



Efektivitas *Anger Management Training* untuk Menurunkan Perilaku Agresi Verbal Remaja Pengguna *Mobile Legends*

Wiwin Saputra^{1*}

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia
winskypsychol7@gmail.com

Asniar Khumas²,

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia
asniarkhumas@unm.ac.id

Ahmad Ridfah³

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia
Ahmad.ridfah@unm.ac.id

ABSTRACT

Verbal aggression arises as a result of uncontrolled emotional anger that is faced. The impact of uncontrolled angry emotions will encourage the individual's desire to do negative things. This research aims to determine the effectiveness of anger management training to reduce the tendency of verbal aggression among teenagers who use the online game Mobile Legends in Makassar City. This research uses a Pretest Post-test Control Group Design research design. The participants in this research were 20 male teenagers who had a tendency towards verbal aggression who were divided into two groups, namely 10 participants in the control group and 10 participants in the experimental group. The data analysis technique uses the Mann-Whitney and Wilcoxon signed rank test. The results of the research show that anger management training is effective on the tendency of verbal aggression in teenagers who use the online mobile legends game in Makassar City ($W = 6,000$, $p = 0.001$) with an effect of -0.880 and is included in the large category. The pre-test results of the experimental group ($M = 6,800$, $SD = 2,440$) were greater than the post-test average of the experimental group ($M = 3,500$, $SD = 1,080$); and ($W = 45,000$, $p = 0.008$), the control group's pre-test score ($M = 6,000$, $SD = 1.054$) was smaller than the control group's post-test mean ($M = 6,100$, $SD = 1.792$). Anger management training is used to reduce verbal aggression among adolescent online game players.

Keywords: *anger management training, teenager, verbal aggression*

ABSTRAK

Agresi verbal muncul akibat kemarahan emosional yang tidak terkendali yang dihadapi. Dampak yang ditimbulkan dari emosi marah yang tidak terkendali, akan mendorong keinginan individu untuk melakukan hal negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan manajemen amarah untuk mengurangi kecenderungan agresi verbal remaja pengguna game online mobile legends di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan desain penelitian Pretest Post-test Control Group Design. Partisipan penelitian ini adalah remaja berjenis kelamin laki-laki yang mempunyai kecenderungan agresi verbal sebanyak 20 orang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 10 partisipan pada kelompok kontrol dan 10 partisipan pada kelompok eksperimen. Teknik analisis data menggunakan uji peringkat bertanda Mann-Whitney dan

Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan pelatihan manajemen amarah efektif terhadap kecenderungan agresi verbal pada remaja pengguna game online mobile legends di Kota Makassar ($W = 6.000$, $p = 0.001$) dengan pengaruh sebesar -0.880 dan termasuk dalam kategori besar. Hasil pre-test kelompok eksperimen ($M = 6,800$, $SD = 2,440$) lebih besar dibandingkan rata-rata post-test kelompok eksperimen ($M = 3,500$, $SD = 1,080$); dan ($W = 45,000$, $p = 0,008$), nilai pre-test kelompok kontrol ($M = 6,000$, $SD = 1,054$) lebih kecil dibandingkan mean post-test kelompok kontrol ($M = 6,100$, $SD = 1,792$). Pelatihan manajemen amarah digunakan untuk menurunkan agresi verbal remaja pemain game online.

Kata Kunci: agresi verbal, pelatihan manajemen kemarahan, remaja

PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) diketahui bahwa salah satu bentuk hiburan yang paling banyak dipilih masyarakat terutama di tengah masa pandemi *covid-19* adalah bermain *game online* sebesar 16,5 persen dan musik online 15,3 persen (M, 2020). *Game online* yang akhir-akhir ini sedang populer dan memiliki banyak peminat adalah *Mobile Legends*. Berdasarkan laporan dari *Agensi Marketing We Are Social* dan platform manajemen media sosial *Hopotsuite* yang mengemukakan bahwa *Mobile Legends: Bang-Bang* menduduki peringkat pertama dalam kategori *game* dengan pengguna aktif terbanyak (Pratama & Mulyati, 2020).

Namun, *game* ini dianggap dapat memberikan dampak negatif kepada penggunaannya karena didalamnya terdapat unsur tindak kekerasan. Sebuah kasus ditemukan bahwa “viral: gara-gara *game online*, seorang bocah bakar rumah tetangga” (Yoedtadi & Utami, 2021). Psikolog Universitas Indonesia Anna Surti Ariani mengemukakan bahwa *game* yang memiliki unsur kekerasan dapat memberikan dampak negatif, karena menjadi referensi yang dapat memicu timbulnya sikap untuk meniru atau bahkan melakukan perilaku serupa yang dimunculkan dalam *game* tersebut (Wardani, 2019). Psikolog Klinis *Personal Growth* yaitu Anita Carolina Hendarko mengemukakan bahwa *game online* berunsur kekerasan dapat mempengaruhi psikologi dan kognitif pada pengguna, misalnya menyebabkan permasalahan kontrol diri, kesulitan dalam mengendalikan diri, dan menyebabkan munculnya perilaku agresif (Wang et al., 2019). Individu yang sering bermain *game* berunsur kekerasan seperti *mobile legends*, akan cenderung mengalami perubahan kepribadian dan perilaku yang agresif. Hasil penelitian yang dilakukan oleh *American Psychological Association* (APA) mengemukakan bahwa

terlalu sering bermain *game* dengan unsur kekerasan dapat memengaruhi peningkatan agresi pada seseorang (Kinanti et al., 2015). Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Amalia dan Syam (2017) yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas bermain *game online* yang berunsur kekerasan terhadap kecenderungan melakukan perilaku agresif.

Survei awal yang dilakukan pada 60 remaja pengguna aktif *game mobile legends* di Kota Makassar menunjukkan bahwa sebanyak 48,3% atau total 29 remaja memiliki kecenderungan melakukan agresi verbal berupa mencaci maki. Sebanyak 16,7% atau total 10 remaja memiliki kecenderungan melakukan agresi verbal berupa sindiran. Sebanyak 16,7% atau total 10 remaja memiliki kecenderungan melakukan agresi verbal berupa perkataan kotor. Sebanyak 15% atau total 9 remaja memiliki kecenderungan melakukan agresi verbal berupa hinaan. Sebanyak 3,3% atau total 2 remaja memiliki kecenderungan melakukan agresi verbal berupa tidak mau berbicara atau mendiami teman. Keseluruhan responden memberikan keterangan bahwa faktor yang menyebabkan timbulnya agresi verbal pada pengguna *game* yang berunsur kekerasan adalah karena tidak dapat menahan rasa marah atau kesal baik yang ditujukan kepada teman satu tim maupun tim lawan. Adapun tujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan manajemen amarah untuk mengurangi kecenderungan agresi verbal remaja pengguna *game online mobile legends* di Kota Makassar.

Remaja dengan amarah yang tinggi akan lebih cenderung untuk mengekspresikan amarah dengan cara menyerang kelompok atau individu lain baik secara fisik maupun verbal (Siddiqah, 2010). Marah merupakan salah satu sifat yang ada dalam diri manusia. Rasa amarah yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai macam masalah pada remaja, seperti depresi, kecenderungan untuk mengakhiri hidup, penyalahgunaan obat-obatan, kekerasan, dan tindak kriminal (Bickmore et al., 2010; Puskar et al., 2010). Bhave dan Saini mengemukakan bahwa ketika seseorang marah sebenarnya akan menjadi tanda atau alarm yang mengalir ke otak bahwa ada sesuatu yang salah, sehingga memberikan energi pada tubuh berupa adrenalin untuk memperbaiki situasi yang terjadi dan sebagai penentu bagi dirinya sendiri dalam memilih cara mengekspresikan marahnya (Bhave & Saini, 2009). (Tuasikal, 2008) mengemukakan bahwa perilaku agresi

merupakan suatu bentuk tingkah laku individu yang dilakukan dengan maksud untuk menyakiti individu baik secara fisik maupun verbal. Perilaku yang sering kali dilakukan oleh individu ketika bermain game online adalah agresi verbal.

Berdasarkan hasil data temuan yang telah diperoleh, peneliti menarik kesimpulan bahwa remaja pengguna aktif *game online mobile legends* di Kota Makassar memiliki kecenderungan melakukan agresi verbal. Maka dari perlu untuk dilakukan tindakan preventif berupa intervensi untuk menurunkan perilaku agresi verbal remaja. peneliti ingin memfokuskan pada efektivitas pelatihan pengolahan emosi marah (*anger management training*) terhadap kecenderungan agresi verbal pada remaja pengguna *game online Mobile Legends*. (Hagiliassis et al., 2005) mengemukakan bahwa *anger management training* merupakan suatu bentuk pelatihan yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan, kesadaran dan semangat pada seseorang agar dapat mengelola emosi amarah dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian dari (NURHAFIANI, 2017) dan (Handayani et al., 2019) menunjukkan bahwa dengan metode intervensi berupa *anger management* memiliki pengaruh yang positif dalam menurunkan perilaku agresivitas remaja. (Hagiliassis et al., 2006) mengemukakan bahwa *anger management training* merupakan suatu pelatihan yang bertujuan untuk memberikan semangat pada seseorang agar mengelola marahnya dengan cara yang konstruktif dan efektif.

Hasil penelitian terdahulu oleh (Pradnyasari & Tjakrawiralaksana, 2021) yang mengemukakan bahwa *anger management* mampu meningkatkan kemampuan mengelola emosi marah pada remaja laki-laki. Hasil penelitian diperoleh bahwa hasil *post-test* peserta menunjukkan skor yang lebih rendah secara signifikan dibandingkan dengan skor pada *pre-test* ($Z=2.04, p<0.05$).

Pelatihan pengelolaan emosi marah (*anger management training*) merupakan suatu bentuk intervensi dengan memberikan pemahaman, peningkatan kesadaran dan memberikan ruang untuk belajar kepada individu terkait cara mengolah emosi marah yang baik. Goleman mengemukakan bahwa pengelolaan emosi marah (*anger management*) merupakan suatu kemampuan untuk mengatur perasaan, menenangkan diri, melepaskan diri dari kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan, dengan tujuan untuk keseimbangan emosi. Terdapat empat faktor yang mempengaruhi kemampuan

mengelola emosi marah yaitu, Usia, lingkungan sosial, keluarga, teman sebaya. (Bhave & Saini, 2009) mengemukakan bahwa anger management (mengolah emosi marah) merupakan kemampuan individu dalam mengekspresikan rasa amarah dengan cara yang tepat dan diterima oleh lingkungan, di saat yang tepat, untuk tujuan yang tepat serta ditunjukkan kepada orang yang tepat. (Nindita & Siregar, 2012) mengemukakan bahwa mengelola emosi marah merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan rasa marah sebagai respon terhadap situasi yang tidak menyenangkan dengan cara yang dapat diterima oleh lingkungan.

Goleman mengemukakan bahwa terdapat empat aspek mengelola emosi marah yaitu:

a. Mengenali emosi marah

Kemampuan mengenali emosi marah ditunjukkan untuk mengenali perasaan marah sewaktu emosi marah muncul dalam diri sehingga individu tidak dikuasai oleh amarah. Kemampuan ini dapat dilakukan dengan mengenali atau mengetahui tanda-tanda awal yang menyertai kemarahan, menangani perasaan negatif sendiri dengan baik, dan mampu menetralkan emosi yang sedang di alami.

a. Mengendalikan emosi marah

Individu yang mampu mengendalikan emosi marah tidak akan membiarkan emosi marah mengendalikan dirinya. Kemarahan yang tidak terkendali dapat menimbulkan perilaku agresif baik verbal maupun nonverbal. Mengendalikan amarah yaitu dengan mengatur emosi dan menjaga keseimbangan emosi, sehingga emosi marah yang sedang di rasakan tidak berpotensi tinggi untuk melakukan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri maupun terhadap orang lain.

b. Meredakan emosi marah

Meredakan emosi marah merupakan kemampuan individu untuk menenangkan diri sendiri setelah individu marah. Salah satu srategi yang dilakukan individu secara umum untuk meredakan marah adalah pergi menyendiri, jalan-jalan, berlatih olahraga, melakukan metode relaksasi seperti menarik nafas dalam-dalam untuk melemaskan otot. Kegiatan tersebut terbukti dapat memutus pikiran-pikiran buruk yang menimbulkan emosi marah.

c. Mengungkapkan emosi marah secara asertif

Individu yang asertif dapat mengungkapkan perasaan marahnya dengan jujur dan tepat serta memperhatikan hak orang lain sehingga tidak melukai perasaan orang lain.

(Pradnyasari & Tjakrawiralaksana, 2021) mengemukakan bahwa terdapat 3 keterampilan yang dapat di berikan dalam program *anger management training*:

1. Regulasi emosi

Keterampilan regulasi emosi yang diajarkan yaitu meliputi teknik relaksasi dengan mengatur pernapasan, teknik menyanggah keyakinan atau pikiran yang bersifat agresif, dan teknik *self reminder* atau pengingat terhadap diri sendiri untuk mencegah kemunculan respon agresif.

2. Restrukturisasi kognitif

Keterampilan restrukturisasi kognitif meliputi *self assessment* dengan pengenalan terhadap pemicu, reaksi, dan konsekuensi dari emosi marah (*self assessment of anger and the ABC's behavior*).

3. Resolusi Konflik

Keterampilan resolusi konflik meliputi *problem solving* dengan menggunakan berbagai kemungkinan solusi yang bisa dilakukan untuk dapat memecahkan masalah yang dimiliki dengan tujuan agar tidak merespon suatu masalah dengan menggunakan emosi marah. Hipotesis dalam penelitian ini adalah pemberian *anger management training* efektif dalam menurunkan kecenderungan perilaku agresi verbal pada remaja pengguna aktif *game online mobile legends*.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif (eksperimen). Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Pretest Post-test Control Group Design*. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja berjenis kelamin laki-laki (rentang usia 13-18 tahun) yang memiliki kecenderungan agresi verbal sebanyak 20 orang yang terbagi kedalam dua kelompok, yaitu 10 partisipan berada di kelompok kontrol dan 10 partisipan berada di kelompok eksperimen. Alat ukur yang digunakan adalah berupa instrumen observasi *agresi*

verbal. Teknik analisis data menggunakan *Mann-Whitney* dan *Wilcoxon signed-rank test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. *Uji Hipotesis Mann-Whitney*

Skor	W	P	Efek Size
<i>Gain Score</i>	6,000	0,001	- 0,880

Hasil uji hipotesis pada tabel 4 diperoleh bahwa terdapat penurunan yang signifikan kecenderungan perilaku agresi verbal pada remaja pengguna aktif *game online mobile legends* setelah diberikan intervensi ($W = 6,000$, $p=0,001$). Sehingga dapat dikatakan bahwa *anger management training* efektif dalam menurunkan kecenderungan perilaku agresi verbal pada remaja pengguna aktif *game online mobile legends* di kota Makassar dengan efek yang diberikan sebesar (-0,880) atau termasuk pada kategori besar (Lakens, 2013).

Tabel 5. *Uji hipotesis wilcoxon*

pok	Kelom an	Me an	Stan dar Deviasi	W		Sig
KE	Pretest	00	6,8 0	2,44	45,0 00	0,0 08
KE	Posttest	00	3,5 0	1,08		

Hasil analisis uji wilcoxon yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa *mean* pada *pre-test* ($M = 6,000$, $SD = 1,054$) lebih kecil dari *mean post-test* ($M = 6,100$, $SD = 1,792$). Berdasarkan hasil analisis diatas diperoleh bahwa tidak terdapat penurunan yang signifikan terkait kecenderungan perilaku agresi verbal pada remaja pengguna aktif *game online mobile legends* ($W = 17,500$, $p=1,000$).

Tabel 6. Uji Hipotesis Wilcoxon

Kelo mpok	ean	M	ndar Deviasi	Sta	W	Si
KK	Pretest	6,000	4	1,05	17,500	1,000
st KK	Postte	6,100	2	1,79		

Hasil analisis uji wilcoxon yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa *mean* pada *pre-test* ($M = 6,000$, $SD = 1,054$) lebih kecil dari *mean post-test* ($M = 6,100$, $SD = 1,792$). Berdasarkan hasil analisis diatas diperoleh bahwa tidak terdapat penurunan yang signifikan terkait kecenderungan perilaku agresi verbal pada remaja pengguna aktif *game online mobile legends* ($W = 17,500$, $p=1,000$).

Latihan *anger management training* akan memberikan efek yang lebih besar apabila dilakukan lebih lama dan rutin. Dalam penelitian ini, skor kecenderungan agresi verbal pada kelompok eksperimen mengalami penurunan yang lebih besar dari *pre-test* ke *post-test*. Ini terjadi sebab subjek kelompok eksperimen terus melakukan penerapan AMT secara mandiri selama satu minggu penuh. Penting sekali untuk seseorang dalam mengelola emosi marahnya dengan baik agar dapat melakukan hal yang positif dengan emosi marahnya tersebut dan tidak melakukan tindakan-tindakan yang melukai orang lain dan terindikasi dalam perilaku yang agresif. Untuk dapat mengelola emosi marah dengan baik, maka seseorang membutuhkan suatu cara untuk melatih mengelola emosi marahnya dengan baik. Adapun muatan intervensi AMT yang diberikan meliputi, penyampain materi terkait regulasi emosi, mengenali faktor dan dampak yang ditimbulkan dari emosi (Metode *ABC*), teknik atau tata cara meredam emosi seperti; menarik nafas dalam-dalam dan menghembuskan secara perlahan, melakukan relaksasi otot, *self-reminder* (mengakui, menerima, dan mengingatkan diri) serta strategi dalam memecahkan suatu permasalahan (*problem solving*).

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya terletak pada pemberian tugas individu kepada partisipan berupa (*daily report*). Hasil *daily report* partisipan pada kelompok

eksperimen ditemukan bahwa rata-rata partisipan mampu menerapkan teknik *anger management* untuk menahan rasa marah ketika sedang bermain *game online mobile legends*. Partisipan mampu mengontrol emosi dengan menerapkan *anger management* ketika sedang bermain *game online mobile legends*. Rata-rata partisipan menuliskan cara atau strategi yang sering dilakukan untuk mengontrol emosi marah adalah dengan menerapkan teknik tarikan nafas dan menghembuskan secara perlahan secara berulang kali, peregangan badan, *self reminder*, dan mengakui amarah yang dialami dan berusaha untuk tetap tenang. Sedangkan pada kelompok kontrol, selama pengisian *daily report* partisipan kadang mampu dan kadang pula tidak mampu untuk mengontrol emosi dan bahkan sampai mengeluarkan perkataan kasar atau kotor ketika sedang bermain *game online mobile legends*. Hal ini dikarenakan pada saat bermain *mobile legends*, subjek merasa kesal kepada teman yang tidak bisa memberikan perlawanan, jengkel kepada lawan main yang meremehkan, dan karena kalah dalam pertarungan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa intervensi *anger management training* dapat menurunkan perilaku agresi verbal remaja di Kota Makassar. Hal ini dapat dilihat pada penurunan mean nilai *pretest* dan *posttest* terhadap kedua kelompok. Pada kelompok eksperimen mendapatkan penurunan mean dengan nilai yang jauh lebih rendah disbanding pada kelompok kontrol. Semakin rendah nilai yang didapatkan, maka semakin baik dalam mengolah emosi marah individu. Semakin tinggi mean yang didapatkan, maka semakin buruk dalam mengolah emosi marah.

Saran bagi subjek penelitian diharapkan tetap rutin melakukan secara mandiri latihan-latihan yang terdapat dalam *anger management training* agar memperoleh hasil yang lebih maksimal. Bagi remaja secara umum yang memiliki kecenderungan agresi verbal dan paham akan dampak negatif yang bisa ditimbulkannya, disarankan untuk menggunakan *anger management training* sebagai upaya mencegah dampak yang lebih buruk lagi.

Saran bagi peneliti selanjutnya antara lain peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk penelitian dengan topik yang sama. Jika ingin meneliti topik yang sama, disarankan untuk lebih memperhatikan penerapan latihan mandiri subjek agar penelitian dapat terkontrol dengan maksimal dan memperoleh hasil yang lebih bagus. Kemudian sebaiknya *post-tets* dilakukan sesaat setelah melakukan intervensi. Peneliti selanjutnya sebaiknya meneliti efektivitas *anger management training* pada kelompok yang lebih luas dan dengan latar belakang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Bhave, S. Y., & Saini, S. (2009). *Anger management*. SAGE Publications India.
- Bickmore, T. W., Puskar, K., Schlenk, E. A., Pfeifer, L. M., & Sereika, S. M. (2010). Maintaining reality: Relational agents for antipsychotic medication adherence. *Interacting with Computers*, 22(4), 276–288.
- Hagiliassis, N., Di Marco, M., Gulbenkoglul, H., Iacono, T., & Watson, J. (2006). *Beyond speech alone guidelines for practitioners providing counselling services to clients with disabilities and complex communication needs*. Deakin University.
- Hagiliassis, N., Gulbenkoglul, H., Di Marco, M., Young, S., & Hudson, A. (2005). The anger management project: A group intervention for anger in people with physical and multiple disabilities. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 30(2), 86–96.
- Handayani, W., Nurhasanah, N., & Yahya, M. (2019). Penerapan Teknik Anger Management Untuk Menurunkan Perilaku Agresivitas SISWA SMAN 5 BANDA ACEH. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(2).
- Kinanti, A. D., Permatasari, D. A., & Shinta, D. C. (2015). Urgensi penerapan mekanisme informed consent untuk mencegah tuntutan malpraktik dalam perjanjian terapeutik. *Privat Law*, 3(2), 164465.
- M, D. D. (2020). *Survei: 16,5 Persen Masyarakat Habiskan Waktu Main Game Online selama Pandemi Covid-19*.
- Nindita, C., & Siregar, S. V. (2012). Analisis pengaruh ukuran kantor akuntan publik terhadap kualitas audit di Indonesia. *Jurnal Akuntansi Dan Keuangan*, 14(2), 91–104.
- NURHAFIANI, G. (2017). *Anger management training (amt) untuk menurunkan agresivitas pada remaja*. University of Muhammadiyah Malang.
- P, A., & M, S. H. (2017). Hubungan intensitas bermain game online berunsur kekerasan dengan perilaku agresif anak di banda aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*, 2(3).
- Pradnyasari, P. A., & Tjakrawiralaksana, M. A. (2021). Efektivitas penerapan anger management dalam meningkatkan kemampuan mengelola emosi marah pada remaja laki-laki. *Jurnal Psikologi Insight*, 5(1), 19–29.
- Pratama, R. E., & Mulyati, S. (2020). *Pembelajaran daring dan luring pada masa pandemi*

Judul; Efektivitas Anger Management Training untuk Menurunkan Perilaku Agresi Verbal Remaja Pengguna Mobile Legends

Nama Penulis 1*, Wiwin Saputra 2, Asniar Khumas 3 Ahmad Ridfah

- covid-19. *Gagasan Pendidikan Indonesia*, 1(2), 49–59.
- Puskar, K. R., Marie Bernardo, L., Ren, D., Haley, T. M., Hetager Tark, K., Switala, J., & Siemon, L. (2010). Self-esteem and optimism in rural youth: Gender differences. *Contemporary Nurse*, 34(2), 190–198.
- Siddiqah, L. (2010). Pencegahan dan penanganan perilaku agresif remaja melalui pengelolaan amarah (anger management). *Jurnal Psikologi*, 37(1), 50–64.
- Tuasikal, A. (2008). Pengaruh DAU, DAK, PAD, dan PDRB terhadap belanja modal pemerintah daerah kabupaten/kota di Indonesia. *Jurnal Telaah Dan Riset Akuntansi*, 1(2), 124–142.
- Wang, H., Xu, J., Yan, R., & Gao, R. X. (2019). A new intelligent bearing fault diagnosis method using SDP representation and SE-CNN. *IEEE Transactions on Instrumentation and Measurement*, 69(5), 2377–2389.
- Wardani, W. (2019). Pengaruh kecerdasan adversitas dan kecerdasan emosional melalui model inkuiri sosial terhadap keterampilan sosial siswa. *Jurnal Teori Dan Praksis Pembelajaran IPS*, 4(2), 66–73.
- Y, B. S., & S, S. (2009). *Anger Management*. Sagepublication.
- Yoedtadi, M. G., & Utami, L. S. S. (2021). Media Convergence Journalists Perspectives on Diversity News. *JURNAL SOSIAL Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 22(2), 46–51.