

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kecerdasan Emosional

2.1.1 Definisi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional terdiri dari dua konsep, yaitu kecerdasan dan emosi. Dalam bahasa Inggris, kecerdasan dikenal sebagai *intelligence*, sedangkan dalam bahasa Arab disebut *al-zaka*, sementara itu, istilah emosi berasal dari bahasa Latin, yaitu *emovere*, yang berarti memindahkan, makna dari kata ini menunjukkan bahwa kecenderungan untuk bertindak merupakan bagian yang melekat dalam emosi itu sendiri (Yuhaniah, 2022). Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengenal emosi yang ada dalam diri atau individu lain, mengelola perasaan yang dimiliki dan mengekspresikan diri dengan tepat terhadap individu lain, serta membina hubungan baik dengan individu lain (Damayanti et al., 2021).

Kecerdasan emosional sangat mengacu pada kemampuan individu untuk bisa memahami dan menangani aspek emosional, baik internal maupun eksternal, untuk pengembangan diri dan sosial, konsep ini dipandang sebagai kunci keberhasilan dalam menyesuaikan pola pikir dan perilaku dengan konteks atau tujuan tertentu, dengan penekanan pada kemampuan memahami, mengelola emosi diri sendiri serta orang lain (Dâmbean & Gabor, 2021). Kecerdasan yang harus dikembangkan pada pelajar adalah kecerdasan emosional, yang didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengenali, merasakan, memahami, mengelola, memotivasi diri sendiri dan orang lain serta mengaplikasikannya dalam kehidupan sosial dan pribadi (Ma'arif & Zulia, 2021).

Kecerdasan emosional yang merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola emosi mereka sendiri, membantu seseorang tetap fokus dan termotivasi untuk belajar yang optimal, kecerdasan emosional berkorelasi positif dengan kesadaran diri siswa untuk mencapai hasil pembelajaran yang baik (Farhan et al., 2022).

Kemampuan seseorang untuk memahami emosinya sendiri serta emosi orang lain, membedakan antara berbagai emosi yang muncul, dan mengendalikan serta mengelola perasaan dan emosi mereka dalam situasi yang sulit, dikenal sebagai kecerdasan emosional (Chandra et al., 2021).

2.1.2 Faktor Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional dipengaruhi oleh berbagai faktor pribadi dan sosial, menurut Goleman (Lubis, 2020) terdapat dua kategori utama yang memengaruhi kecerdasan emosional yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal berasal dari dalam diri seseorang dan dipengaruhi oleh kondisi emosional yang ada di dalam otak individu tersebut.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal mencakup pengaruh dari luar individu yang dapat mengubah sikap atau perilaku seseorang, pengaruh ini bisa muncul secara individu, dalam kelompok, atau dalam hubungan antara individu dengan kelompok, selain itu, pengaruh eksternal juga bisa bersifat tidak langsung, seperti yang terjadi melalui media massa, baik yang cetak maupun elektronik, serta informasi yang berkembang dengan pesat saat ini.

2.1.3 Tingkat Kecerdasan Emosional

a. Kecerdasan Emosional Tinggi

Tingkat kecerdasan emosional yang tinggi berarti kemampuan untuk mengendalikan kemarahan, tidak bersikap agresif, bersabar, menyadari konsekuensi sebelum bertindak, berusaha untuk mencapai tujuan hidup, memiliki ketahanan, memahami perasaan diri sendiri dan orang lain, mampu berempati, mengelola suasana hati atau emosi negatif, memiliki pandangan positif tentang diri sendiri, mudah menjalin hubungan pertemanan, bisa berkomunikasi dengan baik, dan mampu menyelesaikan masalah sosial secara damai.

b. Kecerdasan Emosional Sedang

Individu dengan kecerdasan emosional sedang memiliki kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi mereka dengan baik, meskipun terkadang mereka menghadapi tantangan dalam menangani situasi yang penuh tekanan. Umumnya, mereka dapat mengendalikan respons emosional mereka, namun ada kalanya mereka bereaksi secara impulsif atau menjadi marah ketika berada di bawah tekanan, rasa empati mereka membantu dalam memahami perasaan orang lain; namun, kadang-kadang mereka memerlukan waktu untuk berpikir lebih mendalam.

c. Kecerdasan Emosional Rendah

Kecerdasan emosional yang rendah, yaitu bertindak berdasarkan perasaan tanpa mempertimbangkan akibatnya, kemarahan yang tiba-tiba, perilaku agresif dan tidak sabar, tujuan hidup dan ideal yang tidak jelas, mudah menyerah, kurangnya kepekaan terhadap diri sendiri dan orang lain, ketidakmampuan untuk mengendalikan perasaan dan suasana hati negatif, ketidakmampuan untuk menjalin persahabatan yang baik dengan orang lain, serta ketidakmampuan untuk berkomunikasi dengan baik dan menyelesaikan konflik sosial melalui kekerasan (Chintya & Sit, 2024).

2.1.4 Dampak Kecerdasan Emosional

Dampak kecerdasan emosional ada dua, yaitu (Julian, 2021). :

a. Dampak positif

Kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengenali, menilai, mengelola, dan mengontrol emosi diri sendiri serta emosi orang lain di sekitar mereka, manajemen emosional melibatkan pemahaman yang mendalam tentang keadaan emosional dan kemampuan untuk mengaitkan perasaan tersebut dengan situasi tertentu, sehingga dapat memberikan pengaruh yang konstruktif, penting untuk dipahami bahwa emosi muncul dari interaksi kompleks antara pikiran, perubahan fisik, dan perilaku, emosi sering kali dianggap sebagai keadaan batin seseorang pada saat tertentu yang muncul

sebagai hasil dari suatu peristiwa, baik yang berasal dari diri sendiri maupun dari faktor eksternal.

b. Dampak negatif

Dampak negatif dari masalah emosional pada siswa terlihat dalam fenomena pertikaian, baik antar individu maupun dalam kelompok, serta agresi verbal dan fisik, serta kurangnya kesopanan terhadap orang tua. Beberapa siswa terlibat dalam pertikaian ini.

2.1.5 Aspek Kecerdasan Emosional

Aspek-aspek dari kecerdasan emosional menurut Goleman dalam (Mustafa et al., 2022) ada 5, antara lain:

a. Kesadaran Diri

Kemampuan untuk mengenali emosi saat muncul adalah dasar dari kecerdasan emosional, kemampuan untuk memahami, dan menenangkan emosi dalam jangka waktu yang panjang sangat penting untuk pemahaman psikologis dan pengertian diri, seseorang yang lebih paham tentang perasaannya cenderung dapat mengatur hidupnya dengan lebih baik, karena mereka memiliki intuisi yang lebih baik dalam membuat keputusan terkait hal-hal pribadi.

b. Mengelola Emosi

Kemampuan untuk menangani perasaan dan mengelola perasaan yang tampak baik saja, ini mencakup kemampuan untuk menenangkan diri, saat merasakan emosi negatif seperti kesedihan, seseorang akan berusaha mencari cara yang positif, agar tidak melakukan hal-hal buruk yang dapat berakibat fatal, seseorang akan memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri dan menguasai diri ketika dia dapat mengatur emosinya, jika manajemen emosinya berjalan dengan baik, akan menjadi lebih jelas.

c. Motivasi Diri

Motivasi Diri Sendiri Mengelola emosi sebagai alat untuk mendorong diri mencapai tujuan, memotivasi diri, pengendalian diri, pengendalian emosi, menahan kepuasan dan menguasai diri memusatkan perhatian pada perasaan yang positif dan mengesampingkan perasaan yang negatif. Kunci motivasi

adalah memanfaatkan emosi sehingga dapat mendukung terhadap tujuan yang ingin dicapai.

d. Mengenali Emosi Orang Lain

Mengenali emosi orang lain atau empati adalah kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya, orang yang memiliki empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain.

e. Membina Hubungan

Membina hubungan merupakan kemampuan untuk menjalin dan mengelola emosi orang lain, serta membantu dan berinteraksi dengan orang lain, orang-orang yang memiliki kemampuan ini akan meraih keberhasilan di berbagai bidang yang menuntut kemampuan untuk bergaul dengan baik.

2.1.6 Alat Ukur Tingkat Kecerdasan Emosional

Dengan mempertimbangkan definisi yang digunakan peneliti untuk menjelaskan Kecerdasan Emosional, peneliti memutuskan untuk menggunakan skala pengukuran, *Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS)* yaitu mencerminkan tingkat kecerdasan emosional seseorang, dengan skor yang lebih tinggi menunjukkan kecerdasan emosional yang lebih baik, instrumen ini banyak digunakan dalam penelitian karena kepraktisan, reliabilitas, dan validitasnya yang baik sebagai alat ukur trait emotional intelligence secara global instrumen laporan diri yang terdiri dari 25 item untuk mengukur kecerdasan emosional dengan menggunakan skala *Guttman* yang dibagi kedalam dua alternatif jawaban yaitu “Ya” dan “Tidak”, skala ini mengukur lima aspek kecerdasan emosional antara lain, kesadaran diri, pengaturan emosi, motivasi, empati, membina hubungan, inventaris ini dikembangkan oleh *Schutte* dan koleganya berdasarkan model kecerdasan emosional yang diciptakan oleh Salovey dan Mayer pada tahun 1990.

2.2 Perilaku Agresif

2.2.1 Definisi Perilaku Agresif

Agresif adalah kecenderungan untuk berperilaku dengan tujuan menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis, perilaku agresif dapat diartikan sebagai tindakan yang dilakukan dengan sengaja untuk melukai dan merendahkan orang lain, tindakan ini merupakan bentuk perilaku negatif yang muncul sebagai respons terhadap rangsangan dari lingkungan, dan dapat memiliki dampak yang signifikan (Ainni et al., 2022). Perilaku agresif dapat muncul dalam berbagai bentuk, termasuk agresi fisik, dan dapat terjadi di sekolah, rumah, maupun lingkungan masyarakat, banyak pelajar yang bertindak semena-mena terhadap teman-temannya untuk menunjukkan bahwa mereka memiliki kekuatan lebih dibandingkan yang lain, perilaku agresif ini berkaitan erat dengan emosi, karena pada pelajar sering kali belum memiliki kestabilan emosi yang baik (Amaliah et al., 2020).

Menurut (Baron & Byrne, 2005), perilaku agresif adalah suatu tindakan yang bertujuan untuk melukai makhluk hidup lain guna menghindari perlakuan dari orang tersebut, namun, jika seseorang melukai orang lain tanpa niat, maka tindakan tersebut tidak dapat dikategorikan sebagai perilaku agresif.

2.2.2 Rentang Respon Marah

- a. Assertif adalah mengungkapkan marah tanpa menyakiti, melukai perasaan orang lain, atau tanpa merendahkan harga diri orang lain.
- b. Frustrasi adalah respons yang timbul akibat gagal mencapai tujuan atau keinginan, Frustrasi dapat dialami sebagai suatu ancaman dan kecemasan, akibat dari ancaman tersebut dapat menimbulkan kemarahan.
- c. Pasif adalah respons dimana individu tidak mampu mengungkapkan perasaan yang dialami.
- d. Agresif merupakan perilaku yang menyertai marah namun masih dapat dikontrol oleh individu, orang agresif biasanya tidak mau mengetahui hak orang lain, dia berpendapat bahwa setiap orang harus bertarung untuk mendapatkan kepentingan sendiri dan mengharapkan perlakuan yang sama dari orang lain.

- e. Mengamuk adalah rasa marah dan bermusuhan yang kuat disertai kehilangan kontrol diri, pada keadaan ini individu dapat merusak dirinya sendiri maupun terhadap orang lain.

2.2.3 Ciri-ciri Perilaku Agresif

Ciri-ciri perilaku agresif menurut Supriyo dalam (Ashidiq, 2019) sebagai berikut :

- a. Ada tujuan untuk mencelakakan
Dalam hal ini, pelaku merasa dendam terhadap korban dan berniat untuk membalas dendam dengan mencelakakan korban tersebut.
- b. Adanya pelaku
Pelaku adalah individu yang melakukan tindakan atau perilaku agresif.
- c. Adanya korban
Korban adalah individu yang menerima perilaku agresif dari pelaku, sehingga ia mengalami kerugian.
- d. Rasa tidak ingin menerima perilaku dari pelaku
Jika korban tidak ingin menerima kehadiran atau tindakan dari pelaku, maka hal tersebut dapat dianggap sebagai perilaku agresif.
- e. Menyerang pendapat orang lain
Pelaku berusaha menentang pendapat orang lain, bahkan sampai mengucapkan kata-kata atau kalimat yang tidak pantas.
- f. Marah tanpa sebab
Pelaku merasakan kemarahan dan emosi tanpa alasan yang jelas terhadap korbannya.
- g. Melakukan perkelahian
Perkelahian merupakan salah satu contoh nyata dari perilaku agresif yang dilakukan oleh seseorang

2.2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi Agresif Verbal

Perilaku agresif verbal dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut (Jamal & Sugiarti, 2021) antara lain:

a. Faktor media

Akses terhadap media dapat membuat agresi verbal menjadi hal yang umum. Ketika konten media, baik yang bersifat digital maupun fisik, memicu agresi verbal, dampaknya terhadap perilaku agresif siswa akan tetap ada.

b. Faktor keluarga

Agresi verbal sering kali dipicu oleh elemen-elemen yang dekat, seperti stres dalam lingkungan keluarga dan dinamika hubungan antara orang tua dan anak.

c. Faktor teman sebaya

Saat siswa di usia sekolah menghabiskan lebih banyak waktu bersama teman sekelas dan membangun kedekatan, mereka dapat mengembangkan perspektif dan nilai-nilai sendiri yang kadang-kadang bertentangan dengan norma-norma yang ada.

d. Faktor frustrasi

Ketidakmampuan untuk mengendalikan emosi dengan baik dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya, yang pada akhirnya dapat menimbulkan frustrasi dan berujung pada perilaku agresif.

2.2.5 Penyebab yang dapat memicu munculnya perilaku agresif

Sedangkan menurut (Firdaus et al., 2020), terdapat beberapa faktor yang dapat memicu munculnya perilaku agresif, antara lain :

- a. Kurangnya perhatian dari orang tua,
- b. Masih dalam fase perkembangan,
- c. Pengaruh dari teman sebaya,
- d. Proses meniru perilaku teman,
- e. Ketidakharmonisan dalam keluarga,
- f. Tingginya solidaritas di antara teman-teman,
- g. Terjadinya kesalahpahaman antara teman,
- h. Timbulnya perasaan terlanjur tersakiti.

2.2.6 Faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku agresif

Menurut (Darminto, 2020), terdapat tiga faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku agresif, yaitu:

a. Kebiasaan yang dipelajari

Faktor ini dapat muncul dari pengalaman langsung, pengamatan, serta penguatan positif dan negatif..

b. Kondisi internal

Ini meliputi naluri, faktor biologis, agresi, frustrasi, serta kognisi neoasosiasi.

c. Faktor situasi

Termasuk di dalamnya pengaruh senjata, provokasi, serangan, media massa, alkohol, dan konflik antar kelompok.

Pendapat ini juga diperkuat oleh Susantyo, yang menambahkan bahwa terdapat faktor-faktor lain yang berperan, seperti keluarga, teman sebaya, lingkungan sosial di sekitar, media massa, serta kondisi internal individu (Yusnita, 2022). Selain itu, faktor-faktor yang dapat menyebabkan perilaku agresif dapat dibedakan menjadi dua kategori, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri individu, sedangkan faktor eksternal berasal dari lingkungan luar individu tersebut.

2.2.7 Dampak Perilaku Agresif

Menurut Anantasari dalam (Ningtias et al., 2020), dampak dari perilaku agresif meliputi :

a. Rasa lemah.

b. Korban perilaku agresif akan merasakan kemarahan.

c. Perasaan bahwa dirinya telah mengalami kerusakan permanen.

d. Kehilangan kepercayaan terhadap orang lain dan ketidakmampuan untuk menjalin hubungan dekat dengan individu lain.

e. Pemikiran yang terus-menerus mengenai perilaku agresif.

f. Perasaan bahwa dunia tidak adil.

2.2.8 Karakteristik Perilaku Agresif

Menurut *Buss & Perry* dalam (Sarfika¹ et al., 2019), karakteristik perilaku agresif dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu:

- a. Agresi fisik (*physical aggression*) mengacu tindakan agresi yang bertujuan untuk menyakiti, menyerang atau membahayakan orang lain melalui respon motorik dalam bentuk kekerasan fisik, seperti perkelahian, memukul, menendang atau mendorong, dan lain-lain. Perilaku agresif ini ditandai dengan adanya kontak fisik antara agresor dan korbannya.
- b. Agresi verbal (*verbal aggression*) adalah perilaku verbal seperti perbuatan agresi yang dilakukan melalui perkataan kasar yang cenderung kearah penolakan dan ancaman. Bentuk agresi verbal adalah berdebat, umpatan, mencaci, dan sindiran.
- c. Kemarahan (*anger*) adalah reaksi emosi negatif yang muncul di akibatkan harapan atau ekspektasi yang tidak terpenuhi dan luapan ekspresinya dapat melukai orang lain serta dirinya sendiri. Ada beberapa bentuk kemarahan, seperti perasaan marah, frustrasi, kesal, sebal, temperamental, dan ketidakmampuan dalam mengendalikan amarah. Termasuk didalamnya adalah *irritability* artinya temperamental, kecenderungan merasakan marah dengan cepat dan ketidakmampuan mengontrol amarah.
- d. Permusuhan (*hostility*) adalah perilaku verbal yaitu tindakan yang mengekspresikan kebencian, permusuhan, ataupun kemarahan kepada orang lain. *Hostility* adalah suatu bentuk agresi yang tergolong agresi covert (tidak kelihatan). *Hostility* mewakili komponen kognitif yang terdiri dari kebencian seperti cemburu dan iri terhadap orang lain, dan kecurigaan seperti adanya ketidakpercayaan, kekhawatiran

2.2.9 Aspek Perilaku Agresif

Aspek Perilaku Agresif menurut (Safari et al., 2020) .

- a. Perilaku menyerang: Ini merujuk pada tindakan yang bertujuan menyakiti perasaan orang lain atau merusak properti mereka, yang dianggap tidak dapat diterima secara sosial.

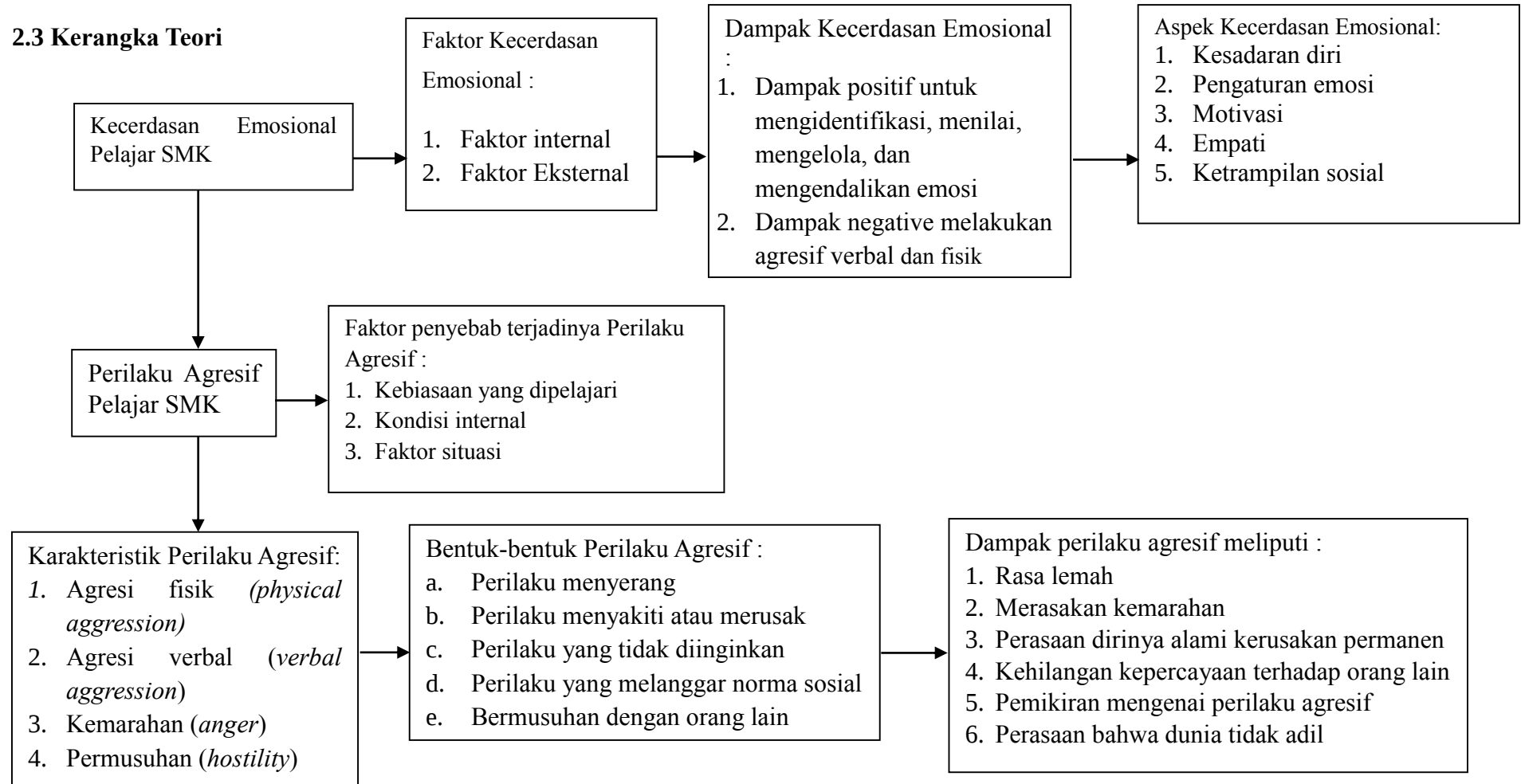
- b. Perilaku menyakiti : yang membahayakan diri sendiri, orang lain, atau benda: Tindakan ini mencakup segala sesuatu yang dapat menimbulkan kerugian atau rasa sakit, baik secara fisik seperti pukulan maupun secara psikologis, seperti penghinaan.
- c. Perilaku yang tidak diinginkan oleh orang yang menjadi sasaran: ciri khas dari perilaku ini adalah bahwa ia tidak diinginkan oleh individu yang menjadi target.
- d. Perilaku yang melanggar norma sosial: perilaku agresif sering kali terkait dengan pelanggaran terhadap norma-norma sosial yang diakui.
- e. Sikap permusuhan terhadap orang lain: Istilah perilaku agresif merujuk pada tindakan yang sifatnya merugikan dan dilakukan dengan niat untuk menyakiti orang lain.

Perilaku agresif yang dipelajari dalam proses pembelajaran, berbagai faktor sosial atau lingkungan dapat berkontribusi terhadap munculnya perilaku agresif.

2.2.9 Alat Ukur Perilaku Agresif

Dengan mempertimbangkan definisi yang digunakan peneliti untuk menjelaskan Perilaku Agresif, Peneliti memutuskan untuk menggunakan skala pengukuran, yaitu *Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ)*, kuesioner agresi ini terdiri dari 26 pernyataan yang dibagi menjadi empat aspek, yaitu agresi fisik, agresi verbal, agresi marah, dan agresi permusuhan, pemilihan *BPAQ* oleh peneliti didasarkan pada kesesuaian konsep yang ada, di mana aspek-aspek yang digunakan dalam penelitian ini berhubungan erat dengan konsep yang diusulkan oleh *Buss dan Perry* pada tahun (1992), instrumen *BPAQ* yang digunakan juga telah dimodifikasi untuk disesuaikan dengan perilaku agresif yang mungkin terjadi di lokasi penelitian. (MADRAN, 2013) telah menguji validitas dan reliabilitas alat ukur *BPAQ*, dan hasilnya menunjukkan bahwa *BPAQ* valid dan dapat diandalkan.

2.3 Kerangka Teori

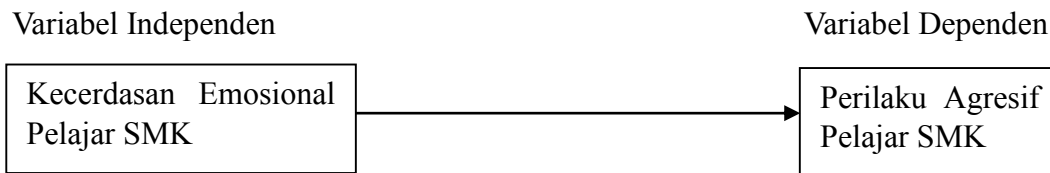


Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (Lubis, 2020), (Julian, 2021), (Mustafa et al., 2022), (Ashidiq, 2019), (Darminto, 2020), (Ningtias et al., 2020), (Sarfika et al., 2019).

2.4 Kerangka Konsep

Menurut Sugiyono (2020), kerangka konsep merupakan suatu hubungan yang berkaitan antara variabel satu dengan variabel yang lain dalam penelitian. Berikut adalah bagan kerangka konsep dalam penelitian ini.



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

2.5 Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2019:63), hipotesis merupakan suatu jawaban sementara terhadap pertanyaan yang diajukan dalam penelitian, dan biasanya disampaikan dalam bentuk kalimat deklaratif. Istilah sementara digunakan karena jawaban tersebut masih bersifat teoritis. Berdasarkan kerangka berpikir yang telah penulis ditetapkan maka dirumuskan Hipotesis sebagai berikut :

Ha : Terdapat Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Perilaku Agresif Di Smk Islamiyah Adiwerna Kabupaten Tegal.