menggunakan paket program SPSS 17.0 *for windows*, di dapat deskripsi data yang memberikan gambaran mengenai rata-rata data, simpangan baku, nilai minimum, dan nilai maksimum. Tabulasi deskripsi data penelitian. Berikut hasil SPSS deskriptif statistik.

TABEL 6 : DESKRIPTIF DATA

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean		Std. Deviation	Variance
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Statistic
Kematanberagama	52	61	121	182	8029	154.40	1.793	12.932	167.226
Regulasiemosi	52	40	92	132	5836	112.23	1.238	8.926	79.671
Valid N (listwise)	52								

Ada cara lain untuk menganalisis data deskripsi penelitian, yaitu dengan menggunakan cara manual yang

diharapkan mampu membaca lebih jelas kondisi santriwati termasuk dalam kategori apa.

1. Analisis Data Deskripsi Penelitian Variabel Kematangan Beragama

Analisis data deskripsi penelitian variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis. Kemudian data yang tersedia dibutuhkan lagi perhitungan untuk menentukan:

- a) Nilai batas minimum, mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pernyataan butir jawaban yang mempunyai skor terendah atau 1. Dengan jumlah item 41. Sehingga batas minimum adalah jumlah responden x bobot pertanyaan x bobot jawaban = $1 \times 41 \times 1 = 41$
- b) Nilai batas maksimum, mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan butir jawaban yang mempunyai skor tertinggi atau 5 dan jumlah item 41. Sehingga batas maksimum adalah jumlah responden x bobot pertanyaan x bobot jawaban = $1 \times 41 \times 5 = 205$

- c) Jarak antara batas maksimum dan minimum = $205 - 41 = 164$
- d) Jarak interval jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori = $164 : 3 = 54,7$

Dengan perhitungan seperti itu akan diperoleh realitas sebagai berikut:

41	95,7	150,4	205

Gambar tersebut dibaca :

Interval 41 – 95,7 = rendah

95,7 – 150,4 = cukup

150,4 – 205 = tinggi

Hasil olahan data dapat dikategorikan menjadi dua yaitu 11 santriwati (dengan interval skor nilai berkisar antara (95,7-150,4) dalam kondisi kematangan beragama yang cukup dan 41 santriwati (dengan interval 150,4 – 205) dalam kondisi kematangan beragama yang tinggi. Berdasarkan hasil penggolongan interval tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo memiliki tingkat kematangan beragama yang tinggi. Penggolongan interval ini bisa dilihat dari hasil frekuensi dengan bantuan SPSS 17.0 *for windows* pada lampiran.

2. Analisis Data Deskripsi Penelitian Variabel Regulasi Emosi

Analisis data deskripsi penelitian variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis. Kemudian data yang tersedia dibutuhkan lagi perhitungan untuk menentukan:

- a) Nilai batas minimum, mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pernyataan butir jawaban yang mempunyai skor terendah atau 1. Dengan jumlah item 33. Sehingga batas minimum adalah jumlah responden x bobot pertanyaan x bobot jawaban = $1 \times 33 \times 1 = 33$
- b) Nilai batas maksimum, mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan butir jawaban yang mempunyai skor tertinggi atau 5 dan jumlah item 33. Sehingga batas maksimum adalah jumlah responden x bobot pertanyaan x bobot jawaban = $1 \times 33 \times 5 = 165$
- c) Jarak antara batas maksimum dan minimum = $165 - 33 = 132$
- d) Jarak interval jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori = $132 : 3 = 44$

Dengan perhitungan seperti itu akan diperoleh realitas sebagai berikut:

33	77	121	165
----	----	-----	-----

Gambar tersebut dibaca :

Interval 33 - 77 = rendah

77 - 121 = cukup

121 - 165 = tinggi

Hasil olahan data dapat dikategorikan menjadi dua yaitu 19 santriwati (dengan interval skor nilai berkisar antara 77-121) dalam kondisi memiliki kemampuan regulasi emosi yang cukup dan 33 santriwati (dengan interval 121-165) dalam memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi. Berdasarkan hasil penggolongan interval tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi. Penggolongan interval ini bisa dilihat dari hasil frekuensi dengan bantuan SPSS 17.0 *for windows* pada lampiran.

Pengelompokan kondisi masing-masing variabel terlihat dalam tabel sebagai berikut :

**TABEL 7 : KLASIFIKASI HASIL ANALISIS DESKRIPSI
DATA**

Kategori	Variabel (52 Santriwati)	
	Kematangan Beragama (x)	Regulasi Emosi (y)
Rendah	-	-
Cukup	11 (21,2%)	19 (36,6%)
Tinggi	41 (78,8%)	33 (63,4%)

C. Uji Persyaratan Analisis

Untuk melaksanakan analisis korelasi pada uji hipotesis memerlukan beberapa asumsi diantaranya, sampel diambil secara acak dari populasi yang diteliti, sampel diambil dari populasi yang berdistribusi normal, dan hubungan antar variabel dinyatakan linier.

1. Uji Normalitas

Dari data variabel penelitian diuji normalitas sebarannya dengan menggunakan program SPSS 17.0 *for windows* yaitu menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov-Test*. Uji tersebut dimaksudkan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi variabel-variabel penelitian. Kaidah yang digunakan dalam menentukan sebaran normal atau tidaknya adalah jika ($p > 0,05$) maka sebarannya adalah

normal, namun jika ($p < 0,05$) maka sebarannya tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat dari tabel berikut.

TABEL 8 : HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Kematangan beragama	Regulasi emosi
N	52	52
Normal Parameters ^{a,b}	Mean Std. Deviation	112.23 8.926
Most Extreme Absolute Differences	Positive Negative	.110 -.105
Kolmogorov-Smirnov Z	.790	.758
Asymp. Sig. (2-tailed)	.561	.614

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan uji normalitas dapat dilihat bahwa distribusi variabel independen adalah $KS-Z = 0,790$ dan taraf signifikansi $0,561$ ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data kematangan beragama memiliki distribusi normal. Uji normalitas terhadap skala regulasi emosi diperoleh nilai $KS-Z = 0,758$ dan taraf signifikansi $0,614$ ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran regulasi emosi berdistribusi normal.

2. Uji linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui linier atau tidaknya antara variabel bebas dan variabel terkontrol. Kaidah yang digunakan dalam menentukan sebaran linier atau tidaknya adalah jika ($p < 0,05$) maka sebarannya adalah linier, jika ($p > 0,05$) maka sebarannya tidak linier. Adapun hasil uji linearitas adalah sebagai berikut :

TABEL 9 : UJI LINIERITAS

ANOVA Table

		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
regulasi emosi	Betwe * en (Combi ned)	3173.764	30	105.792	2.498	.016
kematangan beragama	Group Linearit y	1529.885	1	1529.885	36.120	.000
ma	Deviati on from Linearit y	1643.879	29	56.685	1.338	.247
	Within Groups	889.467	21	42.356		
	Total	4063.231	51			

Berdasarkan uji linearitas pada distribusi $F_{\text{linier}} = 36.120$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan skala kematangan beragama dengan regulasi emosi dalam penelitian ini adalah linier.

D. Pengujian Hipotesis Penelitian

Pengujian hipotesis penelitian bertujuan untuk membuktikan kebenaran dari hipotesis yang diajukan. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kematangan beragama dengan regulasi emosi pada santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment dengan menggunakan program SPSS 17.0 *for windows*. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

TABEL 10 : HASIL UJI KORELASI

Correlations

		Kematanganberagama	Regulasiemosi
Kematanganberagama	Pearson Correlation	1	.614**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	52	52
Regulasiemosi	Pearson Correlation	.614**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	52	52

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

Berdasarkan uji hubungan antara kematangan beragama dengan regulasi emosi pada santriwati Pondok Pesantren Darul

Falah Besongo Semarang diperoleh $r_{xy} = 0,614$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Angka tersebut menunjukkan adanya korelasi yang kuat, signifikan dan searah. Artinya, jika variabel kematangan beragama besar maka variabel regulasi emosi akan semakin besar pula.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan positif antara kematangan beragama dengan regulasi emosi pada santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang. Hubungan ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa semakin tinggi tingkat kematangan beragama maka semakin tinggi tingkat regulasi emosi santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang.

E. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh $r_{xy} = 0,614$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara kematangan beragama dan regulasi emosi pada santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang, hasil tersebut diatas sesuai dengan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kematangan beragama dan regulasi emosi santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang.

Menurut Prof. Dr. Zakiah Daradjat agama adalah proses hubungan manusia yang dirasakan terhadap sesuatu yang diyakini, bahwa ada yang lebih tinggi dari manusia. Agama adalah “ketundukan” atau “ikatan” (*a binding*), seperti asal kata agama itu sendiri *religere*, yang maksudnya “ketundukan/keterikatan pada yang Absolut”. Melalui ketundukan dan ikatan ini, secara spiritual manusia mengalami kenaikan eksistensi mengatasi keterbatasannya sebagai manusia. Dengan beragama manusia berarti mengikatkan hidupnya untuk tunduk dan patuh kepada Yang Adi Kodrati, yang merupakan Pencipta dan Pengatur segala kehidupan. Hidup manusia akan menjadi bermakna karena mengikuti peraturan yang dibuat oleh Yang Absolut, sehingga manusia selalu bisa berjalan sesuai dengan fitrahnya.¹

Kematangan beragama bagi Muslim muncul melalui proses yang panjang. Kematangan beragama muncul seiring dengan kematangan kepribadian seseorang serta keyakinan dan kesadaran secara mendalam terhadap ajaran agama. Ciri dari kematangan beragama itu dilihat dari kemampuan seseorang untuk senantiasa mengerti, menghayati, dan memahami nilai-nilai

¹ Dr. Moh Soleh dan Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2005), h. 20

agama yang diyakini untuk kemudian di aplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.²

Di dalam pondok pesantren, santriwati memiliki sistem peraturan dan pengajaran yang ketat dan jadwal yang terorganisir, seperti sholat berjamaah, mengaji, berdzikir, sholat sunnah, membaca al-quran, setoran hafalan, mengkaji kitab, dan peraturan lainnya yang secara tidak langsung hal ini akan menjadi kebiasaan sehari-hari santriwati yang sudah tertanam menjadi sebuah karakter dalam diri sehingga dapat dilihat bahwa santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo mempunyai tingkat kematangan beragama yang tinggi.

Adapun hasil olahan data secara statistik pada variabel kematangan beragama, dalam penelitian ini menunjukkan kategori subjek pada variabel kematangan beragama diperoleh 41 subjek dari 52 subjek atau 78,8% dengan interval skor (150,4-205) memiliki tingkat kematangan beragama yang tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat kematangan beragama pada santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo tergolong tinggi. Kematangan beragama tidak hanya dijadikan sebagai pandangan hidup semata, tetapi sikap keberagamaan juga

² Rohmalina Wahab, *Psikologi Agama*, (Jakarta : Rajagrafindo Persada, 2015), h. 180

tercermin dalam pola kehidupan. Sikap keberagamaan tersebut dipertahankan sebagai identitas dan kepribadian.³

Ketika seseorang telah konsisten dengan ajaran agamanya. Konsistensi ini akan membawa individu untuk berperilaku sesuai dengan ajaran agamanya. Lebih jauh, melalui kematangan dalam kehidupan beragama individu akan mampu untuk mengintegrasikan ajaran agama dalam seluruh aspek kehidupan. Secara khusus, keberagamaan yang matang akan lebih mendorong umat untuk berperilaku sesuai dengan ajaran agama dalam setiap sisi kehidupan.⁴

Berkaitan dengan emosi, segala macam emosi dan ekspresinya diciptakan oleh Allah melalui ketentuannya. Emosi diciptakan oleh Allah untuk membentuk manusia yang lebih sempurna. Dalam Al Quran dinyatakan :

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَى ﴿٤٣﴾ وَأَنَّهُ هُوَ أَمَاتَ وَأَحْيَا ﴿٤٤﴾

Artinya : “Dan bahwasannya Dialah yang menjadikan manusia tertawa dan menangis, dan bahwasannya Dialah yang mematikan dan menghidupkan.” (QS Al Najm (53) : 43-44)

Setiap manusia memiliki serangkaian aturan bagaimana emosi ditampilkan (*emotional display rule*). Aturan ini mengatur

³ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta : Rajagrafindo Persada, 1996), h. 94

⁴ Hadi, Sucipto. 2013. *Kematangan Beragama*. Diunduh pada tanggal 20 November 2017 dari <http://hadisoecipto.blogspot.co.id/2013/10/kematangan-beragama.html?m=1>

pada situasi dimana ekspresi tertentu harus atau jangan diekspresikan. Hal ini yang disebut dengan pengaturan emosi (*emotional regulation*). Didalam ajaran agama islam telah memberikan petunjuk agar manusia senantiasa memiliki kendali terhadap berbagai emosi yang ditampilkan. Seperti yang sudah tertuang dalam sebuah hadis yang artinya :

مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ قَادِرٌ عَلَى أَنْ يُنْفِذَهُ دَعَاهُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ عَلَى رُؤُوسِ
الْحَلَائِقِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُخَيَّرَهُ مِنَ الْحُورِ مَا شَاءَ

“Barangsiapa mampu menahan amarah, padahal dia mampu untuk melampiaskannya, maka Allah SWT akan menyeru di hari kiamat nanti, hinggadiala bebas untuk memilih bidadari yang dia sukai.” (HR. Abu Dawud dan Ath Thurmudhi)⁵

Hurlock menjelaskan bahwa emosi yang dominan dapat mempengaruhi kepribadian seseorang dan kepribadian tersebut dapat mempengaruhi penyesuaian pribadi dan sosial. Emosi yang dominan akan menentukan sifat temperamen atau suasana hati yang sedang dirasakan. Supeno menjelaskan bahwa emosi juga dapat mempengaruhi ketidak seimbangan pikiran. Saat emosi menguasai diri seseorang kemampuan untuk berpikir sehat cenderung berkurang atau bahkan hilang. Dengan hilangnya cara berpikir yang sehat maka orang akan berperilaku diluar batas kesadarannya yang sifatnya tidak terkendali. Emosi yang tidak terkendali seperti kemarahan akan meluap dan sulit untuk

⁵ Aliah B Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Pra kelahiran hingga Pascakematian*, (Jakarta : Rajagrafindo Persada, 2006), h. 172

dikendalikan dan akan membuat seluruh tubuh bergetar, mudah mengeluarkan kata-kata kasar, seluruh hati tertumpah ruah, nafas tersengal-sengal dan cenderung bertindak mengikuti nafsu. Adapun ketika merasakan kebahagiaan, manusia menikmati secara berlebihan, mudah lupa diri dan tidak ingat siapa diri sesungguhnya.⁶

Sebaliknya, orang yang dapat meregulasi emosinya dengan baik memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri untuk meredam emosi seperti kesedihan dan kemarahan bahkan dapat mengontrol emosi disaat sedang bahagia sehingga tidak berlebihan dalam mengekspresikan perasaan senang, gembira atau sedih.

Adapun hasil olahan data secara statistik pada variabel regulasi emosi, dalam penelitian ini menunjukkan kategori subjek pada variabel regulasi emosi diperoleh 33 subjek dari 52 subjek atau 63,4 % dengan interval skor nilai berkisar 121-165 memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi. Ini menunjukkan bahwa tingkat regulasi emosi pada santriwati PP. Darul Falah Besongo Kota Semarang tergolong tinggi.

⁶ Slamet Dwi Priatmoko, "Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang tahun 2010", *Skripsi*, (Semarang : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2011), h. 19

Hasil yang diperoleh dari kedua variabel yaitu kematangan beragama dan regulasi emosi menunjukkan rerata skor yang tinggi. Maka hubungan positif ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa semakin tinggi kematangan beragama maka semakin tinggi regulasi emosi pada santriwati PP. Darul Falah Besongo Kota Semarang.

Dengan mengaplikasikan nilai luhur agama dalam tiap sisi kehidupan seseorang senantiasa selalu ingat dalam hal kebaikan dan menjauhi segala keburukan. Selalu ingat bahwa ada yang memiliki kuasa, selalu mengawasi setiap gerak dan tingkah laku serta “campur tangan” dalam setiap segi kehidupan manusia agar manusia selalu berhati-hati dalam bertindak laku.

Dengan demikian berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh nilai $r_{xy} = 0,614$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan beragama dan regulasi emosi pada santriwati PP. Darul Falah Besongo Semarang. Dan hasil tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kematangan beragama dan regulasi emosi pada santriwati PP. Darul Falah Besongo Semarang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kematangan beragama dan regulasi emosi pada santriwati PP. Darul Falah Besongo Semarang. Hasil tersebut bisa dilihat dari hasil uji hipotesis diperoleh hasil $r_{xy} = 0,614$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Variabel kematangan beragama dibagi dalam 3 kategori yaitu rendah, cukup dan tinggi dengan klasifikasi tidak terdapat santriwati yang termasuk dalam kategori kematangan beragama yang rendah, 11 santriwati dari 52 subjek dalam interval skor nilai berkisar antara 95,7-150,4 atau 21,2% santriwati termasuk dalam kategori santriwati yang memiliki tingkat kematangan beragama yang cukup. Dan 41 santriwati dari 52 subjek dalam interval dalam interval skor nilai berkisar antara 150,4 – 205 atau 78,8 % termasuk dalam kategori santriwati yang memiliki tingkat kematangan beragama yang tinggi.

Variabel regulasi emosi juga dibagi dalam 3 kategori yaitu rendah, cukup dan tinggi dengan klasifikasi tidak terdapat santriwati yang memiliki regulasi emosi yang rendah, 19 santriwati dari 52 subjek dalam interval skor nilai berkisar antara

77-121 atau 36,6 % memiliki regulasi emosi yang cukup dan 33 santriwati dalam interval skor nilai berkisar antara 121-165 atau 63,4 % memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi.

Dilihat dari hasil perhitungan SPSS statistik, maka korelasi antara variabel kematangan beragama dan variabel regulasi emosi menunjukkan angka sebesar 0,614, angka ini menunjukkan adanya korelasi yang kuat dan searah. Ini berarti jika kematangan beragama tinggi maka regulasi emosi akan semakin tinggi pula. Dalam penelitian ini terlihat angka probabilitas $0,000 < 0,01$, artinya korelasi signifikan pada taraf 0,01 maka hubungan kedua variabel tersebut sangat signifikan dengan tingkat kepercayaan sebesar 99%. Berdasarkan hasil perhitungan ini maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima, artinya semakin tinggi kematangan beragama santriwati maka semakin tinggi pula regulasi emosinya.

B. Saran

1. PP. Darul Falah Besongo Semarang diharapkan selalu mengembangkan kurikulum untuk meningkatkan jiwa kematangan beragama santri dan disesuaikan dengan kebutuhan yang akan dihadapi santri dalam kehidupan di masyarakat, termasuk kemampuan untuk senantiasa meregulasi emosi sehingga kurikulum tersebut dapat memberikan manfaat praktis bagi kehidupan sehari-hari.

2. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini merupakan penelitian yang masih dasar. Dengan diterimanya hasil penelitian ini maka perlu adanya penelitian lebih dalam tentang kematangan beragama dengan metode yang lebih kompleks guna menguatkan hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyadi, Abdul Aziz, *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*, Sinar Baru, Bandung, 1987.
- Akhifiellah, Fathuroby (2013) *Eksistensi Santriwati Dalam Pesantren*.
Diunduh pada tanggal 9 April 2017 dari
<http://fathoerakhiefiel.blogspot.co.id/2013/02/eksistensi-santriwati-dalam-pesantren.html>
- Ali, Mohammad dan Asrori, Mohammad, *Psikologi Perkembangan Remaja, Perkembangan Peserta Didik*, PT. Bumi Aksara, Jakarta, 2008.
- Amin, Samsul Munir, *Ilmu Tasawuf*, Amzah, Jakarta, 2012.
- Anggraini, Erlina, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan : Studi Kasus Lembaga Pemasarakatan Wanita Kelas II A Bulu Semarang*, Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, Semarang, 2015.
- Anshari, Hafi, *Dasar-dasar Ilmu Jiwa Agama*, Usaha Nasional, Surabaya, 1991.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, PT. Rineka Cipta, Jakarta, 2002).
- Azwar, Saifuddin, *Relialitas dan Validitas*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2000.
- _____, *Metode Penelitian*, Pustaka Pelajar Offset, Yogyakarta, 1998.
- Boediono dan Koster, Wayan, *Teori dan Aplikasi Statistika dan Probabilitas*, Rosda Karya, Bandung, 2008.

- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 2008.
- Friany, Risma dan Yudiani, Ema, *Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Strategi Coping Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al Lathifiyyah Palembang*”, *Jurnal Psikologi Islami* Vol 1 No 1, Palembang, 2015.
- Goleman, Daniel, *Emotional Intelligence : Kecerdasan Emosi*. PT. Gramedia Pustaka Utama Jakarta, 2015.
- _____, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 2003.
- Hariadi, *Evolusi Pesantren : Studi Kepemimpinan Kiai Berbasis Orientasi ESQ*, LkiS, Yogyakarta, 2015.
- Hasan, Aliah B. Purwakania, *Psikologi Perkembangan Islami : Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran hingga Pasca Kematian*, PT. Rajagrafindo Persada, Jakarta, 2006.
- Hasanah, Dwi Nur, *Hubungan Self Efficacy dan Regulasi Emosi Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa SMP N 7 Klaten*, Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta, 2010.
- Hidayati, Arunia, *Hubungan Kematangan Beragama dengan perilaku altruistik Pada Mahasiswa Progam Studi Pendidikan Agama Islam STAIN Salatiga Angkatan 2007/2008*, Skripsi Fakultas Tarbiyah STAIN Salatiga, Salatiga, 2011.
- Hude, M Darwis *Emosi Penjelajahan Religio Psikologis Tentang Emosi Manusia Dalam Al Quran*, Erlangga, Jakarta, 2006.
- Idrus, Muhammad, *Metodologi Penelitian Ilmu Sosial*, Erlangga, Jakarta, 2009.

Jahja, Yudrik, *Psikologi Perkembangan*, Prenadamedia Group, Jakarta, 2015

Jalaludin, *Psikologi Agama*, PT Rajagrafindo Persada, Jakarta, 1996.

Jaya, Yahya, *Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, Ruhama, Jakarta, 1994.

Kusumarini, Oktafiyana, *Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja*, Skripsi Fakultas Muhammadiyah, Surakarta, 2015.

Lukaningsih, Zuyina Luk, *Pengembangan Kepribadian Untuk Mahasiswa Kesehatan dan Umum*, Nuka Medika, Yogyakarta, 2010.

Mappiare, Andi, *Psikologi Orang Dewasa : Bagi Penyesuaian dan Pendidikan*, Usaha Nasional, Surabaya, tt.

Muhammad, Hasyim, *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi Telaah Atas Pemikiran Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, Pustaka Pelajar Offset, Yogyakarta 2002.

Muhaya, Abdul, *Psikologi Transpersonal Islam*, RMP UIN Walisongo, Semarang, 2015.

Muthohar, Ahmad, *Ideologi Pendidikan Pesantren : Pesantren di Tengah Arus Ideologi-ideologi Pendidikan*, Pustaka Rizki Putra, Semarang, 2007.

Priatmoko, Slamet Dwi “Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja di Panti Asuhan Yayasan Al Hidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang tahun 2010”, *Skripsi*, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, Semarang, 2011.

Ormrod, Jeanne Ellis, *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2 terj*, Penerbit Erlangga, Jakarta, 2009.

- Qomar, Mujamil, *Pesantren : Dari Transformasi Metodologi Menuju Demokratisasi Institusi*, Erlangga, Jakarta, tt.
- Raharjo, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama*, Pustaka Rizki Putra, Semarang, 2012.
- Soewadji, Jusuf, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Mitra Wacana Media, Jakarta, 2012.
- Soleh, Moh dan Musbikin, Imam, *Agama Sebagai Terapi Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2005.
- Sucipto, Hadi, *Kematangan Beragama*, Diunduh pada tanggal 20 November 2017 dari <http://hadisoecipto.blogspot.co.id/2013/10/kematangan-beragama.html?m=1>, 2013.
- Sudarsono, *Kamus Filsafat dan Psikologi*, PT. Rineka Cipta, Jakarta, 1993.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif*, Alfabeta, Bandung, 2010.
- _____, *Statistika untuk Penelitian*, Alfabeta, Bandung, 2015.
- Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Bumi Aksara, Jakarta, 2009.
- Sururin, *Ilmu Jiwa Agama*, PT. Rajagrafindo Persada, Jakarta, 2004.
- Syahadat, Yustisi Maharani, ”Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Anak”, *Jurnal Humanitas Vol X No 1*, Januari, 2013.

- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Balai Pustaka, Jakarta, 2007.
- Tim Revisi Pedoman Skripsi, *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang*, Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo, Semarang, 2007.
- Wahab, Rohmalina, *Psikologi Agama*, RajaGrafindo Persada, Jakarta, 2015.
- Wahyuni, Heni Tri, *Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Sikap Terhadap Pergaulan Bebas Pada Anak Jalanan di Rumah Singgah Ahmad Dahlan Yogyakarta*, Skripsi Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2008.
- Wulansepti, Wijayanti, *Kematangan Beragama*. Diunduh pada tanggal 1 Maret 2017 dari <http://wijyantiwulansepti.blogspot.com/2013/11/kematangan-beragama.html>, 2013.
- Yusuf, Syamsu, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, PT. Rosdakarya, Bandung, 2008.
- Z, Coky Aditya, *Berbagai Terapi Jitu Atasi Emosi Sehari-Hari*, Flashbooks, Yogyakarta, 2015.
- Zaprul Khan, *Ilmu Tasawuf Sebuah Kajian Tematik*, Rajawali Press, Jakarta, 2016.
- Zuriah, Nurul, *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan Teori-Aplikasi*, PT. Bumi Aksara, Jakarta, 2007.

LAMPIRAN

LAMPIRAN

Lampiran A : Skala Uji Coba Kematangan Beragama dan Regulasi Emosi

IDENTITAS DIRI	
Nama	
Jenis Kelamin	
Umur	
Kelas Mengaji	

PETUNJUK PENGISIAN

1. Sebelum mengisi skala, Anda dimohon untuk mengisi identitas Anda.
2. Bacalah semua pernyataan dengan teliti, kemudian pilihlah salah satu dari 5 (lima) pilihan jawaban yang tersedia yang **paling menggambarkan keadaan diri Anda**. Berilah tanda centang (\checkmark) pada pilihan Anda. Pilihan tersebut adalah :

SS : Jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan keadaan diri

Anda.

S : Jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan diri Anda.

KS : Jika pernyataan tersebut **Kurang Sesuai** dengan keadaan diri

Anda.

TS : Jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan keadaan diri

Anda.

STS :Jika pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** dengan keadaan diri Anda.

3. Bila Anda melakukan kekeliruan dalam memilih jawaban, anda cukup memberikan 2 (dua) garis horizontal (=) pada pilihan jawaban yang salah, kemudian memberi tanda centang (✓) pada jawaban yang benar atau yang baru.
4. Jawaban yang Anda berikan semuanya benar jika sesuai dengan keadaan diri Anda. Pilihan tersebut hendaknya berdasarkan pada perasaan atau pilihan Anda sendiri, bukan berdasarkan pada apa yang Anda anggap benar atau pandangan masyarakat umum.
5. Kami akan merahasiakan semua jawaban Anda.
6. Setelah selesai, telitilah kembali semuanya agar tidak ada pernyataan yang terlewatkan.
7. Terimakasih atas perhatian dan kesediaan anda untuk mengisi skala ini.
- 8.

SKALA 1

No.	PERNYATAAN	ALTERNATIF JAWABAN				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya merasa gelisah ketika melakukan sesuatu yang dilarang agama.					
2.	Saya merasa kelompok saya memiliki ajaran agama yang paling benar.					
3.	Saya berpura-pura tidak tau ketika ada teman yang sakit dan tidak memiliki uang untuk berobat, karena saya juga tidak memiliki uang.					
4.	Ketika diminta untuk mengajar TPQ, saya akan menerimanya meskipun tanpa honor.					
5.	Saya mempelajari ilmu yang saya dapatkan kemudian mengamalkannya.					
6.	Saya menjalankan ibadah karena kebiasaan saja.					
7.	Saya merasa tenang saat menjalankan ibadah.					
8.	Terkadang keputusan yang saya ambil tidak sesuai dengan ajaran agama yang saya anut.					
9.	Jika ada yang mengkritik agama saya, saya akan mencari tahu agar saya mengetahui kebenarannya.					
10.	Saya meraih impian saya tanpa meninggalkan doa.					

11.	Saya melakukan sesuatu tanpa memikirkan akibatnya.					
12.	Saya tidak mudah terpengaruh oleh ajaran-ajaran yang menyesatkan.					
13.	Saya suka menunda ibadah untuk mengerjakan aktivitas lain.					
14.	Saya sering berpikir bahwa perintah agama saya memberatkan.					
15.	Saya tidak memikirkan apakah perilaku saya sesuai dengan ajaran agama.					
16.	Saya berusaha meningkatkan kualitas ibadah saya.					
17.	Terkadang saya merasa malas ketika harus bangun untuk shalat subuh.					
18.	Saya suka membantu teman yang kesusahan.					
19.	Saya akan menolong orang yang membutuhkan tanpa bertanya agamanya.					
20.	Saya merasa telah menjalankan ajaran agama saya dengan baik.					
21.	Saya akan selalu berdoa agar Tuhan mengabulkan cita-cita saya, karena cita-cita adalah takdir.					
22.	Saya selalu menjaga amanah dengan baik.					
23.	Saya selalu mengikuti kegiatan bersih-bersih pondok.					

24.	Saya merasa putus asa ketika Tuhan tidak segera mengabulkan doa-doa saya.					
25.	Terkadang saya merasa bosan karena harus beribadah setiap hari.					
26.	Saya berdiskusi tentang agama dengan siapa saja.					
27.	Saya semakin yakin dalam menjalankan ibadah puasa, karena puasa mendatangkan banyak manfaat					
28.	Saya pura-pura tidak mendengar jika ada orang yang mengkritik agama saya.					
29.	Meskipun sibuk, saya selalu menjalankan ibadah.					
30.	Saya mudah tergiur dengan keyakinan yang diajarkan teman saya					
31.	Saya lebih memilih membaca komik daripada membaca buku tentang agama.					
32.	Ketika sedang ujian, terkadang saya mencontek teman pada saat dosen tidak melihat.					
33.	Saya hanya akan menolong orang yang pernah menolong saya.					
34.	Saya selalu jujur dalam perkataan saya.					
35.	Saya selalu menyiapkan diri untuk menjalankan shalat, sebelum adzan berkumandang.					

36.	Ketika dalam situasi tertekan saya melanggar aturan agama, karena saya tidak punya pilihan lain.					
37.	Ketika berjanji saya selalu menepati.					
38.	Saya menutupi kesalahan saudara saya yang melanggar hukum.					
39.	Saya menganggap bahwa ajaran agama saya adalah yang paling benar tanpa mencari ilmunya.					
40.	Saya berusaha menyadarkan orang disekitar saya untuk menjaga lingkungan.					
41.	Saya akan mencari alternatif ide yang lain jika ide saya tidak diterima teman-teman diskusi saya.					
42.	Saya mau berbohong demi kebaikan.					
43.	Saya bersikap cuek ketika ada teman yang bertengkar, karena itu bukan urusan saya.					

44.	Ketika dikampus ada seminar keagamaan saya selalu berusaha untuk mengikutinya.					
45.	Banyak ajaran agama yang belum saya pahami, dan saya tidak berminat mencari tahu.					
46.	Saya selalu berhati-hati dalam berbicara agar tidak menyakiti orang lain.					
47.	Saya percaya semua ilmu bisa dijelaskan secara ilmiah.					
48.	Ketika teman saya sedang puasa sunah, saya tidak akan makan dan minum di depannya.					

SKALA 2

No.	PERNYATAAN	ALTERNATIF JAWABAN				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya tetap tenang meskipun apa yang terjadi tidak sesuai dengan harapan saya.					
2.	Ketika saya sedih tidak akan ada sesuatu yang bisa dilakukan untuk membuat saya lebih baik.					
3.	Saya tidak terima jika tiba-tiba ada seseorang yang memarahi saya tanpa ada alasan yang					

	jelas.					
4.	Saya yakin dapat menyelesaikan permasalahan yang saya hadapi.					
5.	Ketika orang lain memberikan masukan terhadap pekerjaan saya, saya akan menghindar.					
6.	Saya tetap dapat mengerjakan tugas saya meskipun sedang cemas.					
7.	Ketika saya mengalami kegagalan, saya akan menyalahkan orang lain.					
8.	Cemas akan sangat mengganggu pola pikir dan perilaku saya.					
9.	Meskipun kecewa, saya menerima kekalahan dengan lapang dada.					
10.	Saya cenderung bergantung kepada orang lain dalam menghadapi suatu permasalahan.					
11.	Saya akan tetap mengejar mimpi saya meskipun sering gagal.					
12.	Saya merasa lega ketika sudah meluapkan kekesalan kepada orang lain.					
13.	Saya tetap dapat berkonsentrasi ketika sedang menghadapi masalah.					
14.	Ketika akan presentasi didepan orang banyak, saya sering mengeluarkan keringat dingin.					

15.	Saya dapat menyembunyikan kekesalan saya dari orang lain.					
16.	Saya sadar jika tugas kuliah saya tidak selesai tepat waktu adalah karena kemalasan saya.					
17.	Saya memerlukan waktu yang lama untuk menenangkan diri ketika sedang marah.					
18.	Saya berusaha percaya diri meskipun saya sedang gugup.					
19.	Ketika sedang gelisah saya akan merenung.					
20.	Saya menggunakan daya pikir dalam mengambil setiap keputusan.					
21.	Tidak mudah bagi saya melupakan sesuatu yang menyakiti hati saya.					
22.	Saya akan segera bangkit ketika usaha yang saya lakukan gagal.					
23.	Saya mengurung diri dikamar ketika saya sedang sedih.					
24.	Ketika orang lain tiba-tiba bicara dengan nada tinggi, saya akan melakukan hal serupa.					
25.	Ketika sedang marah, saya menjaga nada suara dan perilaku saya agar orang lain tidak mengetahui jika suasana hati saya sedang tidak baik.					
26.	Saya mengambil keputusan dan bertindak sesuai dengan yang saya anggap benar.					
27.	Saya akan mengingat kebaikan					

	teman daripada mengingat keburukannya.					
28.	Saya mendengarkan musik dengan keras ketika suasana hati sedang buruk.					
29.	Ketika sedang kesal, saya menarik nafas panjang untuk meredam emosi.					
30.	Ketika sedang bahagia saya selalu bersyukur.					
31.	Kegagalan dapat membuat saya kecewa dalam waktu yang cukup lama.					
32.	Saya sulit menemukan cara untuk menahan amarah.					
33.	Ketika saya sedang sedih, saya tidak menghiraukan orang disekitar saya.					
34.	Ketika sedang sedih, saya memilih mendengarkan musik daripada harus menangis dan mengurung diri.					
35.	Ketika mendapatkan masalah saya sering merasa depresi dan tertekan.					
36.	Saya segera melupakan kejadian-kejadian yang membuat hati saya terluka.					

**Lampiran B : Tabulasi Data Uji Coba Skala Kematangan
Beragama**

Lampiran C : Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Uji Validitas Skala Kematangan Beragama

		Total
Total	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	35
item1	Pearson Correlation	.455**
	Sig. (2-tailed)	,006
	N	35
item2	Pearson Correlation	.380*
	Sig. (2-tailed)	,024
	N	35
item3	Pearson Correlation	.520**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
item4	Pearson Correlation	.571**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item5	Pearson Correlation	.366*
	Sig. (2-tailed)	,031
	N	35
item6	Pearson Correlation	.523**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
item7	Pearson Correlation	-,028
	Sig. (2-tailed)	,873
	N	35
item8	Pearson Correlation	.512**
	Sig. (2-tailed)	,002

	N	35
item9	Pearson Correlation	.615**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item10	Pearson Correlation	.496*
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	35
item11	Pearson Correlation	.637**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item12	Pearson Correlation	.554**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
item13	Pearson Correlation	.403*
	Sig. (2-tailed)	,016
	N	35
item14	Pearson Correlation	.401*
	Sig. (2-tailed)	,017
	N	35
item15	Pearson Correlation	.530**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
item16	Pearson Correlation	.511**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	35
item17	Pearson Correlation	.385*
	Sig. (2-tailed)	,022
	N	35
item18	Pearson Correlation	.402*
	Sig. (2-tailed)	,017

	N	35
item19	Pearson Correlation	.374*
	Sig. (2-tailed)	,027
	N	35
item20	Pearson Correlation	.434**
	Sig. (2-tailed)	,009
	N	35
item21	Pearson Correlation	.476**
	Sig. (2-tailed)	,004
	N	35
item22	Pearson Correlation	.625**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item23	Pearson Correlation	.733**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item24	Pearson Correlation	.418*
	Sig. (2-tailed)	,013
	N	35
item25	Pearson Correlation	.344*
	Sig. (2-tailed)	,043
	N	35
item26	Pearson Correlation	.528**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
item27	Pearson Correlation	.623**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item28	Pearson Correlation	.387*
	Sig. (2-tailed)	,022

	N	35
item29	Pearson Correlation	.449**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	35
item30	Pearson Correlation	.506**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	35
item31	Pearson Correlation	.510**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	35
item32	Pearson Correlation	.340*
	Sig. (2-tailed)	,045
	N	35
item33	Pearson Correlation	.460**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	35
item34	Pearson Correlation	,159
	Sig. (2-tailed)	,362
	N	35
item35	Pearson Correlation	.731**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item36	Pearson Correlation	.346*
	Sig. (2-tailed)	,042
	N	35
item37	Pearson Correlation	.493**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	35
item38	Pearson Correlation	,224
	Sig. (2-tailed)	,195

	N	35
item39	Pearson Correlation	,078
	Sig. (2-tailed)	,658
	N	35
item40	Pearson Correlation	.477**
	Sig. (2-tailed)	,004
	N	35
item41	Pearson Correlation	,099
	Sig. (2-tailed)	,570
	N	35
item42	Pearson Correlation	,266
	Sig. (2-tailed)	,123
	N	35
item43	Pearson Correlation	.552**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
item44	Pearson Correlation	,307
	Sig. (2-tailed)	,073
	N	35
item45	Pearson Correlation	,243
	Sig. (2-tailed)	,159
	N	35
item46	Pearson Correlation	.443**
	Sig. (2-tailed)	,008
	N	35
item47	Pearson Correlation	.341*
	Sig. (2-tailed)	,045
	N	35
item48	Pearson Correlation	.473**
	Sig. (2-tailed)	,004

Uji Validitas Skala Regulasi Emosi

		Total
Total	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	35
item1	Pearson Correlation	.553**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
item2	Pearson Correlation	,118
	Sig. (2-tailed)	,500
	N	35
item3	Pearson Correlation	.490**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	35
item4	Pearson Correlation	.411*
	Sig. (2-tailed)	,014
	N	35
item5	Pearson Correlation	.398*
	Sig. (2-tailed)	,018
	N	35
item6	Pearson Correlation	.408*
	Sig. (2-tailed)	,015
	N	35

item7	Pearson Correlation	.491**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	35
item8	Pearson Correlation	.482**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	35
item9	Pearson Correlation	.341*
	Sig. (2-tailed)	,045
	N	35
item10	Pearson Correlation	.418*
	Sig. (2-tailed)	,012
	N	35
item11	Pearson Correlation	.579**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item12	Pearson Correlation	,277
	Sig. (2-tailed)	,108
	N	35
item13	Pearson Correlation	.466**
	Sig. (2-tailed)	,005
	N	35
item14	Pearson Correlation	.445**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	35
item15	Pearson Correlation	.435**
	Sig. (2-tailed)	,009
	N	35

item16	Pearson Correlation	.429*
	Sig. (2-tailed)	,010
	N	35
item17	Pearson Correlation	.450**
	Sig. (2-tailed)	,007
	N	35
item18	Pearson Correlation	.409*
	Sig. (2-tailed)	,015
	N	35
item19	Pearson Correlation	.709**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item20	Pearson Correlation	.634**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item21	Pearson Correlation	.474**
	Sig. (2-tailed)	,004
	N	35
item22	Pearson Correlation	.582**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item23	Pearson Correlation	,254
	Sig. (2-tailed)	,141
	N	35
item24	Pearson Correlation	.495**
	Sig. (2-tailed)	,003
	N	35

item25	Pearson Correlation	.639**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item26	Pearson Correlation	.718**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item27	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item28	Pearson Correlation	.821**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item29	Pearson Correlation	.377*
	Sig. (2-tailed)	,026
	N	35
item30	Pearson Correlation	.497**
	Sig. (2-tailed)	,002
	N	35
item31	Pearson Correlation	.563**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item32	Pearson Correlation	.702**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	35
item33	Pearson Correlation	.522**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35

item34	Pearson Correlation	.371*
	Sig. (2-tailed)	,028
	N	35
item35	Pearson Correlation	.523**
	Sig. (2-tailed)	,001
	N	35
item36	Pearson Correlation	.340*
	Sig. (2-tailed)	,046
	N	35

Reliabilitas Skala Kematangan Beragama

Scale : All Variable

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	35	100.0
Exclude d ^a	0	.0
Total	35	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
---------------------	------------

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.904	48

Reliabilitas Skala Regulasi Emosi

Scale : All Variable

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.908	36

Lampiran D :

Skala Penelitian Kematangan Beragama dan Regulasi Emosi

IDENTITAS DIRI	
Nama	
Jenis Kelamin	
Umur	
Kelas Mengaji	

PETUNJUK PENGISIAN

1. Sebelum mengisi skala, Anda dimohon untuk mengisi identitas Anda.
2. Bacalah semua pernyataan dengan teliti, kemudian pilihlah salah satu dari 5 (lima) pilihan jawaban yang tersedia yang **paling menggambarkan keadaan diri Anda**. Berilah tanda centang (✓) pada pilihan Anda. Pilihan tersebut adalah :

SS : Jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan keadaan diri
Anda.

S : Jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan diri
Anda.

KS : Jika pernyataan tersebut **Kurang Sesuai** dengan keadaan diri

Anda.

TS : Jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan keadaan diri

Anda.

STS : Jika pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** dengan

keadaan diri Anda.

3. Bila Anda melakukan kekeliruan dalam memilih jawaban, anda cukup memberikan 2 (dua) garis horizontal (=) pada pilihan jawaban yang salah, kemudian memberi tanda centang (√) pada jawaban yang benar atau yang baru.
4. Jawaban yang Anda berikan semuanya benar jika sesuai dengan keadaan diri Anda. Pilihan tersebut hendaknya berdasarkan pada perasaan atau pilihan Anda sendiri, bukan berdasarkan pada apa yang Anda anggap benar atau pandangan masyarakat umum.
5. Setelah selesai, telitilah kembali semuanya agar tidak ada pernyataan yang terlewatkan.
6. Terimakasih atas perhatian dan kesediaan anda untuk mengisi skala ini.
7. Kami akan merahasiakan semua jawaban Anda.

SKALA 1

No.	PERNYATAAN	ALTERNATIF JAWABAN				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya merasa gelisah ketika melakukan sesuatu yang dilarang agama.					
2.	Saya merasa kelompok saya memiliki ajaran agama yang paling benar.					
3.	Saya berpura-pura tidak tau ketika ada teman yang sakit dan tidak memiliki uang untuk berobat, karena saya juga tidak memiliki uang.					
4.	Ketika diminta untuk mengajar TPQ, saya akan menerimanya meskipun tanpa honor.					
5.	Saya mempelajari ilmu yang saya dapatkan kemudian					

	mengamalkannya.					
6.	Saya menjalankan ibadah karena kebiasaan saja.					
7.	Terkadang keputusan yang saya ambil tidak sesuai dengan ajaran agama yang saya anut.					
8.	Jika ada yang mengkritik agama saya, saya akan mencari tahu agar saya mengetahui kebenarannya.					
9.	Saya meraih impian saya tanpa meninggalkan doa.					
10.	Saya melakukan sesuatu tanpa memikirkan akibatnya.					
11.	Saya tidak mudah terpengaruh oleh ajaran-ajaran yang menyesatkan.					
12.	Saya suka menunda ibadah untuk mengerjakan aktivitas					

	lain.					
13.	Saya sering berpikir bahwa perintah agama saya memberatkan.					
14.	Saya tidak memikirkan apakah perilaku saya sesuai dengan ajaran agama.					
15.	Saya berusaha meningkatkan kualitas ibadah saya.					
16.	Terkadang saya merasa malas ketika harus bangun untuk shalat subuh.					
17.	Saya suka membantu teman yang kesusahan.					
18.	Saya akan menolong orang yang membutuhkan tanpa bertanya agamanya.					
19.	Saya merasa telah menjalankan ajaran agama saya dengan baik.					

20.	Saya akan selalu berdoa agar Tuhan mengabulkan cita-cita saya, karena cita-cita adalah takdir.					
21.	Saya selalu menjaga amanah dengan baik.					
22.	Saya selalu mengikuti kegiatan bersih-bersih pondok.					
23.	Saya merasa putus asa ketika Tuhan tidak segera mengabulkan doa-doa saya.					
24.	Terkadang saya merasa bosan karena harus beribadah setiap hari.					
25.	Saya berdiskusi tentang agama dengan siapa saja.					
26.	Saya semakin yakin dalam menjalankan ibadah puasa, karena puasa mendatangkan					

	banyak manfaat					
27.	Saya pura-pura tidak mendengar jika ada orang yang mengkritik agama saya.					
28.	Meskipun sibuk, saya selalu menjalankan ibadah.					
29.	Saya mudah tergiur dengan keyakinan yang diajarkan teman saya					
30.	Saya lebih memilih membaca komik daripada membaca buku tentang agama.					
31.	Ketika sedang ujian, terkadang saya mencontek teman pada saat dosen tidak melihat.					
32.	Saya hanya akan menolong orang yang pernah menolong saya.					
33.	Saya selalu menyiapkan diri					

	untuk menjalankan shalat, sebelum adzan berkumandang.					
34.	Ketika dalam situasi tertekan saya melanggar aturan agama, karena saya tidak punya pilihan lain.					
35.	Ketika berjanji saya selalu menepati.					
36.	Saya berusaha menyadarkan orang disekitar saya untuk menjaga lingkungan.					
37.	Saya bersikap cuek ketika ada teman yang bertengkar, karena itu bukan urusan saya.					
38.	Ketika dikampus ada seminar keagamaan saya selalu berusaha untuk mengikutinya.					
39.	Saya selalu berhati-hati dalam berbicara agar tidak menyakiti					

	orang lain.					
40.	Saya percaya semua ilmu bisa dijelaskan secara ilmiah.					
41.	Ketika teman saya sedang puasa sunah, saya tidak akan makan dan minum di depannya.					

SKALA 2

NO.	PERNYATAAN	ALTERNATIF JAWABAN				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya tetap tenang meskipun apa yang terjadi tidak sesuai dengan harapan saya.					
2.	Saya tidak terima jika tiba-tiba ada seseorang yang memarahi saya tanpa ada alasan yang jelas.					
3.	Saya yakin dapat					

	menyelesaikan permasalahan yang saya hadapi.					
4.	Ketika orang lain memberikan masukan terhadap pekerjaan saya, saya akan menghindar.					
5.	Saya tetap dapat mengerjakan tugas saya meskipun sedang cemas.					
6.	Ketika saya mengalami kegagalan, saya akan menyalahkan orang lain.					
7.	Cemas akan sangat mengganggu pola pikir dan perilaku saya.					
8.	Meskipun kecewa, saya menerima kekalahan dengan lapang dada.					
9.	Saya cenderung bergantung kepada orang lain dalam					

	menghadapi suatu permasalahan.					
10.	Saya akan tetap mengejar mimpi saya meskipun sering gagal.					
11.	Saya tetap dapat berkonsentrasi ketika sedang menghadapi masalah.					
12.	Ketika akan presentasi didepan orang banyak, saya sering mengeluarkan keringat dingin.					
13.	Saya dapat menyembunyikan kekesalan saya dari orang lain.					
14.	Saya sadar jika tugas kuliah saya tidak selesai tepat waktu adalah karena kemalasan saya.					

15.	Saya memerlukan waktu yang lama untuk menenangkan diri ketika sedang marah.					
16.	Saya berusaha percaya diri meskipun saya sedang gugup.					
17.	Ketika sedang gelisah saya akan merenung.					
18.	Saya menggunakan daya pikir dalam mengambil setiap keputusan.					
19.	Tidak mudah bagi saya melupakan sesuatu yang menyakiti hati saya.					
20.	Saya akan segera bangkit ketika usaha yang saya lakukan gagal.					
21.	Ketika orang lain tiba-tiba bicara dengan nada tinggi, saya akan melakukan hal					

	serupa.					
22.	Ketika sedang marah, saya menjaga nada suara dan perilaku saya agar orang lain tidak mengetahui jika suasana hati saya sedang tidak baik.					
23.	Saya mengambil keputusan dan bertindak sesuai dengan yang saya anggap benar.					
24.	Saya akan mengingat kebaikan teman daripada mengingat keburukannya.					
25.	Saya mendengarkan musik dengan keras ketika suasana hati sedang buruk.					
26.	Ketika sedang kesal, saya menarik nafas panjang untuk meredam emosi.					
27.	Ketika sedang bahagia saya					

	selalu bersyukur.					
28.	Kegagalan dapat membuat saya kecewa dalam waktu yang cukup lama.					
29.	Saya sulit menemukan cara untuk menahan amarah.					
30.	Ketika saya sedang sedih, saya tidak menghiraukan orang disekitar saya.					
31.	Ketika sedang sedih, saya memilih mendengarkan musik daripada harus menangis dan mengurung diri.					
32.	Ketika mendapatkan masalah saya sering merasa depresi dan tertekan.					
33.	Saya segera melupakan kejadian-kejadian yang membuat hati saya terluka.					

Lampiran E : Tabulasi Data Penelitian Skala Kematangan Beragama

The image shows a large, empty table grid with many rows and columns, intended for data tabulation. The grid is composed of small, uniform cells. On the left side, there is a vertical label 'No. Responden' (Respondent No.) and a small number '5' at the top left corner. The table is currently blank, with no data entered.

Lampiran F : Jumlah Skor Nilai Skala Penelitian Kematangan Beragama dan Regulasi Emosi

Jumlah Skor Nilai Hasil Penelitian		
R	Kematangan Beragama	Regulasi Emosi
1	163	123
2	165	120
3	158	104
4	164	105
5	132	97
6	169	112
7	139	113
8	158	122
9	155	117
10	148	116
11	166	118
12	160	103
13	155	121
14	143	113
15	158	115
16	166	121
17	167	119
18	148	95
19	148	115
20	158	112
21	167	122
22	171	118
23	157	112
24	141	92
25	176	120
26	141	94
27	131	112
28	121	94
29	150	108
30	148	103

31	161	124
32	140	113
33	168	132
34	150	107
35	141	105
36	147	108
37	182	121
38	165	116
39	161	122
40	170	125
41	126	108
42	146	104
43	148	102
44	139	116
45	141	108
46	156	108
47	153	112
48	164	114
49	166	107
50	160	108
51	159	123
52	163	117

Lampiran G : Hasil-hasil SPSS 17.0 for Windows

Descriptive Statistic

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean		Std. Deviation	Variance
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Statistic
Kematangan beragama	52	61	121	182	8029	154.40	1.793	12.932	167.226
regulasi emosi	52	40	92	132	5836	112.23	1.238	8.926	79.671
Valid N (listwise)	52								

Frekuensi

Statistics

		Kematangan beragama	Regulasi emosi
N	Valid	52	52

Missing	0	0
Mean	154.40	112.23
Median	157.50	113.00
Mode	148	108
Std. Deviation	12.932	8.926
Variance	167.226	79.671
Range	61	40
Minimum	121	92
Maximum	182	132
Sum	8029	5836

Frequency Table

Kematanganberagama

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 121	1	1.9	1.9	1.9
126	1	1.9	1.9	3.8
131	1	1.9	1.9	5.8
132	1	1.9	1.9	7.7
139	2	3.8	3.8	11.5
140	1	1.9	1.9	13.5
141	4	7.7	7.7	21.2

143	1	1.9	1.9	23.1
146	1	1.9	1.9	25.0
147	1	1.9	1.9	26.9
148	5	9.6	9.6	36.5
150	2	3.8	3.8	40.4
153	1	1.9	1.9	42.3
155	2	3.8	3.8	46.2
156	1	1.9	1.9	48.1
157	1	1.9	1.9	50.0
158	4	7.7	7.7	57.7
159	1	1.9	1.9	59.6
160	2	3.8	3.8	63.5
161	2	3.8	3.8	67.3
163	2	3.8	3.8	71.2
164	2	3.8	3.8	75.0
165	2	3.8	3.8	78.8
166	3	5.8	5.8	84.6
167	2	3.8	3.8	88.5
168	1	1.9	1.9	90.4
169	1	1.9	1.9	92.3
170	1	1.9	1.9	94.2
171	1	1.9	1.9	96.2

176	1	1.9	1.9	98.1
182	1	1.9	1.9	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Regulasiemosi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 92	1	1.9	1.9	1.9
94	2	3.8	3.8	5.8
95	1	1.9	1.9	7.7
97	1	1.9	1.9	9.6
102	1	1.9	1.9	11.5
103	2	3.8	3.8	15.4
104	2	3.8	3.8	19.2
105	2	3.8	3.8	23.1
107	2	3.8	3.8	26.9
108	6	11.5	11.5	38.5
112	5	9.6	9.6	48.1
113	3	5.8	5.8	53.8
114	1	1.9	1.9	55.8
115	2	3.8	3.8	59.6
116	3	5.8	5.8	65.4
117	2	3.8	3.8	69.2

118	2	3.8	3.8	73.1
119	1	1.9	1.9	75.0
120	2	3.8	3.8	78.8
121	3	5.8	5.8	84.6
122	3	5.8	5.8	90.4
123	2	3.8	3.8	94.2
124	1	1.9	1.9	96.2
125	1	1.9	1.9	98.1
132	1	1.9	1.9	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kematanganb eragama	Regulasiemo si
N		52	52
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	154.40	112.23
	Std. Deviation	12.932	8.926
Most Extreme Differences	Absolute	.110	.105
	Positive	.062	.067
	Negative	-.110	-.105
Kolmogorov-Smirnov Z		.790	.758
Asymp. Sig. (2-tailed)		.561	.614

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.

Uji Linieritas

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
regulasiemosi * kematanganb eragama	52	100.0%	0	.0%	52	100.0%

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
regulasie	Between	(Combine	3173.76	30	105.792	2.498	.016
mosi *	Groups	d)	4				
kematang		Linearity	1529.88	1	1529.88	36.12	.000
anberaga			5		5	0	
ma		Deviation	1643.87	29	56.685	1.338	.247
		from	9				
		Linearity					

Within Groups	889.467	21	42.356		
Total	4063.231	51			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
regulasiemosi * kematanganberagama	.614	.377	.884	.781

Uji Hipotesis

Correlations

		Kematanganberagama	regulasiemosi
kematanganberagama	Pearson Correlation	1	.614**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	52	52
regulasiemosi	Pearson Correlation	.614**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	52	52

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



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jalan Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185
Telepon (024) 7601294, Website : www.ushuluddin.ac.id, Email : fuhum@walisongo.ac.id

Nomor : B-1621/Un. 10.2/D/PP.009/09/2017
Lamp : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian

22 September 2017

Kepada Yth
Pimpinan Pondok Pesantren
Darul Falah Besongo Semarang
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, dengan ini kami mohon kesediaan Bapak / Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada :

Nama : Desi Mulyani
NIM/Program/Smt : 134411078/S.1/IX
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Tujuan Research : Mencari data untuk penyusunan skripsi dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora Program S.1
Judul Skripsi : Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang
Waktu Penelitian : September - Selesai
Lokasi Penelitian : Pondok Pesantren Darul Falah Besongo Semarang

Demikian atas perhatian dan terakbulnya permohonan ini kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



KHSIN JAMIL



**PONDOK PESANTREN DARUL FALAH *Be-Songo*
SEMARANG**

Perum. Bank Niaga B.13 Telp./Fax. 024-7615246 Ngaliyan Semarang

Website: www.be-songo.or.id Email: be.songo@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 06/B/ DAFA- BS/XII/17

Berdasarkan surat dari Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang No. B-1621/Un. 10.2/D/PP. 009/09/2017 tanggal 22 september 2017 Perihal Permohonan Ijin Penelitian. Kami atas nama pengasuh Pondok Pesantren Darul Falah Be- Songo Semarang yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Prof. Dr. Imam Taufiq, M. Ag
Jabatan : Pengasuh Pondok Pesantren Darul Falah Be- Songo Semarang
Alamat Pondok : Perumahan Bank Niaga Blok b-9 Kelurahan Tambak aji
Kecamatan Ngaliyan Kabupaten Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa:

Nama : Desi Mulyani
NIM/ Program/ Semester : 134411078/ S.1/ IX
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Telah melakukan penelitian/ riset di Pondok Pesantren Darul Falah Be- Songo Semarang dimulai pada bulan September 2017 s/d selesai dengan judul penelitian:
" Hubungan Kematangan Beragama dengan Regulasi Emosi pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Falah Be- Songo Semarang"

Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Semarang, 28 Desember 2017
Pengasuh Pondok Pesantren
Darul Falah Be- Songo Semarang

Prof. Dr. Imam Taufiq, M. Ag

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Desi Mulyani
2. Tempat, tanggal lahir : Semarang, 6 Desember
1994
3. NIM : 134411078
4. Alamat rumah : Jl. Gatot Subroto VII RT
09 RW 02 Kelurahan
Purwoyoso, Kecamatan
Ngaliyan Kota Semarang,
50148.
5. HP : 085726616271
6. Email : desisantoso8@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. SD Purwoyoso 03 Semarang tahun 2007
 - b. SMP N 31 Semarang tahun 2010
 - c. SMA N 13 Semarang tahun 2013
 - d. UIN Walisongo Semarang angkatan 2013