

*Alaric Kemal Akmal, Tri Hayuning Tyas*  
Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada  
e-mail: alaric.kemal0502@mail.ugm.ac.id, t.h.tyas@ugm.ac.id

### Abstrak

Studi ini memeriksa peran *State Anxiety* dan *Trait Anxiety* dalam kaitannya dengan *non-suicidal self-injury* (NSSI) di kalangan remaja akhir di Indonesia. Dengan menggunakan metode survei kuantitatif, data dikumpulkan dari 125 partisipan berusia 18–22 tahun. Instrumen yang digunakan adalah State-Trait Anxiety Inventory (STAI) versi Indonesia dan Self-Harm Inventory (SHI) versi Indonesia. Hipotesis dari penelitian ini diterima yaitu, *state anxiety* dan *trait anxiety* secara bersama-sama menjelaskan 25,4% varians perilaku melukai diri (NSSI) individu,  $F = 20,8$ ;  $p < 0,001$ . Analisis regresi linier berganda mengungkapkan bahwa *State Anxiety* secara signifikan memprediksi perilaku NSSI ( $\beta = 0,4944$ ,  $p < 0,001$ ), berkontribusi 24,9% terhadap varians ( $R^2 = 0,249$ ,  $F = 20,8$ ,  $p < 0,001$ ), sedangkan *Trait Anxiety* bukan merupakan prediktor yang signifikan ( $\beta = 0,0109$ ,  $p > 0,001$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa respons kecemasan situasional memainkan peran kunci dalam perilaku NSSI. Studi ini menekankan perlunya intervensi yang menargetkan kecemasan akut dan menyoroti pentingnya pengembangan keterampilan pengaturan emosi pada remaja untuk mencegah perilaku melukai diri sendiri.

**Kata kunci:** *Non-suicidal self injury*, melukai diri sendiri, kecemasan, remaja, disregulasi emosi

### Abstract

*This study examined the role of State Anxiety and Trait Anxiety in relation to non-suicidal self-injury (NSSI) among late adolescents in Indonesia. Using a quantitative survey method, data were collected from 125 participants aged 18–22 years. The instruments used were the Indonesian versions of the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) and the Self-Harm Inventory (SHI). The hypothesis of this study was supported, showing that state anxiety and trait anxiety together explained 25.4% of the variance in individuals' NSSI behavior,  $F = 20.8$ ;  $p < 0.001$ . Multiple linear regression analysis revealed that State Anxiety significantly predicted NSSI behavior ( $\beta = 0.4944$ ,  $p < 0.001$ ), accounting for 24.9% of the variance ( $R^2 = 0.249$ ,  $F = 20.8$ ,  $p < 0.001$ ), whereas Trait Anxiety was not a significant predictor ( $\beta = 0.0109$ ,  $p > 0.001$ ). These findings indicate that situational anxiety responses play a key role in NSSI behavior. This study emphasizes the need for interventions targeting acute anxiety and highlights the importance of developing emotion regulation skills among adolescents to prevent self-injurious behavior.*

**Keywords:** *Non-suicidal self-injury, Self-harm, Anxiety, Adolescent, Emotional dysregulation*