Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia **Volume 3 No 02, Juni 2025**
E-ISSN: 3031-9897 Hal.: 127 - 137
Website: https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa

Hubungan antara Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial dengan Agresivitas Verbal pada Gen Z

Maria Shevanda Christiani Putriyogatama
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Sahat Saragih
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Yanto Prasetyo
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
E-mail: shevandamaria15@gmail.com

Abstract

This research aims to examine the relationship between emotional regulation, social support, and verbal aggressiveness in generation Z students, especially at the Faculty of Psychology, University of 17 August 1945 Surabaya Class of 2021. A total of 283 respondents were involved through a questionnaire distributed using Google Form within a period of one month. Using multiple linear regression analysis, this study proposed three hypotheses, all of which were rejected. The results showed that emotional regulation and social support together only made a minimal contribution (0.6%) to verbal aggressiveness. The F test and t test showed that there was no significant relationship between emotional regulation and verbal aggressiveness, and social support and verbal aggressiveness. These findings indicate that verbal aggressiveness is more influenced by other factors, such as personality, communication patterns, and social environment, which were not measured in this study.

Keywords: *Emotion Regulation, Social Support, Verbal Aggression, Gen Z*

Abstrak

Penelitian yang dilaksanakan bermaksud didalam menguji hubungan antara regulasi emosi, dukungan sosial, dan agresivitas verbal pada mahasiswa generasi Z, khususnya di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Angkatan 2021. Sebanyak 283 responden dilibatkan melalui kuisioner yang disebarkan menggunakan Google Form dalam kurun waktu satu bulan. Melalui penerapan analisis regresi linier berganda, penelitian ini mengajukan tiga asumsi yang semuanya ditolak. Temuan penelitian menunjukkan bahwasanya regulasi emosi serta dukungan sosial bersamaan hanya memberi kontribusi minimal (0,6%) terhadap agresivitas verbal. Uji F dan uji t menunjukkan tidak ditemukan hubungan signifikan antara regulasi emosi dengan agresivitas verbal, serta dukungan sosial dengan agresivitas verbal. Temuan ini menunjukkan bahwa agresivitas verbal lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya, diantaranya kepribadian, pola komunikasi, dan lingkungan sosial, yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Kata kunci: *Regulasi Emosi, Dukungan Sosial, Agresivitas Verbal, Gen Z*

Pendahuluan

Pada generasi Z fenomena ini sering terjadi sebab generasi Z saat ini sedang memasuki masa remaja akhir yang mana didalam teori perkembangan Erikson (1950), masa remaja ialah tahap yang sangat krusial dalam pembentukan identitas individu. Interaksi sosial, terutama dengan individu lain yang dekat dengan individu tersebut, sangat mempengaruhi proses perkembangan identitas pada tahap ini. Dari Pew Research Institute (Dimock,2019), generasi Z, juga dikenal sebagai gen Z, ialah generasi yang tumbuh diantara tahun 1997 hingga 2012. Generasi Z berusia diantara 12 dan 27 tahun. Masa remaja ialah tahap dalam kehidupan manusia yang berfungsi sebagai jembatan diantara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Berlandaskan pendapat Hurlock (1991), remaja secara khusus berada dalam rentang usia 13 hingga 18 tahun. Papalia et al. (2009) menjelaskan bahwasanya masa remaja ialah periode di mana interaksi dengan teman sebaya meningkat signifikan. Remaja ialah kelompok yang rentan terhadap perilaku buruk, seperti kemarahan yang berlebihan dan perilaku antisosial. Tingkah laku ini berpotensi memberikan dampak buruk bagi kesejahteraan mental dan fisik individu (Kellner & Byrne, 1999). Salah satu jenis kenakalan remaja yang sering dianggap sebagai agresif membutuhkan perhatian dan pengendalian bersama dari orang tua, guru, dan komunitas (Anantasari, 2007). Interaksi sosial sangat penting untuk perkembangan psikologis remaja, tetapi Rifauddin (2016) mengindikasi bahwasanya faktor lingkungan luar dapat memberi pengaruh besar terhadap remaja dengan kondisi psikologis yang tidak stabil (Riswanto & Marsinun, 2020).

Saat ini, agresivitas verbal menjadi fokus utama dalam studi ataupun penelitian psikologi sebab dampaknya yang signifikan dan sensitivitas masyarakat terhadap agresivitas verbal tersebut. Agresivitas verbal sering kali muncul akibat pengaruh bahasa yang dipelajari dari lingkungan sosial dan keluarga. Terlebih di era digital, agresivitas verbal secara terbuka sering diarahkan kepada individu lain yang tidak disukai oleh individu tertentu. Fenomena ini menjadi topik yang menarik untuk dibahas dan penting untuk diambil langkah-langkah agar penggunaan bahasa yang mengarah pada agresivitas verbal dapat dikurangi. Bentuk dari agresivitas verbal ialah menerapkan kata-kata kasar, membentak, memaki, memarahi, dan mengancam individu. Laporan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) diantara tahun 2011 sampai 2018 mengindikasi bahwasanya mencatat 176 kasus pengaduan kekerasan di Indonesia, yang ialah jumlah korban kekerasan yang signifikan. Namun, angka tersebut hanya mencakup kasus yang terlaporkan. Banyak kasus kekerasan di masyarakat yang tidak tercatat sebab korban enggan untuk melapor dan hanya bisa pasrah dalam menerima keadaan. Pernyataan informasi yang dipublikasikan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) di tahun 2023 dari Januari hingga September 2023 mengindikasi 19.593 kasus kekerasan di Indonesia, dengan 7.451 diantaranya terjadi pada remaja berusia 13 hingga 17 tahun (KPPPA, 2023).

Jikalau individu terus-menerus mengalami agresivitas verbal, hal ini dapat menyebabkan perubahan perilaku serta merusak konsep diri tiap individu. Fenomena

agresivitas verbal yang banyak terjadi pada generasi Z saat ini berdampak negatif terhadap pembentukan kepribadian setiap individu. Dari Sekar (2021), agresivitas verbal memiliki pengaruh buruk yang cukup besar terhadap kondisi psikologis individu, seperti kurangnya percaya diri, menutup diri, tidak mempercayai orang lain, mudah marah, takut yang berlebihan, gangguan tidur bahkan depresi. Selain itu, ada banyak penyebab agresi verbal, baik yang muncul dari dalam diri individu ataupun yang dipengaruhi oleh lingkungan luar. Faktor internal termasuk pengetahuan, pengalaman, dan perlakuan orang tua terhadap anaknya. Faktor-faktor ini menyebabkan anak lebih cenderung meniru perilaku tersebut dan menerapkannya dalam interaksi dengan individu lain sebagai cara untuk melampiaskan apa yang pernah dialaminya. Faktor internal lebih banyak meliputi permasalahan yang terjadi dilingkungan keluarga. Sedangkan faktor eksternal mencakupi masalah ekonomi, pendidikan, usia dan pekerjaan, pengaruh media sosial, dan lingkungan sosial budaya, sehingga sering mempengaruhi perilaku individu untuk dapat melaksanakan agresivitas verbal.

Namun, penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada dua variabel saja, seperti regulasi emosi atau agresivitas verbal tanpa mempertimbangkan interaksi kedua variabel tersebut terhadap dukungan sosial. Misalnya, Ritonga (2021) meneliti hubungan regulasi emosi dengan agreisivitas verbal mahasiswa pada paguyuban masal (mahasiswa asal labuhan batu) di banda aceh, riset yang dilaksanakan selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh ikbal (2024) yang meneliti hubungan regulasi emosi terhadap perilaku agresivitas verbal siswa SMA srijaya negara palembang. Terdapat pula penelitian sebelumnya yang berfokus pada agresivitas verbal dan regulasi emosi sebagai mediator, tanpa mempertimbangkan dukungan sosial. Misalnya, Rochansyah (2022) meneliti hubungan antara religiusitas dan agresivitas verbal terhadap remaja yang bermain game online dengan regulasi emosi sebagai variabel mediator. Oleh karena itu, penelitian berikut dilakukan untuk mengisi gap tersebut dengan menggabungkan regulasi emosi, dukungan sosial, dengan agresivitas verbal, pada gen Z. Berlandaskan penjelasan di atas, tujuan dari penelitian berikut ialah untuk menentukan apakah ada korelasi diantara agresivitas verbal gen Z dan regulasi emosi dan dukungan sosial. Peneliti bermaksud untuk menggali lebih dalam mengenai topik ini, mengingat penelitian sebelumnya yang membahas secara khusus tentang gen Z masih sangat terbatas.

Metode

Penelitian yang dilaksanakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional yang bermaksud didalam menemukan kekuatan hubungan diantara tiga variabel, yaitu agresivitas verbal (Y) sebagai variabel terikat, serta regulasi emosi (X1) serta dukungan sosial (X2) sebagai variabel bebas. Variabel regulasi emosi ialah kecakapan individu didalam mengelola, memantau, serta mengendalikan reaksi emosional individu, baik secara internal ataupun eksternal, selaras pada tujuan dan konteks situasi yang dihadapi. Variabel dukungan sosial sebagai tingkat bantuan yang diterima individu, terutama ketika menghadapi situasi yang menantang, dari individu

lain yang memiliki hubungan emosional dekat dengannya. Sedangkan agresivitas verbal ditunjukkan dengan penggunaan kata-kata ataupun pernyataan yang bertujuan untuk menyakiti, merendahkan, ataupun menyerang individu lain secara emosional dikenal sebagai agresi verbal.

Populasi penelitian ini adalah gen z, mahasiswa aktif angkatan 2021 di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Sampel penelitian berikut menerapkan data keseluruhan populasi Universitas 17 Agustus 1945. Data ini diakumulasikan melalui metode pengumpulan data dari 283 mahasiswa aktif angkatan 2021. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang terdapat tiga skala, yakni skala regulasi emosi, skala dukungan sosial, dan skala agresivitas verbal. Skala regulasi emosi berkembang dilandaskan pada teori Gross dan Thompson, 2007 dimana menggunakan instrumen dalam *The Emotional Regulation Questionnaire* (ERQ) dan aitem yang berjumlah 10 aitem. Skala dukungan sosial dikembangkan berdasarkan teori Zimet et al. (1988) dengan menambahkan teori Sarafino (1994) dimana memanfaatkan instrumen *Multidimentional Scale Of Perceived Social Scale* (MPSS) dan aitem yang berjumlah 12 aitem. Skala agresivitas verbal menggunakan teori dari Infante dan Wigley (1986) yang disesuaikan kedalam Bahasa Indonesia oleh (Fajri, 2021) dengan menggunakan instrumen *Verbal Aggressiveness Scale* (VAS). Semua skala diukur menggunakan skala Likert untuk menilai tingkat persetujuan terhadap setiap pernyataan. Analisa data dilaksanakan dengan menerapkan *software* SPSS versi 30.0. Desain penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan menerapkan metode analisis yang berupa regresi linier berganda.

Hasil

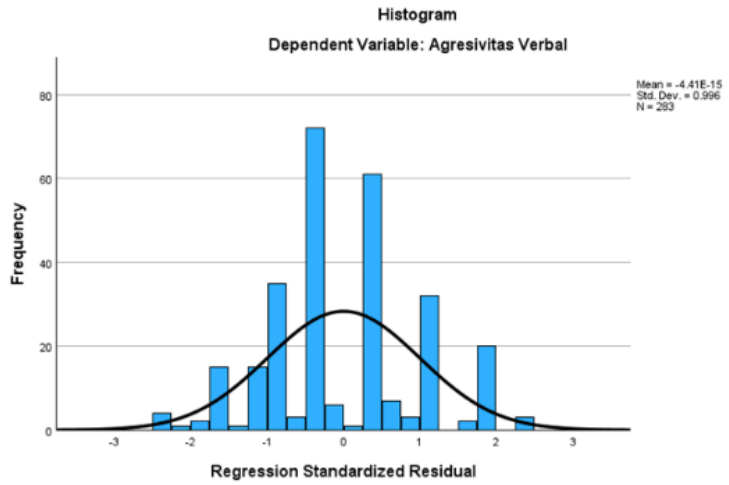
Tabel 1. Data demografi

Variabel	N=283	Persentase
Usia		
20	27	9,5%
21	247	87%
22	3	1,5%
23	3	1%
24	3	1%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	100	35%
Perempuan	183	65%
Asal Daerah		
Jawa Timur	174	61%
Jawa Tengah	7	2,5%
Jawa Barat	24	8,5%
Jakarta	43	15%
NTT	19	7%
NTB	16	6%

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional dengan variabel regulasi emosi (X1), dukungan sosial (X2), dan agresivitas verbal (Y). Untuk memastikan kelayakan data dalam analisis, dilaksanakan uji asumsi klasik yang diantaranya uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas, yang dianalisis menerapkan program IBM SPSS versi 30.0.

Berdasarkan temuan uji normalitas melihat histogram dengan bantuan SPSS versi 30.0, histogram mengindikasi bahwasanya data memiliki pola yang mendekati simetris dengan puncak di tengah, menyerupai distribusi normal.

Gambar 1. Hasil Uji Normalitas



Sumber : SPSS Versi 30.0

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

Variabel	*Deviation From Linearity*		
	F	**Sig.**	**Keterangan**
Regulasi Emosi – Agrevitas Verbal	1,560	0,097	Linier
Dukungan Sosial – Agresivitas Verbal	0,849	0,582	Linier

Sumber : SPSS Versi 30.0

Berlandaskan temuan uji linieritas yang dilaksanakan pada variabel variabel regulasi emosi dengan agresivitas verbal diperoleh signifikansinya senilai 0,097 ($p<0.05$), hingga bisa diambil kesimpulan bahwasannya hubungan antara variabel regulasi emosi dengan agresivitas verbal bersifat linier.

Adapun temuan uji linieritas hubungan antara variabel dukungan sosial dengan agresivitas verbal didapat signifikansinya senilai 0,582 ($p<0.05$), hingga bisa disimpulkan bahwasannya hubungan antara variabel dukungan sosial dengan agresivitas verbal bersifat linier.

Tabel 3. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	*Collinearity Statistics*	
	Tollerance	***VIF***
Regulasi Emosi – Dukungan Sosial	0,789	1,268

Sumber : SPSS Versi 30.0

Temuan uji multikolinieritas diantara variabel X1 (Regulasi Emosi) serta X2 (Dukungan Sosial) didapat nilai tolerancenya= 0,789 p> 0,10 serta nilai VIFnya= 1,268 p< 10,00. Maknanya tidak ditemukan multikolinieritas ataupun interkorelasi diantara variabel X1 (Regulasi Emosi) serta X2 (Dukungan Sosial).

Tabel 4. Hasil Uji Heteroskedastitas

Variabel	***Correlations*** **Sig. (2-tailed)**
Regulasi Emosi	0,136
Dukungan Sosial	0,580

Sumber : *Output Statistic Program SPSS 30.0*

Hasil uji Heteroskedastisitas terhadap variabel regulasi emosi diperoleh signifikansi senilai 0,136 (p<0,05). Maknanya ditemukan ketidaksamaan variasi model / Heteroskedastisitas. Dimana temuan uji Heteroskedastisitas pada variabel dukungan sosial didapat signifikansinya senilai 0,580 (p<0,05). Maknanya ditemukan ketidaksamaan variasi model / Heteroskedastisitas.

Tabel 5. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Variabel	R-square	Keterangan
Agresivitas Verbal	0,006	Lemah

Sumber : *Output Statistic Program SPSS 30.0*

Berlandaskan temuan analisa koefisien determinasi mengindikasi bahwasanya dampak simultan diantara variabel regulasi emosi (X1) serta dukungan sosial (X2) terhadap agresivitas verbal (Y) menghasilkan nilai R-squarenya senilai 0,6%, yang tergolong rendah. Ini diartikan bahwasanya kombinasi dari regulasi emosi dan dukungan sosial hanya mampu menjelaskan 0,6% variasi dalam agresivitas verbal, sementara lebihnya senilai 99,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dianalisis didalam penelitian yang dilaksanakan.

Tabel 6. Hasil Uji Simultan (Uji F)

Variabel	F	Sig.
Agresivitas Verbal	0,862	0,424

Sumber : *Output Statistic Program SPSS 30.0*

Berdasarkan temuan uji F menunjukkan nilai senilai 0,862 dengan tingkat signifikansinya 0,424 (p > 0,05), yang mengindikasi bahwasanya tidak ditemukan hubungan signifikan antara variabel regulasi emosi (X1) serta dukungan sosial (X2) terhadap agresivitas verbal (Y). Oleh sebab itu, hipotesis pertama yang menegaskan adanya hubungan negatif diantara X1, X2, dan Y ditolak, karena tidak signifikan.

Tabel 7. Hasil Uji Parsial (Uji t)

Variabel	t	P	Keterangan
Regulasi Emosi	-0,151	0,880	Tidak Signifikan
Dukungan Sosial	-1,089	0,277	Tidak Signifikan

Sumber : *Output Statistic Program SPSS 30.0*

Berlandaskan temuan dari uji korelasi parsial menunjukkan bahwa regulasi emosi mempunyai nilai t senilai -0,151 dimana tingkat signifikansinya senilai 0,880 (p > 0,05). Oleh sebab itu, hipotesis kedua yang menegaskan bahwasanya regulasi emosi memiliki hubungan negatif dengan agresivitas verbal ditolak, karena tidak signifikan.

Di sisi lain, uji korelasi parsial untuk dukungan sosial mengindikasi nilai t senilai -1,089 dimana signifikansinya senilai 0,277 (p > 0,05). Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial tidak berperan sebagai prediktor untuk agresivitas verbal. Dengan demikian, hipotesis ketiga yang menegaskan ditemukannya hubungan negatif antara dukungan sosial serta agresivitas verbal ditolak, karena tidak signifikan.

Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 283 responden mahasiswa aktif Angkatan 2021 Fakultas Psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dalam waktu kurang lebih 1 bulan dengan menerapkan alat bantu Google Form untuk menyebarkan kuisioner. Skor jawaban dari responden dilaksanakan analisis didalam melihat temuan dari penelitian terkait hipotesis yang diajukan berjumlah 3 hipotesis.

Maksud daripada penelitian yang dilaksanakan didalam mengkaji hubungan antara regulasi emosi, dukungan sosial, dan agresivitas verbal pada generasi Z. Berdasarkan temuan analisa regresi linier berganda, hipotesis yang diajukan didalam penelitian berikut ditolak, penelitian yang dilaksanakan mengindikasi tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara regulasi emosi, dukungan sosial, dan agresivitas verbal.

Hipotesis pertama yang diajukan ditolak, hasil mengindikasi ditemukannya hubungan yang tidak signifikan antara regulasi emosi (X1), dukungan sosial (X2), dan agresivitas verbal (Y). Regulasi emosi serta dukungan sosial bersamaan menyumbang 0,6% agresivitas verbal, seperti yang diperlihatkan oleh nilai R-squarenya ($R^2 = 0,006$). Perihal berikut menunjukkan bahwasanya 99,4% agresivitas verbal dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak dimasukkan didalam penelitian berikut. Temuan uji F (F = 0,862; p = 0,424) menunjukkan bahwa regulasi emosi

serta dukungan sosial bersamaan mempengaruhi agreisivitas verbal, meskipun pada Tingkat yang sangat terbatas. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa agresivitas verbal merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya faktor internal dan eksternal. Menurut Buss dan Perry (1992), agresivitas verbal cenderung dipengaruhi oleh faktor kepribadian, seperti sifat impulsif dan kecenderungan marah, yang tidak diukur dalam penelitian ini. Selain itu, faktor lingkungan seperti pola komunikasi dalam keluarga, tekanan kerja, atau pengalaman traumatis juga diketahui memiliki kontribusi yang besar terhadap perilaku agresif (Anderson & Bushman, 2002).

Hipotesis kedua yang diajukan ditolak, hasil menunjukkan bahwa adanya hubungan antara regulasi emosi (X1) yang tidak signifikan dengan agresivitas verbal (Y). Dengan regulasi emosi (t = -0,151; p = 0,880) Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan individu dalam mengelola emosi tidak secara langsung berkaitan dengan kecenderungan individu untuk menunjukkan perilaku agresivitas verbal dalam sampel penelitian ini. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa agresivitas verbal sering kali lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, seperti lingkungan sosial, pola komunikasi, atau tekanan psikologis (Fischer & Evers, 2011). Menurut Fischer dan Evers (2011) perilaku agresif sering kali dipicu oleh provokasi eksternal atau stres interpersonal, yang mungkin tidak sepenuhnya dapat dimediasi oleh regulasi emosi.

Hipotesis ketiga yang diajukan ditolak, hasil menunjukkan adanya hubungan yang tidak signifikan antara dukungan sosial (X2) dan agresivitas verbal (Y). Dengan dukungan sosial (t = -1,089; p = 0,277). Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat dukungan sosial yang diterima individu tidak secara langsung berkaitan dengan tingkat agresivitas verbal yang ditunjukkan. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak selalu berperan langsung dalam mengurangi perilaku agresif, termasuk agresivitas verbal. Menurut Cohen dan Wills (1985), dukungan sosial cenderung memiliki efek protektif terhadap stres, tetapi pengaruhnya terhadap perilaku agresif dapat dimediasi oleh faktor lain, seperti regulasi emosi, tingkat stres individu, atau pola interaksi sosial. Artinya, keberadaan dukungan sosial saja tidak cukup untuk mencegah seseorang menunjukkan perilaku agresif secara verbal jika faktor psikologis atau situasional lainnya tidak memadai.

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara regulasi emosi, dukungan sosial, dan agresivitas verbal pada mahasiswa gen z dengan melibatkan 283 responden dari Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa semua hipotesis yang diajukan ditolak, menandakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel-variabel tersebut. Regulasi emosi dan dukungan sosial bersama-sama hanya menyumbang 0,6% dari agresivitas verbal, sedangkan 99,4% di pengaruhi oleh

faktor lain yang tidak diteliti. Temuan ini mendukung pandangan bahwa agresivitas verbal merupakan fenomena kompleks yang ditentukan oleh berbagai elemen, termasuk faktor kepribadian dan lingkungan.

Oleh karena itu, disarankan agar penelitian lebih lanjut mengeksplorasi variabel lain yang mungkin memiliki pengaruh signifikan terhadap agresivitas verbal, serta pentingnya mempertimbangkan konteks lingkungan sosial dan psikologis dalam memahami perilaku agresif. Penelitian ini berkontribusi pada pengembangan ilmu psikologi dengan memperluas pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif di kalangan gen z.

Referensi

Azwar, S. (2016). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2017). Metode penelitian Psikologi Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Amalia, M., Daud, M., & Zainuddin, K. (2021). Strategi regulasi emosi pada remaja yang memiliki orang tua overprotective. Jurnal Talenta Mahasiswa, 1(2).

Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human aggression. Annual Review of Psychology,53(1),27–51. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135231

Anderson, G. A., & Huesmann, L. R. (2003). Human aggression: A social cognitive view. In M. A. Hogg & J. Cooper (Eds.), The Sage handbook of social psychology (pp. 223-252). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Anggraini, L. N. O., & Desiningrum, D. R. (2020). Hubungan antara regulasi emosi dengan intensi agresivitas verbal instrumental pada suku Batak di Ikatan Mahasiswa Sumatera Utara Universitas Diponegoro. Jurnal Empati, 7(3), 1103-1111.

Anantasari. (2007). Menyikapi perilaku agresif anak. Yogyakarta: Kanisius.

Ardhita, D. (2023). Dinamika regulasi emosi pada remaja penari sufi di Rumah Cinta Abah Budi (Doctoral dissertation, IAIN Kudus).

Arikunto, S. (2010). Metode penelitian. Jakarta: Bumi Aksara.

Azwar, S. (2020). Metode penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Baiduri, B. N., & Widyorini, E. (2023). Regulasi emosi sebagai mediator antara insecure attachment dan perilaku agresif pada remaja. Jurnal Psikologi, 19(1), 57–66. https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.20065

Berkowitz, L. (1995). Agresi: Sebab akibat. Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo.

Brenner, E. M., & Salovey, P. (1997). Emotion regulation during childhood: Developmental, interpersonal, and individual considerations. In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Educational implications (pp. 168–195). New York: Basic Books/Harper Collins.

Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology, 63(3), 452–459. https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452

Cahyadi, A. F., Prasetyo, Y., & Farhanindya, H. H. (2024). Agresivitas verbal pada remaja: Peran konformitas dan intensitas bermain. JIWA: Jurnal Psikologi Indonesia, 2(2).

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 98(2), 310-357. https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310

Dimock, M. (2019). Defining generations: Where Millennials end and Generation Z begins. Pew Research Center. Retrieved from https://www.pewresearch.org/fact-tank/2019/01/17/where-millennials-end-and-generation-z-begins

Dvikaryani, N. K. S. H., & Jannah, M. (2020). Hubungan antara regulasi emosi dengan agresivitas atlet tinju Batalyon Artileri Pertahanan Udara Sedang 8. Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 7(3).

Erikson, E. H. (1950). Childhood and society. New York: W. W. Norton & Company, Inc.

Fajri, F. A. (2021). Hubungan antara intensitas melihat konten negatif dengan agresivitas verbal remaja di media sosial. Jurnal Psikologi, 12(90500120088), 77–96.

Fischer, A. H., & Evers, C. (2011). The social costs and benefits of anger as a response to injustice. Emotion Review, 3(3), 222-229. https://doi.org/10.1177/1754073911402392

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 26(1), 41–54.

Gross, J. J. (2014). Handbook of emotion regulation (2nd ed.). New York: Guilford Press.

Gross, R. (2013). Psychology: The science of mind and behavior (6th ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), Handbook of emotion regulation (pp. 3–24). New York: Guilford Press.

Hurlock, E. B. (1991). Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Infante, D. A., & Wigley, C. J. (1986). Verbal aggressiveness: An interpersonal model and measure. Communication Monographs, 53(1), 61–69. https://doi.org/10.1080/03637758609376126

Jadmiko, R. S., & Damariswara, R. (2022). Analisis bahasa kasar yang ditirukan anak remaja dari media sosial TikTok di Desa Mojoarum Kecamatan Gondang Kabupaten Tulungagung. Stilistika: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra, 15(2), 227-238.

Kuntjoro, D. (2002, Mei 14). Dukungan sosial terhadap lansia. E-psikologi.com. Retrieved from http://www.e-psikologi.com

Maharani, F. F. (2023). Hubungan antara kematangan emosi dengan agresivitas verbal pada pengguna aplikasi TikTok. Doctoral dissertation, Universitas Islam Indonesia.

Maharani, S. E. (2023). Hubungan antara regulasi emosi dengan agresivitas anggota TNI-AD Batalyon Kavaleri 9/SDK. Jurnal Kesehatan Mental Indonesia, 2(1), 17-26.

Muhammad, I. (2024). Hubungan regulasi emosi terhadap perilaku agresivitas verbal siswa SMA Srijaya Negara Palembang. Bachelor's thesis, Universitas Sriwijaya.

Papalia, E. D., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). Human development (11th ed.). New York: McGraw-Hill.

Prabowo, M. W. (2017). Pengaruh dukungan sosial terhadap agresivitas pada peserta didik program paket B pusat kegiatan belajar masyarakat negeri 33 Malaka. Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta.

Ryanti, A. F. (2024). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan tingkat depresi pada narapidana di Lapas Kelas I Semarang. Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Sarafino, E. P. (2006). Health psychology: Biopsychosocial interactions (5th ed.). New York: John Wiley & Sons.

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). Health psychology: Biopsychosocial interactions (7th ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

Sekar, P. R. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi agresivitas remaja. Psyche 165 Journal, 27-31.

Sugiyono. (2015). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: PT Alfabet.

Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. Journal of Personality Assessment, 52(1), 30-41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2