

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku Agresif

A.1. Pengertian Perilaku Agresif

Agresif merupakan istilah yang berasal dari kata sifat agresi, yang digunakan secara luas untuk menerangkan sejumlah besar tingkah laku yang memiliki dasar *motivasional* yang berbeda-beda dan sama sekali tidak merepresentasikan agresi atau yang tidak biasa disebut agresi dalam pengertian sesungguhnya.

Menurut Berkowitz (dalam Alex Sobur, 2011) agresi adalah segala bentuk perilaku menyakiti seseorang, baik secara fisik maupun mental. Sedangkan menurut Baron agresi adalah suatu tingkah laku individu yang ditujukan untuk mencelakai individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Kecenderungannya mencakup empat hal yaitu, tingkah laku, tujuan untuk mencelakai orang lain, individu yang menjadi pelaku dan individu yang menjadi korban (2011:432). Sedangkan menurut Robert Baron (dalam Koswara, 1988) menyatakan agresi adalah tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Definisi dari Baron ini mencakup empat faktor tingkah laku yaitu, tujuan untuk melukai atau mencelakakan, individu yang menjadi pelaku,

individu yang menjadi korban dan ketidakinginan si korban menerima tingkah laku si pelaku (Tri Dayaksi & Hudaniah, 2012:171).

Sarason (Tri Dayaksini & Hudaniah, 2006: 171) menyatakan bahwa agresi diartikan sebagai suatu serangan yang dilakukan oleh suatu organisme terhadap organisme lain, objek lain bahkan pada dirinya sendiri. Secara umum istilah agresi dikelompokkan menjadi empat yaitu: *offensive aggression*, *retaliatory aggression*, *instrumental aggression* dan *angry aggression*. *Offensive aggression* merupakan agresi secara langsung yang merupakan respon dari tindakan orang lain, *retaliatory aggression* diartikan respon langsung atas tindakan provokasi orang lain. *Instrumental aggression* berdasarkan niatnya pada kajian psikologi *instrumental aggression* dikategorikan kedalam agresi yang positif yaitu tindakan menyerang yang bertujuan untuk mendapatkan cita-cita dengan tidak melukai orang lain. Sedangkan *angry aggression* merupakan perilaku agresi yang melibatkan keadaan emosional seseorang ketika sedang marah (Tri Dayaksini & Hudaniah, 2006: 172).

Teori lain tentang agresi adalah teori belajar sosial. Bandura (1977) mengatakan bahwa dalam kehidupan sehari-hari, perilaku agresif dipelajari dari model yang dilihat dalam keluarga, dalam lingkungan kebudayaan setempat, atau melalui media massa (Tri Dayaksi & Hudaniah, 2012:176).

Teori belajar sosial berpendapat bahwa agresi adalah salah satu dari beberapa reaksi terhadap pengalaman frustrasi yang tidak disukai dan respons

yang tidak memiliki sifat seperti dorongan, dan demikian dipengaruhi oleh konsekuensi yang diharapkan dari perilaku tersebut. Teori ini menekankan kepentingan proses belajar pengalaman orang lain (*vicarious learning*), yaitu belajar dari pengamatan. Menurut Bandura, teori ini menekankan peranan model dalam mentransmisikan perilaku spesifik dan respon emosional, sehingga memfokuskan pada pertanyaan seperti apa yang menjadi model yang paling efektif dan seperti apa model yang menentukan apakah perilaku yang ditiru dan dipelajari akan benar-benar dilakukan (Alex Sobur, 2011:441).

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa agresif adalah suatu bentuk tingkah laku yang melalui proses belajar, yang cenderung mengarah kepada kekerasan seperti menyakiti diri sendiri ataupun menyakiti orang lain baik secara fisik maupun verbal, yang digunakan untuk mencapai tujuan tertentu dan dilakukan dengan segala cara.

A.2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Agresif

Perilaku agresif biasanya muncul karena kondisi-kondisi tertentu yang mempengaruhinya. Menurut Tri Dayaksi & Hudaniah (2012:182) faktor pengaruh dan pencetus kemunculan agresi yaitu:

a. Deindividuasi

Merupakan suatu proses atau kondisi yang bisa mengarahkan individu kepada keleluasaan dalam melakukan agresi sehingga agresi yang dilakukan menjadi lebih intens. Khususnya efek dari penggunaan teknik-teknik dan senjata

modern yang membuat tindakan agresi sebagai tindakan non-emosional sehingga agresi yang dilakukannya menjadi lebih intens.

b. Kekuasaan dan Kepatuhan

Peranan kekuasaan sebagai pengaruh munculnya agresi tidak dapat dipisahkan dari salah satu aspek penunjang kekuasaan itu, yakni pengabdian atau kepatuhan (*compliance*). Kepatuhan diduga mempunyai pengaruh yang kuat terhadap kecenderungan dan intensitas perilaku agresif individu.

c. Provokasi

Provokasi bisa mencetuskan perilaku agresif karena provokasi itu oleh pelaku agresi dilihat sebagai ancaman yang harus dihadapi dengan respon agresif untuk meniadakan bahaya yang diisyaratkan oleh ancaman itu (Moyer, 1971). Seperti misalnya Worfgang (1957) mengemukakan bahwa tiga per-empat dari 600 pembunuhan yang diselidikinya terjadi karena adanya provokasi dari korban, sedangkan Beck (1983) mencatat bahwa sebagian besar pembunuhan dilakukan terjadi dengan didahului adanya adu *argumen* atau perselisihan antara pelaku dan korbannya.

d. Alkohol dan obat-obatan terlarang (*Drug Effect*)

Banyak terjadinya perilaku agresif dikaitkan pada mereka yang mengkonsumsi alkohol. Menurut hasil penelitian Pihl & Ross (dalam Brigham 1991) mengkonsumsi alkohol dalam dosis yang tinggi akan meningkatkan kemungkinan respon agresif ketika seseorang diprovokasi. Sementara Lang, dkk

menjelaskan bahwa pengaruh alkohol terhadap perilaku agresif tidak semata-mata karena proses farmakologi, karena orang tidak terprovokasi untuk meningkatkan agresif bahkan dalam kondisi mengkonsumsi alkohol dengan dosis tinggi.

e. Frustrasi

Menurut Gerungan (2010:190) Frustrasi adalah suatu kondisi dimana individu merasa gagal atau terhambat dalam mencapai tujuannya, sehingga individu menunjukkan suatu reaksi negatif dengan kecenderungan berperilaku agresi ataupun perilaku agresif, ia mungkin menendang kursi, atau memperlihatkan kejengkelannya dengan cara lain yang merugikan orang lain.

f. Stres

Stres adalah stimulus yang menimbulkan gangguan terhadap keseimbangan intrapsikis yang dialami oleh individu sebagai hal yang tidak menyenangkan serta menuntut penyesuaian dan akan menghasilkan efek behavioral yang berupa kemunculan perilaku agresif. Stress sebagai reaksi, respon, atau adaptasi fisiologis terhadap stimuli eksternal atau perubahan lingkungan.

g. Efek senjata

Senjata memainkan peranan dalam agresi, tidak saja fungsinya mengaktifkan dan mengefisienkan pelaksanaan agresi tetapi juga karena efek kehadirannya.

h. Rendahnya kesadaran diri (*Self Awareness*)

Rendahnya kesadaran diri pribadi membimbing pada keadaan deindividuasi (tidak merasa dirinya sebagai individu yang unik), yang mengakibatkan perhatiannya menjadi lebih rendah terhadap pikiran, perasaan, nilai-nilai, dan standar perilaku yang dimilikinya. Karena itu, rendahnya kesadaran diri baik kesadaran diri public maupun kesadaran diri pribadi akan meningkatkan kesempatan terjadinya perilaku agresif, yang disebabkan kendali yang dipusatkan pada agresif melemah.

j. *Dehumanisasi*

Hambatan untuk tidak menyakiti orang lain juga dapat menjadi rendah jika seseorang menganggap atau melihat target *person* dari tindakan agresifnya itu bukan sebagai manusia (sebagai setan dan binatang) atau melakukan dehumanisasi pada korban. Adanya dehumanisasi ini mengurangi perasaan bersalah dan kecemasan sehingga pelaku agresif menjadi kurang peka terhadap atau tidak empati terhadap penderitaan si korban.

h. *The Culture of Honor*

Richard Nisbett & Dove Coven (dalam Tri Dayaksi & Hudaniah (2012:186) yang menemukan adanya perbedaan kultur orang-orang Amerika Selatan memiliki nilai kultur yang disebut dengan *The Culture of Honor*, yakni menekankan berlebihan atas kejantanan, ketanguhan, dan kesedihan/kemauan

serta kemampuan untuk membalas kesalahan atau hinaan dari orang lain demi untuk mempertahankan kehormatan.

Perilaku agresif yang timbul pada diri individu dipengaruhi beberapa faktor. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif muncul akibat dari beberapa faktor pencetus yaitu kondisi frustrasi, stress yang dihadapi individu akibat adaptasi dari lingkungan, provokasi terhadap peningkatan emosi negatif, suatu keadaan deindividuasi, kekuasaan yang dimiliki individu serta kepatuhan terhadap suatu kekuasaan, dan efek yang timbul dari senjata yang dimiliki individu.

A.3. Arah Ekspresi Perilaku Agresif

Berdasarkan arah pengepresian agresif yang diambil menurut norma-norma yang berlaku di masyarakat Indonesia, maka agresif dikelompokkan menjadi dua bagian sebagaimana yang diungkapkan oleh Leonard Berkowitz (E. Koeswara, 1988:5) yaitu:

a. Agresif ke Arah Negatif (*Impulsive Agresivity*)

Perilaku agresif yang diungkapkan secara sengaja semata-mata untuk memuaskan dirinya sendiri dengan merusak atau merugikan orang lain tanpa memedulikan norma-norma dalam mencapai suatu tujuan. Hal tersebut bisa terjadi bukan hanya dari faktor ekonomi yang kurang memadai, namun juga disebabkan oleh pengaruh lingkungan keluarga, lingkungan pergaulan, pendidikan formal di sekolah maupun pendidikan agama yang minim.

b. Agresif ke Arah Positif (*Instrumental Agresivity*)

Perilaku agresif yang digunakan sebagai alat mencapai tujuan dimana individu berusaha untuk mencapai tujuannya tanpa perlu melanggar norma-norma, serta tidak merugikan orang lain.

Berdasarkan pendapat diatas, suatu agresif memiliki dua arah pengekspresian yaitu ke arah negatif dan positif. Ke arah negatif apabila dalam pencapaian tujuan agresif yang muncul melanggar norma-norma yang ada serta merugikan berbagai pihak. Sedangkan ke arah positif apabila dalam pencapaian suatu tujuan agresif yang muncul tidak melanggar norma-norma yang ada, serta tidak merugikan orang lain.

A.4. Bentuk-bentuk Perilaku Agresif

Suatu perilaku agresif pada individu berbeda-beda berdasarkan bentuknya. Menurut Medinus dan Johnson Myers (dalam Tri Dayaksi & Hudaniah 2012:188) mengelompokkan agresi menjadi empat kategori yaitu:

- a. Menyerang fisik seperti memukul, mendorong, meludahi, menendang, mengigit, meninju, memarahi, dan merampas.
- b. Menyerang suatu objek, yang dimaksud disini adalah menyerang benda mati atau binatang.
- c. Secara verbal atau simbolis, yang termasuk di dalamnya adalah mengancam secara verbal, memburuk-burukkan orang lain, sikap mengancam, dan sikap menuntut.

d. Pelanggaran terhadap hal milik atau menyerang daerah orang lain.

Sementara Buss (dalam Tri Dayaksi & Hudaniah 2012:188)

mengelompokkan agresi dalam delapan jenis, yaitu :

- a. Agresi Fisik Aktif Langsung yaitu tindakan agresi fisik yang dilakukan individu/kelompok dengan cara berhadapan secara langsung dengan individu/kelompok lain yang menjadi targetnya dan terjadi kontak fisik secara langsung, seperti memukul, mendorong, menembak, dll.
- b. Agresi Fisik Pasif Langsung yaitu tindakan agresi fisik yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara berhadapan dengan individu/kelompok lain yang menjadi targetnya, namun tidak terjadi kontak fisik secara langsung, seperti demonstrasi, aksi mogok, dan aksi diam.
- c. Agresi Fisik Aktif Tidak Langsung yaitu tindakan agresi fisik yang dilakukan oleh individu/kelompok lain dengan cara tidak berhadapan secara langsung dengan individu/kelompok lain yang menjadi targetnya, seperti merusak harta korban, membakar rumah, menyewa tukang pukul, dll.
- d. Agresi Fisik Pasif Tidak Langsung yaitu tindakan agresi fisik yang dilakukan oleh individu/kelompok lain dengan cara tidak berhadapan dengan individu/kelompok lain yang menjadi targetnya dan tidak terjadi kontak fisik secara langsung, seperti tidak peduli, apatis, dan masa bodoh.

- e. Agresi Verbal Aktif Langsung yaitu tindakan agresi verbal yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara berhadapan secara langsung dengan individu/kelompok lain, seperti menghina, memaki, marah, dan mengumpat.
- f. Agresi Verbal Pasif Langsung, yaitu tindakan agresi verbal yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara berhadapan dengan individu/kelompok lain namun tidak terjadi kontak verbal secara langsung, seperti menolak bicara, dan bungkam.
- g. Agresi Verbal Aktif Tidak Langsung, yaitu tindakan agresi verbal yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara tidak berhadapan secara langsung dengan individu/kelompok lain yang menjadi targetnya, seperti menyebarkan fitnah, dan mengadu domba.
- h. Agresi Verbal Pasif Tidak Langsung, yaitu tindakan agresi verbal yang dilakukan oleh individu/kelompok dengan cara tidak berhadapan dengan individu/kelompok lain yang menjadi targetnya dan tidak terjadi kontak verbal secara langsung, seperti tidak memberi dukungan, dan tidak menggunakan hak suara.

Bentuk dari perilaku agresi verbal melibatkan usaha untuk menimbulkan kerugian bagi orang lain melalui kata-kata, sedangkan bentuk fisik dari agresi melibatkan tindakan atau aksi fisik yang dimaksudkan untuk melukai korban.

Perilaku agresif dapat berbentuk fisik maupun verbal, berdasarkan beberapa pendapat di atas, bentuk dari perilaku agresif dibagi menjadi dua bentuk yaitu agresi instrumental (*Instrumental Aggression*) menjadikan agresif sebagai suatu alat dalam pencapaian suatu tujuan, dan agresi benci (*hostile aggression*) atau yang dikenal juga dengan agresi impulsif (*impulsive aggression*) yang menjadikan agresif sebagai media untuk menyakiti orang lain dan bersifat destruktif.

A.5. Aspek-aspek Perilaku Agresif

Setiap orang memiliki dorongan untuk berperilaku agresif dalam usaha pencapaian tujuannya. Perilaku agresif yang muncul pada diri individu dapat digolongkan menjadi beberapa aspek. Menurut Buss dan Pery (1992:454) aspek perilaku agresi dibagi dalam empat aspek yaitu:

a. Fisik

Faktor ini merupakan komponen motorik seperti melukai dan menyakiti orang lain secara fisik, misalnya dengan menyerang, memukul, merusak, dan berkelahi.

b. Verbal

Faktor ini merupakan komponen motorik seperti melukai dan menyakiti orang lain dengan menggunakan verbalisasi, misalnya bertengkar, menunjukkan ketidaksetujuan pada orang lain, menghina, mengejek, dan memaki.

c. Rasa Marah (*anger*)

Faktor ini merupakan emosi atau efektif seperti keterbangkitan dan kesiapan psikologis untuk bertindak agresif, misalkan mudah kesal, hilang kesabaran, dan tidak mampu mengontrol perasaan marah.

d. Rasa Permusuhan (*hostility*)

Adalah perasaan benci dan curiga pada orang lain, merasa kehidupan yang dialami tidak adil dan iri hati.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa agresif yang muncul pada individu digolongkan menjadi empat aspek yaitu fisik, verbal, rasa marah, serta rasa permusuhan.

B. Kecerdasan Emosional

B.1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Manusia sebagai makhluk hidup pada hakikatnya memiliki emosi. Setiap manusia memiliki emosi yang berbeda tergantung dari permasalahan apa yang sedang dihadapinya saat itu. Emosi mempunyai peran penting dalam kehidupan manusia, karena emosi merupakan perasaan yang banyak berpengaruh pada perilaku manusia. Menurut Goleman (2016:411) emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan seseorang untuk bertindak ketika dalam keadaan emosi merupakan pilihan yang tepat untuk mencoba melepaskan apa yang sedang dialaminya.

Emosi dapat menjadi motivator bagi manusia, namun disisi lain emosi juga dapat mengganggu perilaku manusia, hal tersebut tergantung pada bagaimana seseorang dapat mengontrol dan menyelaraskan emosi dalam kehidupannya. Menurut Mubayidh (2006:171) emosi adalah unsur penting dalam kehidupan manusia. Tanpa adanya emosi manusia menjadi orang yang mengalami gangguan perilaku serta menikmati penderitaan orang lain tanpa ada perasaan empati kepada orang tersebut.

Oxford English Dictionary mendefinisikan emosi sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, dan nafsu setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap. Dari beberapa definisi diatas mengenai emosi, dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu bentuk energi batiniah yang muncul dari pusat alam perasaan seseorang yang merupakan daya pendorong untuk menuju yang lebih baik (Goleman, 2016:409).

Kecerdasan emosional jauh lebih berperan daripada kecerdasan intelektual dalam keberhasilan seseorang. Banyak pakar berpendapat bahwa 80% keberhasilan seseorang ditentukan oleh kecerdasan emosional dan hanya 20% yang ditentukan oleh kecerdasan intelektual.

Patton (2000:131) menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan dasar-dasar pembentukan emosi yang mencakup keterampilan-keterampilan seseorang untuk menunda kepuasan dan mengendalikan impuls-impuls, tetap optimis jika berhadapan dengan kemalangan dan ketidakpastian, menyalurkan

emosi-emosi yang kuat secara efektif, mampu memotifasi dan menjaga semangat disiplin diri dalam mencapai tujuan-tujuan, menangani kelemahan-kelemahan pribadi, menunjukkan rasa empati kepada orang lain, dan membangun kesadaran diri dan pemahaman diri. EQ (*Emotional Quotient*) membantu manusia menentukan kapan dan dimana bisa mengungkapkan perasaan dan emosinya secara tepat, selain itu juga membantu mengarahkan serta mengendalikan emosinya.

Ginanjar (2009:9) kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk merasa, kunci kecerdasan emosi adalah kejujuran Anda pada suara hati. Suara hati itulah yang harusnya dijadikan pusat prinsip yang mampu memberi rasa aman, pedoman, kekuatan serta kebijaksanaan.

Ketrampilan mengolah kecerdasan emosional sangat dibutuhkan. Seperti misalnya keterampilan mengenal, mengukur, bahkan mengantisipasi keadaan emosi dirinya maupun orang lain yang tujuannya agar manusia tersebut secara emosional tidak meletup-letup. Mubayidh (2006:31) menyatakan emosi dan logika harus digunakan bersama-sama. Jadi seseorang harus menggabungkan peran jati dan akal bersama-sama. Akal atau IQ (*Intelligence Quotient*) harus mampu mengendalikan emosional, sementara emosi atau EQ (*Emotional Quotient*) mengarahkan agar bisa berpikir dengan benar. Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak

sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional juga sebagai serangkaian kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Gardner dalam bukunya yang berjudul *Frame Of Mind* mengatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spektrum kecerdasan yang lebar dengan tujuh varietas utama yaitu linguistik, matematika/logika, spasial, kinestetik, musik, interpersonal dan intrapersonal. Kecerdasan ini dinamakan oleh Gardner sebagai kecerdasan pribadi yang oleh Daniel Goleman disebut sebagai kecerdasan emosional (Goleman, 2016:48-51).

Menurut Gardner, kecerdasan pribadi terdiri dari :”kecerdasan antar pribadi yaitu kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi mereka, bagaimana mereka bekerja, bagaimana bekerja bahu membahu dengan kecerdasan. Sedangkan kecerdasan intra pribadi adalah kemampuan yang korelatif, tetapi terarah ke dalam diri (Goleman, 2016:50). Kemampuan tersebut adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta kemampuan untuk menggunakan modal tadi sebagai alat untuk menempuh kehidupan secara efektif.”

Dalam rumusan lain, Gardner (Goleman, 2016:51), menyatakan bahwa inti kecerdasan antar pribadi itu mencakup “kemampuan untuk membedakan dan

menanggapi dengan tepat suasana hati, temperamen, motivasi dan hasrat orang lain”. Dalam kecerdasan antar pribadi yang merupakan kunci menuju pengetahuan diri, ia mencantumkan “akses menuju perasaan-perasaan diri seseorang dan kemampuan untuk membedakan perasaan-perasaan tersebut serta memanfaatkannya untuk menuntun tingkah laku”.

Berdasarkan kecerdasan yang dinyatakan oleh Gardner tersebut, Salovey (Goleman, 2016:54) memilih kecerdasan interpersonal dan kecerdasan intrapersonal untuk dijadikan sebagai dasar untuk mengungkap kecerdasan emosional pada diri individu. Menurutnya kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

Goleman (2016:43) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan yang dimiliki individu dalam mengendalikan diri, semangat, dan ketekunan, memotivasi diri sendiri, ketahanan terhadap frustrasi, mengatur suasana hati, berempati dan memelihara hubungan dengan sebaik-baiknya.

Dapat disimpulkan dalam penelitian ini yang dimaksud dengan kecerdasan emosional adalah kemampuan siswa untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

B.2. Kualitas-kualitas Kecerdasan Emosional

Kualitas-kualitas emosional menurut Salovey dan Mayer (Shapiro, 1998:5) antara lain:

- a. Empati
- b. Mengungkapkan dan memahami perasaan
- c. Mengendalikan amarah
- d. Kemandirian
- e. Kemampuan menyesuaikan diri
- f. Disukai
- g. Kemampuan memecahkan masalah antar pribadi
- h. Ketekunan
- i. Keramahan
- j. Kesetiakawanan serta sikap hormat

Kualitas tersebut mampu membentuk kecerdasan emosional yang baik, sehingga seseorang mampu meluapkan emosinya secara tepat. Definisi kecerdasan emosional menurut Salovey dan Mayer (1998:8) yaitu merupakan himpunan bagian dari intelegensi sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi untuk membimbing pikiran dan tindakan. Kecerdasan emosional juga merupakan kemampuan mengindra, memahami, dan

dengan efektif menerapkan kekuatan dan ketajaman emosi sebagai sumber energi, informasi, dan pengaruh.

B.3. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Aspek–aspek kecerdasan emosional yang terdapat dalam diri individu menurut Salovey (Goleman, 2016:56-57):

a. Mengenal Emosi Diri

Mengenal emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenal perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional. Ketidakmampuan mencermati perasaan diri yang sesungguhnya membuat individu berada dalam kekuasaan perasaan. Individu yang dapat mengenal perasaan pada saat perasaan itu muncul kepermukaan adalah individu yang mampu mengendalikan kehidupannya dan mampu membuat keputusan pribadi yang lebih mantap.

b. Mengelola Emosi

Menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan sesuai. Kemampuan ini mencakup dengan kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan kita (Goleman, 2016:74-78). Jadi yang penting bukan menekan perasaan tetapi menjaga keseimbangannya.

c. Memotivasi Diri Sendiri

Presatasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasisme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

d. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Menurut Goleman kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain. Rosenthal dalam penelitiannya menunjukkan bahwa orang-orang yang mampu membaca perasaan dan isyarat non verbal lebih mampu menyesuaikan diri secara emosional, lebih populer, lebih mudah bergaul, dan lebih peka (Goleman, 2016:133). Semakin mampu terbuka pada emosinya sendiri, mampu mengenal dan mengakui emosinya sendiri, maka orang tersebut mempunyai kemampuan untuk membaca perasaan orang lain.

e. Membina Hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Orang-orang yang hebat dalam keterampilan membina hubungan ini akan sukses dalam bidang apapun. Orang berhasil dalam pergaulan karena mampu berkomunikasi dengan lancar pada orang lain. Orang-orang ini populer dalam lingkungannya dan menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuannya berkomunikasi. Kemampuan sosial memungkinkan individu membentuk hubungan untuk menggerakkan dan mengilhami orang lain, membina kedekatan hubungan, menyakinkan dan mempengaruhi serta sekaligus membuat orang-orang lain merasa nyaman (Goleman 2016:153-156).

Berdasarkan uraian tersebut di atas, penulis mengambil komponen-komponen utama dan prinsip-prinsip dasar dari kecerdasan emosional sebagai faktor untuk mengembangkan instrumen kecerdasan emosional.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang mempengaruhi kecerdasan emosional meliputi mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, serta membina hubungan dengan orang lain.

B.4. Unsur-unsur Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (2016:272) mengatakan terdapat tujuh unsur utama kemampuan yang sangat penting yang berkaitan dengan kecerdasan emosional, yaitu:

1. Keyakinan.

Perasaan kendali dan penguasaan seseorang terhadap tubuh, perilaku, dan dunia. Perasaan anak bahwa ia lebih cenderung berhasil daripada tidak dalam apa yang dikerjakannya, dan bahwa orang-orang dewasa akan bersedia menolong.

2. Rasa ingin tahu.

Perasaan bahwa menyelidiki segala sesuatu itu bersifat positif dan menimbulkan kesenangan.

3. Niat.

Hasrat dan kemampuan untuk berhasil serta untuk bertindak berdasarkan niat itu dengan tekun. Ini berkaitan dengan perasaan terampil dan efektif.

4. Kendali diri.

Kemampuan untuk menyesuaikan dan mengendalikan tingkah laku dengan pola yang sesuai dengan usia.

5. Keterkaitan.

Kemampuan untuk melibatkan diri dengan orang lain berdasarkan pada perasaan saling memahami.

6. Kecakapan berkomunikasi

Keyakinan dan kemampuan verbal untuk bertukar gagasan, perasaan, dan konsep dengan orang lain. Ini ada kaitannya dengan rasa percaya dengan orang lain dan kenikmatan terlibat dengan orang lain, termasuk orang dewasa.

7. Koperatif

Kemampuan untuk menyeimbangkan kebutuhannya sendiri dengan kebutuhan orang lain dalam kegiatan kelompok.

Bedasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa unsur-unsur yang terdapat dalam kecerdasan emosional menurut Goleman terdiri dari, keyakinan, rasa ingin tahu, niat, kendali diri, keterkaitan, kecakapan berkomunikasi, koperatif.

C. Remaja

C.1. Pengertian Remaja

Masa remaja dapat dipandang sebagai suatu masa dimana individu dalam proses pertumbuhannya telah mencapai kematangan pertumbuhan fisik. Pertumbuhan ini menunjukkan suatu dimana sulit untuk memandang remaja itu sebagai kanak-kanak, namun tidak juga sebagai orang dewasa.

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa inilah terjadi kegoncangan pada diri seseorang terutama dalam melepaskan nilai-nilai yang baru dalam mencapai kedewasaan.

Masa remaja merupakan masa dimana individu tumbuh dan berkembang menjadi seorang remaja yang mempunyai arti dalam kehidupannya. Kelak

remaja harus mampu menggali dan memahami arti dari segala sesuatu yang ada baik dari dalam diri remaja itu sendiri sebagai potensi diri maupun dari lingkungannya. Salah satu tugas perkembangan yang penting pada masa remaja adalah remaja harus banyak belajar untuk peranannya masing-masing menurut taraf kematangannya. Pendapat tersebut diperkuat oleh Havighurst (Dadang Sulaiman, 1995:13), layaknya pada setiap periode perkembangan dalam rentang kehidupan. Pada masa remaja juga terdapat tugas perkembangan yang memaksa remaja untuk mampu melaksanakan tugasnya agar dapat menjalani masa remajanya dengan baik, karena keberhasilan menjalankan tugas perkembangan dalam periode selanjutnya, yang menuntut perubahan besar dalam periode perkembangan selanjutnya, yang menuntut perubahan besar dalam setiap sikap dan pola perilaku individu. Akibatnya hanya sedikit remaja yang dapat menguasai tugas-tugas perkembangan tersebut selama masa remaja awal. Tugas perkembangan yang harus dikuasai dalam waktu singkat menimbulkan tekanan yang mampu mengganggu perkembangan remaja pada masa saat itu.

Hal ini sesuai dengan pendapat Kartini Kartono (1998:104) yang menyatakan bahwa tuntutan sosial terlalu berat menekan hati dan kemampuan mental remaja sehingga potensi remaja tidak cukup besar untuk mengadakan adaptasi terhadap lingkungannya. Di satu pihak, lingkungan bisa menimbulkan kompleksitas dalam diri remaja, perasaan tidak berdaya, dan cemas. Sedangkan dipihak lain muncul juga tendensi-tendensi agresi sebagai kompensasi dari

kompleksitas dalam diri remaja yang kemudian mendapatkan perilaku-perilaku “melambung dan ngejago” dan semua ini untuk mendapatkan pengakuan lebih terhadap “Aku” remaja, sehingga banyak mendapatkan banyak perhatian dari pihak luar.

C.2. Kriteria dan Batasan Usia Remaja

Menurut Hurlock (2015:206), masa remaja atau masa *adolescence*, yang berasal dari bahasa latin yaitu *Adoloscere* yang artinya tumbuh menjadi dewasa, berkisar antara 13 dan 18 tahun. Masa remaja terdiri dari dua fase, yaitu fase yang disebut sebagai masa remaja awal atau *pra-adolesence* yang berkisar antara 13-15 tahun dan fase remaja akhir atau *late adolescence* yang berkisar antara 15-18 tahun.

World Health Organization memberikan definisi yang sesuai mengenai remaja secara konseptual. Dalam definisi tersebut (Sarlito Wirawan, 2011:9) dikemukakan tiga kriteria dalam remaja, yaitu kriteria biologik, psikologik, dan sosial-ekonomi, sehingga secara lengkap definisi remaja ialah suatu masa dimana:

- a. Individu berkembang dari saat dimana pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat mencapai kematangan seksual.
- b. Individu mengalami perkembangan psikologik dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.

- c. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh keadaan yang relatif lebih mandiri.

Menurut Sarlito Wirawan (2011, 18), di Indonesia batas usia 11-24 tahun dan belum menikah dinyatakan sebagai remaja dengan pertimbangan sebagai berikut:

- a. Usia 11 tahun adalah usia dimana pada umumnya tanda-tanda seksual sekunder.
- b. Usia 11 tahun sudah di anggap sudah *aqil baliq*, baik menurut adat maupun agama, sehingga masyarakat tidak lagi memperlakukan remaja tersebut sebagai anak-anak menurut kriteria sosial.
- c. Pada usia tersebut mulai ada tanda perkembangan jiwa seperti tercapainya identitas ego atau *ego identity* (Erik Erickson), tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual (Freud), dan tercapainya puncak perkembangan kognitif (Piaget) maupun tercapai perkembangan moral (Kohlberg).
- d. Batasan usia 24 tahun merupakan batas maksimal dari remaja, yaitu untuk memberikan peluang bagi individu yang sampai batas usia tersebut masih menggantungkan diri pada orang tua, belum mempunyai hak-hak penuh sebagai orang dewasa (secara tradisi dan adat), belum bisa memberikan pendapat sendiri dan sebagainya, dengan kata lain orang-orang yang sebelum mencapai usia 24 tahun

belum memenuhi persyaratan kedewasaan secara sosial maupun psikologik, masih dapat digolongkan remaja.

Remaja tidak mau dipandang dan diperlakukan sebagai kanak-kanak. Sementara itu mereka belum mencapai sepenuhnya dan tidak dapat dimasukkan dalam kategori dewasa. Dengan kata lain, periode *adolescence* merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak (*childhood*) ke masa dewasa (*adulthood*). Pada periode ini terjadi perubahan-perubahan yang berarti dalam segi fisik, intelektual, emosional, mental, dan sosial.

Sehingga masa remaja ini merupakan masa dimana gelombang kehidupan sudah mencapai puncaknya. Pada masa remaja, para remaja mempunyai kesempatan yang sebesar-besarnya dan sebaik-baiknya untuk mengalami hal-hal yang baru serta menemukan sumber-sumber baru dari kekuatan-kekuatan, bakat serta kemampuan yang ada dalam dirinya.

C.3. Tugas-tugas Perkembangan Pada Masa Remaja

Masa remaja merupakan masa dimana individu tumbuh dan berkembang menjadi seseorang yang mempunyai arti dalam kehidupannya. Pada masa ini, individu yang disebut remaja harus memahami arti dari segala sesuatu yang ada baik dari dalam diri remaja sebagai potensi dalam dirinya maupun dari lingkungannya. Salah satu tugas perkembangan remaja adalah remaja harus belajar untuk memahami peranannya masing-masing menurut taraf kematangannya.

Adapun tugas perkembangan remaja meliputi kenyataan yang dihadapi remaja dengan dirinya sendiri maupun dengan lingkungannya. Menurut Havighurst didalam Hurlock (2015:10), menyatakan bahwa masa remaja memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi yakni :

- a. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebayanya baik pria maupun wanita.
- b. Mencapai peran sosial yang baik pada pria dan wanita.
- c. Menerima keadaan fisiknya dan mampu menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mengharapkan akan tercapainya perilaku sosial yang bertanggung jawab.
- e. Mencapai kemandirian sosial dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
- f. Mempersiapkan karier dan ekonomi.
- g. Mempersiapkan perkawinan keluarga.
- h. Memperoleh peringkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan dalam berperilaku serta mengembangkan ideologi.

C.4. Motif-motif Tindak Kekerasan Remaja

Adapun motif-motif yang mendorong remaja melakukan tindak kekerasan dan kejahatan (Kartini Kartono, 1997:9) antara lain :

- a. Untuk memuaskan kecenderungan keserakahan.
- b. Meningkatnya dorongan agresif dan seksual.
- c. Salah asuh dan salah didik orang tua sehingga anak menjadi manja dan lemah mentalnya.
- d. Hasrat untuk berkumpul dengan teman senasib dan sebaya serta kesenangan untuk meniru-niru.
- e. Kecenderungan pembawaan patologis yang abnormal.
- f. Konflik batin sendiri dan kemudian menggunakan mekanisme pelarian diri serta pembelaan diri yang irrasional.
- g. Tekanan dan kekecewaan terhadap lingkungan sosial.

Tantangan serta kekangan dari luar diri remaja itu sendiri berupa peraturan-peraturan, larangan, serta norma-norma masyarakat yang harus dipatuhi karena remaja hidup bersama-bersama dengan orang dewasa. Didalam masyarakat orang dewasa, pembatasan-pembatasan, kekangan, serta peraturan-peraturan ini sering dirasakan remaja sangat berat dan sangat keras.

Maka dapat disimpulkan bahwa agresif yang ada pada kalangan remaja ialah suatu perilaku yang muncul pada diri remaja baik secara verbal maupun fisik dengan motif yang berbagai macam dari pemuasan keserakahan, dorongan

agresif dan seksual, pola didik orang tua yang salah, senang berkumpul dan meniru teman sebaya, keadaan patologis, konflik dalam diri remaja, serta tekanan dan kekecewaan terhadap lingkungan.

D. Hubungan Antar Variabel Antara Perilaku Agresif dan Kecerdasan Emosional

Pada saat ini di masa era globalisasi, remaja dituntut untuk dapat dengan mudah mengedalikan emosi dengan lingkungan sekitarnya dan juga mampu mengedalikan emosi dengan setiap perubahan yang dialaminya. Remaja dikatakan mampu mengedalikan emosi dengan berbagai tuntutan selama masa transisi apabila dapat mengendalikan emosi dengan norma-norma dan nilai-nilai masyarakat, dapat mengatasi konflik, ketegangan, emosi yang terkontrol, tidak banyak pertahanan diri, tidak dipenuhi dengan kekecewaan atau frustrasi serta mampu melakukan pertimbangan secara optimal. Kegagalan remaja dalam hal mengendalikan emosi dengan lingkungan sekitarnya dapat menyebabkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku yang kurang normatif dan bahkan lebih ekstrim bila menyebabkan terjadinya gangguan jiwa, kenakalan remaja, tindakan kriminal, tindakan kekerasan dan lain sebagainya.

Sekolah merupakan lingkungan sosial kedua bagi para siswa-siswi setelah lingkungan keluarga. Hal ini disebabkan karena hampir kurang lebih 6 jam waktu yang dihabiskan para siswa disekolah sehingga membuat sekolah menjadi tempat para siswa berinteraksi sosial dan bersosialisasi dengan teman-teman sebayanya juga

para gurunya. Sehingga sekolah merupakan merupakan salah satu lingkungan yang juga melatih para siswa untuk pada mengendalikan emosi dengan lingkungannya.

Apabila seseorang pandai mengendalikan emosi dengan suasana hati individu yang lain atau berempati maka individu tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya. Menurut Goleman (2016:43) mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan tahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir empati dan berdoa. Koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Sehingga individu yang memiliki kecerdasan emosional akan lebih mudah melakukan penyesuaian diri. Menurut pendapat dari Salovey dan Mayer (Shapiro, 2001:5) juga mengatakan bahwa “individu mempunyai kemampuan menyesuaikan diri kalau emosinya terkendali.”

Berkowits (dalam Alex Sobur, 2011) agresif adalah segala bentuk perilaku menyakiti seseorang, baik secara fisik maupun mental. Baron agresif adalah suatu tingkah laku individu yang ditujukan untuk mencelakai individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Kecenderungannya mencakup empat hal yaitu, tingkah laku, tujuan untuk mencelakai orang lain, individu yang menjadi pelaku dan individu yang menjadi korban (2011:432). Dalam hal ini, jika menyakiti orang lain karena unsur ketidaksengajaan, maka perilaku tersebut bukan

dikategorikan perilaku agresi. Rasa sakit akibat tindakan medis misalnya, walaupun sengaja dilakukan bukan termasuk agresi. Sebaliknya, niat menyakiti orang lain tetapi tidak berhasil, hal ini dapat dikatakan sebagai perilaku agresi.

Situasi yang setiap hari menampilkan kekerasan yang beraneka ragam sedikit demi sedikit akan memberikan penguatan bahwa hal itu merupakan hal yang menyenangkan atau hal yang biasa dilakukan. Dengan menyaksikan adegan kekerasan tersebut terjadilah proses belajar dari model yang melakukan kekerasan sehingga akan memunculkan perilaku agresi. Bila perilaku seseorang membuat orang lain marah dan kemarahan itu mempunyai intensitas yang tinggi, maka hal itu merupakan bibit munculnya tidak hanya perilaku agresi pada dirinya namun juga perilaku agresi orang lain.

Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi tidak akan memiliki kesulitan didalam berinteraksi dengan lingkungan disekitarnya. Individu akan cenderung mengontrol perilaku, perbuatan dan perkataan yang akan digunakan untuk berinteraksi dengan orang lain atau kelompok sekitarnya, karena dengan kecerdasan emosional yang tinggi individu tersebut tidak akan melakukan tindakan atau perilaku yang dapat merugikan dan menyakiti orang lain seperti perilaku agresif.

Robert Baron (dalam Koswara, 1988) menyatakan agresi adalah tingkah laku individu yang ditujukan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tingkah laku tersebut. Jika seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka akan cenderung menghindari perilaku

agresif, karena individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat merasakan apa yang dirasakan orang lain saat orang lain tersebut mendapatkan perlakuan yang negatif dan menyakitkan dari perilaku agresif tersebut. Selain itu, yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi juga lebih mudah dalam mengontrol diri sebelum melakukan tindakan kepada seseorang atau kelompok didalam lingkungannya.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diketahui bahwa suatu perilaku agresif yang timbul pada perilaku remaja merupakan suatu perilaku yang timbul akibat beberapa faktor yang salah satunya adalah kecerdasan emosional.

E. Kerangka Konseptual



Dalam penelitian ini ingin melihat sejauh mana hubungan kecerdasan emosional dengan perilaku agresif siswa.

Berdasarkan skema yang tergambar diatas, tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa akan mempengaruhi tinggi rendahnya perilaku agresif siswa. Sesuai dengan paparan teori yang telah dijelaskan, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional siswa, maka siswa dapat mengontrol emosi dan perasaannya dalam bentuk perilaku mana yang pantas ditunjukkan di depan umum.

F. Hipotesis

Berdasarkan konsep teori dan uraian yang telah dipaparkan diatas, dalam penelitian ini penulis mengajukan Hipotesis penelitian adalah kesimpulan sementara yang menurut peneliti sebenarnya masih memerlukan pembuktian. Hipotesis berfungsi sebagai pedoman atau arahan untuk menarik kesimpulan. Dalam hal ini penulis merumuskan hipotesis sebagai berikut:

Hipotesis Alternatif (Ha) : Ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan perilaku agresif pada remaja siswa SMK” dengan Hipotesis Alternatif (Ha) terarah (*directional hypotheses*).