

Pengaruh *Anger Management Training* terhadap Penurunan Perilaku Agresi pada Siswa Bermasalah di SMP X Bandung

Meilia Ishar

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Lampung
Jl. ZA. Pagar Alam, Labuhan, Labuhan Ratu, Kec. Kedaton, Kota Bandar Lampung, Lampung 35132
E-mail: meilia.ishar@gmail.com

Received: Juni 2020; Accepted: November 2020; Published: Januari 2021

Abstract

Aggression is all form of behavior which meant, to hurt other individual physically and mentally or harm the others which their behavior is undesirable (Berkowitz 1995). Aggressive behavior is a form of negative behaviors that arise mainly due to the stimulation of environmental stimuli often lead to greater impact. Aggression can be physical or verbal, and may occur on other people or objects that become targets of aggression. Aggressive behavior shown junior high school students 'X' Bandung include fights either alone or in groups, pushing, hitting, and kicking her or inventory such as school desks, chairs and doors (Displacement) due to a simple problem. Students also like to taunt and threaten her friends who do not follow their will (bullying), students also often yell and say rude to her if what she wants is not obeyed. The purpose of the research was to obtain empirical data on the effect of Anger Management Training (AMT) to decrease aggression behavior at junior high school "x" Bandung. This AMT is focusing to changing of behavior through increase knowledge, helping student to be able to control their temper positively and able to express anger in a healthy way. In this study there were fifteen participants taken as a subject by using purposive techniques based on established criteria. To determine whether there is the effect of the AMT in reducing aggressive behavior of students, the data processing is done by using the Wilcoxon Signed Ranks test statistic test. Statistical hypothesis proposed in this study is H_0 : there is the effect of interventions such as anger management training to decrease aggressive behavior in the study subjects. H_1 : there is the effect of interventions such as anger management training to decrease aggressive behavior in the study subjects. From the results of statistical tests using the Wilcoxon Signed Ranks Test results obtained Z value of -3.410 with probability p for a two-tailed test (asympt. Sig. 2 tailed) of 0.001. Given the value of $p = 0.001 < \alpha = 0.05$, then H_0 is rejected and H_1 is accepted. Thus, it can be said that there is the effect of interventions such as anger management training to decrease aggressive behavior in students.

Keywords: aggression, anger management training,

Abstrak

Agresi merupakan segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti seseorang baik secara fisik maupun mental, atau mencelakakan individu lain yang tingkah lakunya tidak diinginkan (Berkowitz 1995). Perilaku agresi merupakan bentuk perilaku negatif yang timbul karena adanya rangsangan terutama rangsangan dari lingkungan yang seringkali mengakibatkan dampak yang lebih besar. Agresi dapat berupa fisik ataupun verbal dan dapat terjadi pada orang lain ataupun objek yang menjadi sasaran agresi. Perilaku agresi yang ditunjukkan siswa SMP 'X' Bandung diantaranya adalah sering berkelahi baik sendiri atau berkelompok, saling dorong, memukul, dan menendang temannya atau inventaris sekolah seperti meja, kursi dan pintu (Displacement) karena masalah yang sederhana. Siswa juga suka mengejek dan mengancam temannya yang tidak menuruti kemauan mereka (bullying), siswa juga sering berteriak dan berkata kasar kepada temannya jika apa yang diinginkannya tidak dituruti. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empirik mengenai pengaruh Anger Management Training (AMT) terhadap penurunan perilaku agresi pada siswa di SMP 'X' Bandung. Fokus dari AMT adalah perubahan perilaku dengan meningkatkan pengetahuan, membantu siswa agar mampu mengontrol marahnya dengan positif dan mampu mengekspresikan marahnya dengan cara yang sehat. Pada penelitian ini terdapat lima belas partisipan yang diambil sebagai subjek dengan menggunakan teknik purposive berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian AMT dalam menurunkan perilaku agresi siswa, maka pengolahan data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Wilcoxon Signed Ranks Tes. Hipotesis statistik yang diajukan dalam penelitian ini adalah H_0 :tidak terdapat pengaruh pemberian intervensi berupa anger management training terhadap penurunan perilaku agresi pada subyek penelitian. H_1 :terdapat pengaruh pemberian intervensi berupa anger management training terhadap penurunan perilaku agresi pada subyek penelitian. Dari hasil uji statistik dengan menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Tes diperoleh hasil Z sebesar -3,410 dengan nilai probabilitas p untuk uji dua sisi (asympt. Sig. 2 tailed) sebesar 0,001. Mengingat nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian intervensi berupa anger management training terhadap penurunan perilaku agresi pada siswa.

Kata kunci : agresi; anger management training.

PENDAHULUAN

Pendidikan bagi peserta didik dalam usia remaja tidaklah mudah. Sebagai periode transisi antara masa anak dan dewasa yang mengalami perubahan biologis, kognitif, dan sosial, remaja banyak menghadapi masalah berkaitan dengan usahanya untuk mencapai kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Santrock, 2006:26; Piaget dalam Hurlock, 1980:206). Stanley Hall (Santrock, 2006) mengidentikkan remaja dengan masa topan dan tekanan (*strom and stress*) yaitu masa goncangan yang ditandai dengan konflik dan perubahan suasana hati. Perubahan yang terjadi pada masa remaja mengharuskan remaja untuk mampu beradaptasi dan menghadapi perubahan yang terjadi. Seringkali masa ini menimbulkan tekanan bagi remaja. Ketidakefektifan remaja dalam mengambil keputusan dalam memecahkan masalah akan terlihat dari berbagai respon yang dimunculkan oleh remaja tersebut. Salah satunya adalah ekspresi emosi negatif, yang dapat termanifestasi dalam bentuk kemarahan, permusuhan bahkan perkelahian. Dampak dari perilaku tersebut memungkinkan dapat merugikan berbagai pihak termasuk dirinya sendiri.

Ekspresi emosi negatif dapat muncul sebagai akibat dari kegagalan, kebimbangan dan kebingungan serta hilangnya kesabaran dan emosi yang memuncak. Sebagai tahap perkembangan emosi, remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara yang meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara atau dengan bersuara keras, dan dengan mengkritik orang-orang yang menyebabkannya marah (Hurlock, 1980:213). Kegagalan remaja dalam menghadapi permasalahan akan menyebabkan remaja mengalami frustrasi dan menjadi sulit untuk mengontrol emosinya. Ungkapan emosi yang berlebihan memicu perilaku agresi. Agresi merupakan luapan emosi sebagai reaksi terhadap kegagalan individu yang ditunjukkan dalam bentuk menyakiti orang atau merusakkan terhadap benda dengan sengaja yang diekspresikan dengan kata-kata dan perilaku non verbal (Schneiders, 1995).

Perilaku agresi yang ditunjukkan peserta didik di lingkungan sekolah mengisyaratkan adanya masalah pengendalian emosi dari peserta didik. Terutama karena masalah pengendalian emosi ternyata juga berhubungan dengan masalah akademik. Kaufmann (1985) menjelaskan hasil risetnya bahwa anak yang agresif umumnya memiliki kesulitan akademis dan prestasi akademik yang rendah. Dengan demikian, perilaku agresi yang muncul di lingkungan pendidikan penting untuk dapat diatasi sekolah sebagai lembaga pendidikan yang dituntut untuk berperan aktif mengembangkan potensi peserta didik agar mampu mengendalikan dirinya dan berkepribadian yang baik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan bagian Kesiswaan SMP 'X' Bandung dan evaluasi observatif serta data yang diperoleh dari guru, bagian Kesiswaan dan guru BP, terdapat sekitar 58 siswa (25,3%) dari jumlah seluruh siswa (229 siswa) yang menunjukkan perilaku agresi terhadap siswa lainnya. Sebanyak 32 siswa diantaranya (55,2%) menunjukkan perilaku agresi secara berulang. Perilaku agresi yang ditunjukkan siswa SMP 'X' Bandung diantaranya adalah sering berkelahi baik sendiri atau berkelompok, saling dorong, memukul, dan menendang temannya atau inventaris sekolah seperti meja, kursi dan pintu (Displacement) karena masalah yang sederhana. Siswa juga suka mengejek dan mengancam temannya yang tidak menuruti kemauan mereka (bullying), siswa juga sering berteriak dan berkata kasar kepada temannya jika apa yang diinginkannya tidak dituruti. Selain itu juga mengganggu atau menjahili temannya tersebut dengan menakut-nakutinya atau mengambil bukunya dan mencoret-coret atau

melemparkan bukunya sehingga buku tersebut rusak. Pihak sekolah cukup sering menerima pengaduan dari para orang tua siswa berkaitan dengan agresivitas teman-teman anaknya. Beberapa siswa yang menjadi korban agresivitas tidak masuk sekolah karena sakit atau merasa takut mengalami kejadian yang sama dan sebagian diantaranya pindah sekolah karena sudah tidak mampu lagi bertahan di sekolah tersebut.

Perilaku agresi merupakan bentuk perilaku negatif yang timbul karena adanya rangsangan terutama rangsangan dari lingkungan yang seringkali mengakibatkan dampak yang lebih besar. Agresi dapat berupa fisik ataupun verbal dan dapat terjadi pada orang lain ataupun objek yang menjadi sasaran agresi.

Masalah perilaku agresi pada siswa SMP 'X' Bandung sebelumnya pernah diteliti oleh Hermina Yunita (2012) yang mengkaji pengaruh metode konseling kelompok (*group counseling*) terhadap penurunan perilaku agresif siswa. Walaupun demikian siswa yang dilibatkan masih terbatas, yaitu sebanyak 8 siswa. Penelitian Hermina dimotivasi oleh belum diterapkannya layanan konseling kelompok bagi siswa dengan perilaku agresi. Temuan penelitian yang diperoleh adalah terdapat pengaruh pemberian intervensi berupa konseling kelompok terhadap penurunan perilaku agresif pada siswa SMP 'X' Bandung. Hasil penelitian yang dilakukan terdapat penurunan perilaku agresi di SMP 'X' Bandung namun masih terbatas pada sebagian kecil siswa dan belum menjangkau mayoritas siswa lainnya dengan masalah yang sama, hasil penelitian hanya berpengaruh terhadap peserta yang mengikuti konseling kelompok saja yaitu sebanyak 8 orang sehingga dalam rekomendasi penelitiannya, Hermina menyarankan agar konseling kelompok untuk menurunkan perilaku agresi siswa sebaiknya terus dilakukan di sekolah mengingat siswa yang mempunyai perilaku agresi masih banyak. Selain itu, sekolah juga belum menyediakan fasilitas layanan konseling kelompok bagi para siswanya untuk menunjang keberlanjutan konseling kelompok, sebagaimana yang juga disarankan oleh Hermina, baik karena terbatasnya terapis dan rendahnya disiplin siswa untuk mengikuti konseling kelompok secara konsisten.

Karena kurang efektifnya konseling kelompok untuk menurunkan perilaku agresi maka diperlukan suatu metode yang bisa meliputi semua siswa, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Laela (2010) bahwa metode pelatihan *anger management* mampu menurunkan perilaku agresi pada anak-anak sekolah.

Untuk menurunkan perilaku agresi, peneliti menggunakan pelatihan *Anger Management* yang dikembangkan oleh Feindler, Marriot dan Iwata (1984). Training ini menggunakan 5 pendekatan yaitu : *Identifying trigger* (termasuk kejadian-kejadian internal dan external yang memprovokasi munculnya respon marah), *Identifying Cues* (mengenali gejala-gejala fisik ketika akan marah seperti ketegangan pada otot, muka merah), *Using reminder* (mengingat kata-kata yang membuat tenang ketika respon marah akan muncul seperti ; tenang, rileks atau kalimat lain yang bisa membuat tenang), *Using Reducers* (menggunakan teknik yang dapat menurunkan tingkat kemarahan seperti menarik nafas dalam, menghitung muncur, membayangkan kejadian-kejadian yang menyenangkan atau membayangkan konsekuensi jika ia memperturutkan kemarahannya), *Using Self-Evaluation* (mengevaluasi seberapa jauh efektifitas taapan yang sudah dilakukan, memberikan reward kepada diri sendiri atas keberhasilan yang sudah didapatkan).

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melanjutkan penelitian tentang perilaku agresi siswa SMP ‘X’ Bandung dengan meneliti mengenai: “Pengaruh Pelatihan *anger management* terhadap Penurunan Perilaku Agresi pada Siswa di SMP ‘X’ Bandung

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen, yaitu suatu rancangan untuk melihat pengaruh dari suatu pemberian perlakuan (*treatment*) terhadap suatu permasalahan. Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan model penelitian *one-group pre test - post test design* yaitu eksperimen yang dilakukan pada satu kelompok saja tanpa pembandingan (dalam **Suharsimi Arikunto, 2000:279**). Pengukuran terhadap *dependent variable* dilakukan sebelum (*pre test*) dan setelah penanganan (*post test*) diberikan. *One group pretest-posttest design* digambarkan sebagai berikut:

<i>Pre-test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
O_1	X	O_2

Keterangan :

O_1 : pengukuran awal, sebelum diberikan *anger management training*

X : pemberian terapi *anger management training*

O_2 : pengukuran akhir, setelah diberikan *anger management training*

Pada penelitian ini, eksperimen yang dilakukan dimaksudkan untuk melihat pengaruh dari suatu pemberian perlakuan (*treatment*) tertentu terhadap suatu variabel lain. Sebagai perlakuan (*treatment*) adalah *anger management training* yang diberikan kepada siswa yang memiliki perilaku agresi di SMP ‘X’ Bandung. Yang hendak diukur adalah apakah *treatment* yang diberikan, yaitu *anger management training* berpengaruh terhadap perilaku agresi, atau dengan kata lain, apakah terdapat penurunan pada derajat perilaku agresi setelah *treatment* diberikan.

Dalam rangka melihat sejauh mana *anger management training* mempengaruhi menurunnya perilaku agresi siswa, maka akan dilakukan pengukuran perilaku agresi pada siswa sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) *anger management training* berlangsung. Proses pengambilan data dilakukan pada satu kelompok sebelum dan sesudah *anger management training*. Oleh karena itu hasil perhitungan statistik yang diperoleh pada pengukuran sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) perlakuan diberikan lalu dibandingkan. Dengan mendasarkan pada sampel berpasangan dan data yang akan diperoleh bersifat ordinal, teknis analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah *Wilcoxon Signed Ranks Test*, yang bermaksud untuk menguji signifikan atau tidaknya perbedaan antar sampel berpasangan, yaitu hasil pengukuran perilaku agresi *pre test* dan *post test*. Dari hasil perbandingan skor atau nilai yang diperoleh tersebut, dapat ditemukan apakah ada pengaruh perlakuan (*treatment*) yang diberikan, yaitu pemberian *anger management training* terhadap menurunnya perilaku agresi siswa.

HASIL PENELITIAN

© 2021 Jurnal Psychomutiara. This is an open access article under the CC BY-SA license

Website: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Psikologi/index>

<http://e-journal.sari-mutiara.ac.id>

Hipotesis tabel statistik yang diajukan adalah sebagai berikut :

H_0 :Tidak terdapat pengaruh pemberian intervensi berupa *anger management training* terhadap penurunan perilaku agresi pada subyek penelitian.

H_1 :Terdapat pengaruh pemberian intervensi berupa *anger management training* terhadap penurunan perilaku agresi pada subyek penelitian

Kriteria pengujian adalah :

- Jika $P \leq 0,05$, maka H_1 diterima

- Jika $P \geq 0,05$, maka H_1 ditolak

Dari uji tabelstatistik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 1

Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Agresi

Agresi (<i>Post-test</i>) – Agresi (<i>Pre-test</i>)	
Z	-3.408 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa nilai Z sebesar -3,410 dengan nilai probabilitas p untuk uji dua sisi (asyp. Sig. 2 tailed) sebesar 0,001. Mengingat nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian intervensi berupa *anger management training* terhadap penurunan perilaku agresi pada subyek penelitian.

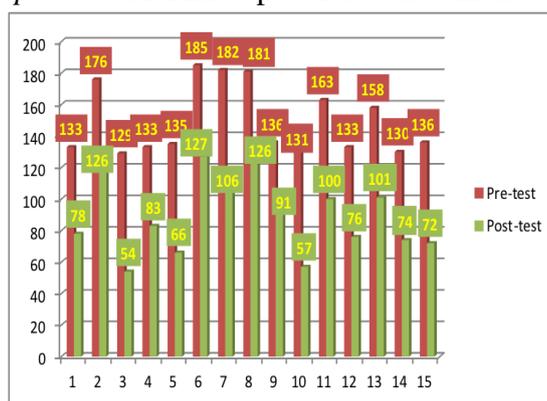
Untuk lebih jelasnya hasil pengukuran pre test dan post test dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 2

Hasil Skor dan Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Agresi

Responden	Agresi			
	Pre-Test		Post-Test	
	Skor	Kriteria	Skor	Kriteria
1	133	Tinggi	78	Rendah
2	176	Tinggi	126	Tinggi
3	129	Tinggi	54	Rendah
4	133	Tinggi	83	Rendah
5	135	Tinggi	66	Rendah
6	185	Tinggi	127	Tinggi
7	182	Tinggi	106	Rendah
8	181	Tinggi	126	Tinggi
9	136	Tinggi	91	Rendah
10	131	Tinggi	57	Rendah
11	163	Tinggi	100	Rendah
12	133	Tinggi	76	Rendah
13	158	Tinggi	101	Rendah
14	130	Tinggi	74	Rendah
15	136	Tinggi	72	Rendah

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa seluruh siswa memiliki skor *post-test* yang berbeda dibandingkan skor *pre-test*. Hal ini dapat divisualisasikan dalam bentuk gambar berikut:



Gambar 1. Hasil Skor dan Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Agresi

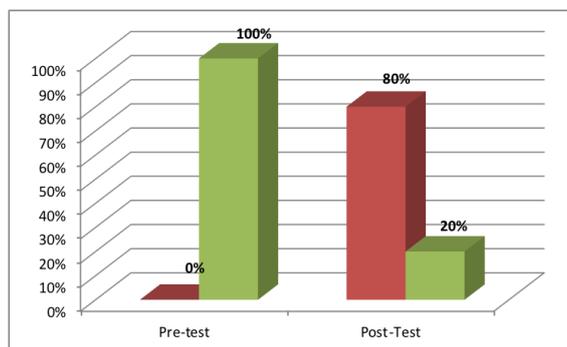
Selanjutnya, dari tabel tersebut dapat pula diketahui frekuensi dan persentase tinggi rendah agresi dari seluruh responden yang diteliti. Untuk mempermudah perhitungan disajikan tabel berikut:

Tabel 3

Frekuensi dan Persentase Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Agresi

Kategori	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	f	%	F	%
Rendah	0	0	12	80
Tinggi	15	100	3	20
Jumlah	15	100	15	100

Berdasarkan tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa dari 15 siswa yang menjadi responden dalam penelitian ini, 100% siswa cenderung memiliki agresi yang tinggi sebelum mengikuti *anger management training (pre-test)*. Sedangkan setelah mengikuti *anger management training (post-test)*, 80% siswa cenderung memiliki agresi yang rendah, sedangkan 20% siswa cenderung memiliki agresi yang tinggi. Hasil tersebut dapat divisualisasikan dalam bentuk gambar berikut:



Gambar 2. Persentase Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Agresi

Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan *anger management training* memberikan perubahan (penurunan) agresi pada seluruh siswa tersebut, meskipun 20% siswa masih memiliki agresi yang dikategorikan tinggi. Mengingat data dalam penelitian ini merupakan data sampel, maka peningkatan tersebut perlu diuji dengan menggunakan Uji Wilcoxon untuk mengetahui apakah kegiatan *anger management training* memberikan perubahan yang signifikan terhadap perilaku agresi siswa.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan pengolahan data dan uji statistik maka dilakukan pembahasan terhadap hasil yang diperoleh. Berdasarkan hasil statistik diperoleh nilai Z sebesar -3,408 dengan nilai probabilitas p untuk uji dua sisi (asympt. Sig. 2 tailed) sebesar 0,001. Mengingat nilai $p = 0,001 < \alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian *anger management training* terhadap penurunan perilaku agresi pada siswa, baik pada aspek fisik maupun aspek verbal. Agresi dapat diartikan sebagai setiap tindakan yang dimaksudkan untuk melukai atau menyakiti orang lain (Taylor, dkk, 2009). Unsur penting dari agresi adalah adanya faktor tujuan dan kesengajaan. Oleh karena itu dapat ditarik kesimpulan bahwa agresi adalah tindakan individu yang secara sengaja bertujuan untuk melukai atau mencelakakan individu lain yang tidak menginginkan datangnya tindakan tersebut (Dayakisni dan Hudaniah, 2006; Krahe, 2005).

Hubungan antara rasa marah dengan perilaku agresi terletak pada fenomena bahwa rasa marah merupakan determinan utama dari perilaku agresi (Taylor, 2009; Krahe, 2005). Marah sering disebut juga sebagai perasaan agresif, dan menjadi sumber dari munculnya perilaku agresi. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa individu yang tidak dapat mengendalikan kemarahannya memiliki kecenderungan untuk melakukan perilaku agresi.

Setiap perilaku agresi menimbulkan dampak negatif, oleh karena itu perlu diberikan penaggulangannya. Salah satu cara untuk menurunkan perilaku agresi tersebut adalah dengan memberikan *Anger management training*. *Anger management training* (AMT) merupakan psikoedukasi dan bukan terapi. Psikoedukasi atau *skill training* bertujuan memodifikasi sikap dan perilaku secara langsung lewat keterlibatan total partisipan dalam suatu program pendidikan pelatihan (Gazda dalam Supratiknya, 2008). Secara khusus psikoedukasi bertujuan untuk *primary prevention* atau prevensi dini (Supratiknya, 2008). Dan juga AMT merupakan suatu teknik yang dirancang khusus untuk membantu individu dalam mengelola kemarahan mereka secara konstruktif. Seperti telah dijelaskan sebelumnya, rasa marah merupakan determinan utama dari perilaku agresi (Taylor, 2009; Krahe, 2005). Marah sering disebut juga sebagai perasaan agresi, dan menjadi sumber dari munculnya perilaku agresi. Rasa marah dapat memicu seseorang untuk melampiaskannya dalam bentuk perbuatan yang dapat menyakiti orang lain ataupun dirinya sendiri. Meskipun demikian, kemarahan tidak selalu termanifestasi dalam tindakan agresif, seperti misalnya dengan menyakiti orang yang memicu munculnya rasa marah tersebut (Sarwono dan Meinarno, 2009; Taylor, 2009). Oleh karena itu pembelajaran tentang keterampilan mengontrol kemarahan (manajemen kemarahan) tentu merupakan salah satu bentuk intervensi yang efektif dalam mengurangi tingkat agresivitas seseorang (Dorko, King, Shaler, dan Voronov, 2008; Krahe, 2005; Skiba dan McKelvey, 2000).

Anger management training yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kognitif- perilaku, karena tidak hanya fokus pada aspek kognitif saja, namun juga memperhitungkan fungsi individu pada aspek afektif dan perilaku. Perubahan pada salah satu aspek akan diikuti oleh perubahan pada aspek yang lainnya (Martin & Sandra, 2005). Dengan kata lain pendekatan kognitif-perilaku memberikan kesempatan kepada individu mengubah pola pikir, perasaan dan perilaku negatif menjadi positif. Sejalan dengan pendekatan kognitif yang menyebutkan bahwa kognisi dan perilaku saling mempengaruhi secara timbal balik, artinya perilaku baru dapat mengubah pemikiran, dan cara-cara berpikir baru yang pada gilirannya dapat memfasilitasi perilaku baru.

Saran penelitian adalah (1) adanya pengaruh pemberian intervensi berupa *anger management training* dalam menurunkan perilaku agresi pada siswa ini sebaiknya terus dilakukan di sekolah, mengingat siswa yang mempunyai perilaku agresi masih banyak. Oleh karena itu perlu diberikan pelatihan kepada guru-guru sehingga guru dapat langsung melakukan sendiri *anger management training* untuk menangani siswa yang berperilaku agresi. (2) mengingat pada penelitian ini adalah siswa yang bersedia saja untuk mengikuti pelatihan sementara masih terdapat siswa lain yang berperilaku agresi, oleh karenanya perlu adanya pendekatan yang dilakukan oleh guru agar seluruh siswa yang masih berperilaku agresi bisa diberikan informasi dan pada akhirnya bersedia untuk mengikuti pelatihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anantasari. *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*, Yogyakarta : Kanisius. 2006.
- Arikunto, Suharsimi. *Manajemen Penelitian*, Jakarta : PT.Rineka Cipta. 2000.
- Azwar, Sarifudin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. 2000.
- Barry Glick, John C. Gibbs. *Aggression Replacement Training*. Pg.55-57
- Bergh, Z.C. & Theron, A.L. *Psychology in the work context*. 2nd edition. Capetown: Oxford University Press. 2003.
- Berkowitz, L. *Agresi Sebab dan Akibatnya*. (terjemahan Satmoko, RS). Jakarta : Pustaka Binaman Pressindo. 1995.
- Blom, R. *Social work among primary-school children: Promoting emotional intelligence*. Acta Academica Supplement. Bloemfontein: University of the Free State. 2004.
- Bota, Albertus Johannes. *The facilitation of aggression management in secondary schools in mpumalanga*. Dissertation. Johannesburg: Psychology of Education, University of Johannesburg. 2006.
- Cornell, D.G, Peterson,C.S.,&Richards, H. 1999. Anger as predictor of aggression among incarcerated adolescent. *Journal of Counsulting and Clinical Psychology*. Pg.108-115
- Davidoff, Linda L.. *Psikologi suatu pengantar*. Jakarta: Erlangga. 1981.

- Dwivedi, K., & Gupta, A. 2000. "Keeping Cool": Anger Management Through Group Work. *Support for Learning*
- Doni Sinuraya. *Hubungan antara kepribadian ekstrovert dengan perilaku agresi pada remaja*. Skripsi. Surakarta : Fakultas Psikologi UMS. 2009.
- Elga, A.Y. (2012) *Jangan Suka Marah: Memahami Dampak-Dampak Buruk Marah bagi Kesehatan*
- Goleman, D. *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ?* London: Bloomsbury. 1996.
- Guilford, J.P. *Fundamental Statistics for Psychology and Education*. Tokyo: McGraw-Hill. 1956, 1977.
- Hermina Yunita. *Pengaruh konseling kelompok dalam mengurangi perilaku agresif pada siswa yang bermasalah (Studi yang dilakukan di SMP "X" Bandung)*. 2012.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan*, Jakarta : Erlangga. 1980.
- MacDonald, L. *Learn to be an optimist: Visualize your way to success, find lifelong confidence and happiness, discover self-belief*. London: Duncan Baird. 2004.
- McKay, M. & Fanning, P. *Self-esteem. A proven program of cognitive techniques for assessing, improving and maintaining your self-esteem*. Oakland: New Harbinger. 2000.
- Nasrizulhaidi. 2014. *Efektivitas Anger Management Training untuk Menurunkan Agresivitas pada Remaja Disruptive Behavior Disorders*. Fakultas Psikologi USU.
- Rahmah, D.K. *Hubunga antara konsep diri dan penyesuaian diri dengan kecenderungan perilaku agresi pada anak jalanan*. Skripsi. Surakarta: Fakultas Psikologi UMS. 2003.
- Santrock, J.W. *Life-Span Development*, Jakarta : Erlangga. 2006.
- Sarwono S. W. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka. 2002.
- Sears, D.O., Fredman, J.L., and Peplau, A.U. *Psikologi Sosial. Edisi Kelima Jilid 1 (terjemahan)* Jakarta: Penerbit Erlangga. 1994.
- Seniati, Liche, Yulianto, Aries, Setiadi, Bernadette. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta. 2005.
- Siddiqah, L. 2010. Pencegahan dan Penanganan Perilaku Agresif Remaja Melalui Pengelolaan Amarah. *Jurnal Psikologi*, 37 (1), 50-64
- Sudjana. *Metode Statistika*, Bandung: Tarsito. 1996.
- Tendi Krishna M.M, *50 permainan edukatif untuk mengembangkan potensi dan mental positif*. Yogyakarta. 2012.
- Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.