

Peran deprivasi tidur sebagai mediator dalam hubungan konflik psikologis antar-pasangan dan tingkah laku makan emosional di populasi dewasa muda = The Role of sleep deprivation as mediator between interpartner psychological conflict and emotional eating in young adult population

Zahra Khairunnisa, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20465894&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK
Hubungan romantis menjadi salah satu tugas perkembangan pada individu yang memasuki usia dewasa muda 20-40 tahun. Hubungan romantis sendiri menjadi salah satu hubungan yang paling rentan mengalami konflik yang berakibat pada dirasakannya emosi negatif bagi individu. Salah satu dampak dari emosi negatif yang dirasakan adalah kemunculan perilaku makan sebagai salah satu strategi coping dalam meregulasi emosi negatif tersebut. Salah satu hal yang menyebabkan perilaku makan ini untuk muncul adalah deprivasi tidur yang mana dalam hal ini, deprivasi tidur dapat disebabkan oleh konflik yang dirasakan. Penelitian ini sendiri berupaya untuk mempelajari peran deprivasi tidur sebagai mediator dalam hubungan antara konflik psikologis antar-pasangan dan tingkah laku makan emosional pada populasi dewasa muda yang menjalin hubungan romantis. Data diperoleh dari 474 partisipan berdasarkan respons pada alat ukur CTS2 skala negosiasi dan agresi psikologis, item 4 pada PSQI, dan skala emotional eating dalam alat ukur DEBQ yang diberikan secara online. Berdasarkan perhitungan analisis mediasi, ditemukan adanya pengaruh yang signifikan bahwa konflik psikologis antar-pasangan mempengaruhi tingkah laku makan emosional secara langsung, $c = 0,03$, $SE = 0,01$, $p < 0,05$.

ABSTRACT
Building a romantic relationship has been one of many developmental tasks in a young adult developmental period 20-40 years old. The romantic relationship itself is prone to the conflict that can elicit negative emotions to the people who go through a conflict with their partner. In order to regulate the negative emotions from interpartner conflict, eating behavior is considered as a coping strategy when interpartner conflict arises. Besides the conflict itself, sleep deprivation is considered as a predictor of emotional eating. On the other hand, sleep deprivation is influenced by interpartner conflict. This study aimed to examine the role of sleep deprivation as a mediator between interpartner psychological conflict and emotional eating in young adult population. Data gathered from 474 participants based on their responses in negotiation and psychological aggression scale in CTS2, item number 4 in PSQI, and emotional eating scale in DEBQ via online. Using mediation analysis, result showed that interpartner psychological conflict directly affecting emotional eating with $c = 0,03$, $SE = 0,01$, $p < 0,05$.