

THE EFFECTS OF SELF MANAGEMENT TECHNIQUE FOR REDUCE STUDENTS' AGRESSIVE BEHAVIOR IN SMKN 4 PEKANBARU

Silvia Ulfa¹, Elni Yakub², Rosmawati³

e-mail: silviaulfa26@gmail.com, elniyakub19@gmail.com, rosandi5658@gmail.com

Phone Number: 081275106259

*Guidance and Counseling Study Program
Faculty of Teacher Training and Education
Riau University*

Abstract: *This study aims to examine the effects of self management techniques in reducing the aggressive behaviour of students in SMKN 4 Pekanbaru. The quantitative research method was used in this study and the research was designed based on the one-group pretest – posttest design. The measuring instrument used in this study was the aggressive behavioural measurement scale consisting of 50 and 35 items before and after validation respectively. The validity score was calculated to be 0.396 and the reliability score was obtained as 0.948. The subject was determined by using purposive sampling technique, and it was obtained that 7 students in SMK 4 Pekanbaru were identified as having a high level of aggressive behaviour. The data were analysed by using the non-parametric statistical technique and were tested by using the Wilcoxon analysis test. This is known from "Test Statistics", known as Asymp. Sig. (2-tailed) worth 0.017. Because the value of 0.017 is smaller than <0.05 , it can be concluded that "Ha is accepted". To that end, it can be concluded that there are differences in the scores of aggressive behavior before and after treatment given in the form of self management techniques. The results of the study showed that there are differences in the scores of aggressive behaviour before and after treatment, in the form of self management techniques. Based on the calculations that have been done, the 71% Pre-test is in the very high category and 29% in the high category. Post-test was 71% in the medium category and 29% in the low category. Thus Ha is accepted and Ho is rejected. So that it can be concluded that the technique of self management can reduce the aggressive behavior of students of SMKN 4 Pekanbaru.*

Key Words: *Self management, Aggressive behaviour*

PENGARUH TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF SISWA SMKN 4 PEKANBARU

Silvia Ulfa¹, Elni Yakub², Rosmawati³

e-mail: silviaulfa26@gmail.com, elniyakub19@gmail.com, rosandi5658@gmail.com

Nomor Telepon: 081275106259

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMKN 4 Pekanbaru. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen menggunakan desain penelitian *One- Group Pretest- Posttest Design*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala pengukuran perilaku agresif yang terdiri dari 50 item sebelum divaliditas, dan setelah divaliditas diperoleh item valid sejumlah 35 item dengan validitasnya sebesar 0,396 dan reliabilitasnya sebesar 0,948. Penentuan subjek menggunakan teknik *purposif sumpling*, dan memperoleh subjek 7 siswa SMKN 4 Pekanbaru yang teridentifikasi memiliki tingkat perilaku agresif tinggi. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik non parametrik memakai uji Wilcoxon. Hasil penelitian terbukti hipotesis penelitian di terima. Hal ini diketahui dari “Test Statistics”, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,017. Karena nilai 0,017 lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa “Ha diterima”. Untuk itu dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan skor perilaku agresif sebelum dan sesudah diberikan treatment berupa teknik *self management*. Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan diperoleh *Pre-test* 71% berada pada kategori sangat tinggi dan 29% pada kategori tinggi. *Post-test* sebesar 71 % pada kategori sedang dan 29% pada kategori rendah. Dengan demikian Ha diterima dan Ho ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa teknik *self management* dapat mengurangi perilaku agresif siswa SMKN 4 Pekanbaru.

Kata kunci: *Self management*, perilaku agresif

PENDAHULUAN

Masa remaja dikenal dengan masa yang penuh dengan masalah. Masalah-masalah yang menyangkut remaja kian hari kian bertambah, baik itu dari sosial maupun media cetak semuanya mengupas berbagai segi kehidupan remaja. Masa remaja memiliki peluang yang sangat besar untuk terlibat dalam tindakan yang menyimpang misalnya melakukan perilaku agresif (Ibaniati, 2005).

Perilaku agresif saat ini sering terjadi terutama dikalangan pelajar yang akhir-akhir ini membuat kekhawatiran dan mencapai tingkat memprihatinkan. Banyaknya media sosial maupun media cetak yang menyoroti perilaku agresif pelajar yang memperlihatkan kekerasan baik verbal maupun non verbal yang dilakukan oleh pelajar. Mulai dari aksi saling ejek-mengejek dan berujung pada kekerasan fisik bahkan sampai menggunakan senjata tajam.

Maraknya perilaku agresif terutama yang dilakukan dikalangan pelajar merupakan suatu hal yang menarik untuk dibahas. Terlebih lagi pelajar merupakan generasi penerus bangsa yang akan memimpin, serta kader penerus bangsa yang akan menyumbangkan segala bentuk kreativitas yang dimiliki untuk meningkatkan martabat bangsa. Masalah perilaku agresif remaja yang merupakan gejala sosial yang menonjol saat ini mengundang perhatian berbagai pihak seperti orang tua, pendidik, masyarakat, dan lembaga-lembaga pemerintah (Farida Y. D. Kusumawati, 2010).

Agresif merupakan perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun psikis. Tingkah laku agresif adalah tingkah laku yang tertuju pada keberhasilan untuk menyakiti atau melukai hidup yang tidak ingin diperlakukan demikian (Brown & Byrne, dalam Sarwono, 2009). Dalam hal ini, jika menyakiti seseorang karena unsur ketidaksengajaan, maka perilaku tersebut bukan dikategorikan dalam perilaku agresif. Pemicu yang umum dari perilaku agresif adalah ketika seseorang mengalami salah satu kondisi emosi tertentu, yang sering dilihat adalah emosi marah (Sarwono, 2009).

Anantasari (2006) menyatakan bahwa “Sikap agresif adalah sebuah tingkah laku melawan dengan sangat kuat, berkelahi, melukai, menyerang, membunuh, atau menghukum orang lain”. Atau secara singkatnya agresif adalah tindakan yang dimaksudkan untuk melukai orang lain atau merusak milik orang lain. Perilaku agresif juga dapat dikategorikan sebagai bentuk gangguan emosional, biasanya timbul karena ketidakmampuan individu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, yang diwujudkan dalam bentuk perilaku agresif atau pemencilan dan penarikan diri.

Penelitian yang telah dilakukan di Amerika Serikat menunjukkan bahwa terdapat sekitar 5-10 % anak usia sekolah berperilaku agresif, (Salmiati, 2015). Di Indonesia telah dilaporkan, baik melalui penelitian maupun pemberitaan surat kabar antara tahun 2002 -2005 menunjukkan bahwa pada umumnya perilaku agresif terjadi di kalangan siswa, khususnya di kalangan siswa SMA (Salmiati, 2015).

Hasil penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa ada beberapa tindakan agresif yang cenderung dilakukan siswa berupa memukul, mengancam, mengejek, menantang, memaksa, berkata kasar, bersikap tidak sopan yang disertai dengan tindakan memukul benda-benda yang ada di dekatnya seperti membanting pintu ruangan dan memukul meja. Tindakan yang dilakukan siswa tersebut tergolong perilaku agresif emosional yang unik karena perilaku agresif yang dilakukan didorong untuk memperoleh kesenangan ketika menyakiti orang lain. Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuannya untuk mengendalikan atau mengontrol emosi

yang ditunjukkan dengan mudah marah jika diganggu, mudah merasa mendapat ancaman dan serangan, sangat sensitif atau mudah tersinggung terhadap ejekan atau hinaan dan mudah menyerang atau menyakiti orang lain, (Salmiati: 2015).

Perilaku agresif yang sering dilakukan menyebabkan remaja menjadi terbiasa bertindak kasar kepada teman-temannya hanya karena hal-hal sepele. Dari buku kasus siswa di SMKN Pekanbaru, ditemukan sejumlah siswa yang termasuk dalam usia remaja sering terlibat perkelahian. Mereka mudah memukul, berkata kasar, mengejek dan mengolok-olok teman di luar kelas maupun di dalam kelas ketika pelajaran berlangsung. Siswa tersebut sulit mengendalikan diri, untuk tidak berperilaku agresif, meskipun sudah berulang kali diperingatkan dan diberi sanksi oleh guru BK, ataupun guru yang lain.

Data diatas menunjukkan bahwa perilaku agresif pada remaja masih banyak terjadi, terutama dilingkungan sekolah-sekolah, sehingga seringkali dikaitkan dengan problem sosial yang merugikan dan dekat sekali dengan perilaku kejahatan seperti tawuran, pembunuhan, perampokan, perkelahian dan tindakan kriminal lainnya, hal ini merupakan bentuk-bentuk dari perilaku agresif pada remaja (Asra, 2005).

Dari fenomena yang ada disekolah, masih banyak siswa yang memiliki perilaku agresif. Maka dari itu, dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik *self management* untuk dapat mengurangi perilaku agresif siswa. Dalam teknik *self management* ini, individu lah yang akan berperan aktif untuk mengatasi permasalahannya sendiri. *self management* adalah salah satu teknik dalam konseling behavioral yang mempelajari tingkah laku individu yang bertujuan merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif.

Penanganan siswa yang memiliki perilaku agresif ini tidak dapat dilakukan hanya dengan sekedar pengarahan dan peringatan yang biasa saja, namun harus ada tindakan khusus yang dapat kita lakukan untuk dapat mengurangi perilaku siswa yang agresif tersebut. Hal yang demikian ini diperlukan adanya kesadaran diri dan pengelolaan diri (*self management*) yang baik dari mereka sendiri (remaja), agar mereka mampu mengendalikan emosi dan mengatur diri mereka sendiri, tidak berperilaku kasar, berbicara kotor atau berperilaku agresif.

Berdasarkan buku kasus yang direkomendasi dari guru BK SMKN 4 Pekanbaru diperoleh 7 orang siswa yang memiliki tingkat perilaku agresif yang sangat tinggi, penulis menemukan bahwa terdapat siswa-siswa yang memiliki perilaku agresif seperti berkelahi, mengancam secara fisik maupun verbal, bersikap tidak sopan, mengambil barang yang bukan miliknya, berkata kasar. Tentu saja hal ini sangat mengkhawatirkan apabila tidak dilakukan pencegahan dan penanganan secara tepat.

Berdasarkan fenomena di atas, penulis menyimpulkan bahwa kematangan hubungan sosial siswa masih rendah. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui bagaimana gambaran perilaku agresif siswa SMKN 4 Pekanbaru sebelum dengan sesudah diberikan teknik *self management*. (2) Untuk mengetahui perbedaan perilaku agresif siswa sebelum dengan sesudah diberikan teknik *self management*. (3) Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMKN 4 Pekanbaru.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 4 Pekanbaru yang berlokasi di jalan Purwodadi, Kelurahan Sidomulyo Barat, Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru. Adapun waktu penelitian ini dilaksanakan dari bulan Desember hingga bulan Februari 2019. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Pre-Experimental Design* dengan model desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Subjek dalam penelitian ini adalah 7 orang yang ditarik dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan data menggunakan teknik angket skala pengukuran perilaku agresif. Data di analisis dengan menggunakan statistik non-parametrik menggunakan uji *wilcoxon* dan uji *rank spearman* untuk menguji hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Untuk mengetahui gambaran perilaku agresif siswa sebelum dengan sesudah diberikan teknik *self management* dapat dilihat pada tabel 1.1 dibawah ini.

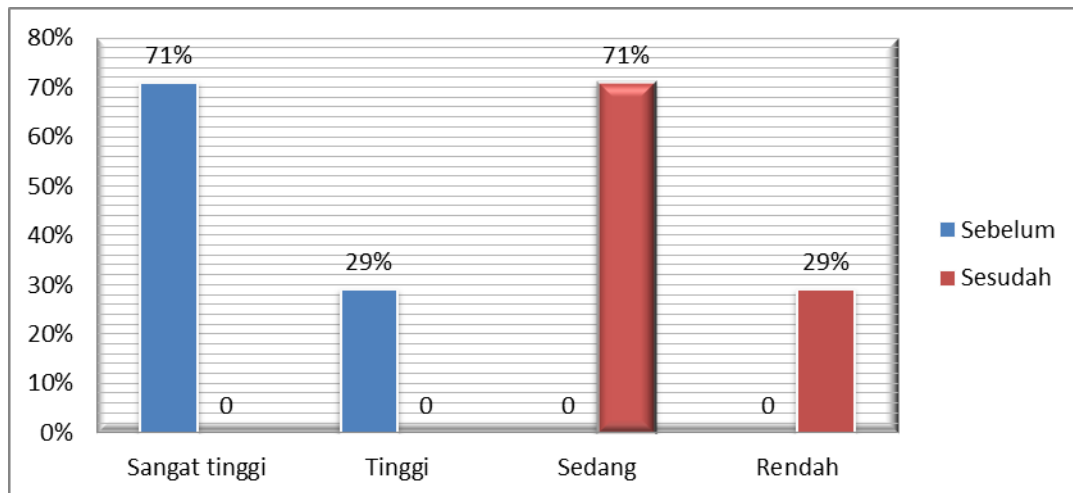
Tabel 1 Gambaran Pengurangan Perilaku Agresif Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Treatment Teknik *Self Management*

Kategori	Rentang Skor	Sebelum		Sesudah	
		F	%	f	%
Sangat tinggi	114-140	5	71%	0	0
Tinggi	88-113	2	29%	0	0
Sedang	62-87	0	0	5	71%
Rendah	35-61	0	0	2	29%

Sumber: Data Olahan Peneliti (2019)

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa terjadi perubahan pada perilaku agresif siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *self management*. Sebelum diberikan treatment teknik *self management* mayoritas perilaku agresif siswa berada pada kategori sangat tinggi yaitu pada angka 71% atau 5 orang siswa dan 29% lainnya pada posisi tinggi atau 2 orang siswa, sesudah diberikan treatment teknik *self management* perilaku agresif siswa menurun pada dikategori sedang pada angka 71% atau 5 orang siswa dan sedang 29% pada kategori rendah atau 2 orang siswa.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam bentuk grafik batang sebagai berikut:



Gambar 1 Grafik Perilaku Agresif Sebelum dengan Sesudah diberikan Teknik *Self Management*

Berdasarkan grafik batang tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku agresif siswa sebelum diberikan teknik *self management* berada pada kategori sangat tinggi 71% dan pada kategori tinggi 29% setelah diberikan teknik *self management* mengalami perubahan yakni pada kategori sedang sebanyak 71% dan pada kategori rendah sebanyak 29%. Artinya terdapat perbedaan perilaku agresif siswa sebelum dengan sesudah diberikan teknik *self mamangement*.

Proses pelaksanaan treatment dan dinamika yang terjadi dalam bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku agresif siswa dapat dilihat dari tahapan demi tahapan treatment, berdasarkan kemampuan pemimpin kelompok untuk membantu anggota kelompok dapat melakukann latihan *self management* siswa sehingga mengurangi perilaku agresif siswa, yang diciptakan melalui perilaku secara langsung yang ditunjukkan melalui latihan mengurangi perilaku agresif yang diperankan masing-masing sesuai dengan cara mengurangi perilaku agresif yang telah disebutkan oleh siswa.

Pelaksanaan treatment tahap pertama, kedua, ketiga, dan keempat dilaksanakan melalui tahap-tahap bimbingan kelompok, serta melalui tahapan yang ada didalam prosedur pelaksanaan *self management*. Pada pelaksanaan treatment pertama ini proses dari pelaksanaan *self management* cukup baik, dapat dilihat dari antusias dari anggota kelompok, suasana kelompok dan juga dinamika serta aktivitas menanggapi yang dilakukan anggota kelompok, serta latihan yang mereka lakukan sesuai dengan rancangan yang diatur oleh PK, walaupun pada pertemuan pertama ini PK lebih terlihat aktif namun pada saat latihan anggota kelompok terlihat cukup baik.

Peningkatan pelaksanaan *self management* ini terlihat sangat menarik dan dinamika kelompok yang sangat baik terjadi pada pertemuan kedua dan dan ketiga, karena pada pertemuan ini lebih melatih anggota kelompok untuk mempraktikkan cara untuk mengurangi perilaku agresif yang anggota kelompok miliki. Dari segi dinamika kelompok, pelaksanaan *self management* anggota kelompok menyebutkan bentuk perilaku agresif yang pernah dilakukan di lingkungan sekolah lalu melakukan latihan cara untuk mengurangi perilaku agresif yang dimiliki anggota kelompok. Selanjutnya, pada pertemuan keempat untuk mengukuhkan perubahan perilaku yang sudah dilatihkan

secara langsung anggota kelompok secara bersama-sama membacakan ikrar atau pernyataan agar tidak melakukan perilaku agresif lagi.

Untuk mengetahui perbedaan perilaku agresif siswa sebelum dengan sesudah diberikan teknik *self management* maka terlebih dahulu dilakukan perhitungan menggunakan *uji wilcoxon* dengan menggunakan SPSS versi 23 pada tabel 1.2 dibawah ini.

Tabel 2 Perbedaan Perilaku Agresif Siswa Sebelum dengan Sesudah Diberikan Teknik *Self Management*

Test Statistics ^a	
	POST - PRETEST
Z	-2,392 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,017

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on positive ranks.

Berdasarkan *uji wilcoxon* menunjukkan nilai signifikansi ($0,017 < \alpha 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak. Sehingga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa maka terlebih dahulu melakukan perhitungan menggunakan *uji rank spearman* dengan SPSS versi 23 pada tabel 1.3 dibawah ini.

Tabel 3 Pengaruh Teknik *Self Management* untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa

Correlations				
Spearman's rho	PRE	Correlation Coefficient	PRE	POST
			1,000	,901**
		Sig. (2-tailed)		,006
		N	7	7
	POST	Correlation Coefficient	,901**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,006	
		N	7	7
		**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

Sumber: Olahan Data SPSS 23.0

Berdasarkan uji *rank spearman* menunjukkan nilai signifikansi $(0,006) < \alpha (0,05)$ yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

Dari hasil olahan tersebut diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,901. Selanjutnya untuk mengetahui koefisien determinan digunakan perhitungan sebagai berikut:

$$\begin{aligned}(r_s)^2 &= (0,901)^2 \times 100\% \\ &= 0,81 \times 100\% \\ &= 81\%\end{aligned}$$

Artinya pengaruh teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa adalah 81% sedangkan 19% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam maupun dari lingkungan tersebut.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sesudah diberikan teknik *self management*, terlihat bahwa siswa yang memiliki tingkat perilaku agresif sangat tinggi dan tinggi mengalami pengurangan perilaku agresif dari sebelum diberikan teknik *self management*.

Dapat dilihat dari 5 orang berada pada kategori sedang dan 2 orang pada kategori rendah setelah diberikan teknik *self management*. Hal ini berarti teknik *self management* dapat mengurangi perilaku agresif siswa. Pengurangan perilaku agresif pada siswa berbeda-beda, ada yang besar pengaruh teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresifnya sedang, dan ada juga yang tinggi. Hal ini disebabkan karena perbedaan karakteristik yang ada pada diri masing-masing siswa, dan pada saat pelaksanaan treatment ada beberapa siswa yang kurang fokus dikarenakan lokasi pelaksanaan treatment kurang efektif.

Hasil penelitian ini diperoleh skor pada indikator yang berbeda-beda pada setiap siswa. Terdapat indikator yang tingkat pengurangan perilaku agresif-nya kecil yaitu pada indikator menyerang orang lain, seperti memukul, menampar, menendang, menggigit dan memaksa untuk memiliki benda-benda orang lain yang bukan miliknya. Hal ini karena adanya perbedaan karakteristik dan perbedaan faktor yang mendorong siswa untuk berperilaku agresif. Selain itu, faktor lainnya juga terdapat hambatan yang ditemukan saat pemberian treatment seperti lokasi pelaksanaan treatment di beberapa tempat yang kurang efektif seperti ruangan yang terbuka sehingga siswa tidak bisa fokus, panas serta banyak suara-suara yang membuat pelaksanaan treatment sedikit terganggu. Walaupun demikian, seluruh siswa sudah mengalami pengurangan perilaku agresif yang mereka miliki dengan jumlah persentase yang berbeda-beda.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Halimatus S., M. Chotim, Diana A.T (2016) berdasarkan hasil penelitian bahwa sebelum pemberian treatment diketahui sebagian remaja (siswa) kelas VII memiliki agresifitas tinggi, tetapi setelah mendapatkan treatment dengan teknik *self management* yang diberikan melalui layanan konseling kelompok terjadi perubahan yang lebih baik, yaitu

ada penurunan skor agresifitas menjadi rendah. Seperti: berkurangnya perilaku mudah memukul teman (orang lain), mengumpat ketika marah, dan lain-lain.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Liliza Agustin, dkk (2017) Dari hasil uji coba Modul menunjukkan bahwa konseling kelompok berbasis teknik *self-management* tazkiyatun nafsi efektif untuk meningkatkan self-direction in learning siswa. Adanya peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok berbasis teknik *self-management* tazkiyatun nafsi pada ke 5 subjek uji coba. Adanya peningkatan semua aspek self-direction in learning, yaitu insiatif sendiri, self planned, kebutuhan belajar, self conducted, dan evaluasi.

Hasil penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh M. Sukayasa, dkk (2014) menunjukkan bahwa siswa yang mengalami minat belajar yang rendah sudah menunjukkan perubahan setelah diberikan konseling Behavioral dengan teknik *self managemet* secara tepat maka siswa yang menunjukkan minat belajar yang rendah dapat menunjukkan perubahan peningkatan minat belajar yang lebih tinggi.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Faiqotul Isnaini, dkk (2015) hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan belajar meningkat disebabkan oleh pemberian perlakuan konseling kelompok dengan strategi *self-management* dan bukan disebabkan oleh faktor lainnya.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil pengolahan data yang telah dilakukan peneliti, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Perilaku agresif siswa sebelum diberikan teknik *self management* sebagian besar pada kategori sangat tinggi dan sesudah diberikan teknik *self management* perilaku agresif siswa mengalami pengurangan sebagian besar berada pada sedang.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa yang didapat melalui uji *wilcoxon*.
3. Terdapat pengaruh teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa.

Rekomendasi

Berdasarkan hasil analisis data, pembahasan, temuan penelitian dan kesimpulan penelitian ini, maka dapat dikemukakan rekomendasi sebagai berikut:

1. Kepada kepala sekolah hendaknya memberikan dukungan penuh terhadap pemberian layanan BK di SMKN 4 Pekanbaru terutama dalam hal sarana dan prasarana serta kenyamanan di ruangan BK.

2. Kepada guru BK hendaknya dapat menerapkan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku agresif siswa mengingat banyaknya perilaku agresif yang ditunjukkan siswa, sehingga dapat mencegah munculnya perilaku agresif pada siswa.
3. Kepada siswa yang memiliki perilaku agresif hendaknya dapat memanfaatkan layanan BK disekolah terutama teknik *self management* yang diberikan oleh guru BK sehingga dapat mengurangi perilaku agresif yang siswa miliki dan dapat mencegah timbulnya perilaku agresif yang lebih parah lagi.
4. Kepada guru disekolah agar dapat bekerja sama dengan baik dengan guru BK terhadap penyelesaian permasalahan siswa disekolah agar tidak muncul permasalahan yang lebih jauh lagi.
5. Kepada peneliti selanjutnya lebih mengkaji bentuk-bentuk perilaku agresif serta penyebab munculnya perilaku agresif yang berkaitan dengan faktor eksternal dan internal pada diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anantasari. 2006. *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*. KANISIUS. Yogyakarta
- Asra, Y. K. 2005. *Hubungan Religiusitas Dengan Kecenderungan Perilaku Agresif Pada Remaja*. Jurnal Psikologi. Volume 1, Nomor 2, Desember 2005.
- Faiqotul, Isnaini, dkk. 2015. *Strategi Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar*. Volume 16, Nomor 2. Jurnal Penelitian Humaniora. (diakses tanggal 12 Oktober 2018)
- Farida, Y. D. Kusumawati. 2010. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Salemba Medika. Jakarta.
- Halimatus S., M. Chotim, Diana A.T. 2016. *Penerapan Teknik Self Management untuk Mereduksi Agresifitas Remaja.*, Volume 6 No. 2. Jurnal Ilmiah Counsellia (diakses tanggal 12 Oktober 2018 pukul 12.00 WIB).
- Ibaniati, Ranina. 2005. *Pengaruh Tingkat Depresi Dari Jenis Kepribadian Remaja Terhadap Tingkat Kenakalannya*. Skripsi (Dipublikasikan). Fakultas Pertanian. Bogor.
- Liliza, Agustin, dkk. 2017. *Konseling Kelompok Berbasis Teknik Self Management Tazkiyatun Nafsi: Suatu Intervensi Psikologi Dalam Peningkatan Self-Direction In Learning Siswa*. Volume 13, nomor 1. Jurnal Psikologi (di akses tanggal 11 Oktober 2018)

M. Sukayasa, dkk. 2014. *Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas Xi C Ap Smk Negeri 1 Singaraja*. Volume 2, Nomor 1. e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling (diakses tanggal 12 Oktober 2018)

Salmiati. 2015. *Perilaku Agresif dan Penanganannya (Studi Kasus pada Siswa SMP Negeri 8 Makassar)*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling. (Online) Jilid 1 No. 1 <http://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK>. Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Makassar. Makassar.

Sarwono, S. W. 2009. Psikologi Remaja. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.