

Pengaruh *Alexithymia* terhadap Agresivitas pada Pengguna Alkohol di Kota Bandung

Zihan Birul Haqiqi*, Eni Nuraeni Nugrahawati

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*zihanbirulhaqiqi@gmail.com, enipsikologi@gmail.com

Abstract. Prevalence of alcohol use in early adulthood increased over the last few years, that is one of the factors that can influence the emergence of aggressive behavior in individuals. Alcohol use that leads to aggressive behavior is associated with emotional problems, such as lack of emotional awareness, poor emotional control, also difficulty identifying and expressing emotions, which is known as alexithymia. This study aims to gather empirical data on how much alexithymia has influence aggressiveness in alcohol users in Bandung. This study uses a quantitative approach with a simple linear regression analysis technique which was conducted on 108 respondents. The measuring instrument used is the Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) from R. Michael Bagby, James D.A. Parker, & Graeme J. Taylor (1994) and the Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ-29) from Buss & Perry (1992). This study also use the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT) screening and assessment to review the level of alcohol use from the WHO which has been adapted by Heru Yulianto (2018). The results showed that alexithymia had an effect on aggressiveness of 25.2% in alcohol users with a significance level of $.000 < .05$. The results of the influence means that alcohol users who have difficult to identifying and explaining their feelings to others, also having low levels of empathy and experiencing frustration have partly responsible to trigger aggressive behavior by hurting others physically and verbally, also difficulty controlling anger and frustration, and also lead to hostile attitudes such as easily jealous or suspicious to others.

Keywords: *Alexithymia, Aggressiveness, Alcohol Use.*

Abstrak. Meningkatnya prevalensi penggunaan alkohol pada dewasa awal selama beberapa tahun terakhir menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi munculnya perilaku agresivitas pada individu. Penggunaan alkohol yang memunculkan perilaku agresi ini berkaitan dengan masalah emosional, seperti kurangnya kesadaran emosi, kontrol emosi yang buruk, serta kesulitan untuk mengidentifikasi dan mengekspresikan emosinya yang disebut sebagai *alexithymia*. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data empiris tentang seberapa besar pengaruh *alexithymia* terhadap agresivitas pada pengguna alkohol di Kota Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi linier sederhana yang dilakukan kepada 108 responden. Alat ukur yang digunakan adalah *Toronto Alexithymia Scale* (TAS-20) dari R. Michael Bagby, James D.A.Parker, & Graeme J.Taylor (1994) serta menggunakan alat ukur *Buss-Perry Aggression Questionnaire* (BPAQ-29) dari Buss & Perry (1992). Penelitian ini juga menggunakan skrining dan asesmen *Alcohol Use Disorders Identification Test* (AUDIT) untuk meninjau tingkat penggunaan alkohol dari WHO yang telah diadaptasi oleh Heru Yulianto (2018). Hasil penelitian menunjukkan *alexithymia* berpengaruh terhadap agresivitas sebesar 25,2% pada pengguna alkohol dengan taraf signifikansi $.000 < .05$. Besaran pengaruh tersebut memiliki arti bahwa pengguna alkohol yang kesulitan dalam mengidentifikasi dan menjelaskan perasaannya kepada orang lain, serta memiliki tingkat empati yang rendah dan mengalami frustrasi, cukup berkontribusi dalam memunculkan perilaku agresi dengan menyakiti orang lain dalam bentuk fisik maupun verbal serta kesulitan dalam mengendalikan amarah dan memunculkan sikap permusuhan seperti mudah cemburu atau curiga terhadap orang lain.

Kata Kunci: *Alexithymia, Agresivitas, Pengguna Alkohol.*

A. Pendahuluan

Terpilihnya Indonesia menjadi negara pada peringkat ke empat sebagai penduduk terbanyak dengan jumlah 272 juta jiwa, menjadikan Indonesia sebagai negara yang padat penduduk. Kepadatan penduduk tersebut dapat mempermudah persebaran bahan zat adiktif seperti alkohol dan hal tersebut didukung oleh meningkatnya jumlah tempat penjualan minuman beralkohol di Indonesia dibandingkan tahun pada 2010 yaitu sebesar 75% (Uddarojat, 2016). Berdasarkan data terbaru *Global Status Report On Alcohol And Health* (2018), sebesar 0,8% penduduk Indonesia terlibat dalam penggunaan alkohol yang bermasalah (WHO et al., 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ikatan Psikiater Indonesia pada tahun 2021 dengan 4.010 responden yang berusia 17-29 tahun ke atas menghasilkan data adanya peningkatan konsumsi alkohol sebesar 25,7% dan 44,5% melaporkan mempertahankan penggunaan alkohol yang stabil (Hanafi et al., 2021).

Dilansir dari pikiranrakyat.com sebanyak 16,3% kasus kematian yang di akibatkan oleh penggunaan alkohol dalam 1 juta penduduk Kota Bandung telah ditemukan selama periode 10 tahun (Tika, 2018). Hal tersebut menjadikan Kota Bandung sebagai perhatian nasional dengan tingkat kematian terbanyak yang disebabkan oleh penggunaan alkohol secara berlebihan. Kemudian, jika mengkonsumsi alkohol dilihat berdasarkan usia, pada rentang usia 18-25 tahun jumlahnya meningkat yaitu 6,4%, rentang usia 10 – 14 tahun sebanyak 0,3%, dan rentang usia 15-16 tahun sebanyak 3,7% (Al Ansori, 2021).

Menurut Buss & Perry (1992), alkohol menjadi salah satu faktor yang dapat memunculkan perilaku agresi secara tidak langsung (Anderson & Bushman, 2002). Penelitian Rolfe et al., (2006) juga menghasilkan hubungan positif antara alkohol dan agresi dimana penggunaan alkohol dapat meningkatkan kepercayaan diri sehingga memungkinkan individu untuk mengekspresikan pendapat kontroversial, kemarahan dan kebencian yang biasanya ditahan secara diam-diam. Selain itu, penelitian Giancola, (2004) menyebutkan bahwa individu dengan fungsi eksekutif rendah dibandingkan individu dengan fungsi eksekutif tinggi, bereaksi lebih agresif di bawah penggunaan alkohol.

Dilansir dari suarajabar.id pada tahun 2021, kakek yang berusia 69 tahun dikabarkan tewas karena dipukuli dan ditendang oleh sekelompok individu dewasa awal yang berusia 21 - 23 tahun setelah mereka mengonsumsi minuman keras di Kota Bandung (Ramadhan, 2021). Hal serupa juga terjadi di kota Bandung, dimana sekelompok individu yang berada di bawah pengaruh alkohol berusaha merusak dan memukul mobil kendaraan online dalam aksi mogok menolak operasional transportasi online (Hidayati, 2017).

Kepala Kejaksaan Negeri (Kajari) Bandung menyatakan bahwa 55% atau separuh kasus kejahatan di Kota Bandung seperti kekerasan, pembunuhan, dan sebagainya dipicu oleh pelaku yang mengonsumsi alkohol (Wiyono, 2015). Masalah secara sosial juga ditunjukkan dari prevalensi kekerasan yang tinggi yang mengarah pada seriusnya permasalahan agresivitas dalam kehidupan masyarakat dalam beberapa tahun terakhir. Sebanyak 2.027 kasus insiden kekerasan dalam 34 provinsi di Indonesia telah terakumulasi sejak tahun 2015 oleh SNPK (Sistem Nasional Pemantauan Kekerasan Indonesia). Dampak dari kekerasan tersebut menewaskan sebanyak 216 orang dan mengalami cedera sebanyak 1.690 orang.

Fenomena – fenomena di Kota Bandung tersebut menunjukkan bahwa individu dewasa awal pengguna alkohol menunjukkan perilaku agresivitas terutama melalui efek farmakologisnya. Namun menurut Heinz., et al (2011), keagresifan yang diakibatkan oleh alkohol hanya terjadi pada sebagian kecil individu. Artinya individu yang mengonsumsi alkohol ada yang mengarah pada perilaku agresi dan adapula yang tidak berperilaku agresi. Hal yang membedakan adalah individu dengan kontrol emosi yang buruk, mudah tersinggung, dan kurang memiliki empati cenderung lebih agresif ketika mengonsumsi alkohol (Heinz et al., 2011). Selain itu, ada kemungkinan bahwa efek peningkatan agresi dari konsumsi alkohol hanya terjadi ketika terdapat provokasi atau frustrasi sebelumnya dan faktor lain yang berkaitan dengan *emotional process* (Nurfitriia & Machsunah, 2019; Teten, et al., 2008; Cindy & Ambarini 2021).

Berdasarkan tinjauan literatur ditemukan bahwa 50% individu yang mengonsumsi alkohol memiliki *alexithymia* (Ścigała, 2018). Konsisten dengan temuan sebelumnya, *alexithymia* berhubungan positif dengan konsumsi alkohol (Bruce et al., 2012). Individu dengan

alexithymia mengalami keinginan yang jauh lebih tinggi untuk mengonsumsi alkohol dalam menanggapi peristiwa stres sosial (Knapton et al., 2018).

Namun, beberapa penelitian menyatakan hasil yang kontradiktif dimana penelitian Lyvers, Simons, et al., (2014) dan Lyvers, Hasking, et al., (2012) menghasilkan data bahwa Individu dewasa awal dengan *alexithymia* tinggi dan *alexithymia* rendah tidak menunjukkan perbedaan dalam penggunaan alkoholnya sehingga dinyatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara *alexithymia* dan penggunaan alkohol di antara sampel populasi umum. Pengguna alkohol menunjukkan *alexithymia* yang rendah karena pola minum pada mahasiswa dimungkinkan lebih kuat mencerminkan pengaruh sosial dibandingkan faktor internal seperti kebutuhan koping atau *alexithymia*.

Kemudian, dari beberapa hasil penelitian sebelumnya yaitu Janik McErlean & Lim, (2020), Li et al., (2020), dan Cindy & Ambarini (2021) yang menemukan adanya hubungan positif antara *alexithymia* dan agresi. Individu dengan *alexithymia* yang tinggi mengalami lebih banyak tekanan psikologis dan peningkatan emosi negatif dibandingkan dengan mereka yang memiliki *alexithymia* rendah sehingga dengan tidak adanya sumber daya secara kognitif yang diperlukan untuk memahami dan mengelola emosi yang disertai dengan peningkatan tingkat afek negatif dapat mempengaruhi individu dengan *alexithymia* menjadi agresi (Kumar et al., 2018; Farah, et al., 2018; Velotti et al., 2016 dalam Janik McErlean & Lim, 2020).

Namun terdapat hasil yang bertentangan, yaitu de Schutter et al., (2016) menemukan bahwa individu yang menyadari emosinya atau *non-alexithymia* justru dapat memunculkan tingginya respon stres terhadap stimulus ancaman sehingga rentan terhadap afek negatif dan cenderung berperilaku agresi. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingginya tingkat *alexithymia* tidak berhubungan dengan tingginya tingkat agresivitas karena individu dengan *alexithymia* yang tidak sadar akan emosinya justru menjadi kebingungan dalam memberikan respon dan mengekspresikan perasaannya (de Schutter et al., 2016).

Selain itu, penelitian Farah et al., (2018) menyatakan hasil yang bertentangan yang menyatakan bahwa *alexithymia* ditemukan tidak berhubungan dengan agresi secara proaktif karena individu dengan *alexithymia* dianggap dapat menanggapi dan menangani emosi negatif dengan cara yang tidak agresif untuk melepaskan diri dari ketidaknyamanan emosi yang dialami (Farah et al., 2018). Studi literatur oleh Hemming et al., (2019) juga menyebutkan asosiasi yang lemah antara agresivitas dengan aspek *alexithymia* yaitu *externally oriented thinking* (EOT).

Kemudian, berdasarkan hasil pra-survey yang dilakukan kepada 32 responden di Kota Bandung, individu dewasa awal telah mengonsumsi alkohol selama 12 bulan terakhir dengan 50% alasan penggunaannya yaitu untuk mengekspresikan perasaan setelah mengonsumsi alkohol sehingga dapat lebih terbuka secara emosional dan untuk mengatasi emosi yang tidak mereka ketahui penyebabnya dimana hal tersebut mengindikasikan adanya *alexithymia* sebagai prediktor dari penggunaan alkohol (Lyvers et al., 2012; Lyvers et al., 2014) dalam penelitian ini khususnya pada dewasa awal di Kota Bandung.

Maka berdasarkan fenomena, hasil penelitian, dan adanya kesenjangan dari perbedaan hasil tersebut, serta masih terbatasnya penelitian pengaruh *alexithymia* terhadap agresivitas pada pengguna alkohol, studi lebih lanjut diperlukan untuk menguji pengaruh *alexithymia* agresivitas pada dewasa awal pengguna alkohol yang berusia 18 – 25 tahun di Kota Bandung. Selain memperoleh besaran kontribusinya, hasil penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui masalah perilaku yang mungkin menjadi *risk factor* terhadap kesehatan mental serta munculnya masalah psikologis pada tahap perkembangan berikutnya. Dengan diketahuinya *alexithymia* dapat mempengaruhi kemunculan agresivitas, maka harapannya penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan dalam upaya meminimalisir perilaku agresi dan angka kekerasan yang disebabkan oleh penggunaan alkohol dengan menentukan prevensi maupun intervensi yang tepat.

Dari pemaparan tersebut juga diperoleh tujuan dari penelitian ini diantaranya yaitu *pertama*, untuk mengetahui gambaran *alexithymia* pada pengguna alkohol di Kota Bandung. *Kedua*, untuk mengetahui gambaran agresivitas pada pengguna alkohol di Kota Bandung. *Ketiga* untuk memperoleh bukti empiris terkait pengaruh *alexithymia* terhadap agresivitas pada

pengguna alkohol di Kota Bandung.

B. Metodologi Penelitian

Variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah *alexithymia* (variabel X) dan agresivitas (variabel Y) dengan kriteria responden yaitu individu dewasa awal berusia 18 – 25 tahun yang telah mengonsumsi alkohol selama 12 bulan terakhir dan berdomisili di Kota Bandung. Responden dalam penelitian ini berjumlah 108 dan dipilih menggunakan *snowball sampling*. Pengumpulan data juga dilakukan secara daring melalui *google forms* dengan menggunakan alat ukur *Toronto Alexithymia Scale* (TAS-20) dari R. Michael Bagby, James D.A.Parker, & Graeme J.Taylor (1994) dan di adaptasi oleh Yusainy (2017) serta menggunakan alat ukur *Buss-Perry Aggression Questionnaire* (BPAQ-29) dari Buss & Perry (1992) dan telah diadaptasi oleh Yusainy & Lawrence, (2014). Penelitian ini juga menggunakan skrining dan asesmen *Alcohol Use Disorders Identification Test* (AUDIT) berdasarkan ICD-10 untuk meninjau tingkat penggunaan alkohol yang dibuat oleh WHO dan telah diadaptasi oleh Heru Yulianto (2018). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana dengan uji F dan koefisien determinasi

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Distribusi Frekuensi Alexithymia pada Pengguna Alkohol di Kota Bandung

Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Alexithymia*

Kategori <i>Alexithymia</i>	Frekuensi	Persentase
<i>Alexithymia</i> Ambang	18	17%
<i>Alexithymia</i> Tinggi	90	83%
Total	108	100%

Berdasarkan tabel 1. di atas menunjukkan bahwa dari total 108 responden pengguna alkohol, sebanyak 19 responden (18%) terkategori *alexithymia* ambang dan sebanyak 89 responden (82%) terkategori *alexithymia* tinggi. Artinya, pengguna alkohol yang berusia dewasa awal memiliki kemampuan yang rendah dalam menyadari emosi dirinya maupun orang lain serta tidak dapat mengekspresikan emosinya pada orang lain sehingga mereka cenderung memiliki emosi negatif yang tinggi, tidak mampu mengatasi stres & keterampilan coping yang maladaptif dalam menghadapi stress, kesulitan dalam memproses dan memahami emosi negatif, kemampuan empati yang rendah akibat dari ketidakmampuannya dalam menyadari emosi orang lain, secara tiba-tiba menunjukkan perilaku yang mengganggu seperti serangan kemarahan dan sering mengalami frustrasi (Kupferberg, S., 2002; Scarpazza, C., et al 2018).

Distribusi Frekuensi Agresivitas pada Pengguna Alkohol di Kota Bandung

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Agresivitas

Kategori Agresivitas	Frekuensi	Persentase
Agresivitas Rendah	26	24%
Agresivitas Tinggi	82	76%
Total	108	100%

Berdasarkan tabel 2. di atas menunjukkan bahwa dari total 108 responden pengguna alkohol sebanyak 26 responden (24%) terkategori agresivitas rendah dan sebanyak 82 responden

(76%) terkategori agresivitas tinggi. Artinya, pengguna alkohol yang berusia dewasa awal memiliki dorongan yang tinggi untuk berperilaku agresi secara fisik seperti memukul atau menendang dan agresi secara verbal. Lalu, menampilkan emosi negatif yang disebabkan oleh harapan yang tidak terpenuhi dimana bentuk ekspresinya dapat menyakiti orang lain serta dirinya sendiri seperti menunjukkan temperamental, cepat marah, dan kesulitan mengendalikan amarah serta mengekspresikan kebencian dan permusuhan sebagai representasi dari proses berpikir atau kognitif seperti cemburu dan curiga terhadap orang lain.

Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Agresivitas pada Pengguna Alkohol di Kota Bandung

Tabel 3. Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Agresivitas pada Pengguna Alkohol

Variabel	Nilai Signifikansi	Keputusan	Nilai t-hitung	Koefisien Determinasi
<i>Alexithymia</i> dan Agresivitas	.000	Ho ditolak	5,976	25,5%

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022.

Berdasarkan tabel 3. di atas diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa keseluruhan *independent variable* yaitu *alexithymia* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *dependent variable* yaitu agresivitas. Kemudian, diperoleh nilai t-hitung sebesar $5,976 > t\text{-tabel } 1,98$. Dari hasil tersebut, maka dinyatakan bahwa H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *alexithymia* berpengaruh terhadap variabel agresivitas dengan koefisiensi determinasi sebesar 25,2% yang menjelaskan bahwa pengaruh *alexithymia* terhadap agresivitas pada pengguna alkohol adalah sebesar 25,2%, sisanya sebesar 74,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak masuk dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan adanya hubungan antara *alexithymia* dan agresivitas. Besaran pengaruh yang diperoleh memiliki arti bahwa pengguna alkohol yang kesulitan dalam mengidentifikasi dan menjelaskan perasaannya kepada orang lain, serta memiliki tingkat empati yang rendah akibat dari ketidakmampuannya dalam menyadari emosi orang lain juga mengalami frustrasi yang tinggi ketika ia secara terus menerus tidak dapat mengidentifikasi perasaannya dan kebingungan dalam mengekspresikan emosinya sendiri, cukup berkontribusi dalam memunculkan perilaku agresi dengan menyakiti orang lain dalam bentuk fisik maupun verbal serta kesulitan dalam mengendalikan amarah dan memunculkan sikap permusuhan seperti mudah cemburu atau curiga terhadap orang lain.

Berdasarkan uji regresi linear sederhana antara *alexithymia* terhadap agresivitas pada setiap tingkat penggunaan alkohol menghasilkan besaran pengaruh yang berbeda dimana pengaruh *alexithymia* terhadap agresivitas pada data dengan kategori *probable dependence* yaitu pola konsumsi alkohol dari sekelompok perilaku, kognitif, dan fenomena fisiologis yang dapat berkembang setelah mengkonsumsinya secara berulang kali berpengaruh sebesar 84,8%, pada kategori *high risk* yaitu pola konsumsi alkohol yang mengakibatkan konsekuensi kesehatan fisik dan mental serta mengakibatkan konsekuensi sosial dan bahaya seperti melukai orang lain yang diakibatkan dari kebiasaan mengonsumsi alkohol berpengaruh sebesar 33,8%, dan kategori *low risk* yaitu pola pengkonsumsian alkohol yang dapat meningkatkan konsekuensi berbahaya bagi penggunanya berpengaruh sebesar 30,9%.

Sejalan dengan hasil penelitian Evren et al., (2015) yang menemukan bahwa individu dengan *alexithymia* dan mengalami ketergantungan alkohol memiliki tingkat agresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu non *alexithymia*. Penelitian ini juga menemukan pengguna alkohol secara tidak sadar berusaha untuk menekan atau mengendalikan perasaan yang tidak menyenangkan seperti *anger* dan *hostility* untuk menstabilkan emosi batin mereka serta mengingat bahwa pengguna alkohol dengan *alexithymia* yang tinggi tidak memiliki kemampuan untuk mendefinisikan perasaan mereka dengan benar, sehingga terdapat kemungkinan individu tersebut salah atau tidak tepat dalam mengartikan perasaan marah dan permusuhan dan pada

akhirnya meningkatkan perilaku agresivitas sebagai cara untuk mengatasi tekanan psikologis yang dialami (Evren et al., 2015)

Perilaku agresi bisa disebabkan oleh munculnya afek negatif, seperti kemarahan. Namun, kemarahan tidak selalu nampak dalam perilaku agresi karena respon setiap individu terhadap afek negatif tersebut juga berbeda – beda. Pada konteks ini, keterampilan emosional individu sangat penting peranannya dan keterampilan emosi yang baik dapat membantu individu untuk mengontrol perasaan serta mengungkapkan reaksi emosinya sesuai dengan waktu dan kondisi yang dihadapi sehingga tidak mudah mengeluarkan afek negatif yang mengarah pada perilaku merugikan diri sendiri maupun orang lain. Namun, berbeda dengan individu *alexithymia* tidak menyadari atau merasa bingung untuk mengekspresikan emosi yang dirasakan dan tidak mengetahui penyebabnya membuat mereka mengalami frustrasi atau distress internal sehingga tidak mampu meregulasi emosi secara adaptif dan pada akhirnya memunculkan perilaku agresi (Konrath et al., 2012; Li et al., 2020)

Dari hasil distribusi frekuensi pada setiap aspek agresivitas ditemukan bahwa perilaku agresi yang dilakukan oleh pengguna alkohol dengan *alexithymia* di Kota Bandung diantaranya yaitu agresi secara fisik (*physical aggression*) sebesar 58%, kemarahan (*anger*) sebesar 56%, dan permusuhan (*hostility*) sebesar 81% yang termasuk dalam kategori tinggi. Sementara agresi secara verbal (*verbal aggression*) yaitu sebesar 51% termasuk dalam kategori rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa bentuk perilaku agresi pengguna alkohol dengan *alexithymia* di Kota Bandung lebih besar mengarah pada seringnya mereka bertengkar, memukul, dan bertindak kasar secara fisik kepada orang lain maupun merusak barang – barang. Kemudian, mereka juga mudah marah tanpa alasan yang kuat, terkadang memiliki keinginan untuk mengamuk sekuat - kuatnya dan memiliki masalah dalam mengendalikan kemarahan. Lalu, mereka juga mudah terbakar rasa cemburu, merasa bahwa hidup memperlakukan mereka secara tidak adil, menilai bahwa orang lain lebih nyaman dibandingkan dirinya, mudah merasa jengkel terhadap hal – hal tertentu, dan curiga secara berlebihan terhadap orang lain. Ketika pengguna alkohol dengan *trait alexithymia* merasa kesulitan dalam mehamai emosi yang tidak terlihat (*covert*), mereka lebih dominan menampilkan *hostility* (81%).

Sejalan dengan hasil penelitian Cindy & Ambarini, (2021) yang menghasilkan data bahwa Aspek DIF pada *alexithymia* paling tinggi korelasinya dengan aspek *hostility* pada agresivitas dimana hal tersebut menggambarkan bahwa individu dengan *trait alexithymia*, terutama ketika kesulitan dalam mehamai emosi yang tidak terlihat (*covert*) lebih dominan menampilkan sikap permusuhan dibandingkan rasa marah dan cenderung berperilaku agresif secara fisik dalam memahami emosi yang terlihat (*overt*). Aspek *alexithymia* dengan kesulitan dalam mengidentifikasi emosi (*difficulty identifying feelings*) dan menggambarkan emosi (*difficulty describing feeling*) keduanya berpengaruh dalam munculnya agresi fisik, marah, dan *hostility* namun tidak dengan agresi verbal (Cindy & Ambarini, 2021). Karena individu dengan *alexithymia* cenderung berkelahi secara fisik dengan orang lain agar orang tersebut dapat memahami pikiran serta perasaannya tanpa harus mengkomunikasikannya secara verbal dan cara tersebut dianggap sebagai cara yang efektif dan tepat sehingga orang lain dapat paham akan kondisi dirinya ketika merasa buruk (Margolin, et al 2002).

Tingkat *alexithymia* pada pengguna alkohol dalam penelitian ini didominasi kategori tinggi (83%). Telah ditemukan pula bahwa sebanyak 50% individu yang mengonsumsi alkohol memiliki *trait alexithymia* (Ścigala, 2018). Masalah dasar yang dihadapi oleh individu pengguna alkohol adalah ketidakmampuan untuk mengakui kebutuhan emosional (*emotional needs*) dan ketidakmampuan melatih kekuatan *self-comforting* dalam dirinya. Di sisi lain, individu dengan *alexithymia* juga tidak dapat melakukan hal-hal yang biasa dilakukan orang lain pada umumnya untuk menenangkan diri dan merasa *relax* sehingga menyalurkan *distressing emotional* dengan alkohol sebagai bantuan sementara (Thompson, 2009).

Ciri individu dengan *alexithymia* dalam kehidupan sehari-hari diantaranya kurangnya kesadaran emosional dan kurangnya keterikatan sosial. Mereka kesulitan mengekspresikan perasaan yang secara sosial dianggap layak seperti merasa bahagia ketika berada dalam acara menyenangkan. Akan tetapi, individu dengan *alexithymia* tidak selalu apatis namun lebih kepada tidak dapat mengekspresikan emosi sekuat orang lain sehingga sulit untuk berempati

(Hemming et al., 2019). Individu yang kurang mampu berempati cenderung berperilaku agresif ketika mengonsumsi alkohol khususnya individu dengan kontrol emosi yang buruk, mudah tersinggung, dan kurang memiliki empati cenderung lebih agresif setelah mengonsumsi alkohol (Heinz et al., 2011).

Kondisi tersebut telah dikonfirmasi oleh hasil penelitian ini, dimana tingkat agresivitas pada pengguna alkohol didominasi oleh agresivitas yang tinggi (76%). Sesuai dengan pernyataan Priangguna, (2014) bahwa alkohol berdampak buruk bagi kesehatan fisik dan psikologis, diantaranya yaitu kecenderungan untuk berperilaku agresif, destruktif, dan apatis. Faktor situasional seperti penggunaan alkohol menurut Buss & Perry (1992) dapat mempengaruhi tingkat agresivitas. Alkohol menurunkan fungsi kognitif, seperti lebih sulit untuk memecahkan masalah, mengendalikan amarah, dan membuat keputusan yang baik ketika mengonsumsi alkohol.

Penurunan fungsi kognitif memungkinkan individu tidak tepat dalam membaca situasi dan bereaksi secara berlebihan. Alkohol juga dapat merusak kapasitas *information processing* individu, termasuk perhatian pada batasan normatif yang berperan untuk menekan respons agresif dalam keadaan sadar. Data yang diperoleh dalam penelitian ini juga mendukung hal tersebut, dimana pengguna alkohol merasakan kerugian, seperti merasa mudah marah, sulit mengendalikan diri, mudah tersinggung, konsentrasi menurun, daya mawas diri menurun, daya ingat menurun, dan mudah gelisah setelah mengonsumsi alkohol. Kerugian tersebut juga sebagai akibat dari coping individu yang tidak adaptif yaitu penggunaan alkohol.

Selain itu, individu dengan *alexithymia* memperoleh tingkat penggunaan alkohol yang didominasi oleh *high risk drinkers* (56%). Hal tersebut menunjukkan bahwa Individu dengan *alexithymia* berada pada pola konsumsi alkohol yang dapat mengakibatkan konsekuensi kesehatan baik secara fisik maupun mental serta mengakibatkan konsekuensi sosial dan bahaya seperti melukai orang lain yang diakibatkan dari kebiasaan mengonsumsi alkohol. Lingkungan pertemanan (72%) serta riwayat penggunaan alkohol di dalam keluarga (81%) yang mengonsumsi alkohol mendukung tingginya penggunaan alkohol pada responden penelitian ini. Sebanyak 70 responden (65%) juga secara bersamaan memiliki riwayat penggunaan alkohol di lingkungan pertemanan dan keluarga. Sejalan dengan pernyataan Hapsari, (2007) bahwa faktor genetika atau biologis yaitu orang tua atau anggota di keluarga serta pengaruh teman dan lingkungan yang juga mengonsumsi alkohol merupakan faktor risiko yang dapat menyebabkan individu mengonsumsi alkohol.

Tingginya penggunaan alkohol sehingga berada pada kategori *high risk* juga mungkin dipengaruhi oleh sebanyak 65% responden mengonsumsi alkohol pertama kali sejak berusia 16 hingga 19 tahun yaitu ketika SMA dan sebanyak 21% mengonsumsi alkohol sejak usia 12 – 15 tahun yaitu ketika SMP. Penggunaan alkohol secara berulang akan memunculkan kecenderungan untuk mengalami ketidakmampuan dalam meregulasi penggunaannya. Dorongan internal yang kuat untuk menggunakan alkohol, dapat membuat individu tidak mampu mengontrol penggunaannya serta luapan emosi mereka menjadi nyata dan mendorong agresif secara tidak langsung dengan mengganggu *executive function* sehingga individu dengan fungsi eksekutif rendah lebih rentan terhadap perilaku agresif (Heinz et al., 2011). Hasil penelitian Respatiadi & Tandra, (2018) juga memperoleh data bahwa sebanyak 48% mahasiswa pertama kali mengonsumsi alkohol pada saat SMA dan penggunaan alkohol dibawah umur menjadi suatu hal yang wajar di Kota Bandung.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Pengguna alkohol yang berusia dewasa awal di Kota Bandung, memiliki tingkat *alexithymia* dengan kategori tinggi dan tingkat agresivitas dengan kategori yang tinggi pula. Hal tersebut menunjukkan bahwa individu pengguna alkohol dengan *alexithymia* yang tinggi, besar kemungkinannya untuk meningkatkan perilaku agresif.
2. *Alexithymia* memberikan pengaruh yang signifikan sebesar 25,2% terhadap agresivitas pada dewasa awal pengguna alkohol di Kota Bandung yang. Besaran pengaruh tersebut

memiliki arti bahwa pengguna alkohol yang kesulitan dalam mengidentifikasi serta menjelaskan perasaannya kepada orang lain cukup berkontribusi dalam memunculkan perilaku agresi secara fisik, verbal serta kesulitan dalam mengendalikan amarah dan memunculkan sikap permusuhan.

3. Terdapat perbedaan besaran pengaruh yang signifikan pada setiap tingkat penggunaan alkohol. Pengaruh *alexithymia* terhadap agresivitas pada kategori *probable dependence* menunjukkan pengaruh yang lebih besar dibandingkan pada kategori *high risk* dan kategori *low risk*. Hal tersebut memiliki arti bahwa semakin besar pengaruh *alexithymia* terhadap agresivitas, maka menunjukkan tingkat penggunaan alkohol yang semakin tinggi.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan berkontribusi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan tepat waktu.

Daftar Pustaka

- [1] Al Ansori, A. N. (2021, Maret 15). *Angka Konsumsi Alkohol Asia Tenggara Meningkat 34 Persen, Bagaimana di Indonesia?* Diambil kembali dari Liputan 6: <https://www.liputan6.com/health/read/4506391/angka-konsumsi-alkohol-asia-tenggara-meningkat-34-persen-bagaimana-di-indonesia>
- [2] Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human Aggression. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 27–51. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135231>
- [3] Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.63.3.452>
- [4] Bruce, G., Curren, C., & Williams, L. (2012). *Alexithymia* and alcohol consumption: The mediating effects of drinking motives. *Addictive Behaviors*, 37(3), 350–352. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.11.024>
- [5] Cindy, V., & Ambarini, T. K. (2021). Hubungan antara Kecenderungan *Alexithymia* dengan Agresivitas pada Usia Remaja. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 678-694. Diambil kembali dari <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- [6] de Schutter, M. A. M., Kramer, H. J. M. T., Franken, E. J. F., Lodewijkx, H. F. M., & Kleinepier, T. (2016). The influence of dysfunctional impulsivity and *alexithymia* on aggressive behavior of psychiatric patients. *Psychiatry Research*, 243, 128–134. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.06.023>
- [7] Evren, C., Cinar, O., Evren, B., Umut, G., Can, Y., & Bozkurt, M. (2015). Relationship between *alexithymia* and aggression in a sample of men with substance dependence. *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni*, 25(3), 233–242. <https://doi.org/10.5455/bcp.20130408020445>
- [8] Farah, T., Ling, S., Raine, A., Yang, Y., & Schug, R. (2018). *Alexithymia* and reactive aggression: The role of the amygdala. *Psychiatry Research - Neuroimaging*, 281(January), 85–91. <https://doi.org/10.1016/j.psychresns.2018.09.003>
- [9] Giancola, P. R. (2004). Executive functioning and alcohol-related aggression. *Journal of Abnormal Psychology*, 113(4), 541–555. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.113.4.541>
- [10] Hanafi, E., Siste, K., Limawan, A. P., Sen, L. T., Christian, H., Murtani, B. J., Adrian, Siswidiani, L. P., & Suwartono, C. (2021). Alcohol- and Cigarette-Use Related Behaviors During Quarantine and Physical Distancing Amid COVID-19 in Indonesia. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.622917>
- [11] Heinz, A. J., Beck, A., Meyer-Lindenberg, A., Sterzer, P., & Heinz, A. (2011). Cognitive and neurobiological mechanisms of alcohol-related aggression. *Nature Reviews Neuroscience*, 12(7), 400–413. <https://doi.org/10.1038/nrn3042>
- [12] Hemming, L., Haddock, G., Shaw, J., & Pratt, D. (2019). *Alexithymia* and its associations

- with depression, suicidality, and aggression: An overview of the literature. *Frontiers in Psychiatry*, *10*(APR). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00203>
- [13] Hidayati, N. (2017, Maret 10). *Pelaku Perusakan Mobil Keluarga di Bandung di Bawah Pengaruh Alkohol*. Diambil kembali dari Kumparan News: <https://kumparan.com/kumparannews/pelaku-perusakan-mobil-keluarga-di-bandung-di-bawah-pengaruh-alkohol>
- [14] Janik McErlean, A. B., & Lim, L. X. C. (2020). Relationship between Parenting Style, *Alexithymia* and Aggression in Emerging Adults. *Journal of Family Issues*, *41*(6), 853–874. <https://doi.org/10.1177/0192513X19886647>
- [15] Knapton, C., Bruce, G., & Williams, L. (2018). The Impact of *Alexithymia* on Desire for Alcohol during a Social Stress Test. *Substance Use and Misuse*, *53*(4), 662–667. <https://doi.org/10.1080/10826084.2017.1355389>
- [16] Kupferberg, S. L. (2002). The relation between alexithymia and aggression in a nonclinical sample. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, *63*(6-B), 3011.
- [17] Li, X., Li, B., Lu, J., Jin, L., Xue, J., & Che, X. (2020). The relationship between *alexithymia*, hostile attribution bias, and aggression. *Personality and Individual Differences*, *159*(December 2019). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109869>
- [18] Lyvers, M., Hasking, P., Albrecht, B., & Thorberg, F. A. (2012). *Alexithymia* and alcohol: The roles of punishment sensitivity and drinking motives. *Addiction Research and Theory*, *20*(4), 348–357. <https://doi.org/10.3109/16066359.2011.636494>
- [19] Lyvers, M., Lysychka, O., & Thorberg, F. A. (2014). *Alexithymia* and drinking in young adults: The role of alcohol-related intrusive thoughts. *Personality and Individual Differences*, *57*, 70–73. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.09.021>
- [20] Lyvers, M., Onuoha, R., Thorberg, F. A., & Samios, C. (2012). *Alexithymia* in relation to parental alcoholism, everyday frontal lobe functioning and alcohol consumption in a non-clinical sample. *Addictive Behaviors*, *37*(2), 205–210. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.10.012>
- [21] Lyvers, M., Simons, O., Hayes, A., & Thorberg, F. A. (2014). Drinking motives, alcohol expectancies and *alexithymia* in young adult social drinkers. *Journal of Substance Use*, *19*(1–2), 44–47. <https://doi.org/10.3109/14659891.2012.734538>
- [22] Priangguna, C. (2014). Perilaku Mengonsumsi Minuman beralkohol pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNESA PERILAKU MENGGONSUMSI MINUMAN BERALKOHOL PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA CONSUME ALCOHOL BEHAVIOR STUDENTS FACULTY OF EDUCATION SURABAYA. <http://batam.tribunnews.com>
- [23] Ramadhan, A. S. (2021, Juli 27). *Seorang Kakek di Bandung Tewas Diinjak-injak Pemuda Mabuk saat Bubarkan Pesta Miras*. Diambil kembali dari Suarajabar.id: <https://jabar.suara.com/read/2021/07/27/150321/seorang-kakek-di-bandung-tewas-diinjak-injak-pemuda-mabuk-saat-bubarkan-pesta-miras?page=1>
- [24] Respatiadi, H., & Tandra, S. (2018). Memerangi Alkohol Ilegal : Prioritas Kebijakan di Bandung, Jawa Barat. In *Center for Indonesian Policy Studies*. Center for Indonesian Policy Studies. <https://doi.org/10.35497/271874>
- [25] Rolfe, A., Dalton, S., Krishnan, M., Orford, J., Mehdikhani, M., Cawley, J., & Ferrins-Brown, M. (2006). Alcohol, gender, aggression and violence: Findings from the Birmingham untreated heavy drinkers project. *Journal of Substance Use*, *11*(5), 343–358. <https://doi.org/10.1080/14659890600677487>
- [26] Sacks, J. J., Gonzales, K. R., Bouchery, E. E., Tomedi, L. E., & Brewer, R. D. (2015). 2010 National and State Costs of Excessive Alcohol Consumption. *American Journal of Preventive Medicine*, *49*(5), e73–e79. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2015.05.031>
- [27] Scarpazza, C., Làdavas, E., & Cattaneo, L. (2018). Invisible side of emotions: somato-motor responses to affective facial displays in alexithymia. *Experimental brain research*,

- 236(1), 195-206.
- [28] SNPK. (2015). Laporan Bulanan Bulan Maret 2015. Diakses dari <http://snpk.kemenkopmk.go.id/>
- [29] Tika, I. V. (2018, Mei 8). *Korban Jiwa Alkohol Ilegal di Bandung Lebih Tinggi dari Rata-rata Nasional*. Diambil kembali dari Pikiran Rakyat: <https://www.pikiran-rakyat.com/bandung-raya/pr-01296821/korban-jiwa-alkohol-ilegal-di-bandung-lebih-tinggi-dari-rata-rata-nasional>
- [30] Thompson, J. (2009). *Emotionally Dumb: An Overview of Alexithymia*. Australia: Soul Books.
- [31] Uddarojat, R. (2016). Dampak Negatif Penetapan RUU Larangan Minuman Beralkohol terhadap Kesehatan dan Keselamatan Masyarakat Indonesia (Sebuah Kajian di Enam Kota). In *Center for Indonesian Policy Studies*. Center for Indonesian Policy Studies. <https://doi.org/10.35497/270466>
- [32] WHO, Hammer, J. H., Parent, M. C., & Spiker, D. A. (2018). Global status report on alcohol and health 2018. In *Global status report on alcohol* (Vol. 65, Issue 1). http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/msbgsruprofiles.pdf%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29355346
- [33] Wiyono, A. S. (2015, November 5). *Separuh kejahatan di Bandung dipicu karena miras*. Diambil kembali dari Merdeka.com: <https://www.merdeka.com/peristiwa/separuh-kejahatan-di-bandung-dipicu-karena-miras.html>
- [34] Yulianto, H. 2018. HUBUNGAN TINGKAT PENGGUNAAN ALKOHOL BERDASARKAN SKOR AUDIT (*ALCOHOL USE DISORDERS IDENTIFICATION TEST*) DENGAN DEPRESI PADAPENGHUNI LAPAS NARKOTIKA KELAS IIA YOGYAKARTA. *Jurnal Online Universitas Gadjah Mada*
- [35] Yusainy, C. Al. (2017). Feeling Full or Empty Inside? Peran Perbedaan Individual dalam Struktur Pengalaman Afektif. *Jurnal Psikologi*, 44(1), 1. <https://doi.org/10.22146/jpsi.18377>
- [36] Yusainy, C., & Lawrence, C. (2014). Relating mindfulness and self-control to harm to the self and to others. *Personality and Individual Differences*, 64, 78–83. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.02.015>
- [37] Zdankiewicz-Ścigała, E., & Ścigała, D. K. (2018). Relationship between attachment style in adulthood, *alexithymia*, and dissociation in alcohol use disorder inpatients. Mediation model. *Frontiers in Psychology*, 9(OCT), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02039>.
- [38] Zahrani, Sarah Khairunnisa, Coralia, Farida. (2021). Tingkat Ekspresi Emosi pada *Caregiver* Skizofrenia di Kecamatan Kersamanah, Kabupaten Garut. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 119-123.