

Peran Regulasi Emosi Sebagai Mediator dalam Hubungan antara Infleksibilitas Psikologis dan Perilaku Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) pada Dewasa Muda = The Role of Emotion Regulation as Mediator on the Relationship between Psychological Inflexibility and Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) Behavior in Emerging Adults

Nadira Khairunnisa, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920565056&lokasi=lokal>

Abstrak

Non-suicidal self-injury (NSSI) saat ini banyak ditemukan pada dewasa muda dengan prevalensi 4-23%. Pada dewasa muda yang memiliki banyak tekanan secara emosional, NSSI sering digunakan untuk mengatasi tekanan tersebut karena adanya kecenderungan untuk tidak menerima tekanan emosional yang tidak diinginkan. Kecenderungan tidak menerima emosi secara kaku disebut juga infleksibilitas psikologis (IP). Penggunaan strategi regulasi emosi diduga dapat menjembatani hubungan kedua variabel. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah strategi regulasi emosi cognitive reappraisal (CR) dan strategi regulasi emosi expressive suppression (ES) dapat menjadi mediator dari hubungan IP dan NSSI. Total partisipan berjumlah 231 dan jumlah partisipan NSSI 135 orang dengan rata-rata usia 22 tahun. Perilaku NSSI diukur menggunakan NSSI-FS, IP menggunakan AAQ-II dan strategi regulasi emosi menggunakan ERQ. Melalui analisis mediasi, ditemukan regulasi emosi CR memediasi secara penuh hubungan antara IP dan NSSI, sedangkan ES tidak dapat memediasi. Dengan kata lain ketika individu cenderung kaku dan terus-menerus enggan untuk mengalami pikiran, perasaan, dan sensasi internal yang tidak nyaman (IP), hal tersebut akan menghambat penggunaan CR, yang kemudian meningkatkan kecenderungan perilaku NSSI pada individu dewasa muda.

.....Non-suicidal self-injury (NSSI) is currently prevalent among emerging adults, with rates ranging from 4-23%. Among young adults who experience significant emotional pressure, NSSI is often used as a way to cope with this pressure due to a tendency to reject unwanted emotional distress. This tendency to rigidly reject emotions is also referred to as psychological inflexibility (PI). The use of emotion regulation strategies is suspected to mediate the relationship between these two variables. This study aims to examine whether the emotion regulation strategy of cognitive reappraisal (CR) and expressive suppression (ES) can mediate the relationship between PI and NSSI. A total of 231 participants were involved, with 135 reporting NSSI, and the average age was 22 years old. NSSI behavior was measured using the NSSI-FS, PI using the AAQ-II, and emotion regulation strategies using the ERQ. Through mediation analysis, it was found that CR fully mediated the relationship between PI and NSSI, while ES could not mediate this relationship. In other words, when individuals are rigid and consistently unwilling to experience uncomfortable thoughts, feelings, and internal sensations (PI), it hinders the use of CR, which in turn increases the tendency for NSSI behavior among young adults.