

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Adolescence atau remaja berasal dari kata latin (*adolescere*) (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence*, seperti yang digunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 1980).

Sudah sejak lama masa remaja dinyatakan sebagai masa badai emosional. Masa remaja awal merupakan suatu masa di mana fluktuasi emosi (naik dan turun) berlangsung lebih sering. Remaja muda dapat merasa sebagai orang yang paling bahagia di suatu saat dan kemudian mereka sebagai orang paling malang di saat lain. Dalam banyak kasus, intensitas dari emosi mereka agaknya berada di luar proporsi dari peristiwa yang membangkitkannya. Remaja muda dapat merajuk, tidak mengetahui bagaimana caranya mengekspresikan perasaan mereka secara cukup. Dengan sedikit atau tanpa provokasi sama sekali, mereka dapat menjadi sangat marah ke orang tuanya memproyeksikan perasaan-perasaan mereka yang tidak menyenangkan kepada orang lain (Santrock, 2007).

Masa remaja dikatakan juga sebagai masa peralihan. Masa peralihan yang dimaksud dalam hal ini adalah perkembangan dari masa sebelumnya yaitu anak-anak menuju masa berikutnya yaitu remaja. Pada masa peralihan ini apa yang telah terjadi pada masa sebelumnya secara perlahan harus ditinggalkan untuk kemudian mempelajari pola perilaku masa selanjutnya yaitu masa remaja. Hal tersebut yang menjadikan masa remaja adalah masa yang sangat penting dan berpengaruh dalam kehidupan manusia. Masa remaja dapat dikatakan sebagai masa penentu karakter individu pada masa selanjutnya yaitu masa dewasa (Hurlock, 1980).

Pada dasarnya konsep mengenai remaja belum memiliki aturan yang baku. Jika WHO menetapkan masa remaja dimulai dari umur 10 s.d. 20 tahun,

hukum perdata memberikan batas usia 21 tahun (atau kurang dari itu asalkan sudah menikah) untuk menyatakan kedewasaan seseorang (pasal 330 KUHPerdata). Sedangkan dalam hukum Pidana (Pasal 45,47 KUHP) memberi batasan 16 tahun sebagai usia dewasa. Beberapa undang-undang lain juga tidak mengenal istilah remaja. Undang-Undang Kesejahteraan Anak (UU No. 4/1979) menganggap semua orang dibawah usia 21 tahun dan belum menikah sebagai anak-anak dan karenanya berhak mendapat perlakuan dan kemudahan-kemudahan yang diperuntukkan bagi anak. Sehingga pengertian mengenai remaja itu sendiri masih bersifat arbitrer atau bergantung pada kesepakatan (Sarwono, 2012).

Hurlock (1980) menyatakan bahwa awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia enam belas tahun atau tujuh belas tahun sampai delapan belas tahun, yaitu usia matang secara hukum. Dengan demikian akhir masa remaja merupakan periode yang sangat singkat. Hal inilah yang menjadikan masa remaja sebagai masa yang paling berpengaruh untuk masa perkembangan selanjutnya.

Sejalan dengan pendapat Hurlock di atas Gesell dan kawan-kawan mengklasifikasikan perbedaan sikap yang ditunjukkan remaja pada setiap tahun perkembangannya. Remaja empat belas tahun sering kali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung “meledak”, tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya, remaja enam belas tahun mengatakan bahwa mereka “tidak punya keprihatinan”. Jadi adanya badai dan tekanan dalam periode ini berkurang menjelang berakhirnya awal masa remaja (Hurlock, 1980).

Perkembangan yang dilalui oleh seseorang pada masa remaja tersebut akan dirasakan sangat sukar. Tidak hanya bagi individu itu sendiri tetapi juga bagi orang tua, masyarakat, bahkan pihak lain diluar keluarga. Hal ini adalah dampak dari masa transisi yang dialami individu dari masa kanak-kanan menuju masa dewasa (Sarwono, 2013).

Perubahan yang terjadi pada remaja dalam setiap tahunnya tidak semuanya dapat dibaca dan dipahami oleh remaja itu sendiri. Beberapa kasus menyatakan bahwa remaja memiliki tingkat egosentris yang cukup dominan sehingga apa yang dilakukan adalah spekulasi atas kebenarannya sendiri tanpa kajian mendalam. Hal ini dijelaskan oleh Salovey (dalam Goleman, 2017) yang menempatkan kecerdasan pribadi Gardner dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicetuskannya dengan meletakkan kemampuan ini sebagai salah satu dimensi kecerdasan emosi. Salah satu bentuk kemampuan mengenali emosi diri ini adalah kemampuan untuk memberi nama pada emosi. Menyadari emosi diri berarti mampu mengamati diri menghimpun kosa kata untuk melabel perasaannya, serta mengetahui hubungan antara pikiran perasaan, dan reaksi. Mengetahui aneka ragam perasaan yang muncul memungkinkan individu untuk mampu mengenal diri sendiri secara keseluruhan. Dengan membahasakan emosi menjadi kata-kata seseorang menjadi tahu bahwa emosi itu benar-benar nyata ada.

Kedadaan emosi selama masa remaja ditandai dengan emosi yang tidak stabil dan penuh gejolak, sehingga *mood* bisa berubah dengan cepat. Sedangkan pola emosi pada masa remaja sama dengan pola emosi masa kanak-kanak yaitu amarah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, gembira, sedih dan kasih sayang. Namun, perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajat, dan khususnya pada pengendalian latihan individu terhadap ungkapan emosi mereka dan kematangan emosi anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Remaja yang emosinya matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya (Hurlock, 1980). Pendapat tersebut secara jelas menyatakan bahwa remaja harus mengerti bagaimana mereaksikan emosinya agar stabil.

Goleman (2017) menyatakan bahwa kebutaan emosi akan menyebabkan beberapa kerugian diantaranya seorang yang mengalami kebutaan emosi akan cenderung menarik diri dari pergaulan atau masalah sosial; suka menyendiri, bersikap sembunyi-sembunyi, bermuram durja, dan kurang bersemangat, cemas dan depresi; sering takut dan cemas, ingin sempurna, merasa tidak dicintai, dan merasa gugup atau sedih, memiliki masalah dalam hal perhatian atau berpikir; tidak mampu memusatkan perhatian, duduk tenang, melamun, bertindak tanpa berpikir, dan bersikap terlalu tegang untuk berkonsentrasi, dan kerugian terakhir adalah nakal atau agresif; bohong, menipu, sering bertengkar, bersikap kasar terhadap orang lain, menutup perhatian, merusak milik orang lain, membandel di sekolah dan di rumah, sering mengolok-olok, dan temperamental.

Kesulitan-kesulitan mereaksikan emosi akan berpengaruh pada perkembangan psikologis seseorang dan tidak semua orang mampu mereaksikan emosinya dengan tepat. Beberapa orang cenderung meluapkan emosi saat sedang mengalami suatu kejadian yang memengaruhi perasaan dan emosi mereka. Namun, tak jarang juga orang yang justru kesulitan meluapkan emosi dan mengekspresikan emosi yang mereka rasakan, sehingga seseorang akan mengalami kebingungan dalam memberikan respon emosi terhadap kejadian yang mereka alami dalam hidup.

Kesulitan mereaksikan emosi tersebut disebut sebagai *alexithymia*. Menurut Goleman (2017), *alexithymia* yang berasal dari bahasa Yunani *a-* berarti “tidak memiliki” *lexis* berarti “kata” dan *thymos* berarti “emosi”. Penderita aleksitimia bukannya tak pernah merasa melainkan tidak mampu mengetahui dan terutama tidak sanggup merumuskannya kedalam kata-kata dengan tepat apa yang mereka rasakan. Orang semacam itu tidak memiliki perbendaharaan kata atas perasaan mereka. Tampaknya mereka sama sekali tidak mempunyai perasaan meskipun barangkali sebenarnya ini disebabkan oleh ketidak mampuan mereka untuk mengungkapkan emosi, bukan karena tiadanya emosi sama sekali. Ciri-ciri klinis yang menandai penderita *alexithymia* mencakup kesulitan melukiskan perasaan-perasaan mereka sendiri

atau perasaan orang lain dan pembendaharaan kata emosionalnya amat terbatas.

Menurut Sarwono (2013) masyarakat Indonesia dihebohkan dengan kasus dua artis sinetron yaitu R dan kekasihnya E. R melaporkan kekasihnya itu telah melakukan tindakan KDRT. Laporan tersebut mengejutkan banyak orang karena tidak ada yang menduga bahwa E yang berwajah lembut dan bertutur kata manis bisa berbuat seperti yang dituduhkan R. E dengan keras menyangkal dan mengatakan peristiwa itu tidak pernah terjadi. Meskipun, fakta rekaman suara yang jelas memperdengarkan suara E yang membentak-bentak R hingga R menangis ketakutan dan kesakitan. Kasus yang dilaporkan setelah enam bulan kejadian tersebut masih disangkal oleh E dan ibunya, E mengatakan lupa atau tidak tahu bahwa dia pernah berbuat seperti itu. Logika E tersebut boleh jadi bukan sebuah kebohongan tetapi E menderita *alexithymia* sehingga dia tidak mampu mengenali emosinya sendiri atau buta emosi karena salah satu ciri *alexithymia* adalah ketidakmampuan seorang individu mengenali emosinya sendiri bahkan untuk sebuah fakta yang sudah benar-benar terbukti.

Sifneos seorang psikiater dari Harvard yang pada tahun 1972 mencetuskan istilah aleksitimia (Goleman, 2017). *Alexithymia* terdiri dari tiga dimensi yaitu *Difficulty Identifying Feelings (DIF)* yaitu kesulitan mengidentifikasi perasaan, *Difficulty Describing Feelings (DDF)* yaitu kesulitan mendeskripsikan perasaan dan *Externally Oriented Cognitive Style of Thinking (EOT)* yaitu kecenderungan merespon stimulus dari luar saja dan mengabaikan pengalaman afektif. Dimensi *alexithymia* ini dapat diukur dengan menggunakan *Toronto Alexithymia Scale (TAS-20)* (Bagby, et al dalam Yusainy, 2017).

Rendahnya kesadaran emosi pada individu dengan level *alexithymia* tinggi berkaitan dengan agresivitas dan perilaku impulsif. Penelitian menunjukkan level *alexithymia* yang tinggi berasosiasi dengan tingginya perilaku agresif dan perilaku impulsif (Teten et al, 2008).

Berdasarkan penelitian Konrath, et al (2012) orang dengan level *alexithymia* tinggi tidak memiliki kemampuan untuk menafsirkan perasaan mereka secara benar, namun mereka tidak membenarkan bahwa tanggapan perasaan itu salah sehingga meningkatkan kemarahan individu yang menjadikan mereka lebih agresif. Orang yang level *alexithymia* nya rendah, lebih selaras respon emosional, tidak melihat mereka sebagai lebih agresif.

Beberapa kasus dan Penelitian menyatakan bahwa laki-laki lebih cenderung tidak ekspresif dalam menyampaikan emosi sehingga kemungkinan terjadinya *alexithymia* pada laki-laki lebih banyak dibanding perempuan. Hal tersebut didasarkan pada dominasi sifat maskulin dalam peran gender. Hal ini juga dinyatakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Salminen et al, (1998) menyatakan bahwa ada perbedaan jenis kelamin yang jelas, pria lebih sering mengalami *alexithymia* daripada wanita. Prevalensi *alexithymia* adalah 13%. Pria lebih sering mengalami *alexithymia* yakni 17% sedangkan wanita 10%.

Menurut Pollack (1999) laki-laki dapat memperoleh keuntungan apabila mereka diajarkan untuk mengekspresikan kecemasan-kecemasan dan kekhawatiran-kekhawatiran yang dirasakan maupun untuk meregulasi agresinya. Laki-laki telah belajar mengenai aturan laki-laki di berbagai konteks, kotak pasir, lapangan bermain, ruang kelas, perkampungan, dan tempat berkumpul. Sedangkan menurut Joseph Pleck berpendapat bahwa pengertian mengenai maskulinitas tradisional di berbagai budaya barat melibatkan berbagai perilaku yang tidak dapat diterima oleh masyarakat. Dalam budaya remaja laki-laki mereka akan dianggap lebih maskulin apabila pernah mengonsumsi alkohol dan memperlihatkan perilaku membandel (Santrock, 2007).

Agresif adalah sifat yang menonjolkan maskulinitas seorang laki-laki. Agresivitas didefinisikan sebagai: a) kecenderungan *habitual* (yang dibiasakan) untuk memamerkan permusuhan; b) pernyataan diri secara tegas, penonjolan diri, penuntutan atau paksaan diri, pengejaran dengan penuh semangat suatu cita-cita dan, c) dominasi sosial, kekuasaan sosial, khususnya yang diterapkan secara ekstrim (Chaplin, 2001).

Berdasarkan laporan Chairunnisa (2018), KPAI mencatat ada 84% siswa di Indonesia pernah mengalami kekerasan di sekolah. Dalam data KPAI tersebut, 40% siswa usia 13-15 tahun melaporkan pernah mengalami kekerasan fisik oleh teman sebaya. Sedangkan 75% siswa mengaku pernah melakukan kekerasan di sekolah. Selain itu, 50% anak melaporkan mengalami perundungan (*bullying*) di sekolah.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Jannah (2018) terhadap remaja awal di SMPN A Surabaya dapat diketahui bahwa, terdapat 88% remaja yang pernah melakukan perilaku mengumpat, 68% pernah memaki, 86% pernah menghina, 62% pernah mengancam, 92% pernah mengejek, 76% pernah memukul, 66% pernah berkelahi, 46% pernah merusak barang saat marah, 90% pernah bermusuhan, 84% mudah marah. Dari hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan di SMPN A Surabaya tersebut menunjukkan bahwa remaja cenderung rentan melakukan perilaku agresif.

Penelitian lain telah dilakukan oleh Firdaus (2013). Berdasarkan hasil pengamatan dan hasil wawancara dengan guru BK SMPS K Surabaya, diketahui masih terdapat 33% dari 146 siswa atau sekitar 23 siswa berperilaku agresif. Perilaku agresif yang tampak di SMPS K Surabaya yaitu, berkelahi, pemalakan, menghina, mengejek, memukul, memanggil nama julukan seperti nama panggilan orang tua. Selanjutnya perilaku agresif ini juga terjadi di SMPN L Surabaya. Menurut keterangan guru BK SMPN L Surabaya perilaku agresif memang terjadi di SMPN L Surabaya. Namun, selalu berubah setiap waktu.

Baron & Richardson mereka mengusulkan penggunaan istilah agresi untuk mendeskripsikan “segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup lain yang terdorong untuk menghindari perlakuan itu” (Krahe, 2005). Sedangkan Berkowitz mendefinisikan agresi sebagai segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental (Sobur 2013).

Kaitannya dengan remaja, perilaku agresif pada remaja terdiri dari dua faktor yakni faktor internal; reaksi frustrasi negatif, gangguan pengamatan

dan tanggapan gangguan cara berpikir dan gangguan emosional atau perasaan dan faktor eksternal yaitu faktor keluarga, lingkungan sekolah dan milieu (Kartono, 2013). Pendapat lain dinyatakan oleh Maccoby & Jacklin yang mengatakan bahwa setiap remaja berbeda dalam menyelesaikan permasalahan, termasuk dalam penggunaan strategi penyelesaian pada pokok masalah. Perbedaan itu terlihat dari respon yang akan dimunculkan dalam menghadapi situasi yang menekan. Perilaku agresif yang terjadi dikalangan remaja, tidak terlepas dari pengaruh kepribadian seseorang. Salah satu faktor yang berperan timbulnya perilaku agresif adalah jenis kelamin. Remaja yang berjenis kelamin laki-laki mempunyai kecenderungan untuk berperilaku agresif lebih tinggi bila dibandingkan dengan perempuan (Santrock, 2007).

Perilaku agresif erat kaitannya dengan tindakan diluar kontrol diri manusia. Individu bisa saja tiba-tiba memberikan respon negatif atas sebuah stimulus kejadian yang menyimpannya tanpa berpikir akibat yang akan ditimbulkan. Hal ini dijelaskan dalam Susantyo, (2016) menyatakan, perilaku agresif bisa juga diartikan sebagai luapan emosi atas reaksi terhadap kegagalan individu yang ditunjukkan dalam bentuk “perusakan” terhadap orang atau benda dengan disertai unsur kesengajaan yang bisa diekspresikan melalui kata-kata (verbal) dan perilaku non-verbal.

Loeber dan Hay menjelaskan bahwa sampai batas tertentu agresi bersifat normatif-umur (*age-normative*) dikalangan anak-anak dan remaja. Ini berarti bahwa perilaku-perilaku yang dilakukan dengan niat menyakiti orang lain diperlihatkan, paling tidak diperlihatkan sekali-sekali, oleh banyak atau kebanyakan anggota kelompok umur ini. Tetapi, ada sejumlah anak dan remaja yang menyimpang dari proses perkembangan normal ini. Mereka memperlihatkan tingkat perilaku agresif yang tinggi dan menetap pada masa tersebut sehingga hal tersebut tidak dapat lagi dianggap sebagai normatif-umur (Krahe, 2005).

Beberapa pendapat ahli mengenai perilaku agresif di atas pernah terjadi pada remaja di Surabaya. Berdasarkan laporan berita Listyanti (2012) aksi tawuran antar SMP nyaris terjadi antara SMP X dan SMP Y, dari

pengakuan para siswa masalah muncul terkait berebut lapangan Putroagung, kemudian berlanjut saling olok di acara sosialisasi HIV/AIDS. Bersamaan dengan itu ternyata gesekan kembali terjadi, A siswa kelas 7 SMP X Surabaya yang hendak masuk sekolah siang hari mendapat kekerasan berupa penyerangan oleh beberapa siswa dari SMP Y hingga mengalami luka lebam dibagian bawah perut. Menurut bapak guru bagian kesiswaan, A adalah korban salah sasaran, sebab siswa yang bermasalah dengan siswa SMP Y sebenarnya siswa kelas 9.

Kasus lain yang berkaitan erat dengan perilaku agresif remaja di Surabaya juga terjadi yang dilaporkan oleh Romadoni (2018) dalam berita yang dimuat pada laman *online* Surya.co.id. Tim respons cepat tindak (Respatti) Polrestabes Surabaya menangkap empat remaja saat hendak tawuran di jalan Demak Surabaya. Ketua tim Respatti Polrestabes Surabaya, Ibal Ardian Wahyudi menjelaskan bahwa, keempat remaja yang tertangkap merupakan pelajar kelas 3 SMP. Pelajar yang tertangkap tersebut berasal dari sekolah SMP yang berbeda-beda di Surabaya. Keempat remaja ini ditangkap saat hendak melakukan tawuran dan saat ditangkap keempat remaja yang masih duduk di bangku SMP tersebut sedang membawa senjata tajam yaitu samurai dan parang. Berdasarkan informasi dari siswa yang tertangkap mengatakan bahwa, lebih dari 20 remaja saat itu sudah berkumpul di emperan toko untuk bersiap-siap melakukan tawuran.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Teten, et al (2008) tentang “*Empathic Deficits and Alexithymia in Trauma-Related Impulsive Aggression*”. Dalam Penelitian ini membahas keterkaitan antara empati dan *alexithymia* dengan agresi impulsif. Penelitian ini menggabungkan penelitian neurobiologis dengan faktor bahasa sebagai emulasi agresi. Hasil penelitian secara kuantitatif menunjukkan adanya hubungan positif yang menunjukkan bahwa empati dikaitkan dengan agresif verbal secara umum dan *alexithymia* dikaitkan dengan agresi impulsif sehingga *alexithymia* dalam agresi impulsif memiliki implikasi sebagai etiologi, pencegahan dan pengobatan. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil analisis yang dilakukan di

SPSS 15.0. menyatakan bahwa 82 veteran yang menjadi subjek penelitian berusia paruh baya, didominasi laki-laki dan 44 diantaranya menyelesaikan kuesioner tambahan. Berdasarkan test tersebut 38 peserta dinyatakan memenuhi kriteria untuk PTSD dan agresi impulsif. Hasil test tersebut membenarkan hipotesis bahwa proses emosional yang bergantung pada bahasa terlibat dalam pengembangan agresi impulsif. Hasil menunjukkan bahwa secara khusus, defisit dalam empati terkait dengan tingkat agresi verbal yang lebih tinggi dan *alexithymia* sebagai defisit kesadaran emosional dengan karakteristik pemrosesan emosional dan bahasa, secara unik dikaitkan dengan agresi impulsif.

Berdasarkan fenomena di atas, melatar belakangi penelitian yang akan dilakukan dengan judul “Hubungan antara *Alexithymia* dengan Perilaku Agresif pada Remaja Laki-Laki”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku agresif pada remaja laki-laki” ?.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah di kemukakan, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku agresif pada remaja laki-laki.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki dua manfaat secara teoritis dan praktis, yaitu berikut:

a) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menambah sumbangan pemikiran dan pengetahuan bagi pengembangan keilmuan psikologi klinis, psikologi sosial, psikologi perkembangan.

b) Manfaat Praktis

1. Bagi Subjek Penelitian

Dengan penelitian ini diharapkan para remaja khususnya remaja laki-laki dapat lebih memahami emosi dan perilaku yang dilakukan sehingga menjadi pengetahuan tambahan.

2. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini bisa digunakan untuk menambah wawasan atau temuan baru yang bisa digunakan untuk penelitian selanjutnya dengan menggunakan variable *alexithymia* dan perilaku agresif.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi tambahan wawasan bagi masyarakat umum khususnya keluarga yang memiliki anak remaja laki-laki, agar lebih bisa memahami dan memperhatikan kondisi emosi anak-anak mereka.