

## HUBUNGAN SABAR DAN HARGA DIRI DENGAN AGRESIVITAS PADA SUPPORTER BOLA

Eka Sari Oktaviani<sup>1</sup>, Rizka Dara Vonna<sup>2</sup>, Yuanita Caroline<sup>3</sup>  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia<sup>1,2,3</sup>  
e-mail: rizkadv13@gmail.com<sup>1</sup>, rizkidaravonna@gmail.com<sup>2</sup>, yuanita@yahoo.com<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sabar dan harga diri dengan agresivitas supporter bola karena banyak fenomena yang terjadi akibat perilaku agresif para supporter sepak bola yang sering bersifat negative dan merugikan orang lain. Subjek pada penelitian ini ada sebanyak 102 orang supporter bola dengan teknik sampling snow ball. Penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu skala sabar, skala harga diri dan skala agresivitas. Bentuk skala yang digunakan adalah skala likert. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi ganda. Hasil uji analisis menunjukkan bahwa diperoleh hasil  $\text{sig } 0.000 < 0.05$ , atau dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kesabaran dan harga diri pada seorang supporter bola, dapat menjadi prediktor rendahnya agresivitasnya.

***Kata kunci:*** sabar, harga diri, dan agresivitas

## THE RELATIONSHIP BETWEEN PATIENT AND SELF-ESTEEM WITH AGGRESSIVENESS AMONG FOOTBALL SUPPORTER

### ABSTRACT

*This research was conducted to find out the relationship between the patient and self-esteem with the aggressiveness of a football supporters because many phenomena that occur as a result of the aggressive behavior of soccer supporters that are often negative and harming others. The subjects in this research there were as many as 102 football supporters with snow ball sampling technique. This study used three scales, the scale of patience, self-esteem scale and scale of aggressiveness. Form of the scale used is Likert scale. Hypothesis testing is done by using multiple regression of analysis. The results showed that the analysis results  $\text{sig } 0.000 < 0.05$ , or higher score of patience and higher score of self-esteem in a football supporter, can be a predictor of low score of aggressiveness.*

**Keywords:** *patient, self-esteem, and aggressiveness*

### Pendahuluan

Perkembangan zaman yang terus berkembang tidak menjadikan olah raga sepak bola terlupakan. Sepakbola tetap menjadi olahraga yang paling digemari diseluruh dunia. Penggemar sepakbola berasal dari berbagai kalangan, baik laki-laki maupun perempuan, anak-anak sampai dewasa, juga dari kalangan atas maupun kalangan bawah. Tidak mustahil apabila setiap pertandingan sepakbola, stadion selalu penuh sesak oleh penonton. Bahkan tidak jarang ribuan bahkan ratusan ribu penonton rela berduyun-duyun datang ke stadion untuk menyaksikan tim kesayangannya. Euforia yang dimunculkan oleh olahraga yang sudah berusia 3 abad ini ini sangatlah luar biasa. Dukungan yang diberikan oleh suporter terhadap tim kesayangannya seringkali melahirkan sikap yang berlebihan.

Hal ini menumbuhkan harapan yang berlebihan pada diri para suporter. Mereka berharap tim yang didukungnya selalu memenangkan pertandingan. Harapan-harapan ini seringkali menimbulkan sikap-sikap yang tidak logis lagi, berbagai cara dilakukan untuk melihat timnya memenangkan pertandingan. Fanatisme para suporter akan melahirkan gesekan-gesekan antar suporter yang berbeda.

Gesekan-gesekan ini membawa konsekuensi lahirnya kekerasan (tawuran) antar suporter. "Indonesia merupakan negara dengan jumlah suporter sepak bola di dunia", begitulah kata beberapa portal berita tanah air. Data menunjukkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan: 54% penduduknya sangat gemar dengan sepak bola. 201.690.000 penduduknya serempak melihat World Cup 2010. 168.000.000 fans liga lokal, mulai dari liga utama hingga liga yang tidak pernah "masuk televisi". (PanditFootball.com. 2016).

Berdasarkan fakta tersebut, media online dan cetak Indonesia malah cenderung memuat kabar buruk tentang pendukung sepak bola. Banyak terjadi kerusuhan setelah pertandingan berlangsung seperti tawuran antar supporter. Suporter yang tawuran akibat perilaku agresifitasnya seringkali menimbulkan banyak korban keprihatinan tersendiri dikalangan orang-orang yang berkecimpung dalam sepakbola.

Suporter sepakbola boleh dikatakan hanya memiliki dua pilihan mutlak yaitu menjadi suporter yang baik dengan memberikan dukungan moril saja seperti tepuk tangan dan yel-yel khas mereka atau menjadi suporter yang fanatik, yang hanya memikirkan kemenangan tanpa peduli terhadap keamanan dan ketertiban umum bila tim kesayangan mereka mengalami kekalahan. Suporter yang saling tawur dalam suatu pertandingan sepakbola sudah sering kita lihat dan seakan-akan sudah menjadi satu pemandangan yang biasa. Bahkan sepanjang kompetisi, kerusuhan antar supporter yang jika dirata-ratakan hampir setiap tiga pertandingan terjadi satu kerusuhan. Hal tersebut masih saja terjadi hingga saat ini.

Kemunculan agresi secara tipikal didefinisikan oleh para psikolog sebagai bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau merugikan seseorang yang bertentangan dengan kemauan orang tersebut. Ketika pihak yang dirugikan menghendaki hal tersebut terjadi, agresi melibatkan setiap bentuk penyiksaan termasuk penyiksaan psikologis atau emosional seperti menakut-nakuti, serta memermalukan atau mengancam seseorang merupakan tindakan agresi.

Agresivitas adalah bentuk tingkah laku kekerasan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang bertujuan untuk menyakiti orang lain atau kelompok lain baik secara psikologis atau emosional oleh karena itu supporter sepakbola cenderung memiliki agresivitas yang tinggi jika dilihat dari fenomena yang sering terjadi karena supporter merasa harga dirinya rendah ketika mengalami kekalahan saat bertanding dan memicu timbulnya perilaku agresif dikarenakan kurangnya kesabaran dalam menghadapi situasi kekalahan atau tidak bisa menerima hasil yang tidak diinginkan saat pertandingan. Menurut Imam al-Ghazali (Rifai, 1993) hakekat sabar ialah “Tahan menderita gangguan dan tahan menderita ketidaksenangan orang lain kepada kita”. Siapa yang mengeluh dari buruknya kelakuan orang lain kepada kita, berarti ia tidak sabar, karena budi pekerti yang baik (akhlaqul karimah) ialah sanggup menderita yang tidak disenangi. Tahan menderita musibah namanya sabar; lawannya gelisah. Dapat menahan diri ketika mendapat kekayaan namanya mampu menguasai diri; lawannya membanggakan diri. Tahan menghadapi serangan lawan, namanya berani; lawannya penakut. Tahan menahan diri dari hidup berlebihan namanya zuhud; lawannya rakus. Tahan menerima sedikit namanya qana’ah (rela dengan apa yang ada); lawannya tamak.

Seperti dalam Al-Qur’an Surat Muhammad ayat 31 dijelaskan mengenai sabar yaitu:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّىٰ نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَنَبْلُوَ أَخْبَارَكُمْ

Artinya: “Dan sesungguhnya kami benar-benar akan menguji sehingga kami mengetahui orang yang benar-benar berjihad dan bersabar diantara kamu dan akan kami uji perihal kamu”(QS.Muhammad :31).

Selain dari ayat di atas, terdapat juga ayat yang menjelaskan mengenai kesabaran yaitu:

وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ

Artinya: “Tetapi barangsiapa bersabar dan memaafkan , sungguh yang demikian itu termasuk perbuatan yang mulia.”(QS.Asy Syuura: 43)

Berdasarkan pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap manusia membutuhkan kesabaran untuk dapat mengendalikan segala perilaku maupun dorongan-dorongan dalam dirinya dan manusia juga harus memiliki harga diri untuk dapat menjaga kehormatan dan kemuliaan agar terhindar dari hal-hal yang merugikan. Dengan adanya sabar dan harga diri yang tinggi, manusia akan dapat mengendalikan perilaku dalam kehidupannya yang menunjukkan impuls-impuls agresivitas dimana manusia tersebut tidak bisa menerima keadaan dirinya sehingga manusia tersebut melampiaskan ke lingkungan sosial dengan melakukan kekerasan yang mampu merugikan orang lain. Berdasarkan teori yang telah diuraikan diatas, maka penulis mengajukan hipotesis adanya hubungan antara sabar dan harga diri dengan agresivitas pada *supporter* bola.

## **Metode Penelitian**

### **Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Data yang akan dikumpulkan berupa data kuantitatif atau data yang dapat dikuantifikasikan, dan dapat diolah melalui teknik statistik (Yusuf, 2005). Desain penelitian ini adalah kuantitatif korelasional, yaitu upaya untuk menerangkan atau meramalkan suatu kejadian (Yusuf, 2005). Pada penelitian ini ingin melihat hubungan sabar dan *self-esteem* dengan agresivitas pada para *supporter* bola.

### **Subjek Penelitian**

Subyek penelitian ini adalah *supporter* bola di Indonesia. Peneliti menggunakan *snowball*, yaitu pengambilan sampel yang mula-mulanya kecil tapi semakin lama semakin besar atau semakin banyak, atau sampel memilih teman-temannya untuk dijadikan sampel selanjutnya (Sugiyono, 2001). Subjek pada penelitian ini adalah 102 *supporter* bola yang tersebar diseluruh Indonesia.

### **Variabel dan Instrumen Penelitian**

Penelitian ini menggunakan tiga variabel, yaitu kesabaran, *self-esteem*, dan agresivitas. Variabel bebas pertama (x1) pada penelitian ini adalah kesabaran, yaitu tinggi atau rendahnya kemampuan seseorang dalam menahan atau mengontrol diri dari hal-hal yang berdampak negatif dan variabel bebas kedua (x2) pada penelitian ini adalah *self-esteem*, yaitu tinggi atau rendahnya penilaian seseorang terhadap dirinya yang akan berpengaruh pada bagaimana individu bertindak. Variabel terikat pada penelitian ini adalah agresivitas, yaitu tinggi atau rendahnya keinginan untuk menyakiti dirinya sendiri maupun orang lain baik secara verbal maupun non-verbal.

Metode pengambilan data pada penelitian ini menggunakan skala, yaitu skala kesabaran, skala *self-esteem*, dan skala agresivitas. Skala kesabaran pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek kesabaran Al-Jauziyah (2006) yaitu mampu menahan diri dari syahwat perut dan kemaluan, mampu menguasai diri untuk tidak mengatakan apa saja yang seharusnya tidak dikatakan, mampu menahan diri dari berbagai kelebihan dunia dan sanggup menyepelkannya, mampu menjaga diri dari dorongan nafsu kemarahan, mampu menahan diri untuk tidak tergesa-gesa dalam melakukan sesuatu, mampu membendung segala dorongan untuk lari dari kabur dan mampu menguasai diri untuk tidak berlaku malas (Sasmiarsi, 2012). Pengukuran kesabaran menggunakan skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu SL (Selalu), SR (Sering), KK (Kadang-Kadang), dan TP (Tidak Pernah). Skala yang digunakan untuk mengukur *self-esteem*, menggunakan skala adaptasi dari *self-esteem inventory* Coopersmith (1967) dengan *cronbach alpha* sebesar 0.714 (Maria, 2014). Pengukuran *self-esteem* menggunakan skala likert dengan pilihan 4 jawaban yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), KS (Kurang Sesuai), dan TS (Tidak Sesuai). Sedangkan pada agresivitas, skala yang digunakan merujuk pada aspek-aspek agresivitas dari Buss (Dayakisni dan Hudaniah, 2009) yaitu agresif fisik aktif langsung, agresif fisik aktif tidak langsung, agresif verbal aktif langsung, agresif verbal aktif tidak langsung, agresif verbal pasif langsung, dan agresif verbal pasif tidak langsung menunjukkan *Cronbach Alpha* 0.911 (Harlambang, 2013). Pengukuran menggunakan skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu SS (sangat setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

## Hasil Penelitian

Uji asumsi pertama yang dilakukan adalah uji normalitas. Model regresi yang baik adalah distribusi data normal atau mendekati normal. Hasil yang diperoleh dari variabel sabar menunjukkan nilai signifikansi  $p$   $0,185 > 0,05$ , variabel *self-esteem* dengan signifikansi  $p$   $0,214 > 0,05$  dan variabel agresifitas dengan nilai signifikansi  $p$ ,  $0,269 > 0,05$  yang berarti bahwa data terdistribusi normal.

Kedua yaitu uji multikolinearitas diperoleh nilai *tolerance* pada sabar sebesar  $0,999 > 0,1$  dan nilai VIF sebesar  $1,001 < 10$  dan variabel *self-esteem* dengan nilai *tolerance* pada variabel insentif

sebesar 0,999 dan nilai VIF sebesar  $1,001 < 10$  yang berarti bahwa data tersebut tidak mengalami multi kolinearitas karena model regresi yang baik seharusnya tidak terjai korelasi diantara variabel independen.

Kemudian uji heterokedastisitas. Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi terjadi ketidaksamaan varians residual dari satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Hasil yang diperoleh signifikasi dengan nilai sebesar 0.000 atau  $p < 0,05$  yang artinya tidak mengalami heteroskedastisitas.

Yang terakhir adalah uji hipotesis. Dari pengolahan data diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.000 atau  $p < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa sabar dan harga diri memiliki hubungan yang signifikan dengan agresivitas seseorang. Dapat dilihat juga bahwa nilai signifikan (*P value*) sebesar 0.002 yang lebih kecil dari 0.05 yang menandakan bahwa adanya hubungan yang signifikan sabar dengan agresivitas seseorang. Kemudian pada variabel *self-esteem* diperoleh sig sebesar 0.000 yang berarti bahwa adanya juga hubungan yang signifikan dengan agresivitas seseorang.

## **Pembahasan**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesabaran dan harga diri bisa menjadi prediktor tinggi atau rendahnya agresivitas seseorang. Hasil statistik menunjukkan bahwa dari pengolahan data diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.000 atau  $p < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa sabar dan harga diri dapat berpengaruh terhadap agresivitas seseorang. Dapat dilihat juga bahwa nilai signifikasn (*P value*) sebesar 0.002 yang lebih kecil dari 0.05 yang menandakan bahwa adanya hubungan sabar dengan agresivitas seseorang. Kemudian pada variabel *self-esteem* diperoleh sig sebesar 0.000 yang berarti bahwa adanya hubungan *self-esteem* dengan agresivitas seseorang.

Hasil dari analisis data ini dapat dikaitkan dengan teori yang diungkapkan oleh Myers (Lubis, 2012) harga diri merupakan evaluasi diri seseorang secara keseluruhan. Sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif dan negative. Harga diri merupakan sebuah evaluasi yang dibuat oleh seseorang berkaitan dengan dirinya sendiri. Bahkan Krahe (2005) menyatakan rendahnya harga diri akan memicu perilaku agresif, perasaan negative mengenai diri akan membuat seseorang lebih memungkinkan melakukan penyerangan terhadap orang lain. Hasil tersebut diperkuat kembali dengan teori yang diungkap oleh Partuwido (Hidayah, 2005) bahwa sikap yang ditunjukkan akibat kesabaran diri akan membuat individu mudah bergaul, dengan rasa aman dan damai tanpa kekerasan.

Sabar merupakan aspek penting yang dimiliki oleh manusia. Setiap manusia membutuhkan sabar sebagai pengendali dari segala dorongan-dorongan termasuk dorongan hawa nafsu. Hal ini diperkuat dengan pendapat dari Imam Al-Ghazali (Ilyas, 2001) bahwa sabar merupakan ciri khas

dari manusia, binatang tidak memerlukan sabar karena binatang diciptakan tunduk pada hawa nafsu, sedangkan malaikat juga tidak memerlukan sifat sabar karena memang tidak ada hawa nafsu yang harus dihadapi.

Seperti yang dijelaskan oleh Al Jauziyah orang-orang sabar memiliki ciri-ciri seperti mampu mengendalikan diri mereka untuk tidak mengatakan apapun dan mereka memiliki pengendalian diri lebih dan tidak mudah emosi. Orang yang sabar mampu menjaga diri mereka dari kemarahan, mereka dapat menghadapi masalah dengan tenang, dan kemudian mereka lebih mudah menghindari kecemasan kemudian orang-orang yang sabar juga tidak akan melakukan sesuatu dengan terburu-buru, dan mereka dapat melakukan apapun dengan lega.

Kemudian dalam kehidupannya orang yang memiliki kesabaran yang tinggi maka mereka akan keberanian untuk menghadapi masalah, sehingga orang-orang yang sabar tidak akan menghindari kesulitan, tetapi menghadapi segala sesuatu dengan penuh percaya diri dan tetap tenang. mereka tidak akan khawatir tentang apa pun yang terjadi. mereka mampu mengendalikan diri untuk menghindari kemalasan, oleh karena itu mereka bisa melakukan sesuatu dengan jelas dan tidak mudah terpengaruh oleh hal-hal negative. Dan yang paling penting orang yang memiliki kesabaran akan mampu menjaga dirinya dari berbagai kenikmatan dunia, oleh karena itu mereka dapat dengan mudah menerima apapun yang mereka miliki. mereka tidak khawatir ketika mereka memiliki hal-hal yang tidak baik.

Selain sabar, manusia juga harus memiliki harga diri untuk pemenuhan atas kebutuhan yang lebih tinggi. Hal ini diperkuat dengan pendapat dari Maslow (Alwisol, 2005) bahwa harga diri merupakan suatu kebutuhan manusia yang membutuhkan pemenuhan atas kebutuhan tersebut untuk tingkat kebutuhan yang lebih tinggi.

*Self-esteem* atau harga diri seseorang yang tinggi ditunjukkan dengan tindakan yang asertif atau tegas, mandiri serta kreatif. Mereka yang memiliki *self-esteem* yang tinggi memiliki kepuasan terhadap kemampuan yang mereka miliki, mampu menyesuaikan diri dan merespon pada lingkungan sosial. *Self-esteem* tinggi cenderung menyukai peran aktif dalam kelompok sosial sehingga dapat mengekspresikan pemikirannya secara efektif, tidak memiliki rasa takut akan hal-hal yang tidak sesuai dengan dirinya dan cenderung mampu menyelesaikan permasalahan.

Sebaliknya jika *self-esteem* rendah maka ditunjukkan dengan kurangnya kepercayaan diri mengenai hal-hal ataupun kemampuan yang dimilikinya sehingga dapat menghambat mereka untuk dapat mengekspresikan diri melalui lingkungan sosial. Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung sulit melawan tekanan untuk menyesuaikan diri, kurang mampu menerima dirinya, dan membenci dirinya. *Self-esteem* rendah cenderung memiliki kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang memiliki *self-esteem* yang tinggi (Coopersmith, 1967).

Seseorang yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung sulit untuk menyesuaikan diri, kurang mampu menerima dirinya dan membenci dirinya. Selain itu jika *self-esteem* rendah cenderung memiliki bahagia dan depresi, menunjukkan impuls-impuls agresivitas yang besar, mudah marah dan dendam karena adanya ketidakpuasan terhadap kehidupan mereka (Baumeister dkk, 2003). Sedangkan menurut Worchel (Dayakisni dan Hudainah, 2006) menjelaskan bahwa harga diri adalah komponen evaluative dari konsep diri yang dibuat dan dipertahankan oleh individu yang terbentuk karena adanya pengalaman dalam keluarga, interaksi dengan lingkungannya, penerimaan, penghargaan dan perlakuan orang lain terhadap individu tersebut, sehingga ada penggolongan pada individu yang mempunyai harga diri tinggi, sedang dan rendah. Terkait dengan agresivitas, menurut Antasari (2006) perilaku agresif merupakan suatu tindakan yang bersifat kekerasan yang dilakukan oleh manusia terhadap sesamanya yang terkandung maksud untuk membahayakan atau mencederai orang lain.

Ada beberapa faktor yang dijelaskan oleh Lorenz yang mempengaruhi agresivitas seseorang dikarenakan tidak dapat dikendalikan dengan adanya sabar dan harga diri seperti anggapan bahwa deindividuasi dapat mengarahkan individu pada kekeluasan dalam melakukan agresi, sehingga agresi yang dilakukannya menjadi lebih intens kemudian kekuasaan dan Kepatuhan. Kepatuhan (*compliance*) merupakan salah satu aspek penunjang kekuasaan yang diduga memiliki pengaruh yang kuat terhadap kecenderungan dan intensitas agresi individu. Milgram (Dayakisni dan Hudaniah, 2009) dari eksperimennya dia mencatat bahwa kepatuhan individu terhadap otoritas atau penguasa mengarahkan individu tersebut kepada agresi yang lebih intens, karena di dalam posisi kepatuhan individu kehilangan tanggung jawab atas tindakan yang mereka lakukan dan melatakan kesalahan tersebut pada penguasa.

Mayer juga mengatakan bahwa provokasi juga dianggap menjadi salah satu faktor yang dapat memicu terjadinya agresi, karena provokasi dapat diartikan sebagai suatu ancaman yang harus dihadapi dengan respon agresif untuk meniadakan bahaya yang diisyaratkan oleh ancaman itu (Dayakisni dan Hudaniah, 2009).

Dan rendahnya kesadaran diri seseorang dapat menyebabkan hambatan untuk mengurangi agresi menjadi berkurang. Rendahnya kesadaran diri publik maupun rendahnya kesadaran diri pribadi dapat meningkatkan kesempatan terjadinya perilaku agresi, hal itu disebabkan karena kendali yang dipusatkan pada agresi melemah. Dan yang terlihat pada Supporter Sepak Bola adalah adanya *Culture of honor* yaitu nilai kultur yang menekankan berlebihan atas dasar kejantanan, ketangguhan, kesediaan serta kemampuan untuk membalas kesalahan atau hinaan dari orang lain demi mempertahankan kehormatan. (Dayakisni dan Hudaniah, 2009).



Hal ini menyebabkan sensitivitas terhadap hinaan atau ancaman yang mengarah pada kehormatan diri menjadi tinggi, sehingga membangkitkan suatu keharusan untuk merespon dengan tindakan kekerasan untuk melindungi atau memantapkan kembali kehormatannya.

Berdasarkan paparan diatas maka agresifitas dapat terjadi dengan beberapa faktor jika tidak dikendalikan dengan adanya kesabaran dan harga diri seseorang. Seperti dalam Al Qur'an telah Allah katakan bahwa Sabar dan shalat akan menjadi penolong setiap hamba, karena di dalam Al Qur'an telah melarang manusia saling menyakiti satu sama lain.

## Daftar Pustaka

- Al-Hufy, A.M. (1978). *Akhlak Nabi Muhammad SAW. (Keseluruhan dan Kemuliaannya)*. Jakarta: Bulan Bintang
- Al-Jailani, A.Q. (2007). *Menjadi Kekasih Allah*. Yogyakarta: Citra Media
- Al-Jauziyyah, I.Q. (2004). *Miskin Bersabar atautkah Kaya Bersyukur?*. Yogyakarta: Daar Al Kitab Al-Arabiy
- Al-Jauziyyah, I.Q. (2006). *Kemuliaan Sabar dan Keagungan Syukur*. Yogyakarta : Mitra Pustaka.
- Alwisol. (2005). *Psikologi Kepribadian* (Ed. Revisi). Malang: UMM Press.
- Antasari. (2006). *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*. Yogyakarta: Kanisius
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, S. 2010. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumeister, R.F., Campbell, J.D., Krueger, J.I., dan Vohs, K.D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 1-44.
- Buss, Arnold H dan Perry, Mark. 1992. The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 63, no.3, 452-459. America Psychological Association
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W. H. Freeman & Co.
- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108, 593–623
- Dayakisni, T dan Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press
- Faturochman. 2006. *Pengantar Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Penerbit Pinus
- Hadi, S. 2004. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset
- Hidayah, Rifa. (2005). Urgensi Agama Dalam Upaya Penanggulangan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikoislamika*. Vol 2(2): 184-192
- Hidayati, N. & Deramawan, A. (2007). Sabar Dalam Al-Qur'an Menurut Yusuf Al-Qordhowi. *Perpustakaan Digital UIN Sunan Kalijaga*

- Ilyas, Y. (2001). *Kuliah Akhlaq*. Yogyakarta: Lembaga Pengkajian dan Pengalaman Islam (LPPI)
- Jazuli, A.S. (2006). *Kehidupan dalam Pandangan Al-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Krahe, B. (2005). *Perilaku Agresif*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Khalid, A.M. (2003). *Sabar dan Bahagi*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta
- Maria, Nelly. (2014). *Studi Deskriptif Mengenai Derajat Self-Esteem Pada Remaja Wanita Overweight Yang Melakukan Kegiatan Fitness di Pusat Kebugaran Kota Bandung*. Thesis, Program Pascasarjana Universitas Kristen Maranatha.
- Masyhur, K. (1987). *Membina Moral dan Akhlak*. Jakarta: Kalam Mulia
- Nurmaliyah, L. 1995. *Persepsi Terhadap Suasana Rumah, Kelompok Teman Sebaya dan Kecenderungan Perilaku Agresif Pada Remaja Penyalahgunaan narkotika*. Skripsi. Psikologi UGM Yogyakarta
- Prabowo, H. & B.P. Dwi Riyanti. (1998). *Psikologiumum 2*. Jakarta: Universitas Gunadarma
- Priyatno, D. 2012. *Belajar Cepat Olah Data Statistik dengan SPSS*. Yogyakarta: Andi Offset
- Quthb, S. (2002). *Tafsir fi zhilalil-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Rifai, H.M. (1993). *Pembina Pribadi Musli*. Semarang: CV.Wicaksana
- Rumiani & Uyun, Q. (2012) Sabar Dan Shalat Sebagai Model Untuk Meningkatkan Resiliensi Di Daerah Bencana, Yogyakarta. *Jurnal Intervensi Psikologi, Vol 4 No 2*
- Sarwono, Sarlito W (1999). *Psikologi Sosial: Individu dan Teori-Teori Psikologi Sosial*. Edisi 3. Jakarta: Balai Pustaka. 2002
- Subandi. (2011). Sabar: Sebuah Konsep Psikologi. *Jurnal Psikologi, Volume 38 no 2*
- Sugiyono, 2011. *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Yasin, A.H. (2012). *Dasyatnya Sabar (Mengelola Hati untuk Meraih Prestasi)*. Jakarta: Qultum Media