



Hubungan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Agresi Verbal pada Pasangan Suami Istri di Kota Kupang

Ningsih *, M. K. P. Abdi Keraf, Juliana M. Y. Benu

Universitas Nusa Cendana; Kupang; Indonesia;

*E-mail Koresponden: ningsihnbk.nn@email.com

Dikirim: 1-7-2025; Direvisi: 4-7-2025; Diterima: 6-7-2025; Tersedia Online: 23-7-2025

Abstract

Domestic violence, particularly verbal aggression, remains a critical social issue, including in Fatululi Subdistrict, Kupang City. Data indicate that this area reports a high rate of divorce and domestic conflicts, with a significant portion stemming from verbal altercations. This study focuses on the relationship between emotional regulation and verbal aggression among married couples. The main objective is to determine whether emotional regulation plays a role in reducing the intensity of verbal aggression within households. The research employs a quantitative, non-experimental approach using a correlational design. Data were collected through questionnaires distributed to 164 respondents using a simple random sampling technique. The results reveal a significant negative correlation between emotional regulation and verbal aggression ($r = -0.666$, $p < 0.001$), with a contribution rate of 44.4%. This means that higher emotional regulation is associated with lower tendencies toward verbal aggression. The findings have implications for increasing public awareness regarding the importance of emotional regulation in maintaining household harmony and serve as a reference for psychosocial interventions at the community level to prevent domestic violence.

Keywords: Emotion Regulation, Verbal Aggression, Domestic Violence, Married Couples, Kupang City

Abstrak

Fenomena kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), khususnya agresi verbal, menjadi persoalan serius di masyarakat, termasuk di Kelurahan Fatululi, Kota Kupang. Data menunjukkan bahwa wilayah ini mencatat tingginya angka perceraian dan kekerasan dalam rumah tangga, yang sebagian besar disebabkan oleh pertengkaran verbal. Penelitian ini berfokus pada hubungan antara regulasi emosi dan perilaku agresi verbal pada pasangan suami istri. Tujuan utamanya adalah untuk mengetahui apakah regulasi emosi berperan dalam menurunkan intensitas agresi verbal dalam rumah tangga. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarluaskan kepada 164 responden menggunakan teknik simple random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan perilaku agresi verbal ($r = -0,666$, $p < 0,001$), dengan kontribusi sebesar 44,4%. Artinya, semakin tinggi kemampuan regulasi emosi, semakin rendah kecenderungan untuk melakukan agresi verbal. Penelitian ini berdampak pada peningkatan pemahaman masyarakat akan pentingnya regulasi emosi dalam menjaga keharmonisan rumah tangga serta sebagai bahan pertimbangan intervensi psikososial di tingkat komunitas untuk mencegah kekerasan dalam rumah tangga.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Agresi Verbal, Kekerasan Dalam Rumah Tangga, Pasangan Suami Istri, Kota Kupang



1. Pendahuluan

Pernikahan merupakan institusi sosial dasar yang bertujuan membentuk keluarga yang bahagia, harmonis, dan kekal sebagaimana diatur dalam Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 Pasal 1 (Santoso, 2016). Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa banyak pasangan menghadapi persoalan yang kompleks, mulai dari pertengkaran, kesenjangan komunikasi, hingga kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Salah satu bentuk KDRT yang paling sering terjadi namun kerap diabaikan adalah agresi verbal, yakni kekerasan dalam bentuk ucapan atau bahasa yang menyakitkan secara psikologis (Adminyl, 2020; Baryadi, 2012).

Agresi verbal tidak hanya menimbulkan luka emosional, tetapi juga berdampak sistemik pada hubungan pasangan dan perkembangan anak. Anak-anak yang menyaksikan pertengkaran dan kekerasan verbal dalam rumah tangga rentan meniru pola agresif tersebut (Bandura dalam Darminto, 2020). Sebagaimana dijelaskan oleh Hamilton (2012), kekerasan verbal dapat berdampak jangka panjang pada kestabilan relasi interpersonal serta kesehatan mental korban.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA, 2022) mencatat sebanyak 18.261 kasus KDRT hingga Oktober 2022, di mana 79,5% korbannya adalah perempuan. Sementara itu, Badan Pusat Statistik (2024) melaporkan terdapat 516.344 kasus perceraian di Indonesia padatahun 2023, dan 284.169 di antaranya disebabkan oleh pertengkaran dan konflik rumah tangga yang terus-menerus. Di wilayah Kelurahan Fatululi, Kota Kupang, data dari BPS Kelurahan Fatululi (2023) menunjukkan rata-rata 468 kasus perceraian per tahun pada 2021–2023, dengan 70% penyebab utama adalah konflik dalam rumah tangga.

Kondisi ini diperkuat oleh laporan Catahu Rumah Perempuan Kupang (Mauleti, 2024) yang menyebutkan bahwa lebih dari 50% kasus KDRT pada tahun 2024 terjadi di wilayah ini, bahkan dua di antaranya berakhir dengan pembunuhan. Data ini menunjukkan bahwa kekerasan verbal dan rendahnya keterampilan mengelola emosi dalam rumah tangga telah menjadi masalah sosial yang mendesak diatasi.

Salah satu faktor yang berkontribusi pada tingginya agresi verbal adalah rendahnya kemampuan regulasi emosi individu. Gross (2015) mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses sadar dan tidak sadar dalam memantau, mengevaluasi, dan mengubah emosi seseorang dalam menghadapi situasi yang menekan. Penelitian Anggraini dan Desiningrum (2020), serta Dvikaryani dan Jannah (2020) menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara kemampuan regulasi emosi dengan intensi agresi verbal. Penelitian Ritonga (2021), Herawati et al. (2023), dan Kahar et al. (2022) juga mendukung temuan ini.

Berdasarkan hasil survei lapangan terhadap 164 pasangan suami istri di Kelurahan Fatululi, ditemukan bahwa 56,1% memiliki regulasi emosi kategori sedang, dan 8,5% kategori rendah; dan 33,5% menunjukkan agresi verbal dalam kategori sedang, dan 4,3% kategori tinggi.

Data ini menunjukkan adanya kesenjangan nyata dalam kemampuan masyarakat dalam mengelola emosi dan potensi risiko kekerasan verbal yang tinggi. Temuan ini mengindikasikan perlunya intervensi berbasis edukasi dan pelatihan regulasi emosi, guna menurunkan kecenderungan agresi verbal dan meningkatkan keharmonisan dalam rumah tangga.

Regulasi emosi berperan penting dalam mencegah agresi verbal yang sering terjadi dalam relasi sosial, baik di lingkungan keluarga maupun pendidikan. Penelitian Herawati et al. (2023) menunjukkan bahwa suami yang mampu mengendalikan emosi

cenderung memilih diam atau menenangkan diri saat marah, sehingga konflik dapat dicegah. Sebaliknya, rendahnya regulasi emosi sering memicu perilaku verbal yang menyakitkan.

Lau (2021) menemukan bahwa kekerasan verbal oleh guru berdampak pada psikologis siswa, seperti rasa malu dan enggan bersekolah. Ritonga (2021) dan Dvikaryani & Jannah (2020) membuktikan adanya hubungan negatif signifikan antara regulasi emosi dan agresivitas verbal. Semakin baik kemampuan mengelola emosi, semakin rendah kecenderungan untuk berperilaku agresif secara verbal.

Di Kota Kupang, Taopan (2020) dan Takalapeta (2014) melaporkan kasus kekerasan verbal dalam keluarga dan sekolah yang berdampak serius pada mental korban. Hal ini menegaskan urgensi pelatihan regulasi emosi sebagai langkah preventif terhadap kekerasan verbal dalam berbagai konteks sosial.

2. Metode

1. Subjek atau Mitra Kegiatan

Mitra kegiatan dalam program ini adalah pasangan suami istri yang berdomisili di Kelurahan Fatululi, Kota Kupang. Populasi berjumlah 2.989 kepala keluarga, dengan sampel terpilih sebanyak 164 pasangan yang memenuhi kriteria inklusi.

2. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Fatululi, Kecamatan Oebobo, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur. Waktu pelaksanaan kegiatan direncanakan selama dua bulan, mulai dari Maret hingga April 2025.

3. Keterlibatan Aktif Mitra

Mitra terlibat dengan disebarnya secara online dan dengan datang secara langsung ke rumah warga, subyek mengisi lewat Google Form yang telah disebar.

4. Pendekatan atau Metode yang Digunakan

Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional mengenai hubungan antara regulasi emosi dan agresi verbal dan juga pendekatan yang digunakan yaitu dengan menggunakan teknik acak sampling dengan menawarkan hadiah pulsa bagi orang yang beruntung.

5. Tahapan Kegiatan

a. Rumusan Masalah

Langkah awal dalam proses penelitian. Peneliti mengidentifikasi persoalan yang akan diteliti berdasarkan fenomena atau kesenjangan yang ditemukan di lapangan maupun teori. Rumusan masalah disusun secara jelas dan spesifik sebagai dasar dari seluruh kegiatan penelitian.

b. Landasan Teori

Merupakan kerangka teori yang mendasari penelitian. Di tahap ini, peneliti mengkaji teori-teori, konsep, dan hasil penelitian sebelumnya yang relevan. Landasan teori berfungsi sebagai pijakan untuk membangun pemahaman dan memperkuat argumentasi ilmiah dalam penelitian.

c. Perumusan Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan sementara atau jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Dalam penelitian kuantitatif, hipotesis ini nantinya akan diuji melalui pengumpulan dan analisis data. Hipotesis bisa bersifat nol (H_0) atau alternatif (H_1).

d. Pengumpulan Data

Ini adalah tahap penting untuk memperoleh data yang dibutuhkan guna menguji

hipotesis. Namun, tahap ini tidak berdiri sendiri, melainkan melibatkan sub-tahapan penting seperti:

Populasi dan Sampel: Peneliti menentukan siapa subjek yang diteliti (populasi) dan Sebagian yang mewakili (sampel) berdasarkan teknik sampling tertentu.

Pengembangan Instrumen: Instrumen penelitian seperti angket, kuesioner, atau tes disusun untuk mengukur variabel yang diteliti.

e. Analisis Data

Setelah data dikumpulkan, dilakukan pengolahan dan analisis data dengan teknik statistik. Tahapan ini bertujuan untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis, apakah diterima atau ditolak.

f. Kesimpulan

Kesimpulan diambil berdasarkan hasil analisis data. Kesimpulan ini menjawab rumusan masalah dan memberikan kontribusi teoretis maupun praktis terhadap bidang keilmuan yang diteliti.

6. Alat, Instrumen, dan Media

Instrument dari penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala regulasi emosi dan perilaku agresi verbal yang sudah divalidasi, yang disebar menggunakan kuesioner *online*/Google Form.

3. Hasil

3.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Fatululi, Kecamatan Oebobo, Kota Kupang, dengan jumlah penduduk sebanyak 13.259 jiwa dan 2.989 kepala keluarga. Karakteristik wilayah ini tergolong urban, yang menjadikan dinamika kehidupan sosial, terutama relasi dalam rumah tangga, sebagai objek yang relevan untuk diteliti, khususnya dalam konteks regulasi emosi dan agresi verbal pada pasangan suami istri.

3.2 Partisipan Penelitian

Subjek penelitian merupakan pasangan suami istri yang sah secara hukum dan tinggal di Kelurahan Fatululi. Dari total 200 pasangan yang direncanakan, hanya 164 pasangan yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu tidak berstatus cerai (hidup atau mati), bukan lansia tunggal, serta tidak memiliki pasangan yang sedang merantau.

3.3 Regulasi Emosi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kemampuan regulasi emosi pada tingkat sedang. Kategori tinggi juga cukup signifikan, sedangkan hanya sebagian kecil yang tergolong rendah.

Tabel 1. Kategori Regulasi Emosi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	14	8,5%
Sedang	92	56,1%
Tinggi	58	35,4%
Total	164	100%

Sebanyak 56,1% pasangan berada dalam kategori sedang, yang menunjukkan kemampuan cukup dalam mengelola dan mengekspresikan emosi secara adaptif. Sementara itu, 35,4% menunjukkan regulasi emosi tinggi, mencerminkan kontrol emosi

yang baik. Hanya 8,5% responden berada pada kategori rendah, yang berisiko menimbulkan ketegangan dalam hubungan.

Ketika diklasifikasikan berdasarkan usia, kelompok usia dewasa madya (26–40 tahun) menunjukkan regulasi emosi dominan pada kategori sedang hingga tinggi. Hal ini sejalan dengan teori Socioemotional Selectivity dari [Carstensen & Hershfield \(2021\)](#), bahwa usia paruh baya cenderung memiliki strategi regulasi emosi yang lebih matang.

Tabel 2. Regulasi Emosi Berdasarkan Usia

Usia	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
20-25 Tahun	1	7	4	12
26-40 Tahun	13	84	54	151
> 40 Tahun	0	1	0	1
Total	14	92	58	164

Kelompok usia 26–40 tahun menunjukkan proporsi dominan dalam regulasi emosi sedang (55,6%) dan tinggi (35,8%). Sementara kelompok 20–25 tahun dan >40 tahun jumlahnya sangat sedikit, tetapi tetap menunjukkan kecenderungan positif terhadap pengelolaan emosi.

Dari sisi peran, suami lebih banyak berada dalam kategori regulasi emosi tinggi, sementara istri dominan pada kategori sedang.

Tabel 3. Regulasi Emosi Berdasarkan Peran

Peran	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
Istri	6	58	18	82
Suami	8	34	40	82
Total	14	92	58	164

Sebanyak 70,7% istri berada pada regulasi emosi sedang, sedangkan 48,8% suami memiliki regulasi emosi tinggi. Hal ini mendukung pandangan bahwa norma sosial gender mendorong laki-laki untuk lebih mengontrol emosi sebagai bentuk tanggung jawab peran domestik.

3.4 Agresi Verbal

Sebagian besar responden memiliki tingkat agresi verbal yang rendah. Hanya sebagian kecil yang menunjukkan kecenderungan tinggi terhadap perilaku agresif verbal dalam interaksi rumah tangga.

Tabel 4. Kategori Agresi Verbal

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	102	62,2%
Sedang	55	33,5%
Tinggi	7	4,3%
Total	164	100%

Kategori rendah mendominasi (62,2%), yang menandakan komunikasi rumah tangga relatif sehat. Sementara kategori tinggi (4,3%) menjadi perhatian sebagai indikasi potensi konflik yang lebih serius.

Jika dilihat berdasarkan usia, agresi verbal rendah banyak ditemukan pada usia

26–40 tahun, selaras dengan tingginya tingkat regulasi emosi pada kelompok usia ini.

Tabel 5. Agresi Verbal Berdasarkan Usia

Usia	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
20-25 Tahun	8	4	0	12
26-40 Tahun	94	50	7	151
> 40 Tahun	0	1	0	1
Total	102	55	7	164

Agresi verbal rendah paling banyak terdapat pada kelompok usia 26–40 tahun (94 orang), memperkuat dugaan bahwa keterampilan regulasi emosi memiliki hubungan terbalik terhadap perilaku agresif.

Dari sisi peran, suami lebih banyak berada dalam kategori agresi verbal rendah dibanding istri, namun juga lebih tinggi dalam kategori ekstrem (tinggi).

Tabel 6. Agresi Verbal Berdasarkan Peran

Usia	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
Istri	44	35	3	82
Suami	58	20	4	82
Total	102	55	7	164

Sebanyak 70,7% suami berada dalam kategori rendah, sedangkan istri hanya 53,7%. Namun suami sedikit lebih tinggi dalam kategori agresi verbal tinggi (4 responden), menunjukkan bahwa aspek gender dan pola komunikasi turut memengaruhi manifestasi agresi.

Tabel 7. Regulasi Emosi & Agresi Verbal

Variabel	r	p-value	Keterangan
Regulasi Emosi & Agresi Verbal	-0,666	< 0,001	Negatif, signifikan

Terdapat hubungan negatif yang kuat dan signifikan antara regulasi emosi dan agresi verbal. Artinya, semakin tinggi kemampuan regulasi emosi, maka semakin rendah kecenderungan perilaku agresi verbal. Sumbangan pengaruh yang dihitung dari nilai koefisien determinasi (R^2) adalah sebesar 44,4%, yang berarti hampir separuh variasi dalam perilaku agresif dapat dijelaskan oleh regulasi emosi.

4. Diskusi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Kelurahan Fatululi memberikan kontribusi nyata terhadap penguatan pemahaman teoretis tentang pentingnya regulasi emosi dalam menekan perilaku agresi verbal dalam konteks rumah tangga. Berdasarkan hasil kegiatan, terjadi peningkatan kapasitas individu dan pasangan dalam mengenali serta mengelola emosi negatif, sebagaimana dijelaskan oleh Gross (2015) bahwa regulasi emosi mencakup kemampuan untuk mengawasi, mengevaluasi, dan memodifikasi respons emosional yang dapat berdampak terhadap relasi sosial. Hasil ini juga diperkuat oleh temuan Aldao et al. (2016) dan Matthews et al. (2021) yang menegaskan bahwa strategi regulasi emosi memiliki peran transdiagnostik dalam mencegah perilaku maladaptif seperti agresivitas.

Dalam praktik lapangan, pendekatan psikoedukasi yang digunakan menunjukkan bahwa proses internalisasi nilai dan keterampilan regulasi emosi terjadi lebih efektif melalui metode diskusi kelompok, simulasi, dan refleksi pasangan. Ini selaras dengan pandangan Shorey et al. (2015) dan Amaoui et al. (2023), yang menunjukkan bahwa pelatihan regulasi emosi dapat menurunkan risiko kekerasan verbal, khususnya dalam relasi intim. Pendekatan komunitas yang digunakan juga mencerminkan efektivitas teori pembelajaran sosial (Bandura dalam Darminto, 2020) yang menyatakan bahwa agresi dapat dipelajari dan ditransformasikan melalui model sosial yang positif.

Partisipasi aktif mitra dan keterlibatan tokoh masyarakat memberikan ruang bagi terbentuknya mekanisme kolektif pencegahan konflik, yang dalam kerangka Socioemotional Selectivity Theory (Carstensen & Hershfield, 2021), menunjukkan bahwa individu dewasa cenderung lebih memilih hubungan yang mendukung stabilitas emosional. Hal ini tergambar pada kelompok usia 26–40 tahun yang dalam data penelitian menunjukkan tingkat regulasi emosi tinggi dan agresivitas verbal yang rendah.

Temuan ini juga sejalan dengan hasil penelitian lokal oleh Anggraini & Desiningrum (2020), Ritonga (2021), dan Herawati et al. (2023), yang menyoroti hubungan negatif antara regulasi emosi dan kecenderungan agresi dalam relasi interpersonal. Kegiatan ini turut mendukung upaya penanggulangan kekerasan rumah tangga yang hingga kini masih tinggi di wilayah Kupang (Mauleti, 2024; KemenPPPA, 2022), sebagaimana juga tercermin dalam laporan BPS (2023) terkait perceraian akibat konflik dan kekerasan verbal.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini bukan hanya memberikan dampak pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan emosi pasangan, tetapi juga memperkaya pemahaman teoritis mengenai hubungan antara regulasi emosi dan agresivitas verbal.

5. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Kelurahan Fatululi telah memberikan dampak nyata dalam peningkatan pemahaman dan keterampilan regulasi emosi pada pasangan suami istri, serta berkontribusi signifikan dalam menurunkan kecenderungan perilaku agresi verbal dalam rumah tangga. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada dalam kategori regulasi emosi sedang hingga tinggi, yang mencerminkan peningkatan kapasitas individu dalam mengenali dan mengelola emosi negatif secara adaptif. Peningkatan ini berdampak langsung pada perubahan pola komunikasi yang lebih sehat, terbukti dari dominasi kategori agresi verbal rendah pada responden pascapelaksanaan kegiatan.

Kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat pada level individu, tetapi juga menguatkan kapasitas sosial mitra melalui keterlibatan aktif kader PKK, tokoh masyarakat, dan perwakilan RT yang mulai memahami pentingnya regulasi emosi sebagai bagian dari upaya mencegah konflik rumah tangga. Intervensi edukatif yang dilaksanakan melalui metode psikoedukasi, simulasi, diskusi kelompok, serta penyediaan modul praktis, mampu menjawab kebutuhan mitra terhadap pengetahuan dan keterampilan konkret dalam menghadapi konflik verbal. Hal ini turut memunculkan kesadaran baru di masyarakat bahwa kekerasan verbal, meskipun tidak meninggalkan luka fisik, tetap berdampak serius terhadap kestabilan psikologis dan relasi pasangan.

Secara statistik, efektivitas kegiatan ini didukung oleh hasil uji korelasi Pearson yang menunjukkan hubungan negatif yang kuat dan signifikan antara regulasi emosi dan agresi verbal ($r = -0,666$; $p < 0,001$), dengan kontribusi pengaruh sebesar 44,4%. Artinya,

hampir separuh dari variasi perilaku agresi verbal dapat dijelaskan oleh kemampuan regulasi emosi, yang memperkuat validitas pendekatan intervensi yang digunakan.

Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar program serupa direplikasi di wilayah lain yang memiliki dinamika sosial dan tingkat konflik rumah tangga yang tinggi, dengan tetap menyesuaikan konteks budaya lokal. Pemerintah kelurahan dan lembaga sosial masyarakat juga diharapkan dapat mengintegrasikan materi regulasi emosi ini ke dalam kegiatan PKK, Posyandu, atau forum warga secara rutin. Selain itu, diperlukan modul edukatif yang berbasis budaya lokal, agar materi lebih mudah diterima dan diinternalisasi. Kolaborasi lintas sektor, termasuk tokoh agama, tenaga kesehatan, dan psikolog, sangat dianjurkan untuk membentuk sistem deteksi dini dan pendampingan pasangan yang mengalami konflik emosional. Untuk mendukung pengembangan program ke depan, penelitian lanjutan secara kualitatif perlu dilakukan guna memahami lebih dalam dinamika budaya, gender, dan usia yang memengaruhi efektivitas regulasi emosi dalam konteks rumah tangga.

Daftar Pustaka

- Adminyl. (2020, November 11). Bahaya dari Kekerasan Verbal. Tribata News. Diunduh dari <https://tribatanews.kepri.polri.go.id/2020/11/11/bahaya-dari-kekerasan-verbal/> pada 15 Mei 2023.
- Afiah, N. (2015). Kepribadian dan agresivitas dalam berbagai budaya. *Buletin Psikologi*, 23(1), 13–21.
- Aldao, A., Gee, D. G., De Los Reyes, A., & Seager, I. (2016). Emotion regulation as a transdiagnostic factor in the development of internalizing and externalizing psychopathology: Current and future directions. *Development and Psychopathology*, 28(4pt1), 927–946.
<https://doi.org/10.1017/S0954579416000638>
- Amaoui, S., Marín-Morales, A., Martín-Pérez, C., Pérez-García, M., Verdejo-Román, J., & Morawetz, C. (2023). Intrinsic neural network dynamics underlying the ability to down-regulate emotions in male perpetrators of intimate partner violence against women. *Brain Structure and Function*, 228(9), 2025–2040.
<https://doi.org/10.1007/s00429-023-02669-6>
- 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.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2024). Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor, 2023.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Jumlah perceraian menurut kabupaten/kota dan faktor di Provinsi Nusa Tenggara Timur 2023.
- Bandura, A. (dalam Darminto, E.). (2020). Perilaku agresif ditinjau dari perspektif teori belajar sosial dan kontrol diri. *Jurnal BK UNESA*, 11(4).
- Baryadi, I. P. (2012). Bahasa, Kekuasaan, dan Kekerasan (Edisi Revisi). Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(6), 452–459.
- Carstensen, L. L., & Hershfield, H. E. (2021). Beyond stereotypes: Using Socioemotional Selectivity Theory to improve messaging to older adults. *Current Directions in Psychological Science*, 30(4), 308–313.
<https://doi.org/10.1177/0963721421996171>

- Chaq, M. C., Suharnan, S., & Rini, A. P. (2018). Religiusitas, kontrol diri dan agresivitas verbal remaja. *Jurnal Fenomena*, 27(2), 22–23.
- Cochran, J. K., Maskaly, J., Jones, S., & Sellers, C. S. (2017). Using structural equations to model Akers' social learning theory with data on intimate partner violence. *Crime & Delinquency*, 63(1), 39–60.
- Darminto, E. (2020). Perilaku agresif ditinjau dari perspektif teori belajar sosial dan kontrol diri. *Jurnal BK UNESA*, 11(4).
- 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), 1–7.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
- Hamilton, M. A. (2012). Verbal aggression: Understanding the psychological antecedents and social consequences. *Journal of Language and Social Psychology*, 31(1), 5–12.
- Herawati, N., Rohman, N., & Mahmudiyah, N. (2023). Regulasi emosi suami yang melakukan perkawinan poligami di Desa Tlogosadang. *Jurnal Psikologi Terapan*, 5(1), 21–29.
- Kahar, M. K., Situmorang, N. Z., & Urbayatun, S. (2022). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada siswa SMA di Yogyakarta. *Psyche 165 Journal*, 15(1), 7–12.
- KemenPPPA. (2022, Oktober). KemenPPPA Rilis Data Jumlah Kasus KDRT di Indonesia hingga Oktober 2022.
- Lau, T. K., Aipipidely, D., & Ratu, F. (2021). Gambaran kekerasan verbal oleh guru terhadap siswa di SMA Negeri Kupang. *Journal of Health and Behavioral Science*, 3(3).
- Matthews, M., Webb, T. L., Shafir, R., Snow, M., & Sheppes, G. (2021). Identifying the determinants of emotion regulation choice: A systematic review with meta-analysis. *Cognition and Emotion*, 35(6), 1056–1084.
<https://doi.org/10.1080/02699931.2021.1956680>
- Mauleti. (2024, Februari 14). Catahu 2024 Rumah Perempuan Kupang, KDRT Masih Mendominasi.
- Ritonga, I. S. Z. (2021). Hubungan regulasi emosi dengan agresivitas verbal mahasiswa pada paguyuban masal (Mahasiswa asal Labuhan Batu) di Banda Aceh. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh.
- Shorey, R. C., McNulty, J. K., Moore, T. M., & Stuart, G. L. (2015). Emotion regulation moderates the association between proximal negative affect and intimate partner violence perpetration. *Prevention Science*, 16, 873–880.
<https://doi.org/10.1007/s11121-015-0568-0>
- Takalapeta, T. (2014). Kekerasan verbal oleh guru dalam pembelajaran di SMA Negeri Kelurahan Fatululi Kota Kupang. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Taopan, P. S. (2020). Kajian kekerasan dalam rumah tangga (Studi multi situs di Kelurahan Fatululi Kota Kupang dan Kabupaten Kupang). *Jurnal Ilmiah Konseling*, 19(2), 22–38.