

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Bab ini membahas hal-hal yang terkait dasar penelitian seperti latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

#### **A. Latar Belakang**

Perilaku agresi remaja di Indonesia beberapa tahun terakhir semakin meningkat, tersebar di sosial media sebuah video amatir seorang siswi SMPN 5 Pinrang, Sulawesi Selatan dianiaya oleh 3 orang teman sebayanya hingga korban mengalami trauma dikarenakan korban mengalami kekerasan fisik dan juga verbal (Kompas.com, 2016). Dalam kasus lain yang terbaru, ditemukan seorang siswa SMP Plus Baiturrahman, Bandung, Jawa Barat menjadi korban perundungan sekelompok siswa di dalam kelas, korban dipasangkan helm, ditendang, dipukul dibagian kepala hingga jatuh tersungkur dan ditindih oleh salah satu pelaku (Kompas.com, 2022). Selaras dengan munculnya kasus tersebut, sepanjang tahun 2021, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melaporkan 1.138 kasus anak yang menjadi korban kekerasan fisik dan atau mental.

Remaja, dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya tumbuh untuk mencapai kematangan (Ali & Asrori, 2009). Masa remaja terbagi menjadi tiga bagian yaitu awal, tengah, dan akhir. Monks menyatakan bahwa masa remaja awal terjadi ketika individu berusia 12 hingga 15 tahun (Farih & Wulandari, 2022). Masa remaja awal disebut juga sebagai masa pencarian identitas diri, hal ini menyebabkan ia sangat mudah untuk terpengaruh oleh lingkungannya (Prasetya et al., 2019). Remaja awal lebih memilih untuk terlibat dengan kelompok teman sebayanya dibandingkan dengan orang tua. Sehingga, mereka lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah untuk bermain dengan teman, pergi ke sekolah, dan mengikuti ekstrakurikuler. (Aridhona et al., 2022). Remaja awal membangun interaksi sesama teman sebayanya dengan cara yang khas yaitu berkumpul untuk melakukan aktivitas bersama dengan membentuk kelompok atau geng. Interaksi yang terjadi antar anggota atau suatu kelompok biasanya sangat intens

serta memiliki kohesivitas dan solidaritas yang sangat tinggi (Ali & Asrori, 2009).

Perkembangan sosial dan emosional pada remaja dapat mengarah pada munculnya perilaku agresif seperti memukul, menendang, menghina, yang berakibat pada kerusakan atau tersakitinya pihak lain (Kahar, 2022). Perkembangan sosial dapat mengarah kepada munculnya perilaku agresi karena adanya pengaruh kelompok teman sebaya terhadap keputusan remaja awal untuk berperilaku (Trisnawati et al., 2014). Salah satu perilaku yang menjadi permasalahan remaja awal saat ini adalah penggunaan makian dalam proses komunikasi antar teman sebaya, makian dianggap sebagai kata yang wajar digunakan untuk mengungkapkan kejengkelan, kemarahan, dan kebencian (Aridhona et al., 2022). Selain itu, rasa takut akan penolakan dan kegagalan membina pertemanan memicu remaja awal untuk berusaha menunjukkan karakteristik yang sama dengan kelompok teman sebayanya agar dapat diterima, salah satunya melalui agresi verbal (Rahayu, 2019). Perilaku agresi verbal tampaknya dapat menular dalam kelompok sebaya. Remaja awal akan meniru perilaku menyimpang dan mengadopsi perilaku agresif dari teman dekat mereka seiring berjalannya waktu (Zhang et al., 2020).

Pada umumnya perilaku agresif tidak hanya dilakukan secara fisik melainkan juga dilakukan secara verbal. Agresi verbal didefinisikan sebagai tindakan motorik seperti melukai dan menyakiti orang lain melalui ungkapan verbal, seperti berdebat menunjukkan ketidaksukaan atau ketidaksetujuan, menyebarkan *gossip*, serta bersikap sarkastis (Buss & Perry, 1992). Perilaku agresi verbal dapat mencakup mengolok-olok, menghina, berkata kotor, dan memanggil teman dengan panggilan yang tidak disukai (Rahmadhony, 2020). Adapun aspek-aspek agresi verbal menurut Buss dan Perry terdiri dari agresi verbal aktif langsung, agresi verbal aktif tidak langsung, agresi verbal pasif langsung, dan agresi verbal pasif tidak langsung (Abdullah, et. al., 2021). Korban dari agresi verbal tentunya akan mengalami gangguan psikologis serta mungkin saja menimbulkan trauma (Anggraini & Desiningrum, 2018).

Agresivitas yang terjadi pada remaja disebabkan karena kurangnya keterampilan untuk melakukan regulasi emosi (Thohar, 2018). Remaja awal

biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna (Ali & Asrori, 2009). Remaja awal cenderung memiliki emosi yang mudah meninggi, murung, merajuk, ledakan amarah, menangis, dan sensitif (Aridhona et al., 2022). Remaja awal cenderung akan melampiaskan perasaan yang tidak menyenangkan kepada orang lain serta terkadang juga tidak tahu bagaimana cara mengekspresikan perasaan mereka secara memadai (Farid & Wulandari, 2022). Emosi yang tidak teratur, seperti kesedihan dan kemarahan, sering dikaitkan dengan masalah internalisasi dan eksternalisasi (Cui et al., 2014). Pernyataan tersebut selaras dengan hasil penelitian Anggraini dan Desiningrum (2018) pada mahasiswa suku Batak, yang menyatakan bahwa semakin tinggi regulasi emosi maka akan semakin rendah intensi agresivitas verbal instrumental. Selain itu, hasil penelitian Kahar dkk (2022), menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif siswa SMA di Yogyakarta.

Gross mendefinisikan regulasi emosi sebagai sebuah strategi yang digunakan individu dalam mengurangi, meningkatkan, atau mempertahankan emosinya (Rottweiler, 2018). Regulasi emosi dibagi menjadi dua aspek yaitu, memodifikasi cara berpikir (*cognitive reappraisal*) dan mengontrol respon perilaku (*expressive suppression*) (Gross & John, 2003). Setiap individu tentunya memiliki cara yang berbeda dalam meregulasi emosinya. Namun, terdapat perubahan yang jelas dalam usaha mengelola emosi khususnya di masa perkembangan. Kapasitas regulasi emosi sendiri berkembang secara substansial selama masa remaja yang bertepatan dengan perubahan lingkungan sosial dan struktur otak (Young et al., 2019). Ketidakmampuan remaja awal dalam meregulasi emosi dapat ditunjukkan dengan permasalahan seperti kebohongan, kabur dari rumah, bolos, dan depresi (Farid & Wulandari, 2022). Sedangkan, remaja awal yang sudah bisa meregulasi emosinya secara efektif dapat menyadari dan memahami alasan atas emosi apa yang sedang terjadi, dan mampu untuk mengelola emosinya agar memiliki daya tahan yang baik ketika menghadapi masalah (Farid & Wulandari, 2022).

Selain faktor regulasi emosi pada remaja awal, rendahnya empati dapat menjadi salah satu faktor penyebab munculnya perilaku agresi verbal. Pernyataan tersebut didukung dengan hasil penelitian Zych et al., (2018) yang menyatakan bahwa empati yang rendah berkorelasi dengan peningkatan perilaku agresi pada remaja akhir di Polandia, dengan pengaruh empati afektif yang lebih besar jika dibandingkan dengan empati kognitif. Empati merupakan keterampilan sosial dan emosional untuk merasakan dan memahami emosi, keadaan, niat, pikiran, dan kebutuhan orang lain (Suwinyattichaiorn et al., 2021). Adapun empati didefinisikan Davis (1980) sebagai reaksi cepat, tidak disengaja, dan munculnya perasaan emosional terhadap pengalaman orang lain serta kemampuan untuk memahami pengalaman emosional orang lain tanpa mengalaminya secara langsung. Empati terdiri dari empat aspek yaitu, *perspective taking*, *fantasy*, *empathic concern*, dan *personal distress* (Davis, 1983).

Keterampilan remaja awal dalam menunjukkan sikap empati sangat erat kaitannya dengan cara ia mengekspresikan emosinya saat mengambil peran di lingkungannya (Agustin, 2019). Individu yang mempunyai empati akan lebih terampil dalam memahami bahasa non verbal yang digunakan orang lain serta mampu menangkap isi pikiran dan perasaan orang lain (Humbaina & Rizkyanti, 2020). Remaja awal yang memiliki empati tinggi akan lebih mudah untuk ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain dan tanggap terhadap lingkungan sosial sehingga mampu mengendalikan perilakunya (Rismi et al., 2022). Sedangkan, individu yang memiliki empati afektif rendah kemungkinan besar memiliki keterampilan sosial yang kurang, tidak mampu memproses informasi sosial secara tepat, dan mengalami kesulitan untuk memahami serta menghargai perasaan orang lain. Akibatnya, individu tersebut terbiasa menghadapi konflik sosial secara agresif (Jiang, Q., et al., 2021).

Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan Oktober 2022 kepada 115 remaja awal di Kabupaten Kuningan menemukan adanya beberapa bentuk perilaku agresi verbal yang terjadi pada sebagian remaja awal diantaranya remaja awal bergurau dengan menggunakan kata-kata kasar dengan teman untuk menunjukkan kedekatan, remaja awal menganggap ejekan

atau bercandaan verbal adalah hal yang lumrah dilakukan dalam hubungan pertemanan, remaja awal menjadi sangat mudah marah pada orang disekitar ketika sedang kesal, remaja awal terkadang menceritakan kekurangan temannya sendiri kepada teman yang lain, serta saat memuji suatu hal remaja awal seringkali spontan menggunakan kata-kata kasar (*wah anjir, gila sih, edan, dll*) untuk menunjukkan rasa takjub.

Peneliti memilih lokasi penelitian di Kabupaten Kuningan dikarenakan penelitian di Kabupaten Kuningan belum banyak dilakukan oleh para peneliti terdahulu. Selain itu, variabel regulasi emosi dan empati sangat penting untuk diteliti secara bersama-sama karena regulasi emosi merupakan bagaimana seseorang bisa mengendalikan emosi didalam dirinya sendiri dan empati merupakan bagaimana seseorang bisa memahami kondisi emosional orang lain. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait “Pengaruh Regulasi Emosi dan Empati terhadap Agresi Verbal pada Remaja Awal di Kabupaten Kuningan”.

## **B. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas, pertanyaan pada penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh regulasi emosi dan empati terhadap agresi verbal pada remaja awal di Kabupaten Kuningan?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan pertanyaan penelitian di atas, maka tujuan dari penelitian ini untuk memperoleh data empiris dan mengetahui pengaruh regulasi emosi dan empati terhadap agresi verbal pada remaja awal di Kabupaten Kuningan.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini dapat memperkaya wawasan ilmiah, menambah sumber referensi, dan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi sosial terkait regulasi emosi, empati, dan agresi verbal.

## 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak terkait:

### a. Bagi Remaja Awal

Diharapkan dapat berguna bagi remaja berusia 12-15 tahun agar dapat lebih memperhatikan keterampilan regulasi emosi dan empati sehingga dapat meminimalkan frekuensi terjadinya agresi verbal dalam menjalin relasi sosial.

### b. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat berguna bagi masyarakat secara umum dalam menambah informasi terkait keterampilan regulasi emosi dan empati sehingga dapat meminimalkan frekuensi terjadinya agresi verbal.

### c. Bagi Akademisi

Diharapkan dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan sekaligus rujukan bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan pengembangan penelitian atau tertarik dengan penelitian serupa.

## E. Sistematika Penulisan Skripsi

Sistematika penulisan penelitian ini dibagi menjadi lima bab sebagai berikut:

### 1. BAB I Pendahuluan

Bab ini merupakan bab pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

### 2. BAB II Landasan Teori

Bab ini merupakan pemaparan teori mengenai konsep regulasi emosi, empati, dan agresi verbal. Selain itu, bab ini juga berisi mengenai pemaparan kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian.

### 3. BAB III Metode Penelitian

Bab ini merupakan penjabaran metode yang digunakan dalam penelitian yang terdiri dari desain penelitian, populasi dan teknik pengambilan sampel, variabel penelitian, definisi operasional, teknik

pengumpulan data, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, analisis data, hipotesis statistik, dan prosedur penelitian.

#### **4. BAB IV Hasil dan Pembahasan**

Bab ini berisi uraian hasil analisis data, pembahasan mengenai penelitian yang telah dilaksanakan, serta keterbatasan penelitian.

#### **5. BAB V Kesimpulan dan Rekomendasi**

Bab ini membahas kesimpulan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab IV serta saran atau rekomendasi bagi remaja awal dan peneliti selanjutnya.