



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Literature Review: Hubungan Kecerdasan Emosi dan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi Pada Remaja

IZZATUL UM & PRAMESTI PRADNA PARAMITA*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Masa remaja merupakan fase transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini terjadi banyak perubahan dalam diri remaja khususnya pada aspek emosional. Kemampuan remaja dalam mengelola dan mengontrol emosi juga menjadi aspek yang perlu diperhatikan sehingga agresi terjadi pada remaja. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosi dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja. Metode penelitian yang digunakan adalah *literatur review* dengan menetapkan kriteria artikel sesuai dengan topik bahasan akan diteliti. Terdapat total 10 artikel yang diulas dalam *literature review* ini. Hasilnya, terdapat hubungan yang negatif antara kecerdasan emosi dan kontrol diri dengan perilaku agresi.

Kata kunci: Kecerdasan emosi, kontrol diri, agresi, remaja

ABSTRACT

Adolescence is a transitional phase from children to adults. At this time there are many changes in adolescents, especially in the emotional aspect. The ability of adolescents to manage and control emotions is also an aspect that needs to be considered so that aggression occurs in adolescents. This study was aim to determine the relationship between emotional intelligence and self-control according to aggressive bahviour in adolescents. The research method used is literature review by setting the criteria for the article according to the topic. There are total 10 articles reviewd in this study. As a result, there there are a negatif relationship between emotional intelligence and self-control according to aggressive behaviour in adolescents.

Keywords: Emotional intelligence, self-control, aggression, adolescent

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: pramesti.paramita@unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang mengalami berbagai perubahan secara pesat, mulai dari segi fisik, hormonal, psikologis, maupun sosial (Diananda, 2018). Remaja juga mengalami perubahan emosi yang tidak stabil seperti gejolak emosi yang meledak-ledak yang sulit dikendalikan sehingga mudah terpengaruh oleh lingkungan baik keluarga, sekolah, maupun teman sebaya (Hurlock, 2011). Perubahan emosi ini dapat menyebabkan remaja melakukan perilaku yang tidak sesuai dengan norma dan tata peraturan yang ada di masyarakat. Hal ini dapat dibuktikan dengan munculnya beberapa kasus tindak kekerasan yang dilakukan oleh remaja. Salah satu contoh kasus kekerasan yang dilakukan oleh remaja adalah tawuran yang terjadi antara dua kelompok remaja yang sedang melakukan turnamen futsal di Banyumas dan dari kasus tersebut polisi mengamankan sebanyak 41 remaja (Romadhon, 2022). Kekerasan yang dilakukan oleh remaja ini merupakan salah satu bentuk perilaku agresif yang dapat memberikan dampak negatif berupa adanya korban jiwa, kerusakan fasilitas umum, dan lain-lain.

Agresi merupakan salah satu bentuk perilaku negatif yang dihasilkan sebab individu tidak dapat mengontrol emosinya (Rinanda, 2017). Agresi dapat diklasifikasikan berdasarkan metode yang digunakan untuk menimbulkan kerugian dengan membedakan antara bentuk dan fungsinya. Adapun bentuk agresi dapat berupa agresi verbal, seperti mengancam atau agresi yang terang-terangan atau fisik seperti memukul (Pérez-Fuentes, et al., 2019). Selain itu, menurut Illahi, et al. (2018) agresif dapat dikategorikan dalam beberapa dimensi yaitu fisik, verbal, aktif, pasif, langsung, dan tidak langsung. Adapun beberapa faktor yang dapat menyebabkan perilaku agresif yaitu emosi, kontrol diri, regulasi, kecerdasan emosi, dan pengaruh media. Adapun beberapa faktor yang dapat mempengaruhi agresifitas pada individu yaitu sosial, pribadi, dan situasi. Selain itu, kecerdasan emosi menjadi salah satu aspek yang juga dapat mempengaruhi agresifitas (Rinanda, 2017).

Emotional Intelligence didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk dapat secara akurat menilai dan mengekspresikan emosi; kemampuan untuk mengakses atau membangkitkan perasaan ketika memfasilitasi pemikiran; kemampuan untuk memahami dan mengenal emosi; kemampuan mengatur emosi untuk mendorong perkembangan emosi dan intelektual (García-Sancho, et al., 2017). García-Sancho, et al. (2014) sendiri menyebutkan bahwa kecerdasan emosional (EI), didefinisikan sebagai seperangkat kemampuan untuk memahami, menggunakan, memahami, dan mengelola emosi. EI dikaitkan dengan penyesuaian psikososial yang lebih baik. Menurut Trigueros, et al. (2020) ada dua model utama EI yaitu: 1) *mixed model* dan Bar-On yang mendefinisikan EI sebagai seperangkat karakteristik yang terkait dengan berbagai keterampilan kognitif, kepribadian yang stabil, motivasi aspek dan kompetensi sosial-emosional. 2) *Ability model* yang mendefinisikan EI sebagai kemampuan serta keterampilan individu dalam memproses informasi emosi yang dirasakan. Dari model tersebut diasumsikan bahwasannya antara emosi dan intelegensi berhubungan. Hampir sama dengan kedua pendapat sebelumnya, Peláez-Fernández, et al. (2014) menyatakan terdapat dua model EI yaitu *Ability Emotional Intelligence (AEI)* yang didefinisikan sebagai kemampuan untuk memproses informasi emosional secara akurat dan efisien seperti kemampuan untuk memahami, mengasimilasi, dan mengelola informasi yang diberikan oleh emosi. Kedua, model *Trait* atau *Mix Model* yang mendefinisikan EI sebagai kombinasi dari ciri-ciri kepribadian, keterampilan sosial, dan aspek motivasi.

Sebagaimana disebutkan sebelumnya bahwa selain kecerdasan emosi, kontrol diri juga dapat menjadi salah satu aspek yang berperan sehingga agresi dapat terjadi pada individu. Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan emosi atau impuls dalam rangka untuk mencapai tujuan

yang diinginkan (Keatley dkk., 2017). Selain itu, kontrol diri dapat bersifat dua arah yaitu sebagai penghambat perilaku yang tidak diinginkan dan penguat perilaku yang sesuai serta diharapkan (Duckworth & Steinberg, 2015). Peran kontrol diri terhadap munculnya perilaku agresi secara spesifik dapat dijelaskan melalui General Aggression Model (GAM) yakni kontrol diri masuk dalam episode *inputs* dan *outcomes*. Pada episode *inputs*, perbedaan individu membuat tingkat kontrol diri yang dimiliki akan berbeda sehingga mempengaruhi kemampuan dalam mengelola emosi yang dapat menentukan muncul tidaknya agresi. Selanjutnya, pada episode *outcomes* kontrol diri berperan pada tahap evaluasi dalam pengambilan keputusan individu untuk membentuk perilaku agresi atau perilaku lainnya. (Allen & Anderson, 2017).

Berdasarkan uraian di atas penelitian ini berfokus untuk mengetahui hubungan kematangan emosi dan kontrol diri terhadap agresi pada remaja. Tujuan lain dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui studi atau penelitian sebelumnya yang relevan sehingga dapat mendukung dilaksanakannya penelitian dan dapat membuka kesempatan untuk ditelitinya bidang baru yang belum ada dalam penelitian terdahulu. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah wawasan pembaca terkait topik yang diangkat oleh penulis.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* yaitu dilakukan dengan cara mengulas atau merangkum penelitian relevan yang telah dipublikasikan sebelumnya dengan tujuan untuk mencari gap permasalahan dan bidang baru yang sebelumnya belum diteliti. Pemilihan metode ini didasarkan karena untuk menghindari adanya duplikasi dan pengembangan bidang penelitian di masa mendatang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mencari artikel yang relevan dalam rentang tahun 2013 - 2023 dengan topik penelitian di database seperti Google Scholar, Sage Publication, Scopus, Scencedirect, Springerlink. Adapun kata kunci yang digunakan untuk pencarian artikel jurnal yaitu "*emotional intelligence AND self-control AND aggressive behavior AND (adolscence OR teenager)*". Penulis menetapkan kriteria eksklusi jurnal penelitian diluar tahun terbit yang sudah ditetapkan. Akhirnya ditemukan 10 jurnal yang memenuhi syarat dan telah diidentifikasi sebagai berikut:

Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Sample	Hasil
(Murray dkk., 2016)	Shaping aggressive personality in adolescence: Exploring cross-lagged relations between aggressive thoughts, aggressive behaviour and self-kontrol	Mengetahui hubungan pemikiran agresi, perilaku agresi, dan kontrol diri	Kuantitatif	N= 1307	Pemikiran agresi tidak secara langsung menjadi penyebab munculnya perilaku agresi. Hubungan tiga variable perlu diteliti Kembali.
(Peng dkk., 2022)	The correlation of childhood maltreatment and aggression	Mengetahui dampak childhood maltreatment	Kuantitatif	N= 454	Childhood maltreatment, self-esteem, dan self-kontrol

	among incarcerated adolescents: testing the mediating effects of self-esteem and self-kontrol	terhadap agresi remaja dengan <i>self-esteem</i> dan <i>self-kontrol</i> sebagai variable mediator				berkorelasi dengan agresi
(Jamal & Sugiarti, 2021)	Kontrol diri terhadap agresivitas pada remaja pemain pro game online	Mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap agresi remaja pemain game online	Kuantitatif	N= 103		Kontrol diri memiliki hubungan yang negatif dengan agresi
(Purnawan & Situmorang, 2022)	Peranan regulasi emosi, kontrol diri, penerimaan diri terhadap perilaku agresif siswa smp di yogyakarta	Mengetahui peran regulasi emosi, kontrol diri, dan penerimaan diri terhadap agresi	Kuantitatif	N= 140		Terhadap hubungan signifikan yang negatif antara regulasi emosi, kontrol diri, dan penerimaan diri terhadap agresi
(Bibi dkk., 2020)	Emotional Intelligence and Aggression among University Students of Pakistan: A Correlational Study	Identifikasi hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresi dengan memperhatikan peran gender	Kuantitatif	N= 100		Kecerdasan emosi memiliki hubungan yang signifikan dengan agresi.
(Keatley dkk., 2017)	The effects of implicit and explicit self-kontrol on self-reported aggression	Mengidentifikasi peran kontrol diri secara ekplisit dan implisit terhadap agresi	Kuantitatif	N= 302		Kontrol diri secara eksplisit dan implisit berhubungan dengan agresi. Laki-laki memiliki tingkat agresi yang lebih tinggi.
(Illahi dkk., 2018)	Hubungan antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresif remaja dan implikasinya dalam	Mengetahui hubungan kecerdasan emosi dengan agresi remaja dan implikasinya dalam BK	Kuantitatif	N= 178		Terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan agresi remaja

	bimbingan dan konseling				
(Pérez-Fuentes dkk., 2019)	Family functioning, emotional intelligence, and values: Analysis of the relationship with aggressive behavior in adolescents	Menganalisis hubungan fungsi keluarga, kecerdasan emosi, dan nilai terhadap agresi	Kuantitatif	N= 317	Terdapat hubungan negatif antara fungsi keluarga, kecerdasan emosi, dan nilai terhadap agresi
(Gutiérrez-Cobo dkk., 2018)	The role of emotional intelligence and negative affect as protective and risk factors of aggressive behavior: A moderated mediation model	Mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan afek negatif sebagai factor protektif dan risiko agresi	Kuantitatif	N=406	Terdapat efek tidak langsung negatif yang signifikan pada kecerdasan emosi dengan agresi yang dimediasi oleh afek negatif
(Rinanda & Haryanta, 2019)	Hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresivitas pada atlet futsal	Mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dan agresi pada atlet futsal	Kuantitatif	N= 111	Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan agresi pada atlet

DISKUSI

Berdasarkan hasil *literatur review* yang telah dilakukan diketahui bahwa kecerdasan emosi dan kontrol diri memiliki hubungan yang negatif terhadap agresi. Arah hubungan ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkat agresi maka tingkat kecerdasan emosi dan kontrol diri remaja semakin rendah. Pada penelitian yang dilakukan oleh Jamal & Sugiarti (2021) tentang agresi remaja pemain pro game online diperoleh hasil yang signifikan negatif dengan koefisien regresi yaitu sebesar -0.60 yang berarti bahwa kontrol diri berperan sebanyak 60% terhadap perilaku agresi pada remaja dan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor selain kontrol diri. Selain itu, Purnawan & Situmorang, (2022) melakukan penelitian terkait hubungan regulasi emosi, penerimaan diri, dan kontrol diri terhadap agresi remaja. Hasilnya terdapat hubungan yang signifikan antara ketiga variable dengan agresi remaja dan kontrol diri memiliki kontribusi sebesar 24,4% terhadap munculnya perilaku agresi. Penelitian lain juga memperoleh hasil yang serupa bahwa antara kontrol diri dengan agresi memiliki hubungan yang signifikan negatif (Keatley dkk., 2017; Murray dkk., 2016; Peng dkk., 2022).

Hasil penelitian lain yang diulas dalam *literatur review* ini membahas hubungan kecerdasan emosi dengan kontrol diri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rinanda & Haryanta (2019) yang meneliti tentang agresi pada atlet remaja diketahui bahwa kecerdasan emosi berkorelasi negatif dengan agresi yang berarti semakin tinggi tingkat agresi maka semakin rendah kecerdasan emosi remaja. Penelitian lain juga memiliki hasil yang sama yakni dilakukan oleh Illahi dkk. (2018) dengan nilai korelasi sebesar (-0,431) yang berarti memiliki hubungan yang cukup kuat antara kedua variable dan memberikan implikasi kepada bimbingan konseling khususnya guru untuk lebih memberikan edukasi kepada siswa khususnya terkait agresi dan kecerdasan emosi. Hasil penelitian lain juga menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresi remaja (Bibi dkk., 2020; Gutiérrez-Cobo dkk., 2018; Pérez-Fuentes dkk., 2019).

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kecerdasan emosi dan kontrol diri dengan perilaku agresi pada remaja. Namun, dalam hal ini masih dibutuhkan kajian lebih mendalam khususnya pada subjek remaja sebab pada literatur yang diulas sebagian subjek penelitian merupakan individu dewasa. Hasil dari *literatur review* ini tentunya memiliki keterbatasan yang dapat digunakan sebagai pembelajaran untuk penelitian yang akan datang. Adapun rekomendasi untuk penelitian selanjutnya yaitu dengan memilih artikel yang sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan dapat juga menggunakan metode inklusi dalam memilih artikel yang akan diulas.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang terlibat dan membantu dalam menyelesaikan penulisan naskah penelitian sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Ucapan terimakasih khususnya ditujukan kepada Ibu Pramesti Pradna Paramita M.Ed.Psych., Ph.D, Psikolog selaku dosen pembimbing.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Izzatul Um dalam hal ini tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Allen, J. J., & Anderson, C. A. (2017). General aggression model. Dalam P. Rössler, C. A. Hoffner, & L. Zoonen (Ed.), *The International Encyclopedia of Media Effects* (1 ed., hlm. 1–15). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118783764.wbieme0078>
- Bibi, A., Saleem, A., Khalid, M. A., & Shafique, N. (2020). Emotional Intelligence and Aggression among University Students of Pakistan: A Correlational Study. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 29(10), 1189–1203. <https://doi.org/10.1080/10926771.2019.1709592>
- Diananda, A. (2018, Januari). Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan*

- Duckworth, A. L., & Steinberg, L. (2015). Unpacking self-control. *Child Development Perspectives*, 9(1), 32–37. <https://doi.org/10.1111/cdep.12107>
- García-Sancho, E., Salguero, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (2017). Ability emotional intelligence and its relation to aggression across time and age groups. *Scandinavian journal of psychology*, 58(1), 43–51.
- García-Sancho, E., Salguero, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (2014). Relationship between emotional intelligence and aggression: A systematic review. *Aggression and violent behavior*, 19(5), 584–591
- Gutiérrez-Cobo, M. J., Megías, A., Gómez-Leal, R., Cabello, R., & Fernández-Berrocal, P. (2018). The role of emotional intelligence and negative affect as protective and risk factors of aggressive behavior: A moderated mediation model. *Aggressive Behavior*, 44(6), 638–646. <https://doi.org/10.1002/ab.21788>
- Hurlock, E. B. (2011). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatang Sepanjang Rentang Kehidupan. (terjemahan: Meitasari Tjandrasa dan Muslichah Zarkasih). Jakarta: Erlangga.
- Illahi, U., Neviyarni, N., Said, A., & Ardi, Z. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresif remaja dan implikasinya dalam bimbingan dan konseling. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 3(2), 68. <https://doi.org/10.29210/3003244000>
- Jamal, N. A., & Sugiarti, R. (2021). Kontrol diri terhadap agresivitas pada remaja pemain pro game online. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 47. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3269>
- Keatley, D. A., Allom, V., & Mullan, B. (2017). The effects of implicit and explicit self-control on self-reported aggression. *Personality and Individual Differences*, 107, 154–158. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.11.046>
- Murray, A. L., Obsuth, I., Eisner, M., & Ribeaud, D. (2016). Shaping aggressive personality in adolescence: Exploring cross-lagged relations between aggressive thoughts, aggressive behaviour and self-control. *Personality and Individual Differences*, 97, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.022>
- Peng, J., Zhang, J., Yuan, W., Zhou, X., & Fang, P. (2022). The correlation of childhood maltreatment and aggression among incarcerated adolescents: Testing the mediating effects of self-esteem and self-control. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03618-6>
- Pérez-Fuentes, M., Molero Jurado, M., Barragán Martín, A., & Gázquez Linares, J. (2019). Family functioning, emotional intelligence, and values: Analysis of the relationship with aggressive behavior in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 478. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030478>
- Purnawan, R. A., & Situmorang, N. Z. (2022). Peranan regulasi emosi, kontrol diri, penerimaan diri terhadap perilaku agresif siswa smp di yogyakarta. 5(1).
- Rinanda, F. Z., & Haryanta. (2019). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan agresivitas pada atlet futsal. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 3(1), 37. <https://doi.org/10.22146/gamajop.42398>
- Romadhon, Vand. (2022). Turnamen Futsal Pelajar Berujung Tawuran, 41 Orang Diamankan. Diakses pada 7 Juli 2022, dari <https://www.detik.com/jateng/hukum-dan-kriminal/d-6134266/turnamen-futsal-pelajar-ber-ujung-tawuran-41-orang-diamankan>
- Trigueros, R., Sanchez-Sanchez, E., Mercader, I., Aguilar-Parra, J. M., López-Liria, R., Morales-Gázquez, M.

J., ... & Rocamora, P. (2020). Relationship between emotional intelligence, social skills and peer harassment. A study with high school students. *International journal of environmental research and public health*, 17(12), 4208.