



# Keterkaitan *Alexithymia* dengan Perilaku Agresif pada Remaja Laki-Laki

Siti Nurfitri<sup>a</sup>\*, Iin Inayatul Machsunah

Program Studi Psikologi, Jurusan Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura, Indonesia

In 2018, KPAI noted that 84% of students in Indonesia had experienced violence at school. The research conducted by Jannah (2018) on early adolescents at SMPN A revealed that 76% of students had hit, 66% had fought, 46% had damaged items when angry, 90% had been hostile, 84% were angry and indicated adolescents tend to be prone to aggressive behavior. Adolescents who are male have a tendency to behave aggressively higher when compared to women Santrock (2007). The development of impulsive aggression involves emotional processes Teten et al. (2008). Emotional states during adolescence are characterized by unstable and turbulent emotions, so that the mood can change quickly. Teenagers are said to have reached emotional maturity if they do not "blow up" their emotions in front of other people but wait for a more appropriate time and place to express their emotions in ways that are more acceptable. Adolescents whose emotions mature provide stable emotional reactions, do not change from one emotion or mood to another. The difficulty of reacting to emotions is called alexithymia. According to Sadock and Virginia (2010), alexithymia is a person's inability to describe or have difficulty describing or being aware of his emotions or mood. Goleman (2017) states that emotional blindness will cause several disadvantages including aggressive behavior. Research shows that high alexithymia levels are associated with high aggressive behavior and impulsive behavior Teten et al. (2008). Salminen et al. (1999) stated that men were more likely to be not expressive in conveying emotions so that the possibility of alexithymia occurring in men was more than women. Based on the theoretical study above, there is an association between alexithymia and aggressive behavior in male adolescents.

**Keywords:** alexithymia, aggressive behavior, male adolescent

Pada tahun 2018, KPAI mencatat ada 84% siswa di Indonesia pernah mengalami kekerasan di sekolah. Penelitian yang telah dilakukan oleh Jannah (2018) terhadap remaja awal di SMPN A Surabaya diketahui bahwa terdapat 76% siswa pernah memukul, 66% pernah berkelahi, 46% pernah merusak barang saat marah, 90% pernah bermusuhan, 84% mudah marah yang menunjukkan bahwa remaja cenderung rentan melakukan perilaku agresif. Remaja yang berjenis kelamin laki-laki mempunyai kecenderungan untuk berperilaku agresif lebih tinggi bila dibandingkan dengan perempuan Santrock (2007). Pengembangan agresi impulsif ini melibatkan proses emosional Teten et al. (2008). Keadaan emosi selama masa remaja ditandai dengan emosi yang tidak stabil dan penuh gejolak, sehingga mood bisa berubah dengan cepat. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila tidak "meledakkan" emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan

## OPEN ACCESS

ISSN 2548-6160 (online)

\*Correspondence:

Siti Nurfitri  
ibuyumzak@gmail.com

Citation:

Nurfitri S and Machsunah I (2019)  
Keterkaitan *Alexithymia* dengan  
Perilaku Agresif pada Remaja  
Laki-Laki.  
Proceeding of ICECRS. :.  
doi: 10.21070/picecrs.v2i1.2411

cara-cara yang lebih dapat diterima. Remaja yang emosinya matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain. Kesulitan mereaksikan emosi tersebut disebut sebagai alexithymia. Menurut [Sadock and Virginia \(2010\)](#), alexithymia adalah ketidakmampuan seseorang untuk mendeskripsikan atau kesulitan mendeskripsikan atau menyadari emosi atau moodnya. [Goleman \(2017\)](#) menyatakan bahwa kebutaan emosi akan menyebabkan beberapa kerugian diantaranya adalah perilaku agresif. Penelitian menunjukkan level alexithymia yang tinggi berasosiasi dengan tingginya perilaku agresif dan perilaku impulsif [Teten et al. \(2008\)](#). [Salminen et al. \(1999\)](#) menyatakan bahwa laki-laki lebih cenderung tidak ekspresif dalam menyampaikan emosi sehingga kemungkinan terjadinya alexithymia pada laki-laki lebih banyak dibanding perempuan. Berdasarkan kajian teoritis di atas terdapat keterkaitan antara alexithymia dengan perilaku agresif pada remaja laki-laki.

**Keywords:** Alexithymia, Perilaku agresif, Remaja laki-laki

## PENDAHULUAN

Pada tahun 2018, KPAI mencatat ada 84% siswa di Indonesia pernah mengalami kekerasan di sekolah. Dalam data KPAI tersebut, 40% siswa usia 13-15 tahun melaporkan pernah mengalami kekerasan fisik oleh teman sebaya. Sedangkan 75% siswa mengaku pernah melakukan kekerasan di sekolah. Selain itu, 50% anak melaporkan mengalami perundungan (*bullying*) di sekolah (<http://nasional.tempo.co/read/1084922/hari-pendidikan-kpai-84-persen-siswa-alami-kekerasan-di-sekolah/full?view=ok>).

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

## DEFINISI, TEORI-TEORI, FAKTOR, DIMENSI DAN MACAM PERILAKU AGRESIF

Berkowitz mendefinisikan agresi sebagai segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental [Sobur \(2013\)](#). Secara umum agresi menurut Sarason dapat diartikan sebagai suatu serangan yang dilakukan oleh suatu organisme terhadap organisme lain, obyek lain atau bahkan pada dirinya sendiri. Definisi ini berlaku bagi semua makhluk vertebrata, sementara pada tingkat manusia masalah agresi sangat kompleks karena adanya peranan perasaan dan proses simbolik [Dayakisni and Hudaniah \(2006\)](#).

Krahe, 2005 menjelaskan teori-teori perilaku agresif sebagai berikut:

- Psikoanalisis Freudian (Agresi sebagai Insting Destruktif)

Freud mengusulkan bahwa perilaku individu didorong oleh dua kekuatan dasar yang menjadi bagian tak terpisahkan dari sifat manusiawi: insting kehidupan (*eros*) dan insting kematian (*thanatos*). *Eros* mendorong orang ke arah mencari kesenangan dan berusaha memenuhi keinginan sedangkan *thanatos* diarahkan pada destruksi diri. Karena sifat antagonistiknya, kedua insting itu merupakan sumber konflik intrafisik berkelanjutan, yang hanya dapat diatasi dengan mengalihkan kekuatan itu dari orang yang bersangkutan kepada orang lain.

- Hipotesis Frustrasi-Agresi (Agresi sebagai Dorongan yang Diarahkan pada Tujuan)

Menurut Dollard, dkk dalam hipotesis frustrasi-agresi yang awal, agresi dijelaskan sebagai hasil suatu dorongan yang dimaksudkan untuk mengakhiri keadaan deprivasi, sedangkan frustrasi didefinisikan sebagai interferensi eksternal terhadap perilaku yang diharapkan pada tujuan. Jadi

pengalaman frustrasi mengaktifkan keinginan bertindak agresif terhadap sumber frustrasi yang sebagai akibatnya mencetuskan perilaku agresif.

- Neo-asosianisme Kognitif (Peran Afek Negatif)

Berkowitz menyatakan bahwa afek negatif dalam bentuk amarah merupakan mediator penting antara frustrasi dan agresi. Frustrasi menyebabkan agresi hanya bila frustrasi itu merangsang timbulnya keadaan afektif negatif. Frustrasi yang timbul karena interaksi kompetitif juga sangat mudah memicu respons agresif melalui perangsangan emosi negatif. Jenis-jenis stimulasi aversif lain, seperti ketakutan, kesakitan fisik, atau ketidaknyamanan secara psikologis, melalui kemampuannya untuk menimbulkan afek negatif, juga dianggap sebagai pemicu agresi yang kuat. Dalam model neo-asosiasionis kognitifnya, Berkowitz menyajikan sebuah elaborasi mengenai jalur yang dilalui, mulai dari menemui sebuah kejadian aversif sampai mengalami kemarahan.

- Teori Pengalihan Rangsangan (Amarah dan Atribusi terhadap Rangsangan)

Kemungkinan individu untuk bereaksi dengan respons agresif sangat bergantung pada interpretasi penerima stimulasi terhadap stimulasi yang diterimanya. Schacter & Zillmann berpendapat bahwa intensitas pengalaman kemarahan merupakan fungsi dua komponen, yaitu (1) kekuatan rangsangan fisiologis yang dibangkitkan oleh kejadian aversif dan (2) cara rangsangan itu dijelaskan dan diberi label.

- Pendekatan Sosial Kognitif (Agresif dan Pemrosesan Informasi Sosial)

Proses kognitif sangat penting dalam pembentukan respons agresif yang telah ditekankan di bagian-bagian sebelumnya. Cara orang memikirkan kejadian aversif dan reaksi emosional yang mereka alami sebagai sebuah akibat merupakan aspek penting dalam menentukan manifestasi dan kekuatan respons agresifnya.

- Belajar Menjadi Agresif (Peran Penguatan Meniru)

Mekanisme khusus yang menyebabkan diperolehnya berbagai skrip dan perilaku agresif telah diteliti dengan mengacu pada dua prinsip umum belajar, yaitu *instrumental conditioning* (pengondisian instrumental) dan *modeling* (meniru). Para ahli teori belajar menekankan bahwa sampai tingkat yang cukup jauh perilaku agresif dihasilkan oleh “pola asuh (*nurture*)”, yaitu diperoleh melalui proses-proses belajar seperti kebanyakan bentuk perilaku sosial lainnya.

- Model Interaksi Sosial (Agresi sebagai pengaruh sosial yang koersif)

Tedeschi dan Felson mereka memperluas analisis perilaku agresif menjadi “teori interaksi sosial mengenai tindakan koersif”. Model ini merumuskan bahwa strategi koersif dipergunakan oleh pelaku untuk menyakiti targetnya atau untuk membuat targetnya mematuhi tuntutan pelaku berdasarkan tiga tujuan utama, yaitu mengontrol perilaku orang lain, menegakkan keadilan, atau mempertahankan atau melindungi identitas positif.

Menurut Buss dan Perry dalam [Jannah \(2018\)](#), terdapat empat dimensi yang mendasari perilaku agresif secara umum baik terhadap anak, remaja, maupun dewasa yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan dan permusuhan.

Menurut Davidovff dalam [Kulsum and Mohammad \(2014\)](#) terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan perilaku agresi, yakni:

- Faktor biologis

Ada beberapa faktor biologis yang mempengaruhi perilaku agresi, yaitu faktor gen, faktor sistem otak dan faktor kimia darah.

- Faktor belajar sosial

Dengan menyaksikan perkuliahian dan pembunuhan, meskipun sedikit, pasti akan menimbulkan rangsangan dan memungkinkan untuk meniru model kekerasan tersebut.

- Faktor lingkungan

Perilaku agresi disebabkan oleh beberapa faktor, yakni kemiskinan dan anonimitas

- Faktor amarah

Marah merupakan emosi yang memiliki ciri-ciri aktivitas sistem saraf parasimpatis yang tinggi dan adanya perasaan tidak suka yang sangat kuat yang biasanya disebabkan adanya kesalahan, yang mungkin nyata-nyata atau salah atau juga tidak.

Berkowitz dalam Sobur (2013) membedakan agresi ke dalam dua macam, yakni:

- Agresi Instrumental (instrumental aggression)

Agresi instrumental adalah agresi yang dilakukan oleh organisme atau individu sebagai alat atau cara untuk mencapai tujuan tertentu.

- Agresi benci (hostile aggression)

Agresi benci atau impulsif adalah agresi yang dilakukan semata-mata sebagai pelampiasan keinginan untuk melukai atau menyakiti, atau agresi tanpa tujuan selain untuk menimbulkan efek kerusakan, kesakitan, atau kematian pada sasaran atau korban.

## DEFINISI, CIRI- CIRI DAN DIMENSI ALEXITHYMIA

Secara etimologis "*alexithymia*" berasal dari bahasa Yunani *a-* berarti "tidak memiliki", *lexis* berarti "kata", dan *thymos* berarti "emosi". Orang semacam itu tidak memiliki perbendaharaan kata atas perasaan mereka. Tampaknya mereka sama sekali tidak mempunyai perasaan, meskipun barangkali sebenarnya ini disebabkan oleh ketidakmampuan mereka untuk mengungkapkan emosi, bukan karena tiadanya emosi sama sekali. Orang semacam itu untuk pertama kalinya diamati oleh para psikoanalisis yang dibuat bingung oleh segolongan pasien yang tak dapat disembuhkan dengan metode biasa karena mereka dilaporkan tidak memiliki perasaan, fantasi, dan mimpi-mimpi yang berwarna, pendek kata, sama sekali tidak memiliki kehidupan batin emosional yang dapat dibicarakan. Sehingga penderita aleksitimia bukannya tak pernah merasa, melainkan tidak mampu mengetahui dan terutama tidak sanggup merumuskannya ke dalam kata-kata dengan tepat apa yang mereka rasakan Goleman (2017).

Istilah *Alexithymia* dicetuskan pada tahun 1972 oleh Dr. Peter Sifneos, seorang psikoater dari Harvard University. Menurut Peter seseorang dengan kecenderungan *alexithymia* betul-betul ganjil dan digambarkan mirip makhluk asing yang berasal dari dunia lain meskipun hidup ditengah-tengah masyarakat akibat perasaan yang menguasai mereka Goleman (2017).

Menurut Sadock and Virginia (2010), *alexithymia* adalah ketidakmampuan seseorang untuk mendeskripsikan atau kesulitan mendeskripsikan atau menyadari emosi atau moodnya. Taylor *et al* dalam Salminen *et al.* (1999) mengusulkan bahwa *alexithymia* mencerminkan defisit dalam pengolahan kognitif emosi atau, lebih umum, gangguan dalam regulasi emosi. Individu dengan *Alexithymia* memiliki kesulitan mengenali keadaan emosi yang terjadi pada diri mereka. Mereka berada pada kelambanan menggambarkan perasaan dari emosi kuat yang mereka peroleh seperti kesedihan yang dalam atau kemarahan yang hebat, tetapi mereka biasanya kebingungan ketika mencoba untuk menjelaskan penyebab emosi tersebut secara jelas. Oleh karena itu mereka tidak bisa menggambarkan apa yang merangsang perasaan mereka Thompson (2009).

Ciri-ciri klinis yang menandai penderita *alexithymia* menurut Goleman (2017) yaitu mencakup: a) Kesulitan melukiskan perasaan-perasaan, perasaan mereka sendiri atau perasaan orang lain; b) Perbendaharaan kata emosionalnya amat terbatas.

Dimensi-dimensi *alexithymia* menurut Bagby, *et al* dalam Yusainy (2017) yang dapat diukur dengan menggunakan Toronto *Alexithymia Scale* (TAS-20) yakni:

- Difficulty Identifying Feelings (DIF)
- Difficulty Describing Feelings (DDF) yaitu kesulitan mendeskripsikan perasaan

*Externally Oriented Cognitive Style of Thinking* (EOT) yaitu kecenderungan merespon stimulus dari luar saja dan mengabaikan pengalaman afektif.

## PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA LAKI-LAKI

Asumsi bahwa laki-laki secara umum lebih agresif dari pada perempuan telah dikuatkan oleh pengamatan sehari-hari, catatan kriminalitas, maupun konsep awam mengenai gender. Jumlah laki-laki sebagai perilaku kriminalitas secara konsisten jauh melampaui jumlah perempuan. Dalam penelitian Cairns dan Cairns yang menemukan bahwa 51% anak laki-laki yang berusia kurang dari enam belas tahun melaporkan bahwa mereka memiliki senjata api, angka parallel untuk anak-anak dan perempuan hanya 5% Krahe (2005).

Santrock (2007) mengatakan bahwa setiap remaja berbeda dalam menyelesaikan permasalahan, termasuk dalam penggunaan strategi penyelesaian pada pokok masalah. Perbedaan itu terlihat dari respon yang akan dimunculkan dalam menghadapi situasi yang menekan. Perilaku agresif yang terjadi dikalangan remaja, tidak terlepas dari pengaruh kepribadian seseorang. Salah satu faktor yang berperan timbulnya perilaku agresif adalah jenis kelamin. Remaja yang berjenis kelamin laki-laki mempunyai kecenderungan untuk berperilaku agresif lebih tinggi bila dibandingkan dengan perempuan. Para peneliti telah menemukan bahwa remaja laki-laki memiliki kadar androgen lebih tinggi yang berkaitan dengan masalah agresivitas dan masalah-masalah perilaku lainnya Santrock (2007).

Seperti dikemukakan oleh Loeber dan Hay, sampai batas tertentu agresi bersifat normatif umur (*age normative*) di kalangan anak-anak dan remaja. Ini berarti bahwa perilaku-perilaku yang dilakukan dengan niat menyakiti orang lain diperlihatkan, paling tidak sekali-kali, oleh banyak atau kebanyakan anggota kelompok umur ini. Tetapi, ada jumlah anak dan remaja yang menyimpang dari proses perkembangan norma ini. Mereka memperlihatkan tingkat perilaku agresif yang tinggi dan menetap yang tidak dapat lagi dianggap sebagai normatif umur Krahe (2005).

Loeber dan Hay mengemukakan bahwa perilaku agresif berubah tingkat dan polanya pada masa remaja dan pada masa dewasa muda. Perilaku agresif cenderung menjadi lebih merugikan karena tingginya prevalensi senjata api dan senjata lain dikalangan remaja laki-laki. Dalam *the Carolina Longitudinal Study* yang diselenggarakan Cairns dan Cairns, lebih dari separuh anak laki-laki yang berusia kurang dari enam belas tahun mengatakan bahwa mereka memiliki senjata api dan 81% melaporkan tentang keberadaan senjata api di rumah mereka Krahe (2005).

## PEMBAHASAN

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

Keadaan emosi selama masa remaja ditandai dengan emosi yang tidak stabil dan penuh gejolak, sehingga *mood* bisa berubah dengan cepat. Sedangkan pola emosi pada masa remaja sama dengan pola emosi masa kanak-kanak yaitu marah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, gembira, sedih dan kasih sayang. Namun, perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajat, dan khususnya pada pengendalian latihan individu terhadap ungkapan emosi mereka dan kematangan emosi anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Remaja yang emosinya

matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya [Hurlock \(1980\)](#). Pendapat tersebut secara jelas menyatakan bahwa remaja harus mengerti bagaimana mereaksikan emosinya agar stabil.

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

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

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

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

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

Beberapa kasus dan enelitian menyatakan bahwa laki-laki lebih cenderung tidak ekspresif dalam menyampaikan emosi sehingga kemungkinan terjadinya *alexithymia* pada laki-laki lebih banyak dibanding perempuan. Hal tersebut didasarkan pada dominasi sifat maskulin dalam peran gender. Hal ini juga dinyatakan dalam penelitian yang dilakukan oleh [Salminen et al. \(1999\)](#). Menyatakan bahwa ada perbedaan jenis kelamin yang jelas, pria lebih sering mengalami *alexithymia* daripada wanita. Prevalensi *alexithymia* adalah 13%. Pria lebih sering mengalami *alexithymia* yakni 17% sedangkan wanita 10%.

Laki-laki dapat memperoleh keuntungan apabila mereka diajarkan untuk mengekspresikan kecemasan-kecemasan dan kekhawatiran-kekhawatiran yang dirasakan maupun untuk meregulasi agresinya. Laki-laki telah belajar mengenai aturan laki-laki di berbagai konteks, kotak pasir, lapangan bermain, ruang kelas, perkampungan, dan tempat berkumpul. Sedangkan menurut Joseph Pleck berpendapat bahwa pengertian mengenai maskulinitas tradisional di berbagai budaya barat melibatkan berbagai perilaku yang tidak dapat diterima oleh masyarakat. Dalam budaya remaja laki-laki mereka akan dianggap lebih maskulin apabila pernah mengonsumsi alkohol dan memperlihatkan perilaku membandel. Remaja yang berjenis kelamin laki-laki mempunyai kecenderungan untuk berperilaku agresif lebih tinggi bila dibandingkan den-

gan perempuan Santrock (2007).

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

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

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Teten et al. (2008) yang membahas keterkaitan antara empati dan *alexithymia* dengan agresi impulsif. Penelitian ini menggabungkan penelitian neurobiologis dengan faktor bahasa sebagai emulasi agresi. Hasil penelitian secara kuantitatif menunjukkan adanya hubungan positif yang menunjukkan bahwa empati dikaitkan dengan agresif verbal secara umum dan *alexithymia* dikaitkan dengan agresi impulsif sehingga *alexithymia* dalam agresi impulsif memiliki implikasi sebagai etiologi, pencegahan dan pengobatan. Hasil tes tersebut membenarkan hipotesis bahwa proses emosional yang bergantung pada bahasa terlibat dalam pengembangan agresi impulsif. Hasil menunjukkan bahwa secara khusus, defisit dalam empati terkait dengan tingkat agresi verbal yang lebih tinggi dan *alexithymia* sebagai defisit kesadaran emosional dengan karakteristik pemrosesan emosional dan bahasa, secara unik di kaitkan dengan agresi impulsif.

## KESIMPULAN

Berdasarkan kajian teoritis di atas terdapat keterkaitan antara *alexithymia* dengan perilaku agresif pada remaja laki-laki. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku agresif pada remaja laki-laki. Sosialisasi mengenai *alexithymia* dibutuhkan oleh guru dan orang tua sehingga nantinya siswa dengan perilaku agresif yang ternyata mempunyai level *alexithymia* tinggi tidak terlambat untuk mendapat bantuan profesional.

## REFERENCES

- Dayakisni, T. and Hudaniah (2006). *Psikologi Sosial* (Malang: UMM Press)
- Goleman, D. (2017). *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama)
- Hurlock, B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima* (Erlangga: Jakarta)
- Jannah, M. (2018). Pengaruh Persepsi pada Keharmonisan Keluarga dan Konformitas Teman Sebaya terhadap Kecenderungan Perilaku Agresif Remaja Awal. Tesis. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Tidak diterbitkan
- Konrath, S., Sheida, N., and Tao, L. (2012). is the Relationship Between Alexithymia and Aggression Context-Dependent? Impact of Group Membership and Belief Similarity. *Personality and Individual* 53, 329–334
- Krahe, B. (2005). *Agresif* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar)
- Kulsum, U. and Mohammad, J. (2014). *Pengantar Psikologi Sosial* (Jakarta: Prestasi Pustaka)
- Sadock, J. B. and Virginia, A. S. (2010). *Kaplan & Sadock Buku Ajar Psikiatri Klinis Edisi 2* (Jakarta: EGC)
- Salminen, J. K., Simo, S., Erkki, A., Tuula, T., and Jussi, K. (1999). Prevalence of Alexithymia and its Association with Sociodemographic Variables in the General Population of Finland. *Journal of Psychosomatic Research* 46
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Remaja. Jilid 2*
- Sobur, A. (2013). *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah* (Bandung: Pustaka Setia)
- Susantyo, B. (2016). Faktor-Faktor Determinan Penyebab Perilaku Agresif Remaja di Pemukiman Kumuh Kota Bandung. *Sosio Konsepsia* 6
- Teten, A. L., Lisa, A. M., Sara, D. B., Nancy, J. D., and Thomas, A. K. (2008). Empathic Deficits and Alexithymia in Trauma-Related Impulsive Aggression. *Behavioral Sciences and the Law* 26, 823–832
- Thompson, J. (2009). *Emotionally Dumb: an Overview of Alexithymia* (Australia: Soul: Books)
- Yusainy, C. (2017). Feeling Full or Empty Inside? Peran Perbedaan Individual dalam Struktur Pengalaman Afektif. *Jurnal Psikologi. Volume* 44. Nomor 1

**Conflict of Interest Statement:** The authors declare that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

*Copyright © 2019 Nurfitri and Machsunah. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.*