

## **Hubungan antara Kecenderungan Agresi dan Harga Diri: Peranan Emosi Disregulasi dalam Memediasi Kecenderungan Agresi dan Harga Diri**

**Muhamad Amri M. Ishak**

Universitas Muhamdyah Malang  
Panitera\_am@yahoo.com

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk memperluas pengetahuan tentang hubungan harga diri dan agresi. Dalam penelitian ini emosi disregulasi antar pelaku dianggap memiliki peranan penting dalam memediasi hubungan hargadiri dan agresi, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan emosi disregulasi dalam memediasi hubungan antara harga diri dan agresi. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain kuantitatif, dengan menggunakan sampel sebanyak 20 mahasiswa.

**Kata kunci:** agresi, harga diri, emosi disregulasi.

### **Pendahuluan**

Selama ini penelitian tentang agresi selalu difokuskan pada perilaku agresif dan usaha untuk mengkategorikan motif dari seseorang dalam berperilaku agresif. Meskipun penelitian penelitian yang dilakukan telah banyak memberikan manfaat, namun dari penelitian-penelitian tersebut menghasilkan sebuah penghambat. Penghambat terjadi dikarenakan para pembaca dibuat menjadi tidak mengetahui motif yang mendasari seseorang berlaku agresif (Bushman & Anderson, 2001).

Guna memperluas pengetahuan tentang agresi, dalam penelitian ini peneliti berfokus pada karakteristik psikologis yang ada pada individu yang cenderung berperilaku agresif, dengan fokus untuk mengeksplorasi aspek kognitif dan emosional. Buss dan perry (1992) telah mengembangkan sebuah kerangka kerja yang menekankan kepada perbedaan individu dan fungsi psikologis dalam konseptualitas agres, dengan berfokus pada tiga komponen yang mendasari: kognitif (misalnya, pikiran bermusuhan), emosional (misalnya, perasaan marah), dan perilaku (misalnya, tindakan agresif).

Penelitian tentang harga diri dan perilaku agresif telah banyak dilakukan, perbedaan hasil dari hubungan antara perilaku agresif dan harga diri menjadi sebuah perdebatan atau sebuah celah bagi peneliti untuk mengetahui mengapa terjadi perbedaan hasil antar satu dengan yang lainya (Boden, Ferguson, & Horwood, 2007; Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt & Caspi, 2005; Walker & Bright, 2009). Penelitian yang dilakukan Busman et al, 2009, menghasilkan bahwa tingkatan harga diri akan memicu seseorang dalam berperilaku agresif. Namun penelitian yang dilakukan oleh Baumister, Burshman, dan Campbell (2000), menemukan hasil yang sedikit berbeda. Dalam penelitiannya Baumister dkk menghasilkan bahwa hubungan agresi dan harga diri merupakan sebuah hubungan yang rumit, dimana orang yang memiliki harga diri yang tinggi juga dapat berperilaku agresif.

Perbedaan yang terjadi mungkin muncul dikarenakan beberapa alasan. Pertama, alasan metodologis perbedaan ini terjadi diakibatkan dari jenis sampel yang diperiksa (pelaku, masyarakat, dll), komposisi gender dan usia peserta (semisal remaja atau orang dewasa), dan alat penilaian (misalnya, kuisioner, wawancara, laporan resmi, tugas-tugas lab). Kedia, telah diusulkan sesuatu yang lebih kontekstual seperti inklusi sosial/pengecualian juga dapat mempengaruhi hubungan antara harga diri dan agresi (Kirkpartrick, Waugh, Valencia, & Webster, 2002), dan ketiga konseptualisasi kedua agresi (semisal, perilaku aktual atau seifat agresi) dan hargadiri yang bervariasi antar subjek dalam penelitian. Ketidak stabilan harga diri akan menjadi prediktor yang unik pada agresivitas seseorang (Falkenbach, Anhowe, & Falki, 2013).

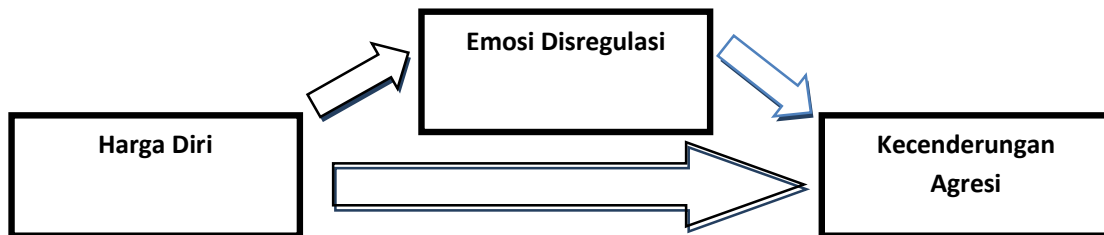
Peneliti kali ini yakin bahwa ada variabel lain yang mungkin ikut mempengaruhi dalam hubungan antara sifat dan agresi. Webster et al (2007), dalam studinya menemukan bahwa harga diri yang rendah tidak lagi berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku agresi, melainkan ada faktor lain yang mengendalikan seperti jenis kelamin, ras, tingkat pendidikan orang tua, IQ, taraf kehidupan, dan perilkku menyimpang yang terjadi pada kisaran umur 13 tahun (misalnya, masalah perhatian, perilaku menarik diri, cemas, melakukan banyak masalah).

Dari banyaknya perbedaan yang terjadi beberapa peneliti sebelumnya berasumsi bahwa harga diri mungkin memiliki hubungan langsung terhadap agresi melalui mekanisme psikologis lain (Velotti, Elison,& Garofalo, 2014).

Pada penelitian kali ini peneliti berpendapat bahwa ada peranan emosi disregulasi dalam memediasi pengaruh harga diri terhadap agresi. Penelitian tentang emosi disregulasi selama ini masih kurang dilakukan, Bateman, Bolton, dan Fonagy (2013) menyatakan bahwa pengaruh harga diri memang sangat signifikan dalam menentukan perilaku yang ditimbulkan oleh individu. Kekerasan yang terjadi sering menimbulkan malu yang mengakibatkan seseorang merasa kehilangan harga dirinya dan bertujuan untuk membalas agar harga dirinya kembali. Hal tersebut akan terjadi ketika emosi disregulasi rendah, sehingga orang-orang yang menjadi korban agresi berusaha berlaku agresif dengan tujuan mengembalikan harga diri mereka (Bateman et al, 2013).

Emosi disregulasi memiliki peranan sebagai antiseden terhadap agresi (McMurrin,& Howard, 2009; Scot, Dilillo, Maldonado, & Watkins, 2015). Scot et al (2015) menemukan bahwa strategi emosi mampu memprediksi agresi yang lebih besar pada remaja. Kesulitan dalam mengendalikan emosi disregulasi akan menimbulkan sikap proaktif dan reaktif dan menunjukkan sikap agresif yang tinggi. Dalam beberapa tahun terakhir peneliti menemukan bahwa emosi disregulasi memiliki keterkaitan terhadap sifat negatif seseorang seperti, emosional, urgensi negatif, rendahnya tingkat kesadaran emosional, serta rendahnya tingkat toleransi (Velotti, & Grafalo, 2015). Pada penelitian lain menemukan bahwa emosi disregulasi dapat mempengaruhi seseorang dalam memahami diri dari perilaku impulsif, perilaku seseorang ketika emosi (marah-marah) yang terkait dengan kemarahan kronis.

Pada kesempatan ini peneliti ingin mengetahui peranan emosi disregulasi dalam memediasi hubungan antara harga diri dengan agresi. Peneliti beranggapan bahwa rendahnya harga diri akan mengakibatkan lemahnya emosi seseorang sehingga akan mempertinggi pengalaman negatif seseorang yang akan menyebabkan meningkatnya agresifitas seseorang. Walker dan Bright (2009), menyatakan bahwa emosi disregulasi merupakan sebuah emosi multidimensi yang melibatkan 1, kesadaran dan pemahaman untuk emosi, 2 non penerimaan emosional, 3. Kegagalan dalam pengarahannya tujuan berperilaku (perilaku impulsif) yang timbul dari tekanan sosial, 4. Keterbatasan akses ke emosi regulasi yang efektif.



Gambar 1. Kerangka berpikir

### Metode Penelitian

Rancangan penelitian ini merupakan rancangan kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Subjek sebanyak 20 mahasiswa laki-laki, yang memiliki kriteria pernah bermasalah dengan hukum (perkelahian, minum-minuman, dll). Kemudian kedua puluh remaja tersebut di ajak untuk mengisi kuisioner harga diri, regulasi emosi, dan kecenderungan agresi.

### Instrumen Penelitian

Harga diri diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), yang disusun oleh Rosenberg (1996). Terdiri dari 10 item disusun menggunakan skala likert dengan pilihan jawaban satu (sangat tidak setuju) sampai dengan lima (sangat setuju). RSES memiliki reliabilitas sebesar  $\alpha = 0.80$ .

Emosi disregulasi diukur dengan *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS), yang disusun oleh Grazt dan Roemer (2004). DERS terdiri dari 36 item yang terbagi menjadi 6 dimensi. Skala ini disusun menggunakan skala liker dengan 5 pilihan jawaban. Satu (hamper tidak pernah) sampai dengan lima (hamper selalu). DERS memiliki reliabilitas sebesar  $\alpha = 0.91$ .

Kecenderungan agresi diukur menggunakan *Aggression Questionnaire* (AQ), yang disusun oleh Buss dan Perry (1992). Skala ini digunakan untuk mengetahui kecenderungan seseorang untuk agresi. AQ terdiri dari 29 item yang dibagi kedalam 4 sub skala. Contoh item “sekali-kali saya tidak mampu mengendalikan dorongan untuk menyerang orang lain” dengan pilihan jawaban 1 (sangat seperti biasanya saya) sampai dengan 7 (sangat karakteristik saya). Skala ini memiliki reliabilitas sebesar  $\alpha = 0,74$ .

### **Metode Analisis**

Pengujian hipotesa dilakukan dengan menggunakan bantuan Sobel test. Yang bertujuan mengukur sejauh mana pengaruh variabel emosi disregulasi memediasi hubungan antara harga diri dan agresi.

### **Penutup**

Pada penelitian ini peneliti berfokus pada pengaruh rendahnya harga diri terhadap kecenderungan agresi yang dimediasi oleh emosi disregulasi. Peneliti meyakini rendahnya harga diri berpengaruh terhadap kecenderungan agresi seseorang tidaklah secara langsung namun harus melalui emosi disregulasi terlebih dahulu.

Dari beberapa penelitian terdahulu ditemukan bahwa pelaku agresi biasanya dilakukan oleh individu yang tingkat hargadirinya rendah (Velotti et al, 2015). Sedangkan peranan emosi disregulasi membuat pelaku tidak lagi mempertimbangkan tentang aspek emosinya dalam melakukan agresi terhadap orang lain (Bateman et al, 2013). Bateman et al dalam penelitian membuktikan bahwa pemicu seseorang dalam melakukan agresi didasari oleh rendahnya regulasi emosi yang ada dalam diri individu. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kemampuan dalam mengolah emosi, akan sangat membantu seseorang dalam menyeleksi tindakan yang akan dilakukan (Velotti & Grafalo, 2015).

Kemampuan dalam mengontrol emosi juga dapat membantu individu dalam menyaring informasi-informasi dari luar yang dapat memancing tidak agresi seseorang. Nestor (2002), dalam penelitiannya membuktikan disregulasi emosi pada diri seseorang akan menjadi prediktor kuat seseorang tidak mampu menyaring informasi yang ia temukan di ruang lingkup sehari-hari, sehingga dapat memancing seseorang bertindak lebih agresif.

Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa pentingnya peningkatan harga diri yang diikuti regulasi emosi yang baik, dua hal tersebut akan dapat membantu seseorang dalam mengontrol perilaku, menyaring setiap informasi yang ada. Dan dapat dikatakan bahwa seseorang yang memiliki harga diri yang baik dan regulasi diri yang baik memiliki presentasi yang sangat kecil untuk melakukan tindakan agresi terhadap orang disekitarnya.

### **Daftar Pustaka**

- Bateman, A., Bolton, R., & Fonagy, P. (2013). Antisocial personality disorder: A mentalizing framework. *FOCUS: The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry*, 11, 178–186. doi: 10.1176/appi.focus.11.2.178.
- Bateman, A., Bolton, R., & Fonagy, P. (2013). Antisocial personality disorder: A mentalizing framework. *FOCUS: The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry*, 11, 178–186. doi: 10.1176/appi.focus.11.2.178
- Boden, J. M., Fergusson, D. M., & Horwood, L. J. (2007). Self-esteem and violence: Testing links between adolescent self-esteem and later hostility and violent behavior. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 42, 881–891. doi: 10.1007/s00127-007-0251-7
- Bushman, B. J., & Anderson, C. A. (2001). Is it time to pull the plug on the hostile versus instrumental aggression dichotomy? *Psychological Review*, 108, 273–279. doi: 10.1037/0033-295X.108.1.273
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 452–459. doi: 10.1037/0022-3514.63.3.452
- Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., Moffitt, T. E., & Caspi, A. (2005). Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. *Psychological Science*, 16, 328–335. doi: 10.1111/j.0956-7976.2005.01535.x
- Falkenbach, D. M., Howe, J. R., & Falki, M. (2013). Using self-esteem to disaggregate psychopathy, narcissism, and aggression. *Personality and Individual Differences*, 54(7), 815–820. doi: 10.1016/j.paid.2012.12.017
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41–54. doi: 10.1023/B:JOBA0000007455.08539.94

- McMurrin, M., & Howard, R. C. (2009). *Personality, personality disorder, and violence*. New York: Wiley.
- Nestor, P.G. (2002). Mental disorder and violence: personality dimensions and clinical features. *American Journal of Psychiatry*, 159, 1973–1978. doi: 10.1176/appi.ajp.159.12.1973
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Scott, J. P., DiLillo, D., Maldonado, R. C., & Watkins, L. E. (2015). Negative urgency and emotion regulation strategy use: Associations with displaced aggression. *Aggressive Behavior*, Advance online publication doi: 10.1002/ab.21588
- Velotti, P., & Garofalo, C. (2015). Personality styles in a non-clinical sample: The role of emotion dysregulation and impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 79, 44–49. doi: 10.1016/j.paid.2015.01.046
- Velotti, P., Casselman, R. B., Garofalo, C., & McKenzie, M. D. (2015a). Emotion dysregulation and aggression among young adults in the U.S. and Italy: A cross-cultural comparison. In press.
- Velotti, P., Elison, J., & Garofalo, C. (2014). Shame and aggression: Different trajectories and implications. *Aggression and Violent Behavior*, 19, 454–461. doi: 10.1016/j.avb.2014.04.011
- Walker, J. S., & Bright, J. A. (2009). False inflated self-esteem and violence: a systematic review and cognitive model. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 20, 1–32. doi: 10.1080/14789940701656808
- Walker, J. S., & Bright, J. A. (2009). False inflated self-esteem and violence: a systematic review and cognitive model. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 20, 1–32. doi: 10.1080/14789940701656808
- Webster, G. D., Kirkpatrick, L. A., Nezelek, J. B., Smith, C. V., & Paddock, E. L. (2007). Different slopes for different folks: Self-esteem instability and gender as moderators of the relationship between self-esteem and attitudinal aggression. *Self and Identity*, 6 (1), 74–94. doi: 10.1080/15298860600920488