

Penerapan anger management dengan pendekatan cognitive behavioral dalam meningkatkan keterampilan mengelola marah pada anak usia sekolah yang agresif = Applying anger management based on cognitive behavioral approach to improve skill on management of anger in aggressive school aged child

Puspa Rahayu Utami Rahman, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20389559&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan mengelola marah pada anak usia sekolah yang agresif dengan penerapan anger management dengan pendekatan cognitive behavioral. Partisipan dalam penelitian ini adalah anak laki-laki berusia 8 tahun yang memiliki kesulitan dalam mengelola marah yang termanifestasi dalam bentuk perilaku agresif. Program intervensi yang diterapkan mengacu pada program anger management dengan pendekatan cognitive-behavioral yang disusun oleh Novaco (Beck & Fernandez, 1998; Westbrook, Kennerly, & Kirk, 2007; Cavell & Malcolm, 2007) dan dilengkapi dengan materi psikoedukasi orangtua yang disusun berdasarkan materi CDI (child-directed interaction) dan PDI (parent-directed interaction) dalam PCIT (parent-child interaction therapy) oleh McNeil dan Hembree-Kigin (2010). Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi melalui wawancara orangtua dan subjek, self rating berupa anger thermometer dan thought thermometer, self monitoring berupa anger log dan diary, dan penggunaan skala perilaku CBCL (child behavioral checklist) yang diisi oleh ibu.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan anger management dengan pendekatan cognitive behavioral dapat meningkatkan keterampilan mengelola marah, yang dilihat dari beberapa aspek, yaitu aspek pemikiran berupa perubahan pikiran negatif menjadi positif, aspek perasaan berupa tidak mudah terpancing kemarahan atas keinginan yang tidak terpenuhi, dan aspek perilaku berupa menerapkan relaksasi progressive muscle dan komunikasi asertif dalam mengekspresikan kemarahan.

.....The aim of this research is to improve skill on management of anger in aggressive school-aged child through applying Anger Management based on Cognitive Behavioral approach. The participant of this research is a eight-year-old boy who has difficulty in managing his anger that manifested in aggressive behavior. The program of this research refers to anger management based on cognitive-behavioral approach developed by Novaco (Beck & Fernandez, 1998; Westbrook, Kennerly, & Kirk, 2007; Cavell & Malcolm, 2007) and equipped with a parent psychoeducation based on CDI (child-directed interaction) and PDI (parent-directed interaction) in PCIT (parent-child interaction therapy) by McNeil & Hembree-Kigin (2010). Measurements were taken before and after intervention program through interviews, self rating such as anger thermometer and thought thermometer, self monitoring such as anger log and diary, and behavior scale such as CBCL (child behavioral checklist).

The results of this study indicate that anger management based on cognitive behavioral approach is succeed in order to improve the anger management skill. These results are viewed from various aspects, such as aspects of thought is negative thought change into positive thought, aspects of feeling is not easily upset over unfulfilled desire, and aspects of behavior is applying progressive muscle relaxation and assertive communication in expressing anger.