JURNAL PSIKOLOGI MANUSIA
E L S I A

PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP PERILAKU AGRESIF MELALUI MUSIK KLASIK PADA MAHASISWA PSIKOLOGI ANGKATAN 2023

Sefni Rama Putri[1], Mega Tangkudung[2], Friska Oktaviana Banyamin[3], Ayu Riani Tuna[4], Zafirah Manoppo[5], Anggita S. Kadue[6]

[1,2,3,4,5,6] *Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo*

ARTICLE INFO

Keywords:
Emotional Intellectual
Aggression
Music Classic

Article History:
Received:02/12/2024
Accepted:03/12/2024
Available Online:
07/12/2024

ABSTRACT

Adolescence is an important developmental period marked by biological, cognitive, and socio-emotional changes. These changes require adolescents to adapt effectively in various aspects, including physical, personality, intellectual, and roles in the family and environment. Imbalances in the adaptation process can cause identity confusion and make adolescence a crucial phase in the formation of self-identity. Emotional intelligence (EQ) plays an important role in helping adolescents face these challenges. EQ includes the ability to recognize, understand, cope with, and express emotions appropriately. In addition, emotional intelligence supports the development of cognitive potential and academic success. Adolescents with good EQ are better able to manage their emotions, so they can achieve balance in life and optimize their potential in school and social environments

XXXX XXXX/ © 2022 The Author(s), this is open access article under the (CC-BY-NC) license (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/),

* Corresponding Author:
*Email address:*sefniramaputri@umgo.ac.id (sefni rama putri)

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu periode perkembangan yang penting, dimana pada masa tersebut merupakan periode peralihan dan perubahan. Menurut (Santrock, 2003) masa remaja (adolescence) adalah masa perkembangan transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Berbagai perubahan yang terjadi pada remaja baik itu perubahan jasmani, kepribadian, intelektual, dan peranan di dalam keluarga maupun di lingkungan, membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif. Kondisi yang tidak seimbang tersebut akan mengakibatkan remaja mengalami kebingungan tentang seperti apa perilaku, sikap, nilai, aturan yang seharusnya dilakukan oleh dirinya atau

yang disebut sebagai proses dalam pencarian jati diri, sehingga masa remaja menjadi masa penting dalam perkembangan individu (Taradiba, *et.al* 2023).

Remaja juga identik dengan energi yang berlebih. Energi ini harus disalurkan pada jalur yang benar. Bila aktivitas-aktivitas di sekolah maupun lingkungan sosial tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energinya, maka sering kali remaja meluapkan kelebihan energinya ke arah yang negatif seperti perilaku agresif. Masa remaja juga ditandai dengan emosi yang labil, seperti yang dikemukakan oleh (Hurlock, 2015) bahwa periode remaja cenderung temperamen atau emosi tinggi, dalam arti emosi negatif mereka lebih mudah muncul. Hal ini disebabkan karena remaja banyak mengalami masalah dalam memenuhi kebutuhan mereka, karena lingkungan tidak mendukung, bahkan menghalangi usaha pemuasan kebutuhan-kebutuhan itu. Apabila remaja mengalami situasi yang tidak menyenangkan atau mendapatkan sesuatu yang tidak disenangi, remaja tersebut lebih cenderung menyelesaikan atau menghadapinya dengan emosi yang negatif bahkan melakukan suatu tindakan agresif (Taradiba *et.al.,* 2023).

Perilaku agresif menurut Murry (Hall & Lindzey, 1993) perilaku agresif menjadi sebagai suatu cara untuk melawan dengan sangat kuat yakni berkelahi, memukul, membunuh, atau menghukum orang lain secara singkatnya agresi adalah tindakan yang dimaksudkan untuk melukai orang lain atau merusak milik orang lain (Susantyo,2011).

Kecerdasan emosional memiliki peran yang sangat penting untuk mencapai kesuksesan di sekolah. Kecerdasan emosional mencakup kemampuan yang berbeda dan mempengaruhi kecerdasan akademik. Siswa tidak akan mampu menggunakan kemampuan kognitifnya sesuai dengan potensi yang maksimal tanpa memiliki kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional atau yang lebih dikenal dengan sebutan (EQ) mengacu pada kemampuan mengenali, memahami, mengatasi dan mengekspresikan emosi dengan layak (Arafah, 2022).

Salovey dan Mayer (1990) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali perasaan, meraih dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan dan maknanya, dan mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga dapat membantu perkembangan emosi dan intelektual **(**Rahmasari, 2012).

Goleman mengatakan bahwa koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila seseorang pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, orang tersebut

akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya. Lebih lanjut Goleman mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa.

Cooper dan Sawaf (1998) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi. Lebih lanjut dijelaskan, bahwa kecerdasan emosi menuntut seseorang untuk belajar mengakui, menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain serta menanggapinya dengan tepat dan menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari (Rahmasari,2012).

Dalam penelitian ini kami mengambil music klasik dari Johann Sebastian bach-Brandenburg Concerto No.2 in F Major BWV 1047.Musik klasik ini kami gunakan selama 10 menit karena terdapat beberapa aspek yang dicakup di dalamnya, di antaranya adalah; Pengaruh Terhadap Kognisi: Banyak studi menyelidiki bagaimana mendengarkan karya ini dapat meningkatkan konsentrasi dan kreativitas, sesuai dengan "efek Mozart."

H0: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap perilaku agresif melalui musik klasik pada mahasiswa psikologi angkatan 2023.

H1: Terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh kecerdasan emosional terhadap perilaku agresif melalui musik klasik pada mahasiswa psikologi angkatan 2023.

METODE PENELITIAN

Kecerdasan emosional dalam penelitian ini diukur melalui kemampuan mahasiswa untuk; Mengenali emosi diri sendiri dan orang lain, memahami dan mengelola emosi yang dialami, dan menggunakan emosi untuk memfasilitasi pemikiran dan tindakan yang positif.

Pengukuran kecerdasan emosional dilakukan menggunakan instrumen seperti angket yang dirancang untuk menilai berbagai aspek kecerdasan emosional, termasuk kesadaran diri, pengelolaan emosi, empati, dan keterampilan sosial. Skor yang diperoleh dari angket ini akan dikategorikan ke dalam tiga kategori: rendah, sedang, dan tinggi.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecerdasan emosional yang diadaptasi dari skripsi Erisya Husna Lubis yang terdiri dari 40 item. Dan musik klasik yang digunakan

adalah musik klasik dari lang lang *The Well-Tempered Clavier, Book 1, BWV 84-86.*

Responden dalam penelitian ini Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2023 yang berjumlah 60 orang yang terbagi dalam 3 kelas dan peneliti mengambil kelas A yang berjumlah 30 orang.

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 28 Desember 2024 pada pukul 15.00 WITA dan bertempat di ruang kelas fakultas psikologi. Menggunakan 2 kelas untuk kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Pemberian intervensi yaitu pada saat pembelajaran subjek yang berada dalam kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan berupa pemutaran musik klasik langlang piano book yang berdurasi selama 6 menit. Kemudian pada kelompok kontrol itu tidak diberikan perlakuan musik klasik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji sample T-test. Uji hipotesis dilakukan untuk menguji apakah terdapat perbedaan signifikan dalam kecerdasan emosional antara kelompok yang menggunakan musik dengan kelompok yang tidak mendapat perlakuan musik klasik. Uji hipotesis memiliki kriteria jika nilai $p<0,05$ maka hipotesis diterima.

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menggunakan sample T-test diperoleh nilai signifikansi sebesar $p = 1,000$ ($p<0,05$) berarti H1 ditolak H0 diterima. Jadi kecerdasan emosional dianggap tidak berpengaruh dalam perilaku agresif mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2023.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 20 yang telah memenuhi karakteristik. Hasil yang diperoleh setlah melakukan eksperimen ini adalah tidak ada pengaruh antara kecerdasan emosional dan perilaku agresif

Ada beberapa kelemahan dari penelitian ini yaitu ruang kelas untuk kelompok eksperimen yang tidak terpisah dengan kelompok lain sehingga ada variabel penganggu berupa musik rock dari kelompok sebelah yang mengganggu konsentrasi subjek, serta suhu ruang dan cuaca yang kurang mendukung dikarenakan mendung dan AC yang cukup dingin. Peneliti selanjutnya lebih memperhatikan ruangan yang digunakan

Pada kelompok kontrol beberapa subjek tampak gelisah karena ada urusan mendesak yang membuat subjek ingin cepat-cepat keluar dari ruangan. Hal tersebut menjadi hambatan peneliti dalam eksperimen selain itu juga karena adanya keterbatasan waktu yang diberikan pada kelompok kami. Sehingga peneliti belum maksimal dalam eksperimen ini.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dalam pengaruh kecerdasan emosional terhadap perilaku agresif melalui terapi musik klasik. Hal ini didasarkan pada hasil uji statistik yang menunjukkan nilai P-Value >0,05, yang berarti hipotesis ditolak dan tidak ada pengaruh yang signifikan dari perlakuan musik klasik terhadap kecerdasan emosional mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2023.

SARAN

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan yang telah dilaksanakan sebelumnya, peneliti menyarankan:

1. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk lebih memperhatikan jangka waktu dalam melaksanakan penelitian agar bisa mencapai hasil penelitian yang lebih maksimal.
2. Dalam melakukan penelitian seharusnya dapat dilakukan di dalam ruangan yang tertutup dan suasana yang tenang agar ketika dilakukan treatment subjek akan lebih yang nyaman.

.

DAFTAR PUSTAKA

Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain kuasi eksperimen dalam pendidikan: Literatur review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education, 8*(3).

Arafa, S., Mursalim, M., & Ihsan, I. (2022).Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar Siswa SD Negeri 26 Kota Sorong. Jurnal Papeda: *Jurnal Publikasi Pendidikan Dasar, 4*(1), 47-54.

Damayanti, R. S., Sovitriana, R., Nilawati, E., & Widyayani, F. A. (2018).Konformitas dan kematangan emosi dengan perilaku agresi siswa SMK di Jakarta Timur. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora, 2*(3), 74-79**.**

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ.* Bantam Books.

Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. Bantam Books.

Salovey, P., & Sluyter, D. (1997), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*.

Rahmasari, L. (2012). Pengaruh kecerdasan intelektual, kecerdasan emosi dan kecerdasan spiritual terhadap kinerja karyawan. *Majalah Ilmiah Informatika, 3*(1).

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, *Cognition, and Personality, 9*(3), 185–211.

Sovitriana, R., & Sianturi, H. C. (2021). Kematangan Emosi dan konformitas teman sebaya dengan perilaku agresif pada remaja di Kelurahan X Kabupaten Bekasi. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora, 5*(2), 1-9.

Taradiba, S., Masada, C., & Mulyadi, M. (2023). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Agresif Siswa Di SMP Trampil

Jakarta Timur. *Faktor: Jurnal Ilmiah Kependidikan, 10*(1), 50-60.

Susantyo, B. (2011). Memahami perilaku agresif: Sebuah tinjauan konseptual. *Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial dan Usaha Kesejahteraan Sosial, 16*(3).