

## Mapping Emotional Strength: Building Self-Confidence through Emotional Maturity in Late Adolescent Girls

### Pemetaan Kekuatan Emosional: Membangun Kepercayaan Diri melalui Kematangan Emosi pada Remaja Akhir Putri

Balqis Putridianti

Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma, Indonesia

#### Artikel Info

##### Riwayat Artikel:

Penyerahan 2024-09-10

Revisi 2024-12-30

Diterima 2025-07-17

##### Keyword:

Emotional Maturity;

Late Adolscent Girls;

Self Confidence

#### ABSTRACT

Many late adolescent girls experience a decline in self-confidence due to social pressure and physical changes during the transition to adulthood. This highlights the importance of emotional maturity in helping individuals recognize, manage, and accept themselves more effectively. This study aims to identify the contribution of emotional maturity to self-confidence in late adolescent girls. A total of 156 female respondents aged 18–22 years living in the Greater Jakarta area were selected using purposive sampling. The data were analyzed using simple linear regression. The results showed that emotional maturity contributed 56.1% to self-confidence, while the remaining 43.9% was influenced by other factors outside this study. These findings confirm that emotional maturity plays a significant role in shaping self-confidence among late adolescent girls.

#### ABSTRAK

Banyak remaja akhir putri mengalami penurunan kepercayaan diri akibat tekanan sosial dan perubahan fisik yang terjadi selama masa transisi menuju dewasa. Kondisi ini menyoroti pentingnya kematangan emosi dalam membantu individu mengenali, mengelola, dan menerima dirinya dengan lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kontribusi kematangan emosi terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir putri. Sebanyak 156 responden berusia 18–22 tahun yang berdomisili di wilayah Jabodetabek dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kematangan emosi memberikan kontribusi sebesar 56,1% terhadap kepercayaan diri, sementara 43,9% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Temuan ini menegaskan bahwa kematangan emosi berperan signifikan dalam membentuk kepercayaan diri remaja akhir putri.

#### Kata Kunci

Kematangan Emosi;

Kepercayaan Diri;

Remaja Akhir Putri

Copyright (c) 2025 Balqis Putridianti

#### Korespondensi:

##### Balqis Putridianti

Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma

Email: [balqisputridianti6@gmail.com](mailto:balqisputridianti6@gmail.com)



## LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan salah satu masa yang dilalui individu dalam proses perkembangan. Steinberg (2013), mengelompokkan periode remaja ke dalam tiga tahapan utama, yaitu remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir. Menurut Santrock (2008), remaja akhir berlangsung pada rentang usia 18 hingga 22 tahun, di mana individu mengalami berbagai perubahan yang signifikan yang mencakup aspek fisik, kognitif, dan sosioemosional. Kemudian Hurlock (2000), menambahkan bahwa dinamika perubahan yang terjadi pada tahap remaja akhir dapat mempengaruhi sikap dan perilaku, termasuk dalam hal kepercayaan diri.

Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam pengembangan diri yang mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuan dalam mencapai tujuan serta menilai dirinya secara positif (Ma'rifattullah, 2016). Pada tahap remaja akhir, kepercayaan diri tercermin dari kemampuan individu dalam menerima dirinya secara utuh, termasuk kelebihan dan kekurangannya (Fitri et al., 2018). Hal ini sejalan dengan tugas perkembangan remaja menurut Havighurst dalam Hurrelmann & Quenzel (2018), yang berkaitan dengan pencapaian kematangan fisik dan psikis. Salah satu tugas tersebut adalah kemampuan individu untuk menerima kondisi fisiknya. Namun demikian, perubahan fisik yang cukup signifikan pada remaja akhir dapat memengaruhi tingkat kepercayaan diri, khususnya pada remaja akhir putri yang cenderung lebih sensitif terhadap penilaian sosial terkait penampilan (Fakhrunnisa, 2018).

Data dari Dove Girl Beauty Confidence Report menunjukkan bahwa 54% remaja putri di seluruh dunia merasa kurang percaya diri terhadap penampilannya, dan di Indonesia, 7 dari 10 remaja putri bahkan menghindari aktivitas penting karena ketidakpuasan terhadap penampilan (Cahyu, 2018). Hal serupa juga ditunjukkan dalam survei *Women's Confidence Survey in Asia* oleh Fitri et al. (2018), yang melaporkan bahwa hampir 50% perempuan berusia 20 tahun ke atas merasa tidak percaya diri. Penurunan kepercayaan diri pada remaja akhir putri juga tercermin dalam temuan studi lintas usia 8 hingga 18 tahun, yang menunjukkan adanya penurunan kepercayaan diri lebih signifikan terjadi pada remaja putri dibandingkan remaja putra menjelang akhir masa remaja.

Menurut Papalia, Olds, dan Feldman dalam Mariyati & Rezanita (2021), remaja putra cenderung membangun kepercayaan diri berdasarkan standar internal, seperti kemandirian dan pencapaian. Sebaliknya, remaja putri mengandalkan validasi eksternal, termasuk dorongan untuk memenuhi standar perfeksionisme dan kekhawatiran akan kegagalan. Ketergantungan terhadap penilaian eksternal ini menjadikan kepercayaan diri remaja akhir putri lebih rentan mengalami penurunan, terlebih karena mereka cenderung memiliki kebutuhan yang lebih besar akan penerimaan sosial, khususnya dari teman sebaya dan lawan jenis (Ramadhani & Putrianti, 2014).

Remaja akhir putri yang mengalami penurunan kepercayaan diri akan menyebabkan munculnya keraguan dalam bertindak, menarik diri dari lingkungan sosial, dan

menghindari interaksi (Fitri et al., 2018). Menurut Hasanah & Saugi (2021), individu dengan tingkat kepercayaan diri rendah cenderung memiliki persepsi negatif terhadap dirinya sendiri dan kurang yakin terhadap kemampuannya. Hidayat dalam Mauludiyah & Paryontri (2023) juga menyatakan bahwa remaja akhir yang tidak percaya diri cenderung merasa tidak diterima atau tidak dibutuhkan dalam lingkungannya. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek sosial dan emosional, tetapi juga memengaruhi keyakinan diri remaja dalam menghadapi transisi peran sosial dan tanggung jawab yang semakin kompleks, termasuk dalam merancang pilihan karier masa depan.

Salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri pada individu adalah kematangan emosi. Kematangan emosi merujuk pada kemampuan individu untuk memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosinya secara tepat dan adaptif sesuai dengan situasi Azizah et al. (2024). Remaja yang telah mencapai kematangan emosional umumnya mampu mengendalikan impuls, berpikir rasional dalam menghadapi tekanan, serta tidak mudah terpengaruh oleh penilaian negatif dari lingkungan (Fitri & Adelya, 2017). Kemampuan ini menciptakan stabilitas internal yang mendukung terbentuknya rasa percaya diri.

Menurut Lindenfield (2011), individu yang mampu mengendalikan emosinya cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi karena merasa mampu menghadapi situasi sosial dengan tenang dan terkontrol. Hal ini menunjukkan bahwa kematangan emosi berperan penting dalam membentuk rasa percaya diri. Lebih lanjut, Mardia et al. (2023) menambahkan bahwa remaja akhir yang mampu mengontrol emosinya dalam berbagai situasi secara matang dan penuh pertimbangan cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi.

Beberapa penelitian turut memperkuat adanya hubungan positif antara kematangan emosi dan kepercayaan diri. Pастey & Aminbhavi (2006) menemukan bahwa individu dengan tingkat kematangan emosi yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik. Hal serupa juga ditunjukkan oleh Devi & Subramani (2023), bahwa kematangan emosi berhubungan positif dengan kepercayaan diri pada mahasiswi. Temuan yang relevan juga diperoleh dari penelitian Noviana & Rakhmawati (2023) terhadap siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Kasiman.

Berdasarkan konteks masalah dan penelitian sebelumnya yang telah diuraikan, peneliti ingin membuktikan secara empiris seberapa besar kontribusi kematangan emosi terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir putri.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian metode kuantitatif. Kuantitatif yaitu jenis penelitian yang berorientasi pada pengumpulan informasi yang didasarkan pada data berupa angka, serta analisisnya menggunakan pendekatan statistika (Azwar, 2012).

**Subjek Penelitian**

Populasi penelitian ini yaitu remaja akhir putri. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2019). Adapun kriteria dalam penelitian ini adalah remaja putri berusia antara 18-22 tahun, berdomisili di wilayah Jabodetabek, dan bersedia mengisi kuesioner secara lengkap. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh sebanyak 156 responden.

**Metode Pengumpulan data**

Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan pemberian kuesioner online dengan skala yang digunakan adalah skala Likert. Kuesioner mencakup skala kepercayaan diri, dan skala kematangan emosi.

Skala kepercayaan diri disusun berdasarkan adaptasi dan modifikasi dari Nisa (2021), yang merujuk pada aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (2012), yaitu yakin pada kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis dengan reliabilitas sebelumnya sebesar  $\alpha = 0,920$ . Dalam penelitian ini, 19 dari 25 item dinyatakan valid dan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,837

Selanjutnya skala yang digunakan untuk mengukur kematangan emosi menggunakan menggunakan *Emotional Maturity Scale (EMS)* yang diadaptasi dari Yansyah (2020), berdasarkan lima dimensi dari Singh & Bhargava (1990), yaitu kestabilan emosi, perkembangan emosional, penyesuaian sosial, integrasi kepribadian, dan kebebasan. dengan reliabilitas sebelumnya sebesar  $\alpha = 0,920$ . Dalam penelitian ini, 28 dari 40 item dinyatakan valid dan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,873.

**Teknik Analisis Data**

Dalam menganalisis seberapa besar kontribusi kematangan emosi terhadap kepercayaan diri, maka digunakan teknik analisis data regresi linear sederhana.

**HASIL PENELITIAN**

**Analisa Deskriptif**

Data responden dalam penelitian ini mencakup sebanyak 156 remaja akhir putri. Karakteristik demografis yang dianalisis meliputi usia, status pendidikan, domisili tempat tinggal, jumlah pendapatan orang tua, serta status tinggal bersama. Informasi ini digunakan untuk memberikan gambaran deskriptif terhadap profil responden. Berikut adalah rincian hasil analisis deskriptif berdasarkan masing-masing kategori demografi yang diteliti.

**Tabel 1. Analisa Deskriptif Responden Penelitian**

Aspek	Kategori	Total	%
Usia	18	6	3,8%
	19	15	9,6%
	20	14	9,0%
	21	53	34%
	22	68	43,6%
	<b>Total</b>		156
Status-Pendidikan	Mahasiswa	140	89,7%

Aspek	Kategori	Total	%
	Non- Mahasiswa	16	10,3%
	<b>Total</b>	156	100%
Domisili	Jakarta	30	19,9%
	Bogor	68	43,6%
	Depok	29	18,6%
	Tangerang	18	10,9%
	Bekasi	11	7,1%
	<b>Total</b>	156	100%
Jumlah Pendapatan-Orangtua	< 2.000.000	23	14,7%
	2.500.000-5.000.000	62	39,7%
	5.500.000-8.000.000	30	19,2%
	>8.000.000	41	26,3%
	<b>Total</b>	156	100%
Tinggal- bersama	Orang Tua	124	79,5%
	Sendiri (kost)	26	16,7%
	Saudara	6	3,8%
	<b>Total</b>	156	100%

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berusia 22 tahun (43,6%) dan merupakan mahasiswa (89,7%). Sebagian besar berdomisili di wilayah Bogor (43,6%) dan tinggal bersama orang tua (79,5%). Selain itu, pendapatan orang tua terbanyak berada pada rentang 2.500.000–5.000.000 rupiah (39,7%).

**Uji Deskriptif**

Uji deskriptif dilakukan untuk melihat kecenderungan skor responden pada masing-masing variabel penelitian. Hasil analisis menunjukkan bahwa mean empirik pada skala kepercayaan diri adalah 72,06 dan standar deviasi 9,34. Sementara itu, skala kematangan emosi menunjukkan mean empirik sebesar 103,46, dan standar deviasi 13,32. Kategori data dihitung dari mean dan standar deviasi empirik masing-masing variabel.

**Tabel 2. Kategorisasi Data Kepercayaan Diri dan Kematangan Emosi**

Variabel	Kategori	Rentang Skor	(n)	%
Kepercayaan diri	Rendah	$X < 62,72$	22	14%
	Sedang	$62,72 \leq X \leq 81,40$	110	71%
	Tinggi	$X > 81,40$	24	15%
<b>Total</b>			156	100%
Kematangan emosi	Rendah	$X < 90,14$	26	17%
	Sedang	$90,14 \leq X \leq 116,77$	102	65%
	Tinggi	$X > 116,77$	28	18%
<b>Total</b>			156	100%

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap data penelitian, diperoleh kategorisasi data pada variabel kepercayaan diri, sebagian besar responden berada pada kategori sedang ( $62,72 \leq X \leq 81,40$ ) sebanyak 110 responden (71%), diikuti oleh kategori tinggi ( $X > 81,40$ ) sebanyak 24

responden (15%), dan rendah ( $X < 62,72$ ) sebanyak 22 responden (14%). Berikutnya, pada variabel kematangan emosi, sebagian besar responden juga berada pada kategori sedang ( $90,14 \leq X \leq 116,77$ ) sebanyak 102 responden (65%), kemudian tinggi ( $X > 116,77$ ) sebanyak 28 responden (18%), dan rendah ( $X < 90,14$ ) sebanyak 26 responden (17%).

### Uji Asumsi

#### Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov – Smirnov. Data dikatakan terdistribusi normal apabila nilai  $p \geq 0,05$ .

**Tabel 3. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Sig	Keterangan
Kepercayaan diri	0,074	Terdistribusi Normal
Kematangan Emosi	0,200	Terdistribusi Normal

Berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov, diketahui nilai kepercayaan diri sebesar 0,074 ( $p \geq 0,05$ ). Maka data yang didapatkan pada kepercayaan diri terdistribusi normal. Berikutnya, nilai signifikansi kematangan emosi adalah 0,200 ( $p \geq 0,05$ ). Hal ini juga menunjukkan data yang didapatkan pada Kematangan Emosi terdistribusi normal.

#### Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk menentukan variabel dependen dan variabel independen dalam suatu penelitian apakah memiliki hubungan yang linear. Data dikatakan bersifat linear apabila nilai  $p \leq 0,05$ .

**Tabel 4. Hasil Uji Linearitas**

Variabel	Sig	Keterangan
Kepercayaan diri	0,000	Linear
Kematangan Emosi		

Dari hasil uji linearitas, data kematangan emosi terhadap kepercayaan diri bersifat linear dengan memperoleh hasil yang sangat signifikan sebesar 0,000 ( $p \leq 0,01$ ).

### Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik regresi linear sederhana yang dianalisis dengan bantuan SPSS 24.0 for windows. Data yang dianalisis mencakup data dari skala kepercayaan diri dan skala kematangan emosi.

**Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis**

Model	R	R <sup>2</sup>	F	Sig
1	0,749	0,561	197,027	0,000

Hasil uji hipotesis antara kematangan emosi terhadap kepercayaan diri menunjukkan nilai F sebesar 197,027 dan signifikansi sebesar 0,000 ( $p \leq 0,01$ ). Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis ( $H_1$ ) yang diajukan dapat diterima, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara kematangan emosi terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir putri.

Nilai R yang diperoleh sebesar 0,749, menunjukkan hubungan yang kuat karena berada di atas 0,7. Nilai R Square sebesar 0,561 menunjukkan bahwa kematangan emosi memberikan pengaruh sebesar 56,1% terhadap kepercayaan diri, sedangkan sisanya sebesar 43,9% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

### Uji Parsial

Guna memperkaya pemahaman dan memperoleh gambaran yang lebih mendalam, dilakukan uji parsial terhadap masing-masing aspek kematangan emosi sebagai variabel *independent*. Pendekatan ini bertujuan untuk melihat kontribusi setiap aspek secara parsial terhadap kepercayaan diri.

**Tabel 6. Hasil Uji Parsial Aspek Kematangan Emosi terhadap Kepercayaan Diri**

Aspek Kematangan Emosi	$\beta$ (Beta)	Sig.
Kestabilan Emosi	0,172	0,006
Perkembangan Emosi	0,202	0,002
Penyesuaian Sosial	0,172	0,027
Integrasi Kepribadian	0,343	0,000
Kebebasan	0,114	0,087

Secara parsial, hasil analisis menunjukkan bahwa aspek integrasi kepribadian memberikan kontribusi terbesar terhadap kepercayaan diri ( $\beta = 0.343$ ;  $p = 0.000$ ), diikuti oleh perkembangan emosi ( $\beta = 0.202$ ;  $p = 0.002$ ), kestabilan emosi ( $\beta = 0.172$ ;  $p = 0.006$ ), dan penyesuaian sosial ( $\beta = 0.172$ ;  $p = 0.027$ ), yang semuanya menunjukkan kontribusi signifikan. Sebaliknya, aspek kebebasan tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kepercayaan diri ( $\beta = 0.114$ ;  $p = 0.087$ ).

## PEMBAHASAN

Hasil uji regresi sederhana menunjukkan bahwa kematangan emosi memberikan kontribusi signifikan terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir putri, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,001$ ) dan kontribusi sebesar 56,1%. Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh variasi dalam kepercayaan diri responden dapat dijelaskan oleh tingkat kematangan emosi yang dimiliki individu. Sementara 43,9% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar kematangan emosi. Berdasarkan Hakim (2002), faktor-faktor lain tersebut dapat mencakup keluarga, lingkungan, pengalaman masa lalu, keadaan fisik, status ekonomi, pendidikan, dan penyesuaian diri. Temuan ini menegaskan bahwa kematangan emosi merupakan salah satu fondasi penting dalam membangun kepercayaan diri selama masa remaja akhir.

Secara teoretis, hasil ini memperkuat pandangan bahwa perkembangan emosional yang sehat sangat berperan dalam pembentukan identitas diri dan penerimaan terhadap diri sendiri, terutama pada masa transisi menuju kedewasaan. Menurut Hurlock dalam Rahmawati et al. (2022), kematangan emosi merupakan indikator penting

dalam perkembangan kepribadian, yang ditandai dengan kemampuan mengelola dan mengontrol ekspresi emosi sesuai konteks situasi. Remaja akhir yang memiliki kematangan emosi akan cenderung lebih stabil secara afektif, memiliki kontrol diri yang lebih baik, dan mampu menilai dirinya secara lebih positif. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Rani et al. (2015), yang menunjukkan bahwa individu dengan kematangan emosi tinggi lebih mampu mengekspresikan dirinya secara positif, sehingga lebih mudah membangun kepercayaan diri. Lebih lanjut Behera & Rangaiah (2017), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa individu yang memiliki kematangan emosi mampu untuk membangun persepsi diri positif sehingga memperkuat rasa percaya diri dalam menghadapi berbagai tuntutan dan tantangan kehidupan.

Berikutnya, uji parsial telah dilakukan untuk melihat kontribusi masing-masing aspek kematangan emosi terhadap kepercayaan diri secara lebih spesifik. Aspek integrasi kepribadian memiliki kontribusi paling dominan dan signifikan ( $\beta = 0,343$ ;  $p = 0,000$ ). Menurut Singh & Bhargava (1990), integrasi kepribadian merupakan proses penyelarasan berbagai motif internal dan kecenderungan psikologis dalam diri individu secara harmonis. Ketika integrasi ini tercapai, individu cenderung lebih stabil secara emosional, mampu menekan konflik batin, lebih mudah berinteraksi dengan individu lain sehingga ia dapat mengekspresikan diri secara lebih percaya diri (Anderson & Fowers, 2020; Sihotang & Huwae, 2023).

Selain itu, aspek perkembangan emosi ( $\beta = 0,202$ ;  $p = 0,002$ ), kestabilan emosi ( $\beta = 0,172$ ;  $p = 0,006$ ), dan penyesuaian sosial ( $\beta = 0,172$ ;  $p = 0,027$ ) juga menunjukkan kontribusi signifikan terhadap kepercayaan diri. Sejalan dengan temuan Mahmoudi (2012), pengelolaan emosi yang efektif berkorelasi positif dengan kemampuan individu dalam menjalin relasi sosial yang mendukung kepercayaan diri.

Aspek kebebasan tidak memberikan kontribusi signifikan terhadap kepercayaan diri ( $\beta = 0,114$ ;  $p = 0,087$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa dimensi kebebasan, yang berkaitan dengan kapasitas individu untuk mengambil keputusan atau mengungkapkan emosi tanpa tekanan, belum menjadi faktor dominan dalam membentuk kepercayaan diri remaja akhir putri. Pengaruh budaya dan lingkungan sosial di Indonesia cenderung membatasi otonomi emosional, terutama bagi perempuan (Hastuti, 2005). Selain itu, pola asuh orangtua terhadap remaja akhir putri mungkin belum memiliki ruang aktualisasi kebebasan emosional yang cukup. Pola asuh seharusnya dapat mendukung perkembangan kemandirian dan pemahaman diri anak, yang keduanya berperan penting dalam pembentukan kepercayaan diri (Harlianty & Mukhlis, 2022). Sebagaimana yang disebutkan Ragita dan Fardana (2021) dalam penelitiannya, bahwa figur lekat orang tua dalam pengasuhan dapat memengaruhi persepsi remaja akhir terhadap kematangan emosi dan berdampak pada kepercayaan diri.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa, kematangan emosi memiliki kontribusi signifikan terhadap kepercayaan diri pada remaja akhir putri, dengan kontribusi sebesar 56,1%. Artinya, lebih dari separuh variasi dalam kepercayaan diri dapat dijelaskan oleh tingkat kematangan emosi, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti lingkungan, keluarga, pengalaman masa lalu, status ekonomi, pendidikan, dan penerimaan diri. Secara deskriptif, kepercayaan diri dan kematangan emosi pada responden berada pada kategori tinggi. Hal ini mencerminkan bahwa remaja akhir putri yang memiliki kematangan emosi yang baik cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Hasil analisis parsial juga menunjukkan bahwa aspek integrasi kepribadian memberikan kontribusi paling besar dan signifikan terhadap kepercayaan diri, namun aspek kebebasan tidak memberikan kontribusi yang signifikan. Temuan ini menegaskan bahwa penguatan aspek-aspek internal kematangan emosi, seperti kestabilan afektif dan keutuhan konsep diri, menjadi komponen penting dalam pembentukan rasa percaya diri selama masa transisi menuju dewasa.

Saran penelitian ini adalah Bagi remaja akhir putri, penting untuk mengembangkan kematangan emosinya melalui aktivitas yang mendukung pengenalan diri, pengendalian emosi, dan integrasi nilai pribadi. Upaya ini dapat dilakukan dengan mengikuti pelatihan manajemen emosi, keterampilan sosial, atau konseling psikologis yang berfokus pada peningkatan kontrol diri dan penerimaan diri. Dengan kematangan emosi yang baik, kepercayaan diri dapat terbentuk secara lebih stabil dan adaptif dalam menghadapi tantangan perkembangan.

Bagi lingkungan sosial seperti keluarga, sekolah, dan komunitas, perlu diselenggarakan program pengasuhan dan pembinaan remaja yang tidak hanya fokus pada prestasi akademik, tetapi juga pada penguatan aspek emosional dan karakter remaja.

Sementara itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk menggali variabel lain yang berkontribusi terhadap kepercayaan diri, seperti pola asuh orang tua, penerimaan diri, atau dukungan sosial, agar pemahaman terhadap dinamika kepercayaan diri pada remaja akhir semakin komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, A. R., & Fowers, B. J. (2020). An Exploratory Study of Friendship Characteristics and Their Relations with Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(1), 260–280. <https://doi.org/10.1177/0265407519861152>
- Azizah, S. N., Putri, Y. D., Arifin, J., & Marisa, C. (2024). Kontribusi Kepercayaan Diri Siswa terhadap Kematangan Emosional Siswa. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 4(2), 67–72. <https://doi.org/10.30998/ocim.v4i2.11596>
- Azwar, S. (2012). *Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Tes*

- dan Prestasi. Pustaka Pelajar Offset.
- Behera, S., & Rangaiah, B. (2017). Relationship between Emotional Maturity, Self-Esteem and Life-Satisfaction: A Study on Traditional Dancers of Odisha Region. *Cogent Psychology*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/23311908.2017.1355504>
- Devi, A., & Subramani, C. (2023). A Study on Self-Confidence and Emotional Maturity of B.Ed. Trainees in Selected Northern Districts of Tamil Nadu. *Journal of Research Administration*, 5(2), 12537–12544.
- Fakhrunnisa. (2018). Kepercayaan Diri dan Kecemasan Memperoleh Pasangan Hidup pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Obesitas. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 101–108. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i1.4533>
- Fitri, E., Zola, N., & Ildil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPi (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.29210/02017182>
- Fitri, N. F., & Adelya, B. (2017). Kematangan Emosi Remaja dalam Pengentasan Masalah. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 2(2), 30–39. <https://doi.org/10.29210/02225jpgi0005>
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Pustaka Swara.
- Harlianty, R. A., & Mukhlis, H. (2022). Kepercayaan Diri, Kematangan Emosi, Pola Asuh Orang Tua Demokratis dan Kenakalan Remaja. *Journal Psikologi Aisyah*, 4(1), 35–45.
- Hasanah, N. A., & Saugi, W. (2021). Fenomena Ketidakpercayaan Diri Mahasiswa IAIN Samarinda ketika Berbicara di Depan Umum. *Borneo Journal of Islamic Education*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.21093/bjie.v1i1.3145>
- Hastuti, E. L. (2005). Hambatan Sosial Budaya dalam Pengarusutamaan Gender di Indonesia (Socio-Cultural Constraints on Gender Mainstreaming in Indonesia). *SOCA: Jurnal Sosial Ekonomi Pertanian*, 5(2), 43930. <https://www.neliti.com/publications/43930/hambatan-sosial-budaya-dalam-pengarusutamaan-gender-di-indonesia-socio-cultural#cite>
- Hurlock, E. B. (2000). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Hurrelmann, K., & Quenzel, G. (2018). *Developmental Tasks in Adolescence*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429452055>
- Lauster, P. (2012). *Tes Kepribadian*. Bumi Aksara.
- Lindenfield, G. (2011). *Confident Teens: How to Raise a Positive, Confident and Happy Teenager*. HarperCollins UK.
- Ma'rifattullah, I. (2016). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Kepercayaan Diri Karyawan terhadap Kecemasan Isu Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) pada Karyawan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3), 408–413. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i3.4101>
- Mahmoudi, A. (2012). Emotional Maturity and Adjustment Level of College Students. *Education Research Journal*, 2(1), 18–19. Retrieved from [https://www.academia.edu/5686051/Emotional\\_maturity\\_and\\_adjustment\\_level\\_of\\_college](https://www.academia.edu/5686051/Emotional_maturity_and_adjustment_level_of_college)
- Mardia, E., Aisha, D., & Dimala, C. (2023). Emotional Maturity with Hate Speech Behavior in Late Adolescents. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 254–260. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i2.11821>
- Mariyati, L. I., & Rezania, V. (2021). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Manusia*. UMSIDA Press. <https://doi.org/10.21070/2021/978-623-6292-34-1>
- Mauludiyah, L., & Paryontri, R. A. (2023). The Relationship Between Attachment and Love Style with Self Confidence in Students in Village. *Indonesian Journal of Cultural and Community Development*, 14(1), 10–21070. <https://doi.org/10.21070/ijccd.v14i1.850>
- Nisa, H. (2021). Hubungan Body image Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh. UIN Ar-Raniry. <https://doi.org/doi.org/10.55927/fjas.v2i12.7081>
- Noviana, E., & Rakhmawati, D. (2023). The Relationship between Emotional Maturity and Self-Confidence in Class XI Students of SMA Negeri 1 Kasiman. *Formosa Journal of Applied Sciences*, 2(12), 3543–3552.
- Pastey, G. S., & Aminbhavi, V. A. (2006). Impact of emotional maturity on stress and self confidence of adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 32(1), 66–70. <https://iaiap.in/wp-content/uploads/2024/08/12-68-72.pdf>
- Rahmawati, H. K., Djoko, S. W., Diwyarthi, N. D. M. S., Aldryani, W., Ervina, D., Miskiyah, Oktariana, D., Octrianty, E., Kurniasari, L., Fatsena, R. A., Manalu, L. O., Kholis, I., & I., Rahmawati, H. K., Djoko, S. W., Diwyarthi, N. D. M. S., A. W., Ervina, D., M., Oktariana, D., Octrianty, E., Kurniasari, L., Fatsena, R. A., Manalu, L. O., & Kholis, I. (2022). *Psikologi Perkembangan*. Widina Bhakti Persada Bandung.
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Citra Diri pada Remaja Akhir. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22–32. <https://doi.org/10.30738/spirits.v4i2.1117>
- Rani, V., Kamboj, S., Malik, A., & Kohli, S. (2015). A Study of Emotional Maturity in Relation to Self-Confidence and Insecurity in Adolescents. *Indian Journal of Positive Psychology*, 6(4). [https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Agcd%3A15%3A35109151/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Agcd%3A115097182&crl=c&link\\_origin=scholar.google.com](https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Agcd%3A15%3A35109151/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Agcd%3A115097182&crl=c&link_origin=scholar.google.com)
- Santrock, J. W. (2008). *Life-span development*. McGraw-Hill.
- Sihotang, A., & Huwae, A. (2023). Kematangan Emosi dan Pemaafan pada Remaja Akhir Perempuan yang Berasal dari Keluarga Broken Home. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(2), 327–336. <https://doi.org/10.33024/jpm.v5i2.7390>
- Singh, Y., & Bhargava, M. (1990). *Manual for Emotional Maturity Scale*. Agra: National Psychological Corporation, 2(4), 16–18.
- Steinberg, L. (2013). *Adolescence (Edisi ke-2)*. McGraw-Hill Higher Education.
- Sugiyono, P. D. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. In CV Alfabeta. Alfabeta.
- Yansyah, A. (2020). *Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Perkawinan Remaja Akhir di Kecamatan Singkil Utara*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.