

Research Article

Kematangan Emosi Mahasiswa Semester VI Universitas Wiralodra dalam Menghadapi Pra-KKN

M. Fhalikh Mubarak¹, Syifa Nur Fadilah²

1. Universitas Wiralodra Indramayu, fhalikhmubarak23@gmail.com
2. Fakultas Agama Islam Universitas Wiralodra Indramayu, syifanurfadilah241@gmail.com

Copyright © 2025 by Authors, Published by Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam. This is an open access article under the CC BY License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>).

Received : April 27, 2025
Accepted : June 11, 2025

Revised : May 30, 2025
Available online : June 30, 2025

How to Cite: M. Fhalikh Mubarak, and Syifa Nur Fadilah. 2025. "Kematangan Emosi Mahasiswa Semester VI Universitas Wiralodra Dalam Menghadapi Pra-KKN". *Risalah Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 11 (2):946-54. https://doi.org/10.31943/jurnal_risalah.v11i2.2468.

Abstract. This research aims to reveal the level of emotional maturity of 6th semester students in facing pre-KKN activities. Using a descriptive qualitative approach, data was collected through an open questionnaire from 23 Wiralodra University students and analyzed thematically. The results show that the majority of students have good emotional awareness, are able to manage pressure, accept criticism, and adapt to group dynamics. However, some respondents still showed unpreparedness to face change and psychological pressure. Emotional maturity appears to be influenced by organizational experience, lecturer support, and personal readiness. The research concluded that even though the average student has shown quite good emotional maturity, emotional provision still needs to be strengthened. Recommendations are directed at emotional regulation training in pre-KKN programs so that students' emotional readiness is more optimal.

Keywords: Emotional Maturity, Students, Pre-KKN.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap tingkat kematangan emosi mahasiswa semester VI dalam menghadapi kegiatan pra-KKN. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui angket terbuka kepada 23 mahasiswa Universitas Wiralodra dan dianalisis secara tematik. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kesadaran emosional yang baik, mampu mengelola tekanan, menerima kritik, serta beradaptasi terhadap dinamika kelompok. Namun, beberapa responden masih menunjukkan ketidaksiapan menghadapi perubahan dan tekanan psikologis. Kematangan emosi terlihat dipengaruhi oleh pengalaman organisasi, dukungan dosen, dan kesiapan pribadi. Penelitian menyimpulkan bahwa meskipun rata-rata mahasiswa telah menunjukkan kematangan emosi yang cukup baik, pembekalan emosional tetap perlu diperkuat. Rekomendasi diarahkan pada pelatihan regulasi emosi dalam program pra-KKN agar kesiapan emosional mahasiswa lebih optimal.

Kata Kunci: Kematangan Emosional, Mahasiswa, Pra-KKN.

PENDAHULUAN

Mahasiswa semester VI umumnya berada pada fase kritis dalam pendidikan tinggi, yaitu masa transisi dari perkuliahan ke pengabdian masyarakat melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN). Sebelum mengikuti KKN, mereka diwajibkan mengikuti pra-KKN sebagai tahap persiapan teknis dan mental. Tahapan ini menguji sejauh mana kesiapan individu tidak hanya dalam hal logistik dan administratif, tetapi juga dalam aspek emosional. Mahasiswa dituntut untuk mampu bekerja dalam tim, beradaptasi dengan berbagai situasi, dan menghadapi ketidakpastian yang muncul dalam perencanaan kegiatan lapangan. Hal tersebut menuntut kematangan emosi yang cukup tinggi agar proses pra-KKN berjalan efektif (Goleman, 1995: 43). Kematangan emosi menjadi indikator penting dalam menilai kesiapan mahasiswa untuk berinteraksi dengan masyarakat. Oleh karena itu, penting untuk memahami kondisi emosional mahasiswa semester enam dalam menghadapi fase pra-KKN.

Kematangan emosi merupakan kemampuan individu untuk memahami dan mengelola emosinya sendiri, serta menjalin relasi sosial yang sehat dengan orang lain. Dalam konteks kegiatan pra-KKN, mahasiswa dituntut untuk mampu bersikap dewasa dalam menghadapi dinamika kelompok dan tekanan administratif. Menurut Singh dan (Bhargava, 1990: 17), kematangan emosi terdiri atas lima aspek utama, yakni stabilitas emosional, kontrol diri, penyesuaian sosial, independensi, dan empati. Mahasiswa yang memiliki kematangan emosi rendah cenderung mudah cemas, tidak tahan kritik, dan mengalami kesulitan dalam kerja sama tim. Sementara itu, mahasiswa yang matang secara emosional cenderung lebih tenang, terbuka, dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas pra-KKN. Maka, aspek ini tidak dapat diabaikan dalam pembekalan menuju KKN. Evaluasi kematangan emosi penting dilakukan sejak awal sebagai bagian dari strategi peningkatan kesiapan lapangan.

Pra-KKN pada dasarnya merupakan bentuk pelatihan awal yang bertujuan mempersiapkan mahasiswa sebelum mereka berbaur dengan masyarakat secara langsung. Dalam proses ini, mahasiswa diajak untuk mengenali potensi desa, menyusun program kerja, dan membangun sinergi dalam kelompok lintas disiplin. Tekanan emosi kerap kali muncul ketika mahasiswa harus menyamakan visi, menghadapi ketidaksepakatan, dan mengelola waktu secara kolektif. (Amanda, 2023: 59) menyatakan bahwa mahasiswa dengan kematangan emosi tinggi lebih mampu mengelola perbedaan pendapat dan konflik sosial selama tahap perencanaan. Hal ini menunjukkan bahwa pra-KKN bukan hanya tentang kompetensi teknis, tetapi juga merupakan latihan penguatan karakter dan kontrol emosi. Dalam kegiatan seperti ini, mahasiswa dapat mengevaluasi kemampuannya dalam menghadapi tantangan sosial yang kompleks. Maka, kematangan emosi bukan lagi sekadar kelebihan, melainkan kebutuhan.

Dari perspektif psikologi perkembangan, mahasiswa semester enam biasanya berada dalam fase dewasa awal, yang ditandai dengan pencarian identitas, otonomi emosional, dan kesiapan sosial. Erikson mengemukakan bahwa pada fase ini individu dihadapkan pada krisis antara keintiman dan isolasi, yang mana keberhasilan mengatasi konflik ini sangat dipengaruhi oleh kestabilan emosional

(Papalia, Olds, & Feldman, 2008: 394). Ketika mahasiswa memasuki masa pra-KKN, mereka berada dalam posisi yang memerlukan interaksi sosial intensif dalam waktu yang relatif singkat. Apabila tidak ditunjang dengan kematangan emosi yang memadai, mereka akan kesulitan membangun kerja sama atau justru menarik diri dari tanggung jawab sosial. Kegiatan pra-KKN menjadi medan latihan penting untuk mengasah kecerdasan emosi sebelum benar-benar diterjunkan ke masyarakat. Oleh karena itu, institusi pendidikan tinggi harus mulai menempatkan dimensi emosional sebagai bagian penting dalam kurikulum persiapan KKN.

Beberapa studi juga menunjukkan hubungan positif antara kematangan emosi dan kesuksesan dalam kegiatan sosial berbasis kelompok. Mahasiswa dengan kematangan emosi tinggi terbukti lebih mampu menghadapi konflik interpersonal dan menyelesaikan masalah secara kolaboratif (Kamel, Elazeem, & Ali, 2022: 68). Hal ini relevan dalam konteks pra-KKN, di mana mahasiswa harus menyusun program kerja bersama dalam tim yang heterogen. Dinamika kelompok sering kali memicu ketegangan emosional, terutama jika terdapat ketidakseimbangan peran atau dominasi individu tertentu. Mahasiswa yang mampu mengelola emosi secara sehat akan lebih cepat beradaptasi dan membangun kerja sama produktif. Oleh karena itu, penting bagi lembaga kampus untuk menyertakan pelatihan regulasi emosi sebagai bagian dari pembekalan pra-KKN. Ini bisa dilakukan melalui kegiatan simulasi, role play, atau pelatihan berbasis pengalaman nyata.

Tidak dapat dipungkiri bahwa pengalaman organisasi juga turut membentuk kematangan emosi mahasiswa. Mahasiswa yang aktif dalam kegiatan kampus dan kepemimpinan umumnya memiliki toleransi lebih tinggi terhadap stres dan mampu berkomunikasi secara efektif. (Krismiati, 2021: 57) menemukan bahwa keterlibatan dalam organisasi mahasiswa berpengaruh signifikan terhadap peningkatan aspek pengendalian diri dan empati. Dalam konteks pra-KKN, pengalaman ini menjadi nilai tambah karena mahasiswa lebih siap menghadapi dinamika kelompok dan konflik interpersonal. Mereka juga cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih baik saat merancang dan menyampaikan program kerja. Oleh sebab itu, integrasi antara kegiatan kemahasiswaan dan program akademik perlu diperkuat untuk menumbuhkan kematangan emosi secara menyeluruh. Hal ini menunjukkan bahwa pembinaan emosional tidak dapat dilakukan secara instan, tetapi membutuhkan proses bertahap.

Selain faktor individu dan pengalaman sosial, dukungan dari dosen pembimbing juga sangat memengaruhi kesiapan emosional mahasiswa. Dosen yang memberikan ruang diskusi, pendampingan, serta umpan balik konstruktif mampu meningkatkan kepercayaan diri dan stabilitas emosi mahasiswa. Menurut (Monika, 2018: 3), peran pembimbing sangat penting dalam menumbuhkan rasa aman dan kesiapan psikologis mahasiswa dalam menghadapi pengabdian masyarakat. Dalam pra-KKN, interaksi dengan dosen bukan hanya berkutat pada teknis laporan atau program kerja, tetapi juga menjadi ajang refleksi dan pembinaan karakter. Maka, pendekatan humanistik dan komunikatif dari pembimbing menjadi kunci keberhasilan proses pra-KKN. Mahasiswa yang merasa dihargai dan didukung secara emosional akan lebih antusias dan percaya diri menjalani tahapan ini. Inilah

mengapa hubungan interpersonal dalam konteks akademik sangat menentukan kematangan emosi mahasiswa.

Dengan melihat berbagai aspek di atas, penting untuk dilakukan penelitian yang mengukur tingkat kematangan emosi mahasiswa semester enam dalam menghadapi pra-KKN. Penelitian ini akan mengidentifikasi kondisi emosional mahasiswa serta faktor-faktor pendukung dan penghambatnya. (Goleman, 1995: 50) menekankan bahwa kecerdasan emosi lebih menentukan kesuksesan dalam kehidupan sosial dan kerja tim dibandingkan dengan kecerdasan intelektual semata. Oleh karena itu, evaluasi kematangan emosi mahasiswa pra-KKN tidak hanya berguna untuk kepentingan akademik, tetapi juga sebagai landasan pembentukan karakter sosial. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi institusi perguruan tinggi dalam merancang strategi pembinaan emosional yang lebih komprehensif. Dengan demikian, mahasiswa tidak hanya siap secara intelektual, tetapi juga secara emosional saat menjalani KKN.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami dan menggambarkan bagaimana mahasiswa semester VI memaknai serta menunjukkan kematangan emosinya menjelang pelaksanaan kegiatan Pra-KKN. Pendekatan ini dipilih karena fleksibel dan memungkinkan peneliti menggali data berdasarkan pengalaman personal, persepsi, serta perasaan individu terhadap peristiwa tertentu (Creswell, 2015: 132). Fokus penelitian diarahkan pada mahasiswa Universitas yang mengikuti KKN di Desa Limbangan, dengan latar belakang tekanan akademik dan persiapan sosial menuju pengabdian masyarakat. Peneliti menggunakan angket terbuka kepada 23 mahasiswa, kemudian mengkaji lebih lanjut 5 mahasiswa dengan tingkat kematangan emosi yang baik. Pertanyaan angket bersifat reflektif dan terbuka, bertujuan mengidentifikasi kecemasan, tanggung jawab, dan kesiapan sosial mereka. Teknik pengambilan informan dilakukan secara purposive dengan kriteria tertentu.

Data dianalisis menggunakan metode analisis tematik, melalui proses pengkodean, kategorisasi, dan penarikan tema dari jawaban mahasiswa (Braun & Clarke, 2006: 80). Analisis difokuskan pada identifikasi tanda-tanda kematangan emosi, seperti kontrol diri, empati, tanggung jawab, dan adaptasi sosial. Validitas data diuji dengan triangulasi sumber, yaitu membandingkan hasil angket dengan dokumentasi dan catatan lapangan (Moleong, 2019: 332). Untuk menjaga keabsahan, dilakukan member check dengan meminta konfirmasi dari partisipan atas interpretasi peneliti. Penelitian ini bersifat partisipatif dan menjunjung etika, di mana semua partisipan mendapat penjelasan mengenai tujuan dan manfaat studi. Melalui pendekatan ini, diharapkan diperoleh pemahaman utuh tentang kesiapan emosional mahasiswa semester VI dalam menghadapi Pra-KKN.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil angket yang disebar kepada mahasiswa semester VI, ditemukan bahwa sebagian besar responden telah menunjukkan kemampuan mengenali dan memahami emosi mereka menjelang pelaksanaan Pra-KKN.

Misalnya, responden dengan inisial “E” menunjukkan bahwa ia merasa memahami emosinya dan tahu kapan ia merasa cemas atau kurang siap menghadapi KKN. Hal ini selaras dengan pendapat bahwa kematangan emosi ditandai dengan kemampuan mengenali perasaan dan memahami sumber emosional diri (Yusuf, 2016: 89). Data ini menunjukkan bahwa secara umum, mahasiswa memiliki kesadaran emosional yang cukup baik sebagai landasan kematangan emosi.

Sebagian mahasiswa juga tampak mampu mengelola emosi dalam menghadapi tekanan seputar KKN. Responden berinisial “I” menyatakan bahwa ia tetap dapat tenang walaupun menerima informasi mendadak tentang kegiatan. Kemampuan ini merupakan salah satu indikator pengelolaan emosi yang sehat, seperti dijelaskan oleh (Goleman, 2015: 101), bahwa individu matang secara emosional tidak reaktif secara impulsif saat menghadapi tekanan. Walaupun demikian, beberapa responden lain masih menunjukkan ketidaksiapan dalam menghadapi situasi tak terduga, yang menandakan perlunya penguatan pada aspek pengendalian diri.

Kesiapan menerima kritik dan saran juga merupakan indikator penting dari kematangan emosi. Mayoritas responden, termasuk “T dan J”, menyatakan bahwa mereka terbuka terhadap masukan dan saran dari teman kelompok. Hal ini sejalan dengan temuan (Yanti, 2020: 58) yang menyebutkan bahwa mahasiswa yang terbuka terhadap kritik umumnya memiliki kepercayaan diri yang stabil dan tidak mudah terancam secara emosional. Dengan demikian, keterbukaan terhadap feedback menjadi bukti kematangan interaksi sosial mahasiswa menjelang KKN. Kemampuan bekerjasama dan membina hubungan yang baik meski berbeda pendapat menjadi aspek penting lain yang terlihat dari responden. Misalnya, “N” menyebutkan bahwa ia tetap menjaga hubungan baik meskipun terdapat perbedaan pendapat dalam tim. Menurut (Suryani, 2019: 72), mahasiswa yang matang secara emosional mampu menyelesaikan konflik dengan komunikasi efektif tanpa harus menghindar. Kemampuan ini penting dalam pelaksanaan KKN, yang menuntut kolaborasi dan adaptasi sosial intensif dalam tim.

Adaptasi terhadap perubahan rencana juga diukur melalui item angket. Responden seperti “T dan E” menunjukkan bahwa mereka siap menghadapi perubahan jadwal atau lokasi KKN. Ini mengindikasikan fleksibilitas emosi dan kesiapan menghadapi dinamika lapangan, yang merupakan salah satu indikator dari kematangan emosi menurut (Mulyani, 2018: 44). Namun, masih ada beberapa responden yang menunjukkan resistensi terhadap perubahan, yang mencerminkan ketegangan emosional dan rendahnya toleransi terhadap ketidakpastian.

Optimisme meskipun menghadapi hambatan juga menjadi salah satu aspek yang dinilai. Responden berinisial “J” menyatakan bahwa ia tetap memiliki harapan dan semangat dalam menghadapi hambatan persiapan Pra-KKN. Hal ini mencerminkan daya lenting emosional atau emotional resilience, yang menurut (Fitriani, 2021: 38), merupakan komponen penting dalam kematangan emosi. Mahasiswa dengan tingkat optimisme tinggi cenderung mampu mengubah hambatan menjadi peluang pembelajaran, yang sangat relevan dalam konteks kegiatan lapangan seperti KKN.

Keterbukaan terhadap ide dan masukan program baru menjadi perhatian penting dalam pengukuran kematangan emosi. Responden “T dan N” menyatakan bahwa mereka siap menerima masukan baru untuk meningkatkan kualitas program kerja kelompok. Menurut (Handayani, 2020: 56), keterbukaan terhadap informasi baru menunjukkan adanya kepercayaan diri yang sehat dan kemampuan belajar yang berkelanjutan, keduanya adalah ciri individu matang secara emosional. Ini menunjukkan potensi adaptif mahasiswa untuk berkembang dalam situasi kolaboratif.

Beberapa mahasiswa juga menunjukkan kesadaran terhadap kekuatan dan kelemahan mereka dalam menghadapi tantangan KKN. Responden “I dan E” menyatakan bahwa mereka mengenali kemampuan dan keterbatasan pribadi yang dimiliki. Kesadaran ini penting karena menurut (Widiastuti, 2017: 67), refleksi diri adalah bagian penting dari kematangan emosi yang mendasari perilaku bertanggung jawab. Mahasiswa yang mampu memahami dirinya secara realistis lebih mudah menyusun strategi mengatasi kendala selama Pra-KKN.

Secara umum, hasil angket menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat kematangan emosi yang bervariasi, tergantung pada pengalaman pribadi dan keterlibatan dalam kegiatan sebelumnya. Mahasiswa yang aktif berorganisasi atau pernah terlibat dalam kegiatan sosial cenderung lebih matang secara emosional, seperti terlihat pada responden “J dan T”. Menurut (Kurniawan, 2019: 60), pengalaman organisasi melatih kecerdasan emosi melalui interaksi sosial yang intensif dan penyelesaian konflik. Ini menjadi bukti bahwa kematangan emosi dapat dikembangkan melalui pengalaman konkret.

Dengan mempertimbangkan seluruh hasil yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi mahasiswa semester VI dalam menghadapi Pra-KKN cukup baik, namun tetap perlu penguatan. Aspek yang perlu ditingkatkan antara lain pengelolaan stres, kesiapan menghadapi ketidakpastian, dan penguatan adaptasi sosial. Institusi pendidikan dapat merancang pelatihan soft skill atau pembekalan Pra-KKN yang mengintegrasikan pelatihan emosi. Sebagaimana ditegaskan oleh (Hidayat, 2016: 49), keberhasilan pelaksanaan KKN tidak hanya bergantung pada kemampuan teknis, tetapi juga pada ketangguhan emosi mahasiswa.

KESIMPULAN

Hasil yang dilakukan terhadap mahasiswa semester VI yang mengikuti Pra-KKN di Desa Limbangan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa menunjukkan tingkat kematangan emosi yang cukup baik. Hal ini tercermin dari kemampuan mereka dalam mengenali dan memahami perasaan sendiri menjelang pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Kesadaran emosional ini menjadi landasan utama dalam menghadapi tantangan di lapangan. Mahasiswa yang mampu mengidentifikasi kondisi psikologisnya secara jujur akan lebih siap menyesuaikan diri terhadap dinamika kelompok dan lingkungan baru. Peningkatan kesadaran diri juga mendukung mahasiswa dalam menata harapan, mengendalikan kecemasan, serta meningkatkan kepercayaan diri saat berinteraksi sosial. Mahasiswa juga menunjukkan kemampuan dalam mengelola tekanan, baik dari beban akademik,

kelompok, maupun situasi yang berubah secara mendadak. Sikap tenang dan tidak mudah panik ketika menghadapi tantangan menunjukkan bahwa mereka memiliki kontrol diri yang baik. Meski beberapa mahasiswa masih mengalami kegelisahan terhadap perubahan mendadak, mayoritas dapat merespon situasi dengan cara yang cukup dewasa. Hal ini memperkuat temuan bahwa regulasi emosi sangat diperlukan dalam program berbasis lapangan seperti KKN. Dengan pengelolaan stres yang baik, mahasiswa lebih siap menjalankan program dan menghadapi risiko ketidakpastian yang sering muncul selama kegiatan berlangsung.

Kesiapan mahasiswa dalam menerima masukan dan kritik juga menunjukkan bahwa aspek kematangan sosial telah berkembang dengan baik. Mereka mampu berkomunikasi secara terbuka, menerima pendapat berbeda, dan menyikapi perbedaan dengan cara yang sehat. Kolaborasi dan kerja sama yang baik dalam tim menjadi bukti bahwa mahasiswa telah belajar membangun relasi berdasarkan empati dan toleransi. Ini penting karena KKN menuntut kerja lintas karakter dan latar belakang. Dengan kematangan sosial yang berkembang, mahasiswa tidak hanya berhasil menjalankan program, tetapi juga membangun kepercayaan dan kedekatan dengan masyarakat setempat.

Temuan lain yang penting adalah kemampuan adaptasi mahasiswa terhadap perubahan. Dalam konteks Pra-KKN, mahasiswa harus siap menghadapi pergeseran jadwal, perbedaan budaya desa, atau bahkan ketidaksesuaian rencana lapangan. Mahasiswa yang matang secara emosional menunjukkan fleksibilitas dan kesiapan menerima perubahan dengan sikap positif. Sebaliknya, mahasiswa dengan kematangan rendah cenderung lebih resisten dan merasa tertekan. Oleh karena itu, fleksibilitas emosi menjadi indikator penting yang perlu ditumbuhkan secara lebih intensif melalui latihan dan simulasi sebelum program KKN dimulai.

Meskipun secara umum hasil menunjukkan kematangan emosi yang baik, tetap ditemukan beberapa aspek yang perlu ditingkatkan. Misalnya, tidak semua mahasiswa memiliki daya lenting emosional (resiliensi) yang kuat saat menghadapi tekanan psikologis jangka panjang. Beberapa responden masih menunjukkan ketergantungan pada orang lain dalam mengambil keputusan dan mengatasi emosi negatif. Oleh karena itu, program pembekalan Pra-KKN perlu mencakup pelatihan penguatan emosi, manajemen stres, dan pengambilan keputusan mandiri. Hal ini bertujuan agar mahasiswa tidak hanya berkembang secara kognitif, tetapi juga secara emosional dan sosial.

Akhirnya, penelitian ini menegaskan bahwa kematangan emosi merupakan kunci penting dalam keberhasilan Pra-KKN mahasiswa. Kesiapan akademik saja tidak cukup tanpa disertai kesiapan mental dan emosional yang stabil. Oleh karena itu, institusi pendidikan tinggi memiliki tanggung jawab untuk merancang pembinaan yang holistik, mencakup penguatan karakter, pelatihan emosional, dan pengalaman reflektif. Dengan demikian, mahasiswa tidak hanya siap menghadapi KKN, tetapi juga tumbuh menjadi pribadi yang matang, tangguh, dan adaptif dalam kehidupan bermasyarakat maupun profesional.

DAFTAR PUSTAKA

Amanda, N. R. (2023). Pengaruh Kematangan Emosi terhadap Sikap Toleransi

- Mahasiswa Jurusan PAI IAIN Parepare. IAIN Parepare.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2016). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Boston: Pearson.
- Fitriani. (2021). Pengaruh Metode Bimbingan Konseling terhadap Kematangan Emosi Mahasiswa Baru, Universitas Negeri Semarang. hlm 38.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGraw-Hill.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Handayani. (2020). Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Kemampuan Manajemen Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir, Universitas Pendidikan Indonesia. hlm. 56.
- Hidayat. (2016). Kematangan Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua, Universitas Negeri Yogyakarta. hlm. 49.
- Kamel, F., Elazeem, H. A., & Ali, H. (2022). Emotional Maturity and Its Effect on Coping Styles of Academic Stress among Nursing Students. *Egyptian Journal of Health Care*, 13(1), 65–74.
- Krismiati, F. S. (2021). Kecenderungan Depresi Ditinjau dari Kematangan Emosi dan Perasaan Putus Cinta pada Mahasiswa. Lampung: Institut Teknologi Sumatera.
- Kurniawan. (2019). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Kematangan Emosi Mahasiswa, Universitas Airlangga. hlm. 60.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Beverly Hills: Sage Publications.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Monika. (2018). A Study of Emotional Maturity of College Going Students. *Review of Research*, 7(4), 1–5.
- Mulyani. (2018). Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Meningkatkan Kematangan Emosi Mahasiswa, Universitas Negeri Malang. hlm. 44.
- Neuman, W. L. (2011). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. Boston: Pearson.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development (10th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani. (2019). Kematangan Emosi dan Hubungannya dengan Prestasi Akademik Mahasiswa, Universitas Islam Negeri Jakarta. hlm 72.
- Widiastuti. (2017). Penerapan Mindfulness Training untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Mahasiswa, Universitas Pendidikan Ganesha. hlm. 67.

- Yanti. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kematangan Emosi Mahasiswa di Perguruan Tinggi, Universitas Negeri Padang. hlm. 58.
- Yuliana, D. (2021). Strategi Meningkatkan Regulasi Emosi Mahasiswa di Masa Pandemi. *Jurnal Psikologi Konseling*, 17(2), 123–132.
- Yusuf. (2016). Analisis Kematangan Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Aspek Kemandirian dan Tanggung Jawab, Universitas Negeri Jakarta. hlm. 89.