

Peran Disregulasi Emosi terhadap Kecenderungan Melakukan Perilaku *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) pada Remaja

Vanda Azmi Sabrina¹, Tina Afiatin²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Email: ¹vandaazmi00@mail.ugm.ac.id, ²afiatin04@ugm.ac.id

Abstrak

Non-suicidal self-injury (NSSI) merupakan perilaku melukai diri sendiri secara sengaja tanpa ada niatan untuk bunuh diri. Terdapat berbagai macam faktor yang menjadi penyebab seseorang melakukan perilaku NSSI, salah satunya adalah disregulasi emosi. Namun, publikasi penelitian mengenai topik serupa di Indonesia masih sangat terbatas sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran disregulasi emosi terhadap kecenderungan perilaku NSSI pada remaja. Partisipan (N=159) merupakan remaja berusia 14-24 tahun (laki-laki = 15, perempuan = 130, tidak menjawab = 14) yang pernah atau sedang melakukan perilaku NSSI. Data didapatkan dengan menyebarkan instrumen *Inventory of Statement about Self-Injury* (ISAS) dan *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS) yang sudah dimodifikasi. Hasil analisis menggunakan regresi linier sederhana menunjukkan bahwa disregulasi emosi berperan terhadap kecenderungan remaja melakukan perilaku NSSI dengan sumbangan efektif sebesar 26,1% ($p < 0,05$).

Kata kunci: *non-suicidal self-injury, disregulasi emosi, remaja*

Abstract

Non-suicidal self-injury (NSSI) is an intentional self-injury behavior without any suicidal intent. There are various factors that cause a person to perform NSSI behavior, one of which is emotional dysregulation. However, the publication of research on a similar topic in Indonesia is limited, so the purpose of this study is to determine the role of emotional dysregulation on NSSI behavior tendencies in adolescents. Participants (N=159) were adolescents aged 14-24 years (male = 15, female = 130, did not answer = 14) who had or are currently engaging in NSSI behavior. The data was obtained by distributing the *Inventory of Statements about Self-Injury* (ISAS) and *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS) instruments that have been modified. The results of the analysis using simple linear regression showed that emotional dysregulation played a role in the tendency of adolescents to carry out NSSI behavior with an effective contribution of 26.1% ($p < 0.05$).

Keywords: *non-suicidal self-injury, emotion dysregulation, adolescent*