

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa perubahan individu dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja terjadi pada rentang usia sekitar 10 – 12 tahun yang berakhir pada usia sekitar 18 – 22 tahun. Terdapat banyak ciri pada perkembangan masa remaja, salah satunya pencarian identitas atau jati diri. Pencarian identitas diri ini terjadi secara psikologis dan sosiologis. Secara psikologis untuk pencarian jati diri akan terjadi melewati interaksi dalam diri sendiri yang akan melibatkan pergulatan batin yang berat. Sedangkan secara sosiologis proses pencarian terjadi ketika remaja terjun ke dalam pergaulan sosial, seperti berinteraksi, bergaul, dan menjadi bagian dari anggota kelompok dalam masyarakat. Dalam proses pencarian jati diri ini tidak mudah dilewati oleh remaja, dalam melewati proses ini remaja akan mengalami berbagai macam kesulitan karena remaja akan dihadapkan oleh berbagai macam pilihan-pilihan sulit (Haru, 2022). Proses pencarian jati diri merupakan kebutuhan diri pada setiap remaja. Pada masa ini juga remaja akan rentan untuk mengalami berbagai macam masalah.

Hurlock (Arif dkk., 2019) masa remaja disebut juga sebagai periode perubahan, perubahan pada bentuk fisik juga perubahan pada tingkat sikap seseorang. Menurut Wong (Rahmawati, 2017) masa remaja terdiri dari tiga subfase, yaitu masa remaja awal pada usia 11-14 tahun, masa remaja pertengahan usia 15–17 tahun, dan masa remaja akhir usia 18–20 tahun. Remaja mempunyai tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan, karena tugas perkembangan remaja akan berperan penting dalam pertahanan diri remaja yang akan merangsang kemampuan beradaptasi yang baru untuk mengarahkan remaja pada regresi dan respons yang maladaptif. Hurlock (Arif dkk., 2019) remaja merupakan masa yang akan mengalami banyak badai dan tekanan jiwa, yang dimana pada masa remaja merupakan

masa perubahan besar secara fisik, intelektual, dan emosional. Dengan terjadinya perubahan besar itu menyebabkan timbulnya konflik, baik konflik pada diri sendiri maupun konflik pada lingkungan sekitarnya. Ketika konflik/ketegangan muncul, remaja akan meresponsnya secara emosional. Apabila remaja memiliki kematangan emosional yang baik, maka masalah akan terselesaikan dengan baik. Tetapi jika tidak memiliki kematangan emosional yang baik maka remaja cenderung meresponsnya dengan perilaku agresif, mudah marah, keras kepala, sering bertengkar, berkelahi, mengganggu ketenteraman orang lain.

Terdapat banyak kasus yang terjadi pada siswa remaja di antaranya kebut-kebutan di jalan yang dapat membahayakan orang lain maupun diri sendiri, perkelahian antar geng/antar kelompok, tawuran antar sekolah, mengancam orang lain, melakukan intimidasi, memeras, mencuri, menyerang, mabuk-mabukan, agresivitas seksual, dan lain sebagainya. Saat ini terdapat beberapa pemberitaan bahwa banyaknya perilaku agresif yang dilakukan oleh remaja. Perilaku agresif yang dilakukan tidak hanya melukai fisik tetapi juga psikologis bagi para korbannya, bahkan terdapat juga kasus yang memakan korban hingga merenggut nyawa. Menurut Komisi Perlindungan Anak (KPAI) laporan mengenai perilaku agresif dari tahun 2016, terjadi kenaikan sebanyak 105 kasus remaja yang melakukan tindakan agresif fisik seperti pengeroyokan, penganiayaan, dan perkelahian. Sebanyak 46 kasus remaja yang melakukan tawuran pelajar, dan sebanyak 27 kasus remaja sebagai pelaku agresif psikis yang sebelumnya menurun tapi di tahun 2015 kembali naik. Serta berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh kementerian sosial tahun 2017, didapatkan bahwa sebanyak 87% remaja menjadi korban kekerasan perilaku agresif. Sampai pada tahun 2019 tercatat sebanyak 127 kekerasan yang disebabkan oleh perilaku agresif (Wulandari dkk., 2023). Pada tahun 2020 KPAI merilis data baru mengenai kasus tindakan agresif yang dilakukan remaja, kasus tersebut seperti tawuran antar pelajar, *bullying*, *cyberbullying*, agresif fisik, psikis, pencurian, dan lainnya (Margaretha, T & Soetjningsih, C.H, 2023).

Menurut Baron dan Byrne (Rahmawati, 2017), perilaku agresif adalah tingkah laku seseorang yang menimbulkan penderitaan dan menyakiti orang lain. Menurut Buss & Perry (Ramadani dkk., 2022), perilaku agresif merupakan perilaku yang berniat untuk menyakiti orang lain secara fisik maupun verbal, dengan aspek *physical aggression*, *verbal aggression*, *anger*, dan *hostility*. Perilaku agresif tidak hanya berkaitan dengan kekerasan secara fisik, tetapi perilaku agresif juga dapat diawali dengan perkataan (verbal), atau olok-olokan yang dapat menyakitkan orang lain dan berakhir pada perilaku agresif fisik seperti pemukulan, penusukan, dan bentuk perilaku agresif lainnya yang dapat berujung tindakan kriminalitas. Terdapat faktor-faktor yang melatar belakangi perilaku agresif pada remaja, seperti faktor eksternal yaitu ejekan dari teman, keluarga yang tidak harmonis, lingkungan sekolah yang kurang baik, dan contoh-contoh adegan kekerasan yang terdapat di sosial media. Sedangkan faktor internal merupakan persepsi remaja terhadap lingkungan sekitar (Malau dkk., 2023).

Perilaku agresif berkaitan erat dengan proses emosional. Rinanda & Haryanta (Cindy & Ambarini, 2021), menyatakan bahwa agresi merupakan sebuah ungkapan luapan emosi negatif yang tidak dapat dikontrol oleh individu, seperti rasa frustrasi dan rasa amarah yang disertai tidak sukaan yang kuat. Selain itu, munculnya perilaku agresif juga bisa disebabkan oleh adanya masalah dalam fungsi emosional seperti rendahnya kesadaran emosional. Kondisi tersebut sering ditemukan pada masa remaja yang ditandai dengan adanya pergolakan batin dan ketidakstabilan emosi, dengan kurangnya menguasai dan mengendalikan emosi sehingga bisa dikatakan bahwa kemampuan emosi remaja itu belum terbentuk dengan baik. Rendahnya kesadaran emosi cenderung membuat remaja mudah terbawa emosi, memiliki kesabaran yang rendah, mudah tersinggung, keras kepala dan memaksakan pendapat, dan lebih memilih bertindak agresif dalam menyelesaikan permasalahan. Hal tersebut disebabkan karena rendahnya kemampuan untuk mengetahui, memahami, merasakan emosi, dan bertoleransi dalam menjalin pertemanan dengan orang lain. Oleh karena itu,

dengan kondisi tersebut dapat tergambar juga dalam karakteristik utama dari *alexithymia* yaitu defisit kognitif dalam mengidentifikasi dan mengungkapkan emosi, serta kurang memikirkan emosi yang dirasakan. Moriguchi, dkk (Cindy & Ambarini, 2021) menyatakan bahwa kemampuan kognitif individu untuk mengenal dan mengontrol emosi didapatkan selama perkembangan dan kegagalan yang dialami untuk mencapai hal tersebut dapat berhubungan dengan *alexithymia*.

Menurut Sadock dan Virginia (Nurfitria & Machsunah, 2019), *alexithymia* merupakan ketidakmampuan seseorang dalam mendeskripsikan dan menyadari emosi atau *mood*-nya. Seseorang dengan *alexithymia* memiliki kesulitan dalam mengenali keadaan emosi yang terjadi dalam diri, terjadi kelambanan dalam menggambarkan perasaan dari emosi kuat yang mereka dapatkan seperti kesedihan yang dalam atau kemarahan yang hebat, tetapi mereka juga mengalami kebingungan ketika mencoba untuk menjelaskan penyebab dari emosi yang dirasakan secara jelas. Oleh karena itu seseorang dengan *alexithymia* tidak bisa menggambarkan apa yang merangsang perasaan yang mereka rasakan. Ciri-ciri dari seseorang yang memiliki *alexithymia* seperti, ketidakmampuan mengungkapkan emosi, berpikir terlalu logis dan tidak berperasaan, minim empati, kesulitan menjawab pertanyaan sederhana, tidak bisa berimajinasi tentang masa depan, kurang tertarik dengan karya seni, mengambil keputusan hanya dengan berdasarkan pemikiran logis bukan berdasarkan perasaan, terkadang mengalami gangguan fisik seperti wajah yang memerah, sakit kepala, dan perut (Irwanti & Haq, 2021). Terdapat faktor yang mempengaruhi *alexithymia*, seperti kecerdasan emosi, *attachment style* yaitu gaya interaksi individu dengan orang lain yang telah mereka pelajari dari lingkungan semasa kecil, hal tersebut akan mempengaruhi bagaimana seseorang akan berkomunikasi dan merespons dengan menyesuaikan emosinya. *Post traumatic disorder* yaitu dimana *alexithymia* dapat timbul dikarenakan adanya trauma yang terjadi akibat kejadian di masa lalu (Herlim, 2019).

Alexithymia bisa dialami remaja pada rentang usia 12-23 tahun. Hal ini disebabkan karena rendahnya kemampuan regulasi emosi, yang terdiri dari kemampuan mengenal, memahami dan merasakan emosi (Merdekasari & Chaer, 2017). *Alexithymia* sangat berdampak bagi kualitas kehidupan seorang remaja. Remaja dengan *alexithymia* akan mengalami keterbatasan dalam berempati, kecenderungan berperilaku agresif dan impulsif, serta rentan mengalami gangguan psikologis. Itu semua tentunya dapat menghambat kebutuhan perkembangan remaja dalam meningkatkan kompetensi emosionalnya (Pradnyadewi & Widiasavitri, 2023). Berkurangnya kemampuan untuk mengidentifikasi dan mengungkapkan emosi pada penderita *alexithymia* membuat individu mengalami *distress* psikologis dan melakukan gaya koping yang maladaptif untuk mengungkapkan emosinya dan untuk meregulasi emosinya sehingga memiliki masalah dalam fungsi sosial (Jenkins, 2020). Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa prevalensi *alexithymia* dapat meningkat pada individu-individu yang agresif. Seperti dalam penelitian Evren dkk., (2015) menemukan bahwa individu dengan *alexithymia* memiliki tingkat agresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu non-*alexithymia*. Hal ini juga didukung oleh penelitian Janik McErlean & Lim, (2020) juga menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara *alexithymia* dan agresif.

Perilaku agresif tidak hanya disebabkan oleh faktor internal seperti masalah pada emosional individu, Perilaku agresif juga dapat disebabkan oleh konformitas teman sebaya. Menurut Baron & Byrne (Isnaeni, 2021), konformitas merupakan penyesuaian perilaku individu untuk sesuai dengan acuan norma kelompok. Konformitas merupakan jenis pengaruh sosial yang dapat membuat individu mengubah sikap dan tingkah lakunya agar sesuai dengan norma sosial kelompok. Sedangkan menurut Chaplin (Vatmawati, 2019), konformitas merupakan kecenderungan untuk dipengaruhi oleh tekanan kelompok dan tidak menentang norma-norma yang telah dibuat oleh kelompok yang menyulitkan. Konformitas dengan tekanan teman

sebayu pada masa remaja dapat bersifat positif maupun negatif. Bentuk umum dari perilaku konformitas yang negatif seperti, menggunakan bahasa yang jorok, merusak, mencuri, mengolok-olok orang tua dan guru. Nilai-nilai yang dianut kelompok tersebut yang membuat remaja menjadi nakal dan melakukan pelanggaran yang bertentangan dengan norma-norma yang ada di masyarakat (Isnaeni, 2021). Terdapat faktor-faktor yang menentukan efek konformitas, yaitu dukungan sosial, daya tarik dan komitmen pada kelompok, ukuran kelompok, dan jenis kelamin (Hasfaraini & Dimiyati, 2018).

Konformitas terjadi jika individu mengadopsi sikap dan perilaku orang lain karena adanya desakan atau tekanan dari orang lain, desakan konformitas pada teman sebaya biasanya sangat kuat selama masa remaja. Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya seseorang melakukan perilaku agresif yaitu pengaruh kelompok yang dapat menurunkan kendali moral. Seperti dalam penelitian (Yuwinda dkk., 2022) menyatakan bahwa terdapat pengaruh konformitas terhadap perilaku agresif. Selain itu pada penelitian yang dilakukan (Isnaeni, 2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas dengan perilaku agresif, semakin tinggi konformitas maka akan semakin tinggi tingkat perilaku agresif.

Berdasarkan hasil *pre-eliminatory study* yang dilakukan peneliti melalui proses observasi pada siswa SMK Bina Nusa Babelan, pada perilaku agresif peneliti menemukan para siswa laki-laki melakukan perilaku agresif seperti mengejek temannya, memukul, berkata kotor dan kasar. Pada *alexithymia* yang dimiliki siswa, peneliti menemukan bahwa siswa laki-laki tidak mampu untuk mendeskripsikan dan menyadari perasaan atau emosi yang dirasakan. Sedangkan untuk konformitas teman sebaya, peneliti menemukan bahwa siswa laki-laki di SMK memiliki kelompok pertemanan dengan teman-teman sebayanya. Hal ini dibuktikan dengan hasil *pre-liminary* yang dilakukan peneliti melalui proses *Focus*

Group Discussion (FGD) yang dilakukan pada tanggal 27 November 2023 terhadap 5 siswa laki-laki SMK Bina Nusa Babelan.

Berdasarkan hasil *Focus Group Discussion* (FGD) pada perilaku agresif diketahui terdapat 3 dari 5 responden laki-laki pernah melakukan agresif fisik seperti memukul temannya dikarenakan kesal dengan sikap temannya, mereka juga pernah tidak bisa mengendalikan emosi mereka yang berujung mereka menyerang dan memukul orang lain. Kemudian juga terdapat 5 dari 5 responden laki-laki melakukan agresif verbal seperti berkata kasar, kotor dan mengejek. Kemudian 5 dari 5 responden ketika marah biasanya mereka akan memendam amarahnya tetapi ketika amarahnya sudah tidak bisa dipendam mereka cenderung akan melakukan agresif fisik ataupun verbal seperti memukul, menonjok, dan berkata kasar. Kemudian 4 dari 5 responden laki-laki pernah melakukan permusuhan dengan temannya, biasanya permusuhan timbul karena mereka merasa tidak suka/iri dengan temannya.

Pada *alexithymia* yang dimiliki siswa, diketahui terdapat 4 dari 5 responden laki-laki mengalami kesulitan dalam mengenali penyebab munculnya emosi (*difficulty identifying feelings*), mereka sering bingung dengan emosi yang dirasakan. Kemudian terdapat 3 dari 5 responden laki-laki mengalami kesulitan dalam menyadari mendeskripsikan perasaannya (*diffyculty describing feelings*), mereka mengalami kesulitan dalam membedakan perasaan yang dirasakan dan tidak dapat menjelaskannya/ mendeskripsikan secara kata-kata untuk menceritakan emosi/perasaan yang dirasakan.. Kemudian terdapat 4 dari 5 responden laki-laki memiliki pola pemikiran eksternal (*eksternally-oriented Thinking*), mereka tidak suka menceritakan tentang dirinya ke orang lain dan ketika bercerita dengan orang lain lebih suka membicarakan hal-hal umum yang tidak melibatkan perasaan/masalah pribadi.

Pada konformitas teman sebaya, diketahui terdapat 5 dari 5 responden laki-laki memiliki kekompakan terhadap kelompok pertemanannya, masing-masing dari mereka mengetahui kebiasaan-

kebiasaan teman dalam kelompoknya. Kemudian terdapat 5 dari 5 responden laki-laki mengikuti kesepakatan yang ada dalam kelompok pertemanannya, biasanya mereka ikut terlibat dalam menentukan kesepakatan dalam kelompoknya tetapi terkadang mereka hanya akan mengikuti saja kesepakatan yang sudah ditetapkan kelompok. Kemudian 3 dari 5 responden laki-laki melakukan ketaatan dalam kelompok pertemanannya, mereka melakukan aturan-aturan yang ada dalam kelompok.

Berdasarkan hasil *pre-liminary* di atas dapat diketahui bahwa bentuk-bentuk perilaku agresif pada siswa seperti memukul, menyerang, mengejek, berkata kasar/kotor kepada orang lain, adanya permusuhan. Sedangkan bentuk-bentuk *alexithymia* pada siswa yaitu kesulitan dalam memahami alasan merasakan emosi yang dirasakan, kesulitan dalam menyadari perasaan, kesulitan dalam mendeskripsikan perasaan dan memiliki pola pikir eksternal. Lalu untuk konformitas teman sebaya, ditemukan bahwa kelompok teman sebaya mempengaruhi perilaku dan sikap siswa seperti dalam melakukan suatu tindakan yang biasanya atas dasar ikut-ikutan teman, pengambilan keputusan, dan dalam hal menyatakan pendapat.

Perilaku agresif dapat disebabkan oleh faktor sosial, faktor psikologis, dan faktor lingkungan. Faktor sosial seperti pengaruh teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekolah. Faktor psikologis seperti masalah emosi atau kecemasan yang tidak teratasi dengan baik. Faktor lingkungan seperti lingkungan sekolah yang kurang baik dan kurang mendukung (Putra & Wahyuni, 2023). Agresif yang muncul dari faktor psikologis dapat disebabkan karena adanya pergolakan dan ketidakstabilan emosi yang dimana remaja masih belum bisa mengendalikan emosinya. Keadaan itu membuat remaja cenderung akan terbawa pada emosi negatif, merasa tidak sabar, mudah tersinggung, kurang dapat mengontrol emosi, dan pada akhirnya akan melakukan tindakan agresif untuk menyelesaikan segala permasalahan. Pada kondisi ini juga dapat disebabkan oleh

ketidakmampuan remaja dalam mengetahui, memahami, merasakan emosi yang dimana itu juga merupakan karakteristik dari *alexithymia* (Cindy & Ambarini, 2021). Perilaku agresif juga dapat muncul dari pengaruh yang didapatkan dari lingkungan sekitar, salah satunya seperti pertemanan teman sebaya. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Santrock (Isnaeni, 2021), teman sebaya dapat menimbulkan dampak positif dan negatif. Dampak positif dari teman sebaya yaitu dapat membuat perkembangan mental remaja menjadi baik dan dampak negatifnya dapat menjerumuskan remaja pada pergaulan yang buruk, minum-minuman keras, membolos sekolah, dan kenakalan-kenakalan lainnya.

Penelitian mengenai perilaku agresif ini penting untuk dilakukan karena saat ini banyak sekali muncul di internet dan berita tentang kasus-kasus tindakan agresif yang dilakukan siswa ataupun remaja. Penelitian ini harus dilakukan karena jika dibiarkan perilaku agresif akan terus tumbuh dalam diri siswa dan juga akan ada lebih banyak lagi korban-korban atas penerimaan perlakuan tindakan agresif. Hal ini diperkuat berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari dkk., 2023) menyatakan bahwa perilaku agresif jika dibiarkan akan menimbulkan banyak dampak negatif, tidak hanya membahayakan diri sendiri tetapi juga dapat membahayakan orang lain yang ada di sekitarnya maka dengan itu sangat diperlukannya pemahaman serta tindakan untuk dapat mengurangi adanya perilaku agresif ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka terdapat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *alexithymia*, konformitas teman sebaya, dan perilaku agresif pada siswa SMK.
2. Apakah terdapat hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku agresif siswa SMK.

3. Apakah terdapat hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku agresif pada siswa SMK.
4. Apakah terdapat pengaruh antara *alexithymia* dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku agresif pada siswa SMK.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui bagaimana gambaran *alexithymia*, konformitas teman sebaya, dan perilaku agresif pada siswa SMK.
2. Mengetahui hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku agresif pada siswa SMK.
3. Mengetahui hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku agresif pada siswa SMK.
4. Mengetahui pengaruh antara *alexithymia* dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku agresif pada siswa SMK.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambahkan kembali penelitian baru pada lingkup psikologi perkembangan dan pendidikan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat ikut berperan dalam pengembangan ilmu psikologi.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi orang tua

Bagi orang tua dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan mengenai permasalahan pada remaja, sehingga orang tua akan lebih memperhatikan anaknya agar dapat terhindar dari perilaku kenakalan remaja maupun perilaku agresif.

2. Bagi perguruan tinggi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan pandangan baru untuk penelitian-penelitian selanjutnya mengenai *alexithymia*, konformitas teman sebaya, dan perilaku agresif.