

Pengaruh Musik Religi terhadap Kontrol Diri Santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-Guluk Sumenep

Moh. Kholilulloh¹, Nurjannah²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

E-mail: 22200011114@student.uin-suka.ac.id¹ nurjannah@uin-suka.ac.id²

Article History:

Received: 05 Oktober 2023

Revised: 13 Oktober 2023

Accepted: 15 Oktober 2023

Keywords: Kontrol Diri, Santri, Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum

Abstract: Salah satu tugas perkembangan remaja yaitu memperkuat self-control (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup. Remaja yang memiliki kontrol diri, akan memungkinkan remaja dapat mengendalikan diri dari perilaku-perilaku yang melanggar aturan dan norma-norma yang ada di masyarakat. Saat kontrol diri pada seseorang individu rendah maka individu tersebut akan sulit dalam mengendalikan emosi yang dapat mengakibatkan permasalahan. Individu yang memiliki kontrol diri rendah lebih cenderung untuk melakukan perilaku kriminal tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang akan terjadi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh musik religi guna meningkatkan kontrol diri pada santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep. Sedangkan rumusan masalah adakah pengaruh musik religi guna meningkatkan kontrol diri pada santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum. Adapun jumlah populasi sebanyak 15 orang. Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan bantuan program SPSS (Statistical Program for Sosial Service) versi 16.0 for windows diperoleh nilai Chi-square 28,028 dengan signifikansi 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari musik religi dalam meningkatkan tingkat kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep.

PENDAHULUAN

Di Indonesia semakin hari semakin banyak saja tindakan- tindakan yang berbau kejahatan bermunculan. Contohnya saja seperti kasus tawuran antar siswa sekolah, pembegalan motor, pencurian, penjambratan, pemerkosaan, ada juga yang sengaja melakukan penganiayaan di jalan raya tanpa ada alasan yang jelas. Kejadian-kejadian itu semakin membuat warga resah dan merasa tidak aman. Aksi kejahatan tersebut termasuk ke dalam perilaku agresi.

Penelitian eksperimen ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh musik religi terhadap

kontrol diri. Penelitian didasarkan karena kesadaran remaja akan perilaku mengontrol diri sendiri masih kurang. Padahal kontrol diri diperlukan untuk meningkatkan sikap sabar, lebih bersyukur, dan menenangkan suasana hati serta dapat mengatasi perilaku agresi.

Berdasarkan studi awal di SMKN 11 Malang pada bulan Februari 2012 menunjukkan 80% dari 136 siswa pernah mengalami konflik dan 45% siswa sedang mengalami konflik (Santi, 2013). Konflik yang dialami oleh siswa antara lain konflik dengan teman sebaya, pacar, orang tua dan guru. Sebagian besar siswa mengatakan sering konflik dengan teman sebaya biasanya disebabkan karena salah paham, bercanda dan persaingan atau kompetisi. Konflik antar teman sebaya terjadi pada siswa laki-laki dan perempuan. Penyelesaian konflik antar teman sebaya mengarah pada menghindari teman, bicara keras dan perkelahian. Dari pernyataan di atas, kontrol diri diperlukan untuk meminimalisir konflik.

Remaja sebagai individu sedang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*becoming*), yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Remaja memerlukan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan lingkungannya serta pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya untuk mencapai kematangan. Oleh karena itu, remaja seringkali dikenal dengan fase “mencari jati diri atau fase topan dan badai”. Menurut Fatimah (2006) Remaja di harapkan dapat mengantisipasi akibat-akibat yang menimbulkan perilaku yang menyimpang, jika terarah akan menjadi pribadi yang baik dan jika tidak maka akan sebaliknya.

Menurut Santrock (2007) ,Hurlock (2000) bahwa Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif dan emosional dan pada setiap periode perubahan mempunyai masalahnya sendiri tidak selalu berbanding lurus tanpa adanya permasalahan. Permasalahan yang timbul akibat dari rendahnya kontrol diri. Sesuai dengan penjelasan Bhawe & Saini (2009) mengatakan manusia perlu mempelajari bagaimana cara mereka mengendalikan emosinya agar beradaptasi dengan baik.

Menurut Calon (dalam Monks, dkk 1994) bahwa masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak. Situasi-situasi yang menimbulkan konflik seperti ini seringkali menyebabkan perilaku aneh, canggung dan kalau tidak kontrol bisa menjadi kenakalan (Purwanto, 1999). Masa transisi ini seringkali menghadapi individu yang bersangkutan kepada situasi yang membingungkan, disatu pihak ia masih anak-anak, tetapi dilain pihak ia harus bertingkah laku seperti orang dewasa.

Menurut Kay (dalam, Syamsu Yusuf, 2006) mengungkapkan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup. Remaja yang memiliki kontrol diri, akan memungkinkan remaja dapat mengendalikan diri dari perilaku-perilaku yang melanggar aturan dan norma-norma yang ada di masyarakat.

Menurut Gottfredson dan Hirschi (1990) dalam Praptiani (2013), ada beberapa hal yang dapat menjadi faktor permasalahan kontrol diri. Saat kontrol diri pada seseorang individu rendah maka individu tersebut akan sulit dalam mengendalikan emosi yang dapat mengakibatkan permasalahan. Individu yang memiliki kontrol diri rendah lebih cenderung untuk melakukan perilaku kriminal tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang akan terjadi Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh remaja yang memiliki kontrol diri tinggi maka agresivitasnya rendah, sedangkan remaja yang memiliki kontrol diri rendah maka agresivitasnya tinggi. Hasil penelitian dari Vaughn menjelaskan bahwa tindakan kriminalitas dipengaruhi oleh rendahnya kontrol diri. .

Remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi, mereka akan lebih berperilaku yang positif dan mampu bertanggung jawab, seperti tanggung jawab sebagai seorang pelajar adalah belajar. Pada dasarnya kontrol diri berperan dalam penyesuaian diri, sehingga ketika kontrol diri kurang baik membuat perilaku yang di timbulkan cenderung menyimpang. Lebih jelas individu yang dikategorikan memiliki tingkat kontrol diri yang rendah yakni apabila individu tersebut tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilaku utamanya, tidak mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi ke dalam bentuk perilaku utama serta tidak mampu memilih tindakan yang tepat sehingga akan mengarah pada perilaku agresif.

Dikarenakan kontrol diri sangat berpengaruh terhadap kehidupan personal dan sosial, maka diperlukan langkah untuk menumbuhkan atau memperkuat kontrol diri. Ada banyak cara yang dapat dilakukan guna menumbuhkan atau memperkuat kontrol diri, salah satunya dengan kegiatan agama yang dapat lebih menenangkan hati dan pikiran (Ali Nurdin, 2006). Berangkat dari penjabaran di atas, peneliti mengadakan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh musik religi shalawat guna menumbuhkan serta meningkatkan kontrol diri.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen, penelitian eksperimen merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu dan gejala yang muncul diamati dan di kontrol secermat mungkin, sehingga dapat diketahui sebab-akibat munculnya gejala tersebut (Muhammad Ali, 1996).

Rancangan penelitian yang digunakan adalah *One-Group Pretest-Posttest Design* dimana suatu kelompok akan diberikan pretest terlebih dahulu sebelum dilakukan treatment dan akan diberikan post test setelah diberikan treatment. Dengan demikian hasil perlakuan akan lebih akurat, karena hasil dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan atau treatment (Latipun, 2004). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh treatment yang diberikan berupa musik religi berupa shalawat dalam menumbuhkan serta meningkatkan kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep.

Musik religi sebagai Variabel bebas (*independent variabel*) dan kontrol diri sebagai Variabel terikat (*dependent variabel*). Populasi dalam penelitian ini adalah santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum yang jumlahnya sekitar 15 orang. Dalam pengambilan sampel pada penelitian ini digunakan teknik sampling jenuh dikarenakan jumlah populasi yang terlalu sedikit.

Data diperoleh dari kuisioner penelitian yang berupa form skala kontrol diri Alat ukur yang digunakan adalah Skala kontrol diri, yang yang pertama kali disusun oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (2004). Skala Kontrol diri Self Control Scale; SCS) disusun untuk mengukur tingkat kontrol diri yang terdiri dari 36 item pertanyaan. Skala ini memiliki dua format, yaitu full- item (36 item) dan brief/short form (13 item). Data yang diperoleh dalam penelitian ini akan diolah dengan metode statistik, karena data yang diperoleh berwujud angka dan metode statistik dapat memberikan hasil yang objektif. Metode analisis data ini dibantu dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) versi 16.0 for Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Definisi Kontrol Diri

Calhoun dan Acocella (1990) kontrol diri adalah pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Pengertian yang di maksud menekankan pada kemampuan dalam mengelola yang perlu di berikan sebagai bekal untuk membentuk pola perilaku pada individu yang mencakup dari

keseluruhan proses yang membentuk dalam diri individu yang berupa pengaturan fisik, psikologis, dan perilaku.

Tangney, Baumeister & Boone (2004) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan dimasyarakat agar mengarah pada perilaku positif. Dapat diartikan bahwa seseorang secara mandiri mampu memunculkan perilaku positif. Kemampuan kontrol diri yang terdapat pada seseorang memerlukan peranan penting interaksi dengan orang lain dan lingkungannya agar membentuk kontrol diri yang matang, hal tersebut dibutuhkan karena ketika seseorang diharuskan untuk memunculkan perilaku baru dan mempelajari perilaku tersebut dengan baik.

Sedangkan menurut Averill (Ghufron & Risnawati, 2011) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Pengertian yang dikemukakan oleh Averill menitikberatkan pada seperangkat kemampuan mengatur dalam memilih tindakan yang sesuai dengan yang diyakini nya. Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya.

Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Dalam hal ini, kontrol diri sangatlah berperan penting bagi kehidupan remaja. Kontrol diri yang terdapat pada dalam diri tidaklah sama, hal tersebut dipengaruhi faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pembentukannya. Kontrol diri sebagai mediator psikologis dan berbagai perilaku. Kemampuan untuk menjauhkan dari perilaku yang mendesak dan memuaskan keinginan adaptif, orang yang memiliki kontrol diri yang baik maka individu sebaliknya jika individu yang memiliki kontrol diri yang rendah akan berdampak pada ketidakmampuan mematuhi perilaku dan tindakan, sehingga individu tidak lagi menolak godaan dan implus. Menurut Ghufron & Risnawati (2012) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi 2 (dua), yaitu:

1. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Cara orang tua menegakkan disiplin, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri. Seiring dengan bertambahnya usia anak, bertambah pula komunitas yang mempengaruhinya, serta banyak pengalaman sosial yang dialaminya, anak belajar merespon kekecewaan, ketidak sukaan, kegagalan, dan belajar untuk mengendalikannya, sehingga lama-kelamaan kontrol tersebut muncul dari dalam dirinya sendiri. Menurut Baumeister & Boden (1998) mengemukakan bahwa faktor kognitif yaitu berkenaan dengan kesadaran berupa proses-proses seseorang menggunakan pikiran dan pengetahuannya untuk mencapai suatu proses dan cara-cara yang tepat atau strategi yang sudah dipikirkan terlebih dahulu. Individu yang menggunakan kemampuan diharapkan dapat memanipulasi tingkah laku sendiri melalui proses intelektual. Jadi kemampuan intelektual individu dipengaruhi seberapa besar individu memiliki kontrol diri.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga merupakan faktor eksternal dari kontrol diri. Orang tua yang menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua adalah

disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan perilaku pada individu. Kedisiplinan yang diterapkan pada kehidupan dapat mengembangkan kontrol diri dan *self directions* sehingga seseorang dapat mempertanggungjawabkan dengan baik segala tindakan yang dilakukan.

Musik Religi

Musik adalah hal yang sudah sangat tidak asing bagi semua manusia. Namun, tidak banyak orang yang tahu bahwasanya musik pun dapat digunakan sebagai terapi. Dalam sekejap, musik mampu menghibur jiwa. Musik membangkitkan dalam diri kita semangat untuk berdoa, belas kasih, dan kasih sayang (Don Campbell, 2001).

Menurut Federasi Terapi Musik Dunia (WMFT), terapi musik adalah penggunaan musik dan/atau elemen musik (suara, irama, melodi dan harmoni) oleh seorang terapis musik yang telah memenuhi kualifikasi, terhadap klien atau kelompok dalam proses membangun komunikasi, meningkatkan relasi interpersonal, belajar meningkatkan mobilitas, mengungkapkan ekspresi, menata diri atau untuk mencapai berbagai tujuan terapi lainnya (Djohan, 2006).

Semua jenis musik sebenarnya dapat digunakan sebagai terapi, seperti lagu-lagu relaksasi, lagu populer, maupun lagu atau musik klasik. Akan tetapi, yang paling dianjurkan adalah musik atau lagu dengan tempo sekitar 60 ketukan per menit yang bersifat rileks (Rizem Aizid, 2011). Tidak terkecuali dengan jenis musik yang bernuansa Islami, religi atau rohani.

Kata religi atau religion bersal dari bahasa latin, yang berasal dari kata Relegere yang memiliki pengertian dasar “berhati-hati” dan berpegang pada norma-norma atau aturan secara ketat. Dengan demikian kata religi tersebut pada dasarnya memiliki pengertian sebagai “keyakinan akan adanya kekuatan gaib yang suci, yang menentukan jalan hidup dan mempengaruhi hidup manusia. Yang dihadapi secara hati-hati dan diikuti jalan-jalan dan aturan-aturan serta norma-normanya secara ketat agar tidak menyimpang dan lepas dari kehendak atau jalan yang telah ditetapkan oleh kekuatan gaib yang suci tersebut (Muhaimin, 2005).

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Mamba’ul Ulum Sumenep pada tanggal 19 April-19 Mei 2023. Data dikumpulkan melalui 15 subjek yang menjadi sampel dalam kelompok eksperimen. Berdasarkan analisis deskripsi terhadap data-data penelitian didapat hasil dari data deskripsi Pre-Test dan Post-Test sebagai berikut :

Tabel 1. Deskriptif Data

	N	Rang e Minimu m	Maximum	Sum	Mean		Std. Deviation	Variance
	Statisti c	Statisti c	Statisti c	Statisti c	Statisti c	Std. Error	Statisti c	Statistic
Pritest	15	40	120	160	142.40	4.17 9	16.186	261.97 1
Posttest	15	69	61	130	86.87	4.84 4	18.761	351.98 1
Posttest - 1- Minggu	15	46	89	135	110.67	4.09 1	15.846	251.09 5
Valid N (listwise)	15							

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwasanya terdapat peningkatan kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep setelah diberikan treatment musik religi. Hal ini dapat dilihat dari hasil olahan data saat pretest, posttest, dan posttest 1 minggu. Artinya kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep mengalami peningkatan setelah diberi treatment yang berupa musik religi. Hasil olahan data PreTest, 5 orang (33,3%) memiliki kontrol diri yang rendah dan 10 orang (66,6%) memiliki tingkat kontrol diri yang sangat rendah.

Prosentase data Pre-test, menunjukkan tingkat kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep sebelum diberi treatment musik religi kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum memiliki tingkat kontrol diri yang rendah. Rendahnya kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum dikarenakan pergaulan yang salah dengan orang-orang non pesantren termasuk santri atau siswa non mukim serta rasa tertekan dalam diri mereka selama di Pondok pesantren dikarenakan mereka menginginkan kebebasan sebelum mereka dimondokkan di Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep.

Setelah diberi treatment berupa musik religi data menunjukkan bahwa tingkat agresivitas santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep mengalami penurunan sehingga tingkat kontrol dirinya menjadi meningkat. Dengan klasifikasi data 3 orang (20%) memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi, 10 orang (66,6%) memiliki tingkat kontrol diri yang sedang, dan 2 orang (13,3%) memiliki tingkat kontrol diri yang rendah. Ini artinya terjadi peningkatan yang signifikan tingkat kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep setelah diberi treatment berupa musik religi.

Satu minggu setelah treatment musik religi dihentikan data menunjukkan bahwa kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep mengalami sedikit penurunan dibandingkan dengan data Posttest sebelumnya. Dengan klasifikasi 5 orang (33,3%) memiliki tingkat kontrol diri yang sedang, 9 orang 77 (60%) memiliki tingkat kontrol diri yang rendah, dan 1 orang (6,6%) memiliki tingkat kontrol diri yang sangat rendah.

Berdasarkan hasil penghitungan SPSS pada uji hipotesis menunjukkan bahwa data yang diperoleh menunjukkan bahwa santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum mengalami peningkatan tingkat kontrol diri yang sangat signifikan setelah diberikan treatment musik religi namun setelah treatment dihentikan dan dilakukan pengukuran kembali setelah satu minggu diperoleh data yang menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kontrol diri pada santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum tersebut. Sehingga, dapat diansumsikan bahwa pengaruh dari treatment musik religi akan lebih efektif apabila treatment dilakukan secara berulang dan terus menerus.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari musik religi dalam menumbuhkan kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep. Hal ini berdasarkan hasil olahan data pada pre-test, post-test, dan posttest-1-minggu. Pada proses pengauatan yang dilakukan mulai tanggal 17 April-21 April diperoleh hasil klasifikasi data pretest 5 orang (33,3%) memiliki kontrol diri yang rendah dan 10 orang (66,6%) memiliki tingkat kontrol diri yang sangat rendah.

Sedangkan setelah diberi treatment musik religi selama 15 menit pada tanggal 24 April–29 April, kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep semakin meningkat. Dengan klasifikasi data 3 orang (20%) memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi, 10 orang (66,6%) memiliki tingkat kontrol diri yang sedang, dan 2 orang (13,3%) memiliki tingkat

kontrol diri yang rendah. Adanya perubahan tingkat kontrol diri pada kelompok eksperimen tersebut merupakan efek dari treatment musik religi yang telah diberikan. Namun setelah treatment dihentikan selama 1 minggu kemudian dilakukan pengamatan kembali pada tanggal 29 April–5 Mei terjadi sedikit penurunan terhadap tingkat kontrol diri. Dengan klasifikasi 5 orang (33,3%) memiliki tingkat kontrol diri yang sedang, 9 orang 77 (60%) memiliki tingkat kontrol diri yang rendah, dan 1 orang (6,6%) memiliki tingkat kontrol diri yang sangat rendah.

Hal ini menunjukkan bahwa sebenarnya musik religi memiliki pengaruh terhadap peningkatan tingkat kontrol diri para santri di Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep. Namun hasil yang diberikan oleh treatment musik religi akan berangsur-angsur menghilang setelah proses treatment dihentikan. Hal ini berarti bahwa untuk meningkatkan tingkat kontrol diri yang rendah tidak bisa dengan hanya diberikan satu kali treatment. Alangkah baiknya jika treatment ini diberikan secara terus menerus atau regulary untuk mendapatkan efek atau hasil yang tetap.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan bantuan program SPSS (*Statistical Program for Sosial Service*) versi 16.0 for windows diperoleh nilai Chi-square 28,028 dengan signifikansi 0.000 . Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari musik religi dalam meningkatkan tingkat kontrol diri santri Pondok Pesantren Mamba'ul Ulum Guluk-guluk Sumenep. Hal ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti. Sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima.

DAFTAR REFERENSI

- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of adjustment human relationship*. New York: McGrawHill.
- Aizid, Rizem. (2011). *Sehat dan Cerdas Dengan Terapi Musik*. Yogyakarta: Laksana, 103
- Ali, Muhammad. (1996). *Strategi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Angkasa, 135.
- Baumeister, R.F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). *Relation of ThreatenedEgoism to Violence and Aggression: Thedark side of High Self-Esteem*. Psychological Review, 103,5-33
- Campbell, Don. (2001). *Efek Mozart*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1
- Djohan. (2006). *Terapi Musik ; Teori Dan Aplikasi*. Yogyakarta: Galang Press, 28
- Fatimah, Enung. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Gufron, M.N., & Risnawati, Rini.(2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hurlock, Elizabeth B. (2000). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan. Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Gramedia.
- Latipun. (2004). *Psikologi Eksperimen*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang, 16
- Muhaimin, et al. (2005). *Kawasan dan Wawasan Study Isla*. Jakarta : Kencana, 34
- Monks, dkk. (1994). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: University Press
- Nurdin, Ali. (2006). *Quranic Society ; Menelusuri Masyarakat Ideal Dalam Al-Qr'an*. Jakarta : Erlangga, 275
- Praptiani, S. (2013). *Pengaruh kontrol diri terhadap agresivitas remaja dalam menghadapi konflik sebaya dan pemaknaan gender*. Jurnal Sains dan Praktik Psikologi. Magister UMM, 1 (1), 01-13
- Santrock. (2007). *Remaja*. Edisi 11 Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Yusuf, Syamsu dan Nurihsan, J. (2006). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosda Karya.