

Hubungan *Childhood Emotional Neglect* dan *Non-suicidal Self-Injury* Pada *Emerging adulthood* Dengan *Emotion Dysregulation* Sebagai Mediator

Eka Mutiara Indah & Dian Kartika Amelia Arbi*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Non-suicidal self-injury (NSSI) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius dengan prevalensi cukup tinggi pada *emerging adulthood*. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap NSSI adalah *childhood emotional neglect*, yaitu kegagalan pengasuh memenuhi kebutuhan emosional anak. Namun, mekanisme psikologis yang menjelaskan hubungan tersebut masih perlu dikaji. Penelitian ini bertujuan menguji peran *emotion dysregulation* sebagai mediator antara *childhood emotional neglect* dan NSSI pada *emerging adulthood*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel berjumlah 182 partisipan (usia 18-29 tahun) melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Childhood Trauma Questionnaire-Short Form*, *Difficulties in Emotion Regulation Scale-16*, dan *Inventory of Statements About Self-Injury*. Analisis data menggunakan regresi hierarkis dan analisis mediasi GLM dengan *bootstrapping* (5.000 sampel). Hasil regresi hierarkis menunjukkan bahwa penambahan *emotion dysregulation* meningkatkan R^2 dari 0,0923 menjadi 0,1525 ($\Delta R^2 = 0,0601$; $p < 0,001$). Analisis mediasi menunjukkan *childhood emotional neglect* berpengaruh signifikan terhadap *emotion dysregulation* ($B = 1,48$; $p < 0,001$), dan *emotion dysregulation* berpengaruh signifikan terhadap NSSI ($B = 5,60$; $p < 0,001$). Efek tidak langsung signifikan ($B = 8,29$; 95% CI [4,56; 12,87]), sedangkan efek langsung setelah mengontrol mediator tidak signifikan ($p = 0,496$). Dengan demikian, *emotion dysregulation* memediasi sepenuhnya hubungan antara *childhood emotional neglect* dan NSSI pada *emerging adulthood*.

Kata kunci: *childhood emotional neglect, emotion dysregulation, non-suicidal self-injury, emerging adulthood*

ABSTRACT

Non-suicidal self-injury (NSSI) is a serious concern with high prevalence in *emerging adulthood*. One contributing factor is *childhood emotional neglect*, defined as caregivers' failure to meet children's emotional needs. However, the psychological mechanisms explaining this relationship require further research. This study aims to examine the mediating role of *emotion dysregulation* between *childhood emotional neglect* and NSSI in *emerging adulthood*. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The sample consisted of 182 participants (aged 18-29) selected through *purposive sampling*. Data were collected using *Childhood Trauma Questionnaire-Short Form*, *Difficulties in Emotion Regulation Scale-16*, and *Inventory of Statements About Self-Injury*. Data analysis used hierarchical regression and GLM mediation analysis with *bootstrapping* (5,000 samples). Hierarchical regression showed that adding *emotion dysregulation* increased R^2 from 0.0923 to 0.1525 ($\Delta R^2 = 0.0601$; $p < .001$). Mediation analysis revealed that *childhood emotional neglect* significantly predicted *emotion dysregulation* ($B = 1.48$; $p < .001$), and *emotion dysregulation* significantly predicted NSSI ($B = 5.60$; $p < .001$). The indirect effect was significant ($B = 8.29$; 95% CI [4.56, 12.87]), the direct effect after controlling the mediator was not ($p = 0.496$). *Emotion dysregulation* fully mediates the relationship between *childhood emotional neglect* and NSSI in *emerging adulthood*.

Keywords: *childhood emotional neglect, emotion dysregulation, non-suicidal self-injury, emerging adulthood*

PENDAHULUAN

Emerging adulthood merupakan periode transisi perkembangan yang menjembatani masa remaja menuju dewasa, umumnya berada pada rentang usia 18–29 tahun (Arnett dkk., 2014). Arnett (2000) menggambarkan periode ini melalui lima karakteristik, yaitu *identity exploration*, *instability*, *self-focus*, *feeling in between*, dan *possibilities*, yang mencerminkan proses individu mengeksplorasi arah hidupnya sendiri, mulai dari pendidikan, pekerjaan, hingga hubungan romantis. Ironisnya, tuntutan kemandirian emosional ini datang sebelum individu benar-benar siap secara neurobiologis. *Prefrontal cortex*, yaitu bagian otak yang berperan dalam pengambilan keputusan, kontrol impuls, dan regulasi emosi, baru mengalami maturasi penuh sekitar usia 25 tahun (Larsen & Launa, 2018), sehingga belum memiliki kapasitas regulasi diri yang optimal dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Hal ini menjadikan *emerging adulthood* sebagai periode yang rentan terhadap stres, ketidakstabilan emosi, perilaku impulsif, penyalahgunaan zat, serta munculnya gangguan psikologis seperti gangguan kecemasan, depresi, gangguan suasana hati, dan masalah penyesuaian diri (Wood dkk., 2018).

Berbagai kerentanan psikologis yang berkembang selama *emerging adulthood*, seperti depresi, gangguan kecemasan, gangguan suasana hati, maupun masalah penyesuaian diri, pada dasarnya termasuk ke dalam *internalizing problems*. Pada sebagian individu, *internalizing problems* dapat berkembang menjadi manifestasi perilaku yang lebih mudah diamati (*observable behavior*), seperti *non-suicidal self-injury* (NSSI) (Kweon, 2026). *Non-suicidal self-injury* (NSSI) didefinisikan sebagai tindakan perusakan jaringan tubuh yang dilakukan secara sengaja tanpa adanya niat untuk mengakhiri hidup serta tidak memiliki tujuan yang disetujui secara sosial maupun budaya (Thomas & Bonnaire, 2023).

Dalam perspektif *developmental psychopathology*, kemunculan NSSI tidak dipandang sebagai perilaku yang terjadi secara tiba-tiba, melainkan sebagai hasil interaksi antara pengalaman perkembangan sebelumnya dengan tuntutan yang dihadapi individu pada tahap perkembangan berikutnya (Cicchetti & Toth, 2016). Sejalan dengan perspektif tersebut, berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa meskipun NSSI umumnya mulai muncul pada awal masa remaja, perilaku ini tidak berhenti ketika individu memasuki masa dewasa. Kiekens dkk. (2019) menemukan bahwa frekuensi NSSI mencapai puncaknya pada rentang usia 20–24 tahun, yaitu tepat di tengah fase *emerging adulthood*. Di Indonesia sendiri, Survei nasional YouGov Omnibus terhadap 1.018 responden mencatat 36% masyarakat pernah melakukan *self-harm* sepanjang hidupnya, dengan 7% anak muda melaporkan perilaku tersebut secara berulang (Ho, 2019). Penelitian lain dari Hidayati dkk. (2023) yang meneliti 909 mahasiswa Indonesia dengan rata-rata usia 20,3 tahun menemukan bahwa 30% partisipan pernah melakukan NSSI, dan dari kelompok tersebut, 55% bahkan telah melakukannya lebih dari 50 kali, yang menandakan bahwa perilaku ini tidak lagi bersifat eksperimental, melainkan telah berkembang menjadi pola yang persisten.

Dalam upaya memahami faktor-faktor yang menjadi alasan sebagian *emerging adulthood* menggunakan NSSI sebagai strategi koping, berbagai penelitian menyoroti bahwa perilaku NSSI tidak berdiri sendiri, melainkan muncul dari interaksi faktor individu dan faktor sosial yang saling memperkuat (Sabrina & Afiatin, 2023). Pemahaman mengenai berbagai faktor tersebut kemudian disistematisasi oleh Nock (2009) melalui *Integrated Theoretical Model of NSSI* yang membedakan faktor distal, yaitu pengalaman perkembangan yang terjadi lebih awal dalam kehidupan individu, dan faktor proksimal, yaitu kerentanan psikologis yang secara langsung mendorong individu melakukan NSSI ketika menghadapi tekanan. Model ini menegaskan bahwa kerentanan proksimal tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan berkembang dari pengalaman masa kanak-kanak yang tidak menguntungkan (*childhood adversity*) dan dapat bertahan sebagai *latent vulnerability* hingga akhirnya termanifestasi ketika individu menghadapi tuntutan perkembangan yang semakin kompleks pada fase *emerging adulthood* (Heleniak & McLaughlin, 2020).

Salah satu bentuk *childhood adversity* yang menjadi fokus penelitian ini adalah *childhood emotional neglect*, yaitu kegagalan berulang pengasuh dalam memenuhi kebutuhan emosional anak sebelum usia 18 tahun, seperti kasih sayang, kehangatan, perhatian, dan validasi (Teicher & Samson, 2013), dimana hal ini dianggap sebagai faktor distal yang dapat membentuk kerentanan psikologis sebelum akhirnya memengaruhi munculnya NSSI. Ketika anak tumbuh dalam konteks pengabaian emosional oleh pengasuhnya, anak sering kali kesulitan dalam mengenali dan melabeli emosi karena ekspresi

emosional mereka secara konsisten diabaikan (Hou dkk., 2023). Akibatnya, mereka tidak memiliki keterampilan yang memadai untuk merespons sinyal emosi negatif dengan strategi koping yang sehat (Paley & Hajal, 2022). Kondisi ini yang kemudian membentuk pola *emotion dysregulation* atau *emotion dysregulation*, yaitu kesulitan individu dalam mengenali, memahami, menerima, dan mengelola emosi secara efektif ketika menghadapi situasi yang menekan. Remaja dengan riwayat pengabaian emosional umumnya tidak memiliki fondasi regulasi yang memadai untuk menghadapi lonjakan intensitas emosi tersebut. Tanpa strategi adaptif, mereka cenderung terus mengandalkan bentuk koping yang bersifat menghindari atau menekan emosi secara maladaptif (Hou dkk., 2023). Pola ini kemudian diperkuat melalui pengalaman berulang bahwa penghindaran mampu memberikan kelegaan sementara. Dengan demikian, *emotion dysregulation* menjadi pola regulasi yang semakin stabil dan mengakar sebelum individu memasuki masa dewasa awal.

Kerentanan tersebut kemudian mencapai titik kritis ketika individu memasuki fase *emerging adulthood*, yaitu periode yang menuntut kemandirian emosional lebih tinggi serta menghadirkan kompleksitas relasi dan transisi identitas (Arnett, 2024). Kegagalan *emerging adult* dalam mengelola distres di fase ini merupakan kelanjutan dari proses pembelajaran regulasi yang tidak optimal di periode sebelumnya (Paley & Hajal, 2022). Oleh karena itu, periode transisi ini menjadi masa yang sangat rentan terhadap munculnya perilaku koping yang ekstrem, termasuk NSSI. Hal ini sejalan dengan model *Integrated Theoretical Model of NSSI* Nock (2010) yang menyatakan bahwa *emotion dysregulation* dikategorikan sebagai NSSI-specific vulnerability factor yang menjembatani faktor risiko distal dengan munculnya perilaku NSSI.

Dalam kondisi distres yang tidak terkendali, individu dengan *emotion dysregulation* cenderung mencari strategi koping yang cepat, konkret, dan mampu memberikan kelegaan secara langsung. NSSI muncul sebagai salah satu strategi karena sensasi fisik yang dihasilkan mampu menurunkan intensitas emosi negatif secara langsung (Thomas & Bonnaire, 2023). Ketidakmampuan dalam mengakses strategi adaptif seperti pemecahan masalah, *reappraisal*, atau dukungan sosial memperkuat persepsi subjektif bahwa NSSI merupakan pilihan yang efektif (P. A. Hasking dkk., 2018). Dalam model Nock, (2010), fungsi regulatif ini dipahami sebagai *automatic negative reinforcement*, menjadikan NSSI sebagai salah satu bentuk regulasi emosi maladaptif yang digunakan untuk mengurangi atau menghindari pengalaman emosional yang dirasakan tidak tertahankan, sebagaimana dijelaskan dalam *Experiential Avoidance Model* (Chapman dkk., 2006).

Perilaku NSSI selanjutnya dipertahankan melalui mekanisme penguatan negatif yang terjadi secara berulang. Setiap episode NSSI yang berhasil menurunkan distres akan memperkuat asosiasi antara perilaku tersebut dan rasa lega (Wolff dkk., 2019). Rasa lega ini justru menghambat perkembangan strategi regulasi yang lebih adaptif dan memperdalam ketergantungan individu pada NSSI (W. J. Yan dkk., 2024). Pola pemeliharaan ini menjadi sangat dominan pada *emerging adulthood*, ketika tekanan emosional yang tinggi tidak diimbangi dengan keterampilan regulasi yang memadai. Secara keseluruhan, *emotion dysregulation* berfungsi sebagai mekanisme perkembangan yang menjelaskan bagaimana pengalaman pengabaian emosional di masa kanak-kanak dapat berlanjut hingga masa dewasa yang pada akhirnya memunculkan perilaku NSSI sebagai strategi koping utama. Mengacu pada kerangka *integrated theoretical model of NSSI*, NSSI merepresentasikan upaya individu untuk mengelola distres psikologis yang intens dalam keterbatasan sumber daya emosional yang tidak berkembang secara optimal akibat pengalaman pengabaian di masa awal kehidupan.

Berdasarkan uraian tersebut, masih terdapat kesenjangan dalam penelitian mengenai mekanisme psikologis yang menghubungkan *childhood emotional neglect* dengan perilaku *non-suicidal self-injury* (NSSI) pada *emerging adulthood*. Meskipun *childhood emotional neglect* merupakan pengalaman yang relatif umum terjadi dan diketahui berpotensi membentuk kerentanan psikologis jangka panjang, mekanisme yang menjelaskan bagaimana pengalaman tersebut berkontribusi terhadap munculnya perilaku NSSI masih belum dipahami secara komprehensif. Salah satu mekanisme yang diperkirakan berperan adalah *emotion dysregulation*, namun perannya sebagai mediator dalam hubungan antara *childhood emotional neglect* dan perilaku NSSI pada *emerging adults* masih memerlukan pengujian empiris lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *childhood emotional neglect* terhadap perilaku NSSI serta menganalisis peran *emotion dysregulation* sebagai variabel mediator pada *emerging adults*.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan survei kuesioner. Dalam praktiknya, penulis menyebarkan instrumen penelitian melalui berbagai platform daring (seperti media sosial, grup perkuliahan, dan forum di platform X) serta mendatangi secara langsung mahasiswa di lingkungan kampus. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*, yaitu pengambilan data pada satu waktu tertentu sehingga data merepresentasikan kondisi responden pada satu titik waktu. Hasil korelasi yang diperoleh dapat digunakan untuk tujuan deskriptif maupun prediktif (Shaughnessy dkk., 2015).

Partisipan

Penelitian ini menggunakan *non-probability sampling*, dengan teknik *convenience sampling*, yaitu teknik dimana peneliti mengambil sampel dari anggota populasi yang paling mudah dijangkau, tersedia pada saat penelitian berlangsung, dan bersedia menjadi responden, tanpa menggunakan prosedur acak atau pertimbangan proporsionalitas (Neuman, 2014). Kriteria partisipan dalam penelitian ini meliputi 1) Laki-laki dan perempuan 2) Berusia 18-29 tahun 3) Pernah mengalami penelantaran emosional di masa kecil sebelum usia 18 tahun (ditandai dengan perasaan tidak dicintai, tidak dianggap penting, tidak mendapatkan dukungan emosional, serta tidak merasakan kedekatan dalam keluarga) 4) Pernah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri tanpa niat bunuh diri (*non suicidal self-injury/NSSI*) dalam 12 bulan terakhir. Untuk menentukan jumlah sampel minimal, peneliti menggunakan *Monte Carlo Power Analysis* dengan target *power* 0,80. Simulasi menggunakan 1.000 replikasi, 2.000 *draws* per replikasi, dan *random seed* 1234. Uji statistik yang digunakan adalah *percentile bootstrap* dengan *confidence level* 95% ($\alpha = 0,05$, dua arah). Hasil menunjukkan bahwa pada $N = 110$, *power* = 0,83 (95% CI [0,79; 0,85]). Meskipun target tercapai, batas bawah CI masih di bawah 0,80, sehingga peneliti merekomendasikan $N = 120$ dengan *power* = 0,87 (95% CI [0,84; 0,89]). Dengan demikian, ukuran sampel minimum yang direkomendasikan adalah 120 partisipan.

Pengukuran

Penelitian ini mengukur variabel *Childhood emotional neglect* menggunakan *Childhood Trauma Questionnaire – Short Form (CTQ-SF)*. Alat ukur ini terdiri dari 28 item, dengan 25 aitem klinis dan 3 aitem validitas, yang secara retrospektif mengukur pengalaman *child abuse and neglect* pada individu. Pada penelitian ini, penulis hanya menggunakan subskala *emotional neglect* yang terdiri dari lima item, yaitu nomor 5, 7, 13, 19, dan 28. Skala ini menggunakan lima kategori jawaban dalam bentuk Likert, yakni 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Variabel *emotion dysregulation (emotion dysregulation)* diukur menggunakan *Difficulties in Emotion Regulation Scale – 16 (DERS-16)* yang dikembangkan oleh Bjureberg dkk., (2016) dengan total aitem sebanyak 16 aitem pernyataan. DERS-16 mengevaluasi lima aspek kesulitan regulasi emosi (Bjureberg dkk., 2016), yaitu: *Nonacceptance of Emotional Responses, Difficulties Engaging in Goal Directed Behavior, Impulse Control Difficulties, Limited Access to Emotion Regulation Strategies*, dan *Lack of Emotional Clarity*. Variabel NSSI dengan menggunakan alat ukur *Inventory of Statements About Self-Injury (ISAS)* yang dikembangkan oleh (Klonsky & Glenn, 2009). Kuesioner ISAS terdiri dari dua bagian utama yang mengukur frekuensi perilaku dan fungsi potensial NSSI dengan total 39 aitem fungsi yang dinilai dengan skala 0 (*not relevant*), 1 (*somewhat relevant*), atau 2 (*very relevant*).

Uji validitas untuk alat ukur *Childhood Trauma Questionnaire – Short Form (CTQ-SF)* menggunakan *content validity* melalui *expert judgement* dengan nilai S-CVI/Ave skala secara keseluruhan mencapai 1,00, yang mengindikasikan bahwa kualitas validitas isi instrumen ini tergolong sangat baik dan berada jauh di atas ambang batas minimum yang disyaratkan. Uji reliabilitas untuk subskala *emotional neglect* pada CTQ-SF dan DERS-16 dilakukan melalui *pilot study* yang melibatkan 39 responden. Hasil analisis menunjukkan bahwa subskala *emotional neglect* pada CTQ-SF memiliki nilai rata rata skor 3,97 (SD = 0,759), dengan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,889.

Uji validitas untuk alat ukur *Difficulties in Emotion Regulation Scale – 16 (DERS 16)* menggunakan *content validity* melalui *expert judgement* dengan nilai I-CVI sebesar 1.00 pada seluruh indikator penilaian. Terdapat satu aitem, yaitu aitem ke-6 yang memperoleh nilai I-CVI di bawah kriteria penerimaan pada indikator kesetaraan makna dan kejelasan masing masing sebesar 0,60, serta

kesesuaian budaya sebesar 0,80. Nilai S-CVI/Ave keseluruhan skala menunjukkan angka yang sangat baik, kecuali pada aitem 6 yang memperoleh nilai 0,75 dan berada di bawah ambang batas minimum. Koefisien Aiken's V secara keseluruhan berada pada rentang 0,93 hingga 1,00, yang berarti seluruh aitem telah memenuhi kriteria penerimaan minimum sebesar 0,87. Uji reliabilitas DERS 16 memperoleh nilai rata-rata skor 4,39 (SD = 0,527), dengan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,912. Nilai tersebut tergolong sangat baik dan mengindikasikan konsistensi internal yang tinggi.

Uji validitas untuk alat ukur *Inventory of Statements About Self-Injury* (ISAS) menggunakan *content validity* dan *construct validity*. Hasil uji validitas isi menunjukkan bahwa seluruh aitem pada skala perilaku maupun skala fungsional memiliki kualitas yang sangat baik, dengan nilai koefisien Aiken's V berada pada rentang 0,917 hingga 1,00. Selanjutnya hasil *construct validity* menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* dengan melibatkan sampel sebanyak 314 partisipan. Hasil analisis menghasilkan beberapa nilai *goodness of fit* yang belum sepenuhnya memadai, di antaranya $\chi^2 = 457,68$ ($p < 0,001$), $df = 64$, $\chi^2/df = 7,151$, dan RMSEA = 0,130. Meskipun demikian, beberapa indeks lainnya menunjukkan nilai yang cukup dapat diterima, yaitu CFI = 0,95, SRMR = 0,057, NFI = 0,95, dan GFI = 0,83. *Factor loading* pada bagian II berada pada rentang 0,43 hingga 0,91, di mana nilai tertinggi diperoleh oleh dimensi *affect regulation* dan *self-punishment* sebesar 0,91, sedangkan nilai terendah diperoleh oleh dimensi *revenge* sebesar 0,43. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa instrumen ISAS memiliki struktur faktor yang cukup memadai untuk digunakan dalam penelitian ini. Uji reliabilitas ISAS menunjukkan bahwa skala ini memiliki koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,920 yang tergolong sangat baik dan mencerminkan konsistensi internal yang tinggi.

Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini dilakukan menggunakan software Jamovi versi 2.6.44. Pengujian hipotesis mediasi dilakukan menggunakan *Generalized Linear Model* (GLM) *Mediation Analysis* melalui modul medmod untuk menguji peran *emotion dysregulation* sebagai variabel mediator dalam hubungan antara *childhood emotional neglect* dan perilaku *non-suicidal self-injury* (NSSI). Signifikansi efek mediasi dievaluasi menggunakan metode *bootstrapping* dengan 5.000 sampel *bootstrap* dan interval kepercayaan 95%. Selain analisis mediasi, dilakukan pula analisis statistik deskriptif, uji asumsi klasik, dan uji korelasi antarvariabel penelitian. Taraf signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,05. Hipotesis dinyatakan diterima apabila nilai $p < 0,05$ atau interval kepercayaan efek tidak melintasi angka 0.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan 182 responden yang berada pada fase *emerging adulthood*, yaitu individu berusia 18-29 tahun yang memiliki pengalaman *childhood emotional neglect* serta sedang atau pernah melakukan *non-suicidal self-injury* (NSSI) dalam 12 bulan terakhir. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (67,6%), dengan rata-rata usia 23,2 tahun (SD = 3,07). Frekuensi tertinggi ditemukan pada partisipan yang menggunakan 12 metode NSSI, yaitu sebesar 18,1%. Metode NSSI yang paling banyak dilakukan adalah menyayat (86,3%), menarik rambut (86,3%), dan menggigit (84,5%). Sementara metode yang paling jarang dilaporkan adalah menelan zat kimia beracun (24,7%). Ditinjau dari frekuensi perilaku, menarik rambut memiliki rata-rata frekuensi tertinggi ($M = 27,6$; $SD = 34,7$), diikuti oleh menggigit ($M = 19,5$; $SD = 25,9$) dan cutting ($M = 18,6$; $SD = 22,0$). Hasil analisis data deskriptif menunjukkan variabel *childhood emotional neglect* memiliki nilai ($M = 18,4$; $SD = 3,28$; $Min = 11$; $Max = 24$; *Skewness* = -0,311; *Kurtosis* = -0,625), variabel *emotion dysregulation* memiliki nilai ($M = 66,2$; $SD = 6,96$; $Min = 49$; $Max = 80$; *Skewness* = -0,426; *Kurtosis* = -0,174), variabel NSSI memiliki nilai ($M = 180$; $SD = 114$; $Min = 45$; $Max = 510$; *Skewness* = 1,21; *Kurtosis* = 0,890),

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa ditemukan hubungan positif yang signifikan antara *childhood emotional neglect* dan *emotion dysregulation*, $r(180) = 0,698$, $p < 0,001$, dengan ukuran efek besar (*large effect*). Pada uji regresi model pertama yang hanya memasukkan *childhood emotional neglect* sebagai prediktor menunjukkan hasil signifikan dalam memprediksi perilaku NSSI, $F(1, 180) = 18,30$, $p < 0,001$. Nilai koefisien determinasi sebesar $R^2 = 0,0923$ menunjukkan bahwa *childhood emotional neglect* mampu menjelaskan 9,23% variasi perilaku NSSI. Setelah variabel *emotion dysregulation* ditambahkan pada model kedua, model tetap menunjukkan kecocokan yang signifikan, $F(2, 179) = 16,10$, $p < 0,001$ dengan nilai R^2 yang meningkat menjadi 0,1525, menunjukkan kombinasi *childhood emotional neglect* dan *emotion dysregulation* mampu menjelaskan 15,25% variasi perilaku

NSSI.

Hasil perbandingan antar model menunjukkan bahwa penambahan variabel *emotion dysregulation* pada model kedua meningkatkan proporsi varians yang dapat dijelaskan sebesar $\Delta R^2 = 0,0601$ atau 6,01%. Peningkatan tersebut signifikan secara statistik, $\Delta F(1, 179) = 12,70$, $p < 0,001$. Temuan ini menunjukkan bahwa *emotion dysregulation* memberikan kontribusi tambahan yang bermakna dalam memprediksi perilaku NSSI di luar pengaruh *childhood emotional neglect*. Setelah mengontrol pengaruh *emotion dysregulation*, *childhood emotional neglect* tidak lagi menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap perilaku NSSI ($B = 2,25$, $SE = 3,33$, $t = 0,676$, $p = 0,500$). Sebaliknya, *emotion dysregulation* menunjukkan pengaruh positif yang signifikan terhadap perilaku NSSI ($B = 5,60$, $SE = 1,57$, $t = 3,564$, $p < 0,001$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *emotion dysregulation*, semakin tinggi kecenderungan individu untuk melakukan perilaku NSSI.

Untuk menguji hipotesis mengenai peran *emotion dysregulation* sebagai mediator dalam hubungan antara *childhood emotional neglect* dan perilaku *non-suicidal self injury*, dilakukan analisis mediasi menggunakan *Generalized Linear Model (GLM) Mediation Analysis*. Hasil analisis menunjukkan bahwa *childhood emotional neglect* memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap *emotion dysregulation* ($B = 1,48$, $SE = 0,113$, $z = 13,146$, $p < 0,001$). Selanjutnya, *emotion dysregulation* juga memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap perilaku NSSI ($B = 5,60$, $SE = 1,558$, $z = 3,594$, $p < 0,001$). Pengujian efek tidak langsung menunjukkan bahwa hubungan antara *childhood emotional neglect* dan perilaku NSSI dimediasi secara signifikan oleh *emotion dysregulation* ($B = 8,29$, $SE = 2,391$, $z = 3,467$, $p < 0,001$). Hasil *bias corrected bootstrap* menghasilkan interval kepercayaan 95% sebesar [4,56; 12,87]. Karena interval kepercayaan tersebut tidak mencakup nilai nol, maka efek tidak langsung dapat dinyatakan signifikan. Sementara itu, pengaruh langsung (*direct effect*) *childhood emotional neglect* terhadap perilaku NSSI setelah mengontrol *emotion dysregulation* tidak signifikan secara statistik ($B = 2,25$, $SE = 3,305$, $z = 0,681$, $p = 0,496$; 95% CI [-3,09; 7,72]). Sebaliknya, pengaruh total (*total effect*) *childhood emotional neglect* terhadap perilaku NSSI ditemukan signifikan ($B = 10,54$, $SE = 2,456$, $z = 4,291$, $p < 0,001$; 95% CI [5,77; 15,29]).

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *childhood emotional neglect*, *emotion dysregulation*, dan perilaku *non-suicidal self-injury* (NSSI) pada individu yang berada pada fase *emerging adulthood*. Selain itu, penelitian ini juga menguji peran *emotion dysregulation* sebagai mediator dalam hubungan antara *childhood emotional neglect* dan perilaku NSSI. Hubungan antara *childhood emotional neglect* dan *emotion dysregulation* merupakan hubungan paling kuat di antara seluruh hubungan antarvariabel yang diuji dalam penelitian ini, dengan nilai korelasi $r(180) = 0,698$, $p < 0,001$. Temuan tersebut diperkuat oleh hasil *path analysis* yang menunjukkan bahwa *childhood emotional neglect* berpengaruh signifikan terhadap *emotion dysregulation* ($B = 1,48$; $SE = 0,113$; $z = 13,146$; $p < 0,001$), sehingga Ha1 diterima. Dibandingkan dengan hubungan antara *childhood emotional neglect* maupun *emotion dysregulation* terhadap perilaku NSSI, kedekatan hubungan ini menunjukkan bahwa *emotion dysregulation* merupakan konsekuensi yang paling langsung dan paling substansial dari pengalaman diabaikan secara emosional. Dengan kata lain, sebelum memengaruhi munculnya perilaku NSSI, pengalaman *childhood emotional neglect* terlebih dahulu meninggalkan jejak yang mendalam pada cara individu mengenali, memahami, dan mengelola emosinya.

Selanjutnya hasil analisis menunjukkan bahwa *emotion dysregulation* berhubungan positif dan signifikan dengan NSSI, $r(180) = 0,388$, $p < 0,001$, serta tetap memberikan pengaruh yang signifikan setelah pengaruh *childhood emotional neglect* dikendalikan secara statistik ($B = 5,60$; $SE = 1,57$; $t = 3,564$; $p < 0,001$), sehingga Ha2 diterima. Hasil deskriptif menunjukkan bahwa fungsi intrapersonal NSSI memperoleh skor rata-rata lebih tinggi ($M = 23,5$; $SD = 4,90$) dibandingkan fungsi interpersonal ($M = 22,1$; $SD = 8,32$), dengan *affect regulation* sebagai fungsi spesifik yang memiliki skor rata-rata tertinggi ($M = 4,75$; $SD = 1,21$). Dominannya fungsi intrapersonal, khususnya *affect regulation*, mengindikasikan bahwa sebagian besar responden melakukan NSSI terutama untuk mengurangi, mengendalikan, atau mengalihkan emosi negatif yang dirasakan terlalu intens untuk ditoleransi. Dengan demikian, NSSI dalam penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai strategi regulasi emosi yang maladaptif daripada sebagai sarana untuk memengaruhi atau berkomunikasi dengan orang lain. Interpretasi ini sejalan dengan Functional Model of NSSI yang dikemukakan Nock (2009), khususnya mekanisme *intrapersonal*

negative reinforcement, yang menjelaskan bahwa NSSI dipertahankan karena mampu mengurangi intensitas emosi negatif dalam jangka pendek sehingga perilaku tersebut cenderung diulang setiap kali distress kembali muncul. Penjelasan tersebut diperkuat oleh model regulasi emosi Gratz dan Roemer (2004), yang menekankan bahwa regulasi emosi yang sehat mencakup kemampuan menerima, memahami, serta mengakses strategi yang efektif ketika menghadapi emosi negatif.

Secara keseluruhan, hasil tersebut menunjukkan bahwa dampak utama *childhood emotional neglect* tidak hanya berupa munculnya berbagai bentuk distress psikologis, tetapi juga terganggunya proses pembentukan kemampuan regulasi emosi yang seharusnya berkembang melalui hubungan yang suportif dengan pengasuh. Temuan ini sekaligus memberikan dasar untuk memahami hubungan berikutnya dalam penelitian, yaitu keterkaitan antara disregulasi emosi dan perilaku NSSI. Apabila individu mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya, maka muncul pertanyaan mengenai bagaimana individu tersebut menghadapi tekanan emosional yang dialaminya.

Interpretasi tersebut juga konsisten dengan berbagai temuan empiris yang telah dilaporkan dalam literatur sebelumnya. Taylor dkk., (2018) menunjukkan bahwa kesulitan regulasi emosi merupakan salah satu prediktor yang paling konsisten terhadap keterlibatan dalam NSSI, sedangkan Andover dan Morris (2014) menemukan bahwa individu yang melakukan NSSI cenderung memiliki keterbatasan dalam menggunakan strategi regulasi emosi yang adaptif ketika menghadapi tekanan psikologis. Selain itu, Wolff dkk., (2019) melaporkan bahwa *affect regulation* merupakan alasan yang paling sering dikemukakan oleh individu yang melakukan NSSI. Konsistensi antara hasil penelitian ini dengan berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa mekanisme hubungan antara *emotion dysregulation* dan NSSI bersifat relatif stabil pada berbagai populasi dan konteks penelitian. Dengan demikian, temuan penelitian ini tidak hanya memperkuat bukti empiris yang telah ada, tetapi juga menjadi landasan untuk membahas hubungan langsung antara *childhood emotional neglect* dan NSSI pada bagian berikutnya.

Berbeda dengan kuatnya hubungan antara *childhood emotional neglect* dan *emotion dysregulation*, hubungan antara *childhood emotional neglect* dan NSSI ditemukan signifikan, tetapi berada pada kategori sedang, $r(180) = 0,304$, $p < 0,001$, dengan *childhood emotional neglect* hanya mampu menjelaskan 9,23% variasi NSSI ketika diuji sebagai prediktor tunggal, sehingga Ha3 dapat diterima. Nilai koefisien determinasi yang relatif kecil ini menunjukkan bahwa pengaruh *childhood emotional neglect* terhadap NSSI kemungkinan besar tidak berlangsung secara langsung, melainkan bekerja melalui mekanisme psikologis lain yang menjembatani kedua variabel tersebut. Pemahaman ini mengarahkan perhatian pada pentingnya menggunakan kerangka teoretis yang mampu menjelaskan sifat tidak langsung dari hubungan antara *childhood emotional neglect* dan NSSI. Kerangka yang paling relevan untuk menjelaskan pola tersebut adalah *Integrated Theoretical Model of NSSI* yang dikemukakan oleh Nock (2009).

Hasil analisis menunjukkan bahwa pengaruh tidak langsung *childhood emotional neglect* terhadap NSSI melalui *emotion dysregulation* signifikan ($B = 8,29$; 95% CI [4,56; 12,87]), sedangkan pengaruh langsung *childhood emotional neglect* terhadap NSSI menjadi tidak signifikan setelah *emotion dysregulation* dimasukkan ke dalam model ($B = 2,25$; $p = 0,496$), sehingga Ha4 diterima. Pola tersebut menunjukkan terjadinya full mediation, yang berarti hubungan antara *childhood emotional neglect* dan NSSI sepenuhnya dijelaskan oleh *emotion dysregulation* sebagai variabel mediator tanpa menyisakan pengaruh langsung yang independen. Temuan ini sekaligus mengonfirmasi dugaan yang telah dibangun sejak awal mengenai kecilnya koefisien determinasi hubungan langsung antara *childhood emotional neglect* dan NSSI.

Hal tersebut selaras dengan kerangka *Integrated Theoretical Model of NSSI* (Nock, 2009), yang membedakan *distal risk factor* dan *proximal risk factor*. Dalam kerangka ini, *childhood emotional neglect* berperan sebagai faktor risiko distal yang membentuk kerentanan psikologis jangka panjang, sedangkan *emotion dysregulation* berfungsi sebagai faktor risiko proksimal yang secara langsung meningkatkan kemungkinan munculnya perilaku NSSI. Konsekuensinya, dua individu yang memiliki tingkat pengalaman *childhood emotional neglect* yang sama belum tentu memiliki risiko NSSI yang setara karena risiko tersebut pada akhirnya ditentukan oleh sejauh mana masing-masing individu mampu meregulasi emosinya.

Penjelasan ini konsisten dengan temuan Haid-Stecher dan Sevecke (2019), Yang dkk. (2022), Hu dkk.

(2023), serta Erol dan Inozu (2024), yang secara konsisten menemukan *emotion dysregulation* sebagai mekanisme penting yang menjembatani hubungan antara pengabaian emosional pada masa kanak-kanak dan perilaku NSSI. Konvergensi temuan lintas budaya tersebut memperkuat indikasi bahwa mekanisme mediasi yang ditemukan dalam penelitian ini merupakan fenomena yang relatif universal.

Dengan demikian, NSSI pada *emerging adulthood* lebih tepat dipahami bukan sebagai konsekuensi langsung dari pengalaman pengabaian emosional pada masa kanak-kanak, melainkan sebagai konsekuensi dari kegagalan individu mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang adaptif setelah mengalami *childhood emotional neglect*. Pemahaman tersebut memperkuat hasil analisis mediasi yang menunjukkan bahwa *emotion dysregulation* merupakan mekanisme psikologis utama yang menjembatani hubungan antara *childhood emotional neglect* dan NSSI. Integrasi antara temuan kuantitatif, hasil deskriptif, dan penjelasan teoretis tersebut sekaligus menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai mekanisme munculnya perilaku NSSI pada *emerging adulthood*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa seluruh hipotesis alternatif dalam penelitian ini diterima yang mana *childhood emotional neglect* terbukti memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *emotion dysregulation* maupun perilaku *non-suicidal self-injury* (NSSI), sedangkan *emotion dysregulation* juga terbukti berhubungan positif dan signifikan dengan perilaku NSSI. Hasil analisis mediasi menunjukkan bahwa *emotion dysregulation* berperan sebagai mediator penuh (*full mediation*) dalam hubungan antara *childhood emotional neglect* dan NSSI, sehingga pengaruh *childhood emotional neglect* terhadap perilaku NSSI tidak berlangsung secara langsung, melainkan melalui terganggunya kemampuan individu dalam meregulasi emosi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Allah SWT, Ibu Dian Kartika Amelia Arbi, M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing penulis, keluarga, teman-teman, para partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan artikel ilmiah.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Eka Mutiara Indah dan Dian Kartika Amelia Arbi tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Andover, M. S., & Morris, B. W. (2014). Expanding and clarifying the role of emotion regulation in nonsuicidal self-injury. *Canadian Journal of Psychiatry*, 59(11), 569–575. <https://doi.org/10.1177/070674371405901102>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J., Žukauskiene, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 0366(14)00080-7 1(7), 569–576. <https://doi.org/10.1016/S2215>
- Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L., Bjärehed, J., Dillillo, D., Messman-moore, T., Gumpert, C. H., & Gratz, K. L. (2016). Development and Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: The DERS-16. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(2), 284–296. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9514-x>
- Chapman, A. L., Gratz, K. L., & Brown, M. Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 371–394.

- Cicchetti, D., & Toth, S. L. (2016). Child Maltreatment and Developmental Psychopathology: A Multilevel Perspective. *Developmental Psychopathology*, 18(3), 1–56. <https://doi.org/10.1002/9781119125556.devpsy311>
- Erol, Y., & Inozu, M. (2024). An Investigation of the Mediating Roles of Emotion Regulation Difficulties, Distress Tolerance, Self-Compassion, and Self Disgust in the Association Between Childhood Trauma and Nonsuicidal Self Injury. *Archives of Suicide Research*, <https://doi.org/10.1080/13811118.2023.2237083> 28(3), 815–829.
- 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*, <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94> 26(1), 41–54.
- Haid-Stecher, N., & Sevecke, K. (2019). [Childhood Maltreatment and Non Suicidal Self-Injury - the Impact of Emotion Regulation]. *Praxis Der Kinderpsychologie Und Kinderpsychiatrie*, <https://doi.org/10.13109/PRKK.2019.68.7.623> 68(7), 623–638.
- Hasking, P. A., Di Simplicio, M., McEvoy, P. M., & Rees, C. S. (2018). Emotional cascade theory and non-suicidal self-injury: the importance of imagery and positive affect. *Cognition and Emotion*, <https://doi.org/10.1080/02699931.2017.1368456> 32(5), 941–952.
- Heleniak, C., & McLaughlin, K. A. (2020). Social-cognitive mechanisms in the cycle of violence: Cognitive and affective theory of mind, and externalizing psychopathology in children and adolescents. *Development and Psychopathology*, 32(2), <https://doi.org/10.1017/S0954579419000725> 735–750.
- Hidayati, F., Fanani, M., & Mulyani, S. (2023). Prevalence and help-seeking behaviour for non-suicidal self-injury in college students. *Journal of Public Health and Development*, <https://doi.org/10.55131/jphd/2023/210219>
- Ho, K. (2019, June 26). Seperempat orang Indonesia pernah memiliki pikiran untuk bunuh diri. *Yougov.Com*. <https://yougov.com/articles/23995-seperempat-orang-indonesia-pernah-memiliki-pikiran>
- Hou, S., Twayigira, M., Luo, X., Song, L., Cui, X., Xie, Q., Shen, Y., Yang, F., & Yuan, X. (2023). The relationship between emotional neglect and non-suicidal self-injury among middle school students in China: the mediating role of social anxiety symptoms and insomnia. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04735-7>
- Kiekens, G., Hasking, P., Claes, L., Boyes, M., Mortier, P., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Green, J. G., Kessler, R. C., Myin-Germeys, I., Nock, M. K., & Bruffaerts, R. (2019). Predicting the incidence of non suicidal self-injury in college students. *European Psychiatry*, 59, 44–51. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2019.04.002>
- Klonsky, E. D., & Glenn, C. R. (2009). Assessing the functions of non-suicidal self injury: Psychometric properties of the Inventory of Statements About Self injury (ISAS). *J Psychopathol Behav Assess*, 31(3), 215–219. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9107-z>
- Kweon, K. (2026). Understanding Adolescent Non-Suicidal Self-Injury: A Narrative Review of Theoretical Models and Evidence-Based Psychotherapies. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 37(1), 33–43. <https://doi.org/10.5765/jkacap.250050>
- Larsen, B., & Launa, B. (2018). Adolescence as a neurobiological critical period for the development of higher-order cognition. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 94, 179–195. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.09.005>.
- Neuman, W. L. (2014). *Basics of Social Research: Qualitative & Quantitative Approaches* (Third Edit). Pearson Education Limited.

-
- Nock, M. K. (2010). Self-Injury. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6(December), 339–363. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
- Nock, M. K., & Favazza, A. R. (2009). Nonsuicidal self-injury: definition and classification. In M. K. Nock (Ed.), *Understanding Nonsuicidal Self-Injury: Origins, Assessment, and Treatment* (pp. 9–18). American Psychological Association.
- Paley, B., & Hajal, N. J. (2022). Conceptualizing Emotion Regulation and Coregulation as Family-Level Phenomena. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 25(1), 19–43. <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00378-4>
- Sabrina, V. A., & Afiatin, T. (2023). Peran Disregulasi Emosi terhadap Kecenderungan Melakukan Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) pada Remaja. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 9(2), 192. <https://doi.org/10.22146/gamajop.79558>
- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B., & Zechmeister, J. S. (2015). *Research Methods in Psychology* (Tenth Edit). McGraw-Hill Education.
- Taylor, P. J., Jomar, K., Dhingra, K., Forrester, R., Shahmalak, U., & Dickson, J. M. (2018). A meta-analysis of the prevalence of different functions of non suicidal self-injury. *Journal of Affective Disorders*, 227(November 2017), 759–769. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.073>
- Teicher, M. H., & Samson, J. A. (2013). Childhood maltreatment and psychopathology: A case for ecophenotypic variants as clinically and neurobiologically distinct subtypes. *American Journal of Psychiatry*, 170(10), 1114–1133. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2013.12070957>
- Thomas, D., & Bonnaire, C. (2023). Non-Suicidal Self-Injury and Emotional Dysregulation in Male and Female Young Adults: A Qualitative Study. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 34(3), 159–168. <https://doi.org/10.5765/jkacap.230033>
- Wolff, J. C., Thompson, E., Thomas, S. A., Nesi, J., Bettis, A. H., Ransford, B., Scopelliti, K., Frazier, E. A., & Liu, R. T. (2019). Emotion dysregulation and non-suicidal self-injury: A systematic review and meta-analysis. *European Psychiatry*, 59, 25–36. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2019.03.004>
- Wood, D., Crapnell, T., Lau, L., Bennett, A., Lotstein, D., Ferris, M., & Kuo, A. (2018). Emerging Adulthood as a Critical Stage in the Life Course. In N. Halfon, C. B. Forrest, R. M. Lerner, & E. M. Faustman (Eds.), *Handbook of Life Course Health Development* (pp. 123–143). Springer. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-47143-3_27
- Yan, W. J., Huang, H. Y., Ruan, Q. N., Wu, Y. W., Xu, S., & Zhao, K. (2024). The functional heterogeneity of non-suicidal self-injury: insights from latent profile analysis. *BMC Psychiatry*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-024-06425-4>
- Yang, S. Y., Lee, D., Jeong, H., Cho, Y., Ahn, J. E., Hong, K. S., & Baek, J. H. (2022). Comparison of Patterns of Non-suicidal Self-Injury and Emotion Dysregulation Across Mood Disorder Subtypes. *Frontiers in Psychiatry*, 13(May), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.757933>