

Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Pengelolaan Emosi Dan Perilaku Agresi Siswa di Sekolah

Halimatussakdiah

Institut Elkatarie

Email:

halimatussakdiah@elkatarie.ac.id A

ABSTRAK

Penelitian ini didasarkan pada fenomena yang mengindikasikan bahwa adanya perilaku agresi siswa kelas X SMAN 1 SIKUR. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat peran efektif konseling kelompok terhadap pengelolaan emosi dan perilaku agresi siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian quasi eksperimen dengan rancangan *control group pretes* dan *posttest*. Subjek penelitian ini sebanyak 14 siswa SMAN 1 SIKUR yang memiliki perilaku agresi tinggi. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 8 kali pertemuan dengan menggunakan dua jenis instrument yaitu instrument bahan perlakuan dan instrument pengumpulan data. Berdasarkan hasil analisis statistik *Independen Sampel t-test* hasil penelitian menunjukkan ada pengurangan frekuensi perilaku agresi siswa sebelum, selama dan sesudah mendapatkan perlakuan konseling kelompok. Kesimpulannya adalah bahwa konseling kelompok efektif dalam membantu siswa mengelola emosi dan mengurangi perilaku agresi siswa yang berlebihan. Berdasarkan hasil penelitian maka disarankan (1) Konselor dapat menggunakan pedoman dan landasan teoritik dalam penelitian ini untuk kegiatan konseling kelompok sebagai usaha untuk mengukur bagaimana perkembangan emosi siswa dan mengurangi perilaku agresi yang berlebihan. (2) konselor dapat mengembangkan konsep-konsep yang lebih baik lagi pada kegiatan konseling kelompok dalam upaya pemberian layanan terhadap nilai-nilai, sikap, moral dan pengelolaan emosi saar marah.

Kata kunci : Konseling Kelompok, Pengelolaan Emosi, Perilaku Agresi

PENDAHULUAN

Pendidikan formal merupakan salah satu upaya mencerdaskan kehidupan bangsa dan membangun warga masyarakat. Jika proses pembelajaran dalam pendidikan formal ini berlangsung tidak baik, dapat dipastikan hasil pendidikan juga tidak baik, tidak berkualitas, dan juga tidak relevan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang terjadi di dunia nyata. Karena proses pembelajaran memegang peran yang amat penting dalam pendidikan, implikasinya guru dan peserta didik merupakan Pihak-Pihak yang amat penting dalam menentukan keberhasilan proses pembelajaran di kelas. Mengapa penentu keberhasilan proses pembelajaran itu terletak di tangan guru dan peserta didik? Karena proses pembelajaran yang baik merupakan proses yang interaktif

dan dialogis. Jika Pihak-Pihak yang terlibat di dalamnya tidak siap untuk itu dan juga tidak memiliki partisipasi secara aktif, maka proses itu akan “kontraproduktif” tidak membuahkan hasil yang maksimal atau bahkan dapat membuahkan hasil yang sifatnya justru tidak mendidik. Dalam proses seperti itu, dengan tidak disadari dapat terjadi transfer nilai-nilai negatif dalam proses pembelajaran dan pada akhirnya tidak terpenuhi dan tercapainya tujuan Nasional Bangsa Indonesia.

Dalam tahap perkembangan siswa terdapat berbagai permasalahan-permasalahan yang terjadi bersumber dari beberapa factor, diantaranya dari diri siswa itu sendiri, keluarga serta lingkungan sekitarnya. Perasaan emosi yang timbul di kalangan remaja ataupun siswa membawa mereka kepada perilaku agresi yang berlebihan. Perilaku yang tanpa mereka sadari menimbulkan dampak negatif terhadap dirinya dan orang lain, diantaranya siswa yang tidak mampu mengontrol dan mengelola emosinya dengan baik. Banyak diantara mereka yang meluapkan emosi tersebut kepada hal-hal yang negatif. Sering kali anak muda ataupun remaja berkata kasar, atau tidak pantas untuk di ucapkan, mengolok, memukul, bahkan tidak segan-segan untuk membunuh pada saat mereka sedang berada pada puncak emosi tertinggi. Seringkali terjadi tawuran antar pelajar ataupun masyarakat yang dipicu oleh kemarahan dari salah satu pihak yang terlibat.

Faupel (2011) menyatakan emosi merupakan salah satu aspek perkembangan yang ada pada diri manusia. Thomas (2013) mendefinisikan kemarahan adalah respon emosional terhadap ancaman nyata atau bayangan atau suatu provokasi. Lench (2004) menyatakan bahwa siswa dengan tingkat emosi yang tinggi cenderung memiliki strategi *coping* yang destruktif, mengekspresikan marah dengan cara menyerang orang seperti secara fisik dan verbal, lebih banyak menantang dan berperilaku negatif, serta lebih sering mengalami konflik dengan orang lain. Kemarahan atau emosi yang tidak dapat terkontrol dengan baik mengakibatkan perilaku agresi yang tinggi dimana siswa tidak segan-segan untuk menyerang dan menyakiti orang lain, perilaku seperti itu memperlihatkan bahwa siswa memiliki kontrol diri yang sangat lemah.

Data dari 4 SMA di Lombok Timur dari tahun 2020-2024 terdapat 60% kasus perilaku agresi siswa dengan berbagai macam pelanggaran yang dilakukan seperti membawa senjata tajam, tawuran, membolos, memukul teman pada saat tidak diberikan uang, meminum-minuman keras, pengeroyokan dan pencurian. Sedangkan hasil survey yang dilakukan pada bulan Februari 2024 di Selong Lombok Timur lebih dari 50% remaja yang memiliki perilaku agresi tinggi seperti sering tawuran, meminum-minuman keras, berjudi,

memeras orang dimana remaja tersebut lebih dari 70% hanya mengenyam pendidikan sampai di tataran SD (Sekolah Dasar).

Penelitian dilakukan di SMA karena masa sekolah menengah atas (SMA) merupakan masa rentan dengan emosi yang bergejolak, masa yang sangat labil untuk anak remaja, masa pencarian jati diri, dimana masa ini peralihan dari masa remaja menuju dewasa. Pada saat siswa menengah atas (SMA) sudah mampu mengelola emosinya maka pada saat memasuki dunia perkuliahan atau dunia kerja siswa mampu mengenal dirinya dengan baik, mengelola kemarahannya sehingga tidak menimbulkan perilaku agresi yang berlebihan baik dilingkungan sekolah, lingkungan kerja ataupun lingkungan masyarakat sekitar.

Hukuman sering kali dianggap menjadi solusi yang paling efektif dilakukan oleh seorang konselor sekolah dalam menangani permasalahan terkait dengan perilaku agresi siswa. Misalnya konselor menggunakan aturan poin di sekolah bagi siswa yang melanggar tata tertib dan aturan sekolah. Semakin tinggi poin yang dikumpulkan siswa maka semakin tinggi pula hukuman/sanksi yang diberikan mulai dari memanggil orang tua, membuat surat pernyataan, *scorsing* bahkan sampa akhirnya dikembalikan kepada orang tua. Kesalahan memberikan hukuman dengan sistem poin bukannya mengakibatkan siswa jera tetapi perilaku maladaptif siswa justru semakin meningkat.

Bimbingan dan Konseling merupakan fasilitas yang ada di sekolah untuk menunjang program pendidikan sekolah, karena Bimbingan dan Konseling mempunyai tugas untuk perkembangan individu yang meliputi bimbingan pribadi, sosial, belajar serta karir. Dwivendi & Gupta (2000) menyatakan bahwa pendekatan suatu kelompok digunakan dengan pertimbangan bahwa perilaku agresi siswa biasanya dipengaruhi oleh persepsi teman sebayanya dan perilaku dapat terbentuk ketika ada dukungan dari komunitasnya. Konseling kelompok merupakan upaya membantu individu agar dapat mengelola emosinya dengan lebih baik. Konseling kelompok merupakan usaha bantuan yang diberikan pada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan serta perbaikan agar individu yang bersangkutan dapat menjalani perkembangannya secara lebih mudah. Bimbingan dan Konseling merupakan komponen pendidikan yang sangat penting. Karena merupakan kegiatan pendampingan yang diberikan kepada siswa di sekolah dalam rangka meningkatkan kualitas pendidikan. Proses suatu pembelajaran membentuk perbedaan individu selama transfer materi . selain itu, konsep Bimbingan dan Konseling jika dilihat dari rumusan pendidikan nasional adalah upaya sadar yang bertujuan untuk membantu memenuhi tugas perkembangan peserta didik baik tugas perkembangan aspek emosional maupun intelektual.

Penelitian yang dilakukan oleh penulis ini masuk dalam ranah penelitian tentang Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Pengelolaan Emosi dan Perilaku Agresi Siswa di Sekolah.

1. Teori Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah layanan bimbingan yang dilakukan dengan kelompok kecil untuk membantu individu mengatasi masalah pribadi melalui interaksi dan dinamika kelompok. Menurut Corey (2016), konseling kelompok memungkinkan peserta untuk berbagi pengalaman, memperoleh umpan balik, dan belajar dari satu sama lain dalam suasana yang aman dan mendukung. Pendekatan ini efektif dalam membantu siswa mengelola emosi dan perilaku agresif melalui teknik seperti sosiodrama, reframing, dan kontrak perilaku.

2. Teori Pengelolaan Emosi (Emotional Regulation)

Pengelolaan emosi merujuk pada kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan emosinya secara adaptif. Gross (2002) mengemukakan bahwa pengelolaan emosi melibatkan proses kognitif dan perilaku untuk memodulasi respons emosional, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dalam konteks konseling kelompok, teknik seperti self-management dan cognitive restructuring dapat membantu siswa dalam mengelola emosi mereka.

3. Teori Perilaku Agresif

Perilaku agresif adalah tindakan yang bertujuan untuk menyakiti atau merugikan orang lain, baik secara fisik maupun verbal. Buss (1961) mendefinisikan agresi sebagai perilaku yang dimaksudkan untuk melukai orang lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dalam konteks sekolah, perilaku agresif sering kali dipicu oleh ketidakmampuan dalam mengelola emosi, seperti kemarahan atau frustrasi.

4. Teori Pembelajaran Sosial

Teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Bandura (1977) menekankan bahwa individu belajar perilaku melalui observasi dan imitasi terhadap model, serta

melalui proses reinforcement dan punishment. Dalam konseling kelompok, dinamika kelompok dapat berfungsi sebagai model perilaku yang positif, di mana siswa belajar dari pengalaman dan perilaku teman sebayanya.

5. Teori Perubahan Perilaku

Teori perubahan perilaku berfokus pada bagaimana perilaku individu dapat diubah melalui intervensi yang sistematis. Menurut Skinner (1953), perilaku dapat dimodifikasi melalui reinforcement dan punishment. Dalam konseling kelompok, teknik seperti kontrak perilaku dan pengkondisian operan digunakan untuk memperkuat perilaku adaptif dan mengurangi perilaku agresif siswa.

6. Studi Terkait

- Penelitian oleh Ondawati (2019) menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok efektif dalam menurunkan perilaku agresif siswa di SMP Negeri 2 Jatinangor, dengan penurunan signifikan sebesar 65%.
- Afia & Pangestie (2020) menemukan bahwa konseling kelompok dengan teknik reframing dapat mengurangi perilaku agresif verbal siswa, dengan penurunan rata-rata skor dari 78% menjadi 50%.
- Penelitian oleh Mihari (2013) menunjukkan bahwa teknik sosiodrama dalam konseling kelompok efektif menurunkan perilaku agresif siswa, dengan penurunan persentase dari 75,14% menjadi 52,28%.

Landasan teori di atas memberikan dasar yang kuat untuk penelitian mengenai pengaruh konseling kelompok terhadap pengelolaan emosi dan perilaku agresif siswa. Melalui pendekatan teoritis ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai mekanisme intervensi konseling kelompok dalam mengatasi masalah perilaku siswa di sekolah.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Desain penelitian eksperimen yang digunakan yaitu eksperimen semu (*quasi*

eksperimen). design *pretest* dan *posttest*. Penelitian ini menggunakan dua subjek yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan dengan menggunakan teknik konseling kelompok sedangkan kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan dengan teknik konseling kelompok. Kedua kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mendapatkan uji *pre-test* dan *post-test*.

Desain penelitian ini adalah desain *control group pretest* dan *posttest* dengan satu perlakuan, yang digambarkan sebagai berikut Arikunto (2010):

Tabel Desain *control group pretest* dan *posttest*

Ke	O ₁	X	O ₂
Kk	O ₁	-	O ₂

Keterangan :

Ke : Kelompok Eksperimen

Kk : Kelompok Kontrol

X : Perlakuan (teknik manajemen marah dalam konseling kelompok)

O₁ : *Pretest* (perilaku agresi sebelum adanya perlakuan)

O₂ : *Posttest* (perilaku agresi setelah adanya perlakuan)

Penetapan subjek penelitian ini dilakukan berdasarkan teknik *random sampling* yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. untuk penentuan karakteristik subjek penelitian dilakukan dengan cermat, oleh karena itu, siswa yang dijadikan subjek adalah yang memiliki perilaku agresi kategori tinggi pada siswa kelas X SMAN 1 Sikur. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMAN 1 SIKUR Tahun Pelajaran 2023/2024 yang memiliki perilaku agresi tinggi, sejumlah 14 siswa yang memiliki perilaku agresi tinggi kemudian dibagi menjadi dua kelompok yaitu sebanyak 7 siswa masuk dalam kelompok eksperimen dan 7 siswa masuk dalam kelompok kontrol. Penetapan subjek penelitian ini dilakukan berdasarkan teknik *random sampling* yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. untuk penentuan karakteristik subjek penelitian dilakukan dengan cermat, oleh karena itu, siswa yang dijadikan subjek adalah yang memiliki perilaku agresi kategori tinggi pada siswa kelas X SMAN 1 SIKUR.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil *pre-test* diperoleh 14 siswa yang memiliki perilaku agresi tinggi, perilaku agresi dalam kategori tinggi dengan rentang skor 143-176 dan diperoleh 7 siswa yang memiliki tingkat perilaku agresi sedang dengan rentang skor 109-142 dan di peroleh 4 siswa yang memiliki tingkat perilaku agresi cukup dengan rentang skor 75-108 serta diperoleh 3 siswa yang memiliki tingkat perilaku agresi rendah dengan rentang skor 41-74. Selanjutnya dilakukan penentuan subjek penelitian dengan cara merandom siswa yang memiliki perilaku agresi dalam kategori tinggi. Dimana setiap kelompok terdiri dari 8 siswa. 8 siswa pada kelompok eksperimen dan 8 siswa pada kelompok kontrol. Proses analisis perlakuan yang dilakukan pada kelompok eksperimen di paparkan berdasarkan perkembangan anggota sebelum sampai sesudah diberikan perlakuan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis *gain score independen sampel t-test*.

Tabel 4.1 Hasil Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen

No	Nama	Skor	Klasifikasi	Skor	Klasifikasi	Gain
		<i>Pre test</i>		<i>Post test</i>		
1	AH	150	Tinggi	63	Rendah	87
2	AD	147	Tinggi	62	Rendah	85
3	HM	148	Tinggi	64	Rendah	84
4	MS	149	Tinggi	60	Rendah	89
5	MC	146	Tinggi	62	Rendah	84
6	AZ	151	Tinggi	51	Rendah	100
7	FY	148	Tinggi	63	Rendah	85
Rata-rata		148,43	Tinggi	60,71	Rendah	87,71

Proses analisis perlakuan yang dilakukan pada kelompok eksperimen di paparkan berdasarkan perkembangan anggota sebelum sampai sesudah diberikan perlakuan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis *gain score independen sampel t-test*. Hasil uji statistik dengan *gain score independen sampel t-test* menunjukkan data sebagai berikut :

Tabel

Hasil Rata-rata Data

	Group	N	Mean
Gain	Eksperimen	7	87,71
	Kontrol	7	18,57

Dari hasil tabel di atas menunjukkan Kelompok Ekspriment ($M = 87,71$) memiliki perubahan yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok Kontrol yaitu ($M = 18.57$) .

Tabel

Hasil Uji Hipotesis

	F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)
Gain	0,113	0,742	22,833	12	0,000

Hasil analisis menunjukkan data homogen ($F = 0,113$; $p > 0,05$) artinya tidak ada varians antar kelompok eksperimen dan kontrol. Dengan kata lain variasi data pada dua kelompok adalah sama. Karena data homogen terlihat bahwa ada perbedaan taraf 1 persen ($t = 22,833$; $p < 0,01$) artinya kelompok eksperimen memiliki perubahan yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol, maka dapat disimpulkan bahwa ada efek yang signifikan Peran Bimbingan dan Konseling terhadap perkembangan emosi dan perilaku agresi siswa.

Peran efektif Konseling Kelompok terhadap pengelolaan emosi dan perilaku agresi siswa yaitu didukung dengan pendapat Siddiqah (2016) program pengelolaan emosi bermanfaat secara praktis untuk membantu seseorang memberdayakan dirinya dalam mengendalikan perilakunya. Menurut Wahyuningsih (2016) bahwa Teknik Pelatihan Ketrampilan Manajemen Marah mampu mengurangi perilaku agresi verbal.

Haidi (2015) menyatakan ketika seseorang emosi sebenarnya adalah suatu tanda atau pemicu yang mengalir ke otak bahwa ada sesuatu yang salah dan setiap orang sebagai penentu bagi dirinya sendiri bagaimana cara mengekspresikan atau melampiaskan suatu kemarahannya. Faupel (2011) mengatakan anak terkadang memiliki kesulitan akan bagaimana menampilkan perilaku yang dapat diterima oleh suatu lingkungan ketika suatu kemarahan itu

timbul dan kebutuhan mereka tidak terpenuhi. Bhave & Saini (2009) mengatakan bahwa rasa marah juga dapat muncul sebagai reaksi dari perasaan frustrasi ataupun kecewa ketika memiliki keinginan yang tidak terpenuhi.

Penurunan tingkat perilaku agresi pada kelompok eksperimen semakin terlihat pada analisis data verbal yang dilakukan oleh peneliti. Analisis data verbal mendeskripsikan perubahan tingkat perilaku agresi yang ditunjukkan oleh masing-masing anggota kelompok eksperimen pada setiap pertemuan. Analisis data verbal pada kelompok eksperimen terbukti mampu menggali serta mengelola emosi dengan baik. Sehingga perilaku agresi yang dulunya tinggi terlihat berkurang. Emosi yang dialami oleh anggota kelompok disebabkan karena banyak faktor misalnya tidak sama keinginannya dengan yang diinginkan oleh orang tua, sering diganggu oleh teman kelas, tidak faham dengan penjelasan guru bahkan ada yang marah karena diputusin sepihak oleh pacar. Hal itulah yang menimbulkan reaksi perilaku agresi pada saat anggota kelompok tidak mampu mengelola emosinya dengan baik.

Berdasarkan dari hasil *pre-test* yang dilakukan diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa beberapa siswa cenderung memiliki perilaku agresi dalam kategori tinggi pada saat emosi atau marah. Artinya siswa masih belum mampu mengelola perkembangan emosinya dengan baik dan belum mampu mengenal kemarahannya dengan baik, sehingga pada saat emosi itu muncul siswa cenderung berperilaku agresi dimana perilaku agresi tersebut memberikan dampak negatif terhadap dirinya sendiri, orang lain maupun lingkungan.

Dalam penelitian ini digunakan teknik konfrontasi dan pengondisian operan dalam kegiatan Konseling Kelompok. Menurut Supriyo (2006) konfrontasi adalah suatu keterampilan atau teknik yang digunakan oleh konselor untuk menunjukkan adanya kesenjangan, diskrepansi atau inkongruensi dalam diri klien/siswa dan kemudian konselor mengumpanbalikkan kepada klien/siswa. Menurut Kadek (2014) Pengondisian Operan merupakan teknik yang menggunakan konsekuensi menyenangkan dan tidak menyenangkan dalam mengubah tingkah laku.

Winkel (2006) menyatakan konseling kelompok sebagai salah satu bentuk teknik konseling dipandang memiliki kelebihan dibandingkan dengan konseling individual. Kelebihan tersebut adalah kemampuannya dalam membantu menangani masalah yang timbul dengan lebih efisien tanpa mengesampingkan efektifitasnya. Sisi efektifitas yang dimaksud adalah konseling kelompok dapat menghemat waktu, biaya, dan tenaga konselor dalam membantu mengatasi permasalahan siswa yang timbul di kehidupannya.

Berdasarkan hal tersebut, pelaksanaan konseling kelompok sangat penting diperhatikan terutama dalam upaya konselor untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh banyak siswa, yang dikhawatirkan dapat menghambat proses belajar di sekolah sehingga waktu yang dibutuhkan tidak mengganggu proses belajar mengajar.

KESIMPULAN

Penelitian ini menguji peran efektif Konseling Kelompok terhadap kematangan emosi dan perilaku agresi siswa kelas X SMAN 1 SIKUR. Dengan rancangan *control group pretest* dan *posttest*. Hasil tersebut didasarkan pada analisis Gain Score Independent sampel t-test dengan nilai ($F = 0,113$; $p \geq 0,05$) artinya tidak ada varians antar kelompok eksperimen dan kontrol. Dengan kata lain variasi data pada dua kelompok adalah sama. Karena data homogen terlihat bahwa ada perbedaan taraf 1 persen ($t = 22,833$; $p \leq 0,01$) hasil analisis menunjukkan kedelapan anggota kelompok eksperimen mengalami penurunan perilaku agresi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok sangat efektif digunakan untuk membantu menganalisis pengelolaan emosi dan perilaku agresi siswa.

Berdasarkan hasil penelitian maka disarankan pada (1) Konselor dapat menggunakan pedoman dan landasan teoritik dalam penelitian ini untuk kegiatan konseling kelompok sebagai usaha untuk mengukur bagaimana perkembangan emosi siswa dan mengurangi perilaku agresi yang berlebihan. (2) konselor dapat mengembangkan konsep-konsep yang lebih baik lagi pada kegiatan konseling kelompok dalam upaya pemberian layanan terhadap nilai-nilai, sikap, moral dan pengelolaan emosi saat marah. (3) Bagi peneliti selanjutnya yang berminat pada topic yang sama disarankan menggunakan desain eksperimen yang berbeda dari penelitian ini seperti SSD atau yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Baqi, S. 2013. *Pengaruh Kognitive-Behavior Group Therapy Terhadap Peningkatan Anger Management*. Artikel Penelitian Psikologi Universitas Negeri Malang. Vol 1. No (1) hlm. 1-15
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Barokah, N. 2013. *Penanganan Anak Agresif Pada Anak Kelompok TK B di TK Taqiyya*. *Journal Publikasi*
- Bhave & Saini. 2009. *Anger Management*. Indiana: Sage Publications
- Currie M. 2004. Doing anger differently: *A group percussion therapy for angry adolescent boys*. *International Journal of Group Psychotherapy*. Vol 54. No (3): hlm 275-294
- Dwivedi, K., & Gupta, A. 2000. Keeping Cool : *Anger Management Through Group Work*.

Support For Learning. Vol 15. No (2): hlm 76-81

Faupel, A. & Herrick, Sharp. 2011. *Anger Management: a practical guide*. Edition. Oxon: Routledge

Gentry, W.D.2007. *Anger Management For Dummies*. Indiana: Willey Publishing, Inc

Haidi,N. Minauli. Yusuf . 2015. *Efektivitas Anger Management Tarining Untuk Menurunkan Agresivitas Pada Remaja Disruptive Behavior Disolders*. Journal Psikologi. Vol 11 No (1) hlm. 12-18

Hanurawan. 2011. *Psikologi Sosial Terapan dan Masalah-Masalah Perilaku Sosial*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang

Isrofin (2013). *Efektivitas Pelatihan Pengelolaan Marah dengan Pendekatan Cognitive Behavior Modification Untuk Mengurangi Perilaku Agresi Siswa SMA*. Tesis Universitas Negeri Malang

Kadek. N.A, Dantes. N. 2014. *Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Pengondisian Operan untuk Meminimalisir Kecenderungan Perilaku Menyimpang Siswa Kelas VII SMPN 3 Singaraja*. Jurnal Undiksa. Vol 2. No (1): hlm 1-10

Lench, H.C., 2004. Anger Management: Diagnostic Differences and Treatment Implication. *Journal of Social an Clinical Psychology*

Siddiqah, I. 2010. *Pencegahan dan Penanganan Perilaku Agresif Remaja Melalui Pengelolaan Amarah (Anger Management)*. Jurnal Psikologi. Vol 37. No (1) : hlm 50-64

Sobur. 2013. *Psikologi Umum*. Bandung. CV Pustaka Setia

Supriyo. 2006. *Keterampilan Dasar Konseling*. Semarang: Unnes Pres

Thomas, J.2013. *Discusses Reasearch On Effective And In Effective Approaches For Managing Anger*

Widhiarso. W. 2011. *Mengaplikasikan Uji-t untuk Menbandingkan Gain Score Antar Kelompok*. Jogjakarta: Fakultas Psikologi UGM

Winkel. W.S, Hastuti, M.M Sri. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi

Yunere, F. 2015. *Pengaruh Pelaksanaan Manajemen Marah Terhadap Kekerasan Pada Siswa SMK Negeri 1 Bukit tinggi*.