

## **BAGAIMANA PARENT ATTACHMENT PELAKU SELF INJURY DITINJAU DARI REGULASI EMOSI?**

### ***How Parent Attachment of Self Injury Perpetrators Viewed From Emotion Regulations?***

**Aura Viratasya<sup>1)</sup>, Ayu Purnamasari<sup>2)\*</sup>**

<sup>1,2)</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya

Diterima 15 Mei 2023 / Disetujui 15 September 2023

#### **ABSTRACT**

*Teenagers or adults who self-injure often have difficulty regulating their emotions. Strong emotions like sadness, anger or frustration can feel overwhelming and they don't know healthy ways to cope. Self-injury can become a kind of unhealthy coping mechanism. The physical pain caused by self-injury can temporarily relieve the distress or negative emotions they feel. Parent attachment refers to the emotional connection between a child and his or her parents. A secure and stable attachment is crucial for children's development, including their ability to regulate emotions. This study aims to determine whether there is a role of parent attachment to the emotion regulation in self-injury perpetrators. The hypothesis of this study is that there is a role of parent attachment to the emotion regulation. Participants in this study were 131 self injury perpetrators and 50 self injury perpetrators as try out participants. The sampling technique used is purposive sampling. This study used two scales as a measuring instrument, the scale of emotion regulation that refers to aspects of Gross and Thompson (2007) and the parent attachment scale that refers to the attachment aspects of Armsden and Greenberg (1987). Analysis of research data using simple linear regression analysis method using SPSS 16.00 Program. The results showed there is a role of parent attachment to emotion regulation in self injury perpetrators with a value of  $r = 0.032$  and  $p = 0.047$  ( $p < 0.05$ ). This indicates that parent attachment has a significant role in the emotion regulation of self-injury perpetrators. Thus, the hypothesis presented in this study is accepted.*

**Keywords:** *Parent Attachment, Emotion Regulation, Self Injury*

#### **ABSTRAK**

Remaja atau orang dewasa yang melakukan self-injury kerap memiliki kesulitan dalam mengatur emosi mereka. Emosi yang kuat seperti sedih, marah, atau frustrasi bisa terasa overwhelming dan mereka tidak tahu cara sehat untuk mengatasinya. Self-injury bisa menjadi semacam mekanisme koping yang tidak sehat. Rasa sakit fisik yang ditimbulkan dari self-injury bisa sementara meredakan perasaan tertekan atau emosi negatif yang mereka rasakan. *Parent attachment* (keterikatan orang tua) mengacu pada hubungan emosional antara anak dan orang tuanya. Keterikatan yang aman dan stabil sangat penting bagi perkembangan anak, termasuk kemampuan mereka untuk meregulasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada peran *parent attachment* terhadap regulasi emosi pada pelaku *self injury*. Hipotesis dari penelitian ini yaitu ada peran *parent attachment* terhadap regulasi emosi. Partisipan dalam penelitian ini adalah 131 pelaku *self injury* serta 50 pelaku *self injury* sebagai partisipan uji coba. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan dua buah skala sebagai alat ukur, yaitu skala regulasi emosi yang mengacu pada aspek-aspek dari Gross dan Thompson (2007) dan skala *parent attachment* yang mengacu pada aspek-aspek *attachment* dari Armsden dan Greenberg (1987). Analisis data penelitian menggunakan metode analisis regresi linear sederhana menggunakan Program SPSS 16.00. Hasil Penelitian menunjukkan ada peran *parent attachment* terhadap regulasi emosi pada pelaku *self injury* dengan nilai  $r = 0,032$  dan  $p = 0,047$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa *parent attachment* memiliki peran yang signifikan pada regulasi emosi pelaku *self injury*. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima

**Kata Kunci:** *Parent Attachment, Regulasi Emosi, Self Injury*

## PENDAHULUAN

Individu mempunyai cara yang berbeda-beda dalam menyalurkan emosinya. Menurut Maidah (2013) individu dapat menyalurkan emosinya dengan banyak cara, bisa dengan cara positif maupun negatif. Menyalurkan emosi dengan cara positif misalnya melakukan aktivitas yang disukai seperti olahraga, menonton film, jalan-jalan dengan teman, membaca buku dan lainnya. Sedangkan menyalurkan emosi dengan cara negatif yaitu mengonsumsi narkoba, minuman beralkohol atau bahkan menyakiti dirinya sendiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menyakiti diri lebih banyak dilakukan pada remaja dan dewasa muda untuk meredakan emosi negatif (Klonsky & Muehlenkamp, 2007).

*Self injury* ataupun yang biasa disebut dengan *self harm* atau *non-suicidal self injury* (NSSI) merupakan tindakan yang melukai diri sendiri secara sengaja oleh dirinya sendiri. Klonsky (2007) menyebutkan bahwa *self harm* merupakan tindakan yang dilakukan dengan sengaja untuk menyakiti maupun merusak bagian tubuh tertentu. Tindakan ini tidak ditujukan untuk bunuh diri, namun sebagai cara untuk melampiaskan emosi yang sangat menyakitkan (Romas, 2012). Menurut Hawton, O'Connor, dan Saunders (2012), fenomena ini dianggap seperti gunung es yang berarti kasus yang sebenarnya belum terungkap dikarenakan cukup besar. Individu yang melukai dirinya sendiri tidak ingin perilakunya diketahui orang lain karena malu dan takut akan anggapan orang lain bahwa dirinya bodoh serta takut dijauhi oleh orang-orang sekitarnya (Maidah, 2013). Saat ini jumlah pelaku *self injury* cenderung semakin meningkat. Di Inggris, peningkatan diketahui lebih dari 50%. Pada tahun 2004-2005, terdapat 1.758 remaja dan dewasa awal yang berusia dibawah 25 tahun dibawa ke rumah sakit karena menyakiti diri sendiri dengan

benda-benda tajam. Pada tahun 2008-2009, angka tersebut meningkat menjadi sebanyak 2.727 orang (BBC, 2010).

Dari penelitian yang dilakukan oleh Ee dan Mey di Malaysia diketahui bahwa dari 250 pelajar yang berusia 13-16 tahun, sekitar 170 pelajar atau sebanyak 68% yang terdiri dari 58 laki-laki dan 112 perempuan pernah melakukan *self injury*. Dari 170 pelajar tersebut, sekitar 49,4% berusia 13-14 tahun dan 50,6% berusia 15-16 tahun. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa perempuan lebih banyak terlibat dibandingkan dengan laki-laki (Ee & Mey, 2011). Di Indonesia sendiri data statistik jumlah pelaku *self injury* yang sebenarnya juga belum ditemukan, akan tetapi seperti sudah menjadi rahasia umum bahwa *self injury* telah menjadi tren khususnya pada kalangan remaja (Lubis & Yudhaningrum, 2020). Tresno, Ito, dan Mearns (2012) mengatakan bahwa di Indonesia, dilaporkan dari 314 mahasiswa di salah satu universitas di Indonesia terdapat 38% mahasiswa pernah terlibat dalam NSSI dan 21% diantaranya juga pernah melakukan percobaan bunuh diri.

Berdasarkan hasil survei, masalah kesehatan yang paling banyak dialami yaitu kecemasan sebanyak 69% dan depresi sebanyak 58%, namun hanya dua dari lima orang atau 42% yang mencari bantuan profesional (YouGov, 2019). Menurut DSM-V (APA, 2013) individu dapat dikatakan sebagai pelaku *self injury* apabila: (1) Seseorang telah terlibat *self injury* selama dua belas bulan terakhir, setidaknya dilakukan pada lima hari yang berbeda (2) *Self injury* bukan merupakan hal yang sepele (misalnya menggigit kuku), dan tidak merupakan bagian dari sebuah praktek yang diterima secara sosial (misalnya menindik atau tato). Menurut Kurniawaty (2012) *self injury* dipercaya untuk meregulasi emosi pelaku dengan rasa sakit karena pelaku *self injury* lebih mudah untuk menghadapi rasa sakit fisik dibandingkan dengan rasa sakit emosional. Individu sebaiknya merespon dengan baik emosi yang dirasakan agar tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain sehingga dibutuhkan kemampuan untuk mengontrol

\*Korespondensi Penulis:

E-mail : [ayupurnamasari@fk.unsri.ac.id](mailto:ayupurnamasari@fk.unsri.ac.id)

dan mengendalikan emosi atau yang disebut regulasi emosi (Estefan & Wijaya, 2014).

Regulasi emosi mempunyai tujuan agar meminimalisir dampak buruk dari masalah yang dihadapi individu dengan cara memonitor serta mengevaluasi pengalaman emosional (Kringg & Sloan, 2010). Regulasi emosi juga memiliki peranan penting agar individu mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sehingga dapat berfungsi secara kompeten di lingkungannya (Estefan & Wijaya, 2014). Syahadat (2013) juga mengungkapkan regulasi emosi mampu membantu individu untuk mengubah pikiran negatif menjadi positif sehingga mempengaruhi perilaku individu. Untuk memperjelas fenomena, peneliti melakukan wawancara terkait dengan variabel terikat yaitu regulasi emosi pada tiga subjek yaitu L dan A. Berdasarkan hasil wawancara pada L dan A mengaku tidak cukup dekat dengan orang tua mereka. L lebih nyaman ketika sendirian di kamarnya, L juga merasa orang tuanya tidak perlu mengetahui permasalahan maupun perasaannya. L berpikir apabila orang tuanya mengetahui, maka L akan lebih disalahkan lagi. L jarang berbincang dengan orang tuanya kecuali hal-hal yang penting. Saat dirumah, L juga merasa orang tuanya tidak pernah bertanya dan membicarakan permasalahannya selama di sekolah. Karena hal tersebut, L lebih nyaman untuk mengurung diri di kamarnya dibandingkan harus keluar kamar dan berbincang dengan orang tuanya. Berbeda dengan L, A hanya tinggal bersama ayahnya di rumah karena orang tuanya sudah berpisah sejak 2 tahun yang lalu. A mengaku ayahnya merupakan seseorang yang pekerja keras hingga tidak pernah meluangkan waktu untuknya. Sedangkan ibunya juga tidak terlalu peduli dan hanya menanyakan kabar melalui *chat* saja. A merasa ayah dan ibunya tidak pernah peduli dengannya, karena saat A mempunyai masalah dalam hal apapun A merasa tidak ada yang mencoba untuk mengerti permasalahannya. A mengatakan bahwa A sudah lelah dengan keadaannya saat ini.

Peneliti melakukan survei menggunakan aspek-aspek regulasi emosi

menurut Gross dan Thompson tahun 2007. Berdasarkan hasil survei, didapatkan bahwa ketika merasa sedih, individu lebih banyak menghabiskan waktunya untuk mengurung diri di kamar, menyendiri, dan melempar benda-benda di sekitar. Sebanyak 95% atau 19 orang mengaku tidak bisa mengatasi kesedihannya dengan berbagai alasan yaitu bingung bagaimana cara mengatasinya, sudah melakukan kegiatan lain, dan terlalu banyak masalah hingga berakhir menyendiri. Selanjutnya, sebanyak 90% atau 18 orang belum bisa mengendalikan emosi-emosi negatif dalam dirinya dengan berbagai alasan seperti sulit dikendalikan oleh diri sendiri, sulit menahan emosi, dan merasa emosinya tidak stabil sehingga tidak dapat dikontrol. Hal ini sesuai dengan aspek regulasi emosi yaitu individu tidak dapat mengatur emosi negatif dengan menurulkannya. Kemudian, 75% atau sebanyak 15 orang mengaku pada awalnya menyakiti diri secara sengaja karena merasa lega ketika emosi yang ada di dalam dirinya terlampiaskan. Selanjutnya, sebanyak 75% atau 15 orang mengaku sering menyakiti dirinya secara tidak sengaja.

Menurut Pratisti (2011) regulasi emosi dapat membantu individu untuk mengendalikan emosi yang bersifat negatif. Selanjutnya, Tamir (2015) menjelaskan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi terjadinya regulasi emosi, yaitu faktor kognitif dan faktor behaviorial. Ketidakkampuan individu dalam meregulasi emosi bukan berarti individu tersebut mempunyai penyakit psikologis, namun berhubungan dengan tujuan emosi. Jika individu gagal dalam mencapai tujuan emosinya, maka dapat dikatakan individu tersebut tidak mampu meregulasi emosinya (Thompson, 2011). Menurut Gross dan Thompson (2007) terdapat tiga aspek regulasi emosi yaitu mengatur emosi negatif atau emosi positif dengan menurunkan atau meningkatkan, mengendalikan emosi secara sengaja namun selanjutnya dilakukan secara tidak sadar dan membuat situasi menjadi lebih baik atau buruk tergantung konteksnya. Hiltz, Hanson, dan Pollak (2011) menjelaskan terdapat tiga proses regulasi emosi, yaitu

membaca dan memahami sinyal emosi, memilih atau mengkategorikan sinyal emosi sebagai emosi positif atau emosi negatif agar menghasilkan respon, dan menentukan respon perilaku. Strategi regulasi emosi yang berbeda baik positif maupun negatif mempunyai hubungan dengan kualitas *attachment* yang dimiliki oleh individu (Crugnola, Tambelli, Spinelli, Gazzotti, Caprin & Albizzati, 2011). Brumariu (2015) menjelaskan bahwa kuatnya *attachment* orangtua-anak dapat berpengaruh terhadap tingginya kemampuan regulasi emosi terhadap individu. Dukungan dari figur *attachment* berupa secara fisik maupun emosional dapat mempengaruhi perkembangan regulasi emosi individu (Zimmerman, Maier, Winter & Grossmann, 2010).

Santrock (2007) menjelaskan bahwa remaja yang memiliki *secure attachment* dengan orangtua, maka sedikit kemungkinannya untuk melakukan perilaku bermasalah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gromatsky, Waszczuk, Perlman, Salis, Klein, dan Kotov (2016) didapatkan bahwa individu yang terlibat dalam perilaku *self injury* cenderung memiliki orang tua yang tidak menyenangkan. Salzinger, Rosario, Feldman, dan Ng-Mak (2007) menyebutkan bahwa *attachment* yang tidak aman dapat menjadi faktor resiko yang signifikan untuk menyakiti diri sendiri. Individu dengan *attachment* yang tidak aman juga diketahui mengembangkan cara-cara maladaptif dalam mengatasi emosi negatif (Seiffge-Krenke, 2006). Individu juga melaporkan bahwa perilaku dari orang tua mereka dapat mempengaruhi untuk melakukan *self injury* (Yip, Ngan & Lam, 2003). Jiang, You, Zheng, dan Lin (2017) menemukan bahwa kualitas *attachment* orang tua pada individu yang tidak melakukan *self injury* ditandai dengan kepercayaan yang lebih pada orang tua, komunikasi, serta kedekatan individu dengan orang tuanya.

Boyd dan Bee (2013) menyebutkan bahwa *parent attachment* merupakan suatu jenis ikatan afeksi dimana orang lain menambahkan rasa aman khusus untuk

individu. Faktor yang mempengaruhi *parent attachment* menurut Baradja (2005) adalah adanya kepuasan individu terhadap figur lekat, terjadinya reaksi atau respon setiap tingkah laku yang menunjukkan perhatian, dan seberapa sering figur lekat berinteraksi dengan individu. Menurut Armsden dan Greenberg (1987) terdapat tiga aspek *attachment* yaitu *communication*, *trust* dan *alienation*. Menurut Myers (2012) terdapat empat gaya *attachment*, yaitu *secure attachment*, *fearful attachment*, *preoccupied attachment* dan *dismissive attachment*. Individu dapat mempelajari emosi serta strategi regulasi emosi melalui interaksi dengan *caregiver* mereka, misalnya diajarkan secara langsung untuk mengkomunikasikan tentang emosi yang dirasakan dan bagaimana untuk memodulasi emosi tersebut (Brumariu, 2015). Santrock (2007) menjelaskan bahwa melalui interaksi dengan orang tua, individu belajar untuk mengekspresikan emosinya dengan cara yang semestinya. Penerimaan dan dukungan dari orang tua terhadap emosi individu berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengelola emosi dengan cara yang positif (Parke, dalam Santrock 2007).

Ahli teori *attachment* seperti Thompson dan Meyer (2007) menjelaskan perbedaan dalam hubungan antara *caregiver-individu* sangat penting untuk perkembangan regulasi emosi, yang dimana individu dengan gaya *attachment* aman dan tidak aman sangat bergantung dengan strategi regulasi individu. Gresham dan Gullone (2012) juga menemukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *attachment* dengan regulasi emosi. *Attachment* merupakan dasar bagi individu untuk mengelola, mengenali, serta mengatur emosi secara adaptif dalam mengatasi peristiwa yang menimbulkan kesulitan (Zimmer-Gembeck, Webb, Pepping, Swan, Merlo, Skinner, Avdagic & Dunbar, 2015).

Peneliti selanjutnya melakukan survei menggunakan aspek *attachment* menurut Armsden dan Greenberg (1987) yaitu *trust*, *communication*, dan *alienation*. Berdasarkan aspek *trust* didapatkan bahwa 95% atau 19 individu mengaku ketika mempunyai masalah

orang tua mereka tidak mengetahuinya. Hal ini terjadi karena individu memilih untuk memendam masalahnya sendiri karena merasa orang tua tidak akan mengerti permasalahan mereka. Sebanyak 75% atau 15 orang mengaku orang tua mereka tidak peduli dengan apa yang mereka rasakan. Selanjutnya berdasarkan aspek *communication* didapatkan sebanyak 85% atau 17 orang mengaku orang tua tidak pernah menanyakan keadaan mereka. Individu merasa tidak pernah diperhatikan dan dipedulikan, apalagi ditanyakan mengenai keadaannya.

Kemudian 80% atau sebanyak 16 orang mengaku orang tua tidak pernah menanyakan masalah yang mereka hadapi karena orang tua merasa mereka baik-baik saja karena tidak pernah bercerita. Berdasarkan aspek *alienation*, sebanyak 80% atau 16 orang juga mengaku tidak pernah merasa dihargai oleh orang tuanya. Individu merasa orang tua tidak pernah mendengarkan dan menghargai pendapat. Selanjutnya, 95% atau sebanyak 19 orang mengaku tetap merasa sendiri meskipun sedang bersama orang tua karena individu merasa tidak dekat dengan orang tua dan tetap merasa sendiri. Berdasarkan masalah tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui dan meneliti “Apakah ada peran *parent attachment* terhadap regulasi emosi pada pelaku *self injury*?”

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu teknik pengambilan anggota sampel dalam penelitian dilakukan dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu.

Adapun karakteristik dalam pemilihan sampel pada penelitian ini, yaitu individu yang melakukan *self injury*. Dalam penelitian ini, sampel yang dipilih yaitu individu yang melukai diri secara sengaja untuk mendapatkan rasa lega dari pikiran negatif tanpa ada niat untuk bunuh diri dan dilakukan sebanyak lima hari atau lebih selama satu tahun terakhir sesuai dengan kriteria menurut DSM-V yang terlampir,

dengan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 131 orang dengan jumlah sampel untuk uji coba atau *try out* sebanyak 50 orang. Kategorisasi usia peneliti ambil menurut Santrock (2012) dimana tahap perkembangan remaja dimulai dari usia 12 tahun hingga 22 tahun, sedangkan tahap perkembangan dewasa awal dimulai dari usia 23 tahun sampai 40 tahun. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara dan skala sebagai metode pengumpulan data tambahan untuk fenomena atau permasalahan dalam penelitian. Metode pengumpulan data di lapangan menggunakan skala psikologis yang dibuat oleh peneliti yang kemudian akan disebar untuk diisi oleh responden sesuai dengan jumlah sampel yang ditentukan.

Adapun skala yang digunakan adalah Skala regulasi emosi dari Gross dan Thompson (2007) yaitu mengatur emosi negatif atau emosi positif dengan menurunkan, meningkatkan, mengendalikan emosi. Skala regulasi emosi ini dibuat dengan model skala likert yang terdiri dari 48 butir aitem, yaitu 24 butir aitem *favorable* dan 24 butir aitem *unfavorable*.

Pada skala *Parent Attachment* akan diukur dengan menggunakan skala yang peneliti susun mengacu pada aspek *attachment* dari Armsden dan Greenberg (1987), yaitu *Trust, Communication, dan Alienation*. Skala *attachment* ini dibuat dengan model skala likert, yang terdiri dari 48 butir aitem, yaitu 24 butir aitem *favorable* dan 24 butir aitem *unfavorable*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Deskriptif

Data penelitian yang telah dikumpulkan akan melalui analisis deskripsif.

**Tabel 1. Deskripsi Jenis Kelamin Subjek**

| Variabel  | Jumlah | %    |
|-----------|--------|------|
| Laki-Laki | 14     | 10,7 |
| Perempuan | 117    | 89,3 |
| Total     | 131    | 100  |

Berdasarkan tabel deskripsi jenis kelamin subjek penelitian, maka dapat diketahui bahwa subjek dengan jenis kelamin

perempuan berjumlah lebih banyak yaitu sejumlah 117 orang (89,3%).

**Tabel 2. Deskripsi Pekerjaan Subjek**

| Pekerjaan         | Jumlah | %    |
|-------------------|--------|------|
| Bekerja           | 7      | 5,3  |
| Pelajar/Mahasiswa | 119    | 90,8 |
| Tidak Bekerja     | 5      | 3,8  |
| Total             | 131    | 100  |

Apabila dilihat dari tabel deskripsi pekerjaan subjek, maka dapat diketahui bahwa subjek yang paling banyak melakukan *self injury* yaitu subjek dengan status pelajar atau mahasiswa dengan jumlah sebanyak 119 orang (90,8%).

**Tabel 3. Deskripsi lama melakukan self injury**

| Lama melakukan | Jumlah | %     |
|----------------|--------|-------|
| 1-2,6 tahun    | 63     | 48,1  |
| 3-7 tahun      | 64     | 48,85 |
| 8-11 tahun     | 4      | 3,05  |
| Total          | 131    | 100   |

Berdasarkan tabel deskripsi lama melakukan *self injury*, maka dapat diketahui bahwa subjek penelitian paling banyak melakukan *self injury* selama 3-7 tahun yaitu berjumlah 64 orang (48,85%).

**Tabel 4. Deskripsi Kategorisasi**

| Variabel          | Rentang Nilai    | Kategori | N   | %     |
|-------------------|------------------|----------|-----|-------|
| Regulasi Emosi    | $X < 36$         | Rendah   | 0   | 0     |
|                   | $36 \leq X < 54$ | Sedang   | 95  | 72,52 |
|                   | $X \geq 54$      | Tinggi   | 36  | 27,48 |
| Parent Attachment | $X < 36$         | Rendah   | 0   | 0     |
|                   | $36 \leq X < 54$ | Sedang   | 131 | 100   |
|                   | $X \geq 54$      | Tinggi   | 0   | 35,3  |

Berdasarkan hasil kategorisasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa subjek dengan tingkat regulasi emosi rendah adalah sebanyak 0 orang (0%), subjek dengan tingkat regulasi emosi sedang sebanyak 95 orang (72,52%), dan subjek dengan tingkat regulasi emosi tinggi sebanyak 36 orang (27,48%). Hasil kategorisasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa seluruh subjek penelitian berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 100% atau sebanyak 131 orang.

Berdasarkan data penelitian diperoleh skor jawaban subjek pada setiap aitem kedua skala yang diberikan, dianalisis menggunakan program statistik yakni *IBM SPSS Statistics 24* dengan menggunakan metode *correlation product moment* dari Karl Pearson. Proses analisis data dapat dilakukan setelah memenuhi kriteria analisis data parametrik

yakni melalui proses uji asumsi yang terdiri atas uji normalitas dan linearitas.

Uji Normalitas digunakan untuk melihat populasi data dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak, yang mana pada penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Test*. Teknik *Kolmogorov-Smirnov Test* menyatakan jika signifikansi  $> 0,05$ , maka data tersebut memiliki distribusi normal (Priyatno, 2013). Adapun hasil uji normalitas sebagai berikut:

**Tabel 5. Test of Normality Kolmogorov-Smirnov**

| Variabel          | Kolmogorov-Smirnov |      |
|-------------------|--------------------|------|
|                   | Statistik          | Sig. |
| Regulasi Emosi    | 1.132              | .154 |
| Parent Attachment | 1.200              | .112 |

Berdasarkan hasil uji normalitas yang menunjukkan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* pada variabel regulasi emosi didapatkan nilai sebesar 1,132 signifikansi 0,154 ( $p > 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada variabel regulasi emosi berdistribusi normal. Selanjutnya pada variabel *parent attachment* didapatkan nilai sebesar 1,200 signifikansi 0,138 ( $p > 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada variabel *parent attachment* juga berdistribusi normal.

Penelitian ini menggunakan metode *Test for Linearity* dengan taraf signifikansi 0,05 untuk menguji apakah terdapat hubungan yang linear Berikut hasil uji linearitas kedua variabel, sebagai berikut:

**Tabel 6. Uji Linearitas Anova**

|           | Sum of Squares | R     | F     | Sig  |
|-----------|----------------|-------|-------|------|
| Linearity | 0.032          | 0.178 | 4.027 | .047 |

Berdasarkan hasil uji linearitas diatas, nilai signifikansi *linearity* dari variabel regulasi emosi dan *parent attachment* adalah 0,047 ( $p < 0,05$ ). Dari data hasil uji linearitas diatas menunjukkan bahwa hubungan antara variabel regulasi emosi dan *parent attachment* adalah linier. Berdasarkan hasil uji hipotesis *simple regression* pada tabel diatas, dapat diperoleh nilai signifikansi antar variabel sebesar 0,047 ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis peneliti berupa adanya peran *parent attachment*

terhadap regulasi emosi pelaku *self injury* dapat diterima. Hasil analisis tersebut juga menunjukkan bahwa nilai *R Square* sebesar 0,032 yang artinya peran *parent attachment* terhadap regulasi emosi sebesar 3,2%.

**Tabel 7. Hasil Uji Beda**

| Variabel          | Usia          | F     | Sig.  |
|-------------------|---------------|-------|-------|
| Regulasi Emosi    | (12-22 Tahun) | 0,880 | 0,350 |
|                   | Remaja        |       |       |
|                   | (23-40 Tahun) |       |       |
| Parent Attachment | Dewasa Awal   | 0,003 | 0,956 |
|                   | (12-22 Tahun) |       |       |
|                   | Remaja        |       |       |
|                   | (23-40 Tahun) |       |       |
|                   | Dewasa Awal   |       |       |

Berdasarkan data dari tabel di atas, didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,880 ( $p < 0,05$ ) pada variabel regulasi emosi yang berarti tidak ada perbedaan regulasi emosi berdasarkan usia. Pada variabel *parent attachment* didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,956 ( $p < 0,05$ ) yang berarti tidak ada perbedaan *parent attachment* berdasarkan usia.

**Tabel 8. Sumbangan Efektif**

| Aspek Parent Attachment | Sumbangan Efektif |
|-------------------------|-------------------|
| <i>Trust</i>            | 3,16%             |
| <i>Communication</i>    | 0,02%             |
| <i>Alienation</i>       | 0,02%             |
| <b>Total</b>            | <b>3,20%</b>      |

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan bahwa aspek *parent attachment* yang memberikan sumbangan efektif terbesar yaitu aspek *trust* dengan sumbangan sebesar 3,16%.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana, data dari hasil penelitian terhadap individu yang melakukan *self injury* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,047 ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa uji hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu ada peran antar variabel yaitu ada peran *parent attachment* terhadap variabel regulasi emosi pada pelaku *self injury*. Berdasarkan hasil uji hipotesis didapatkan bahwa nilai *r* yaitu sebesar 0,032. Nilai koefisien korelasi positif tersebut menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif

antar variabel yang artinya dapat disimpulkan bahwa apabila *parent attachment* pada pelaku *self injury* tinggi, maka regulasi emosi pada pelaku *self injury* juga tinggi. Begitupun sebaliknya, apabila *parent attachment* pada pelaku *self injury* rendah, maka regulasi emosi pada pelaku *self injury* juga rendah. Hal ini menunjukkan bahwa fenomena dalam penelitian ini terbukti.

Dari hasil uji hipotesis didapatkan bahwa *parent attachment* berperan terhadap regulasi emosi pada pelaku *self injury*. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Zimmer, Gembeck (2015) yang mengungkapkan bahwa *parent attachment* merupakan dasar bagi pengembangan kapasitas individu untuk mengelola, mengenali, serta mengatur emosi secara adaptif dalam melewati peristiwa-peristiwa pemicu stress. Individu yang mempunyai *parent attachment* yang baik dapat secara terbuka dalam mengekspresikan emosi mereka dan mencari cara yang lebih efektif dalam mengelola emosi negatif yang terdapat dalam diri individu (Pawulan, Loekmono & Irawan, 2018).

Hasil penelitian Larasati dan Desiningrum (2017) juga mengungkapkan bahwa individu yang memiliki *parent attachment* yang tinggi maka tingkat regulasi emosi yang dialami oleh individu akan semakin tinggi pula, begitupun sebaliknya individu yang memiliki *parent attachment* yang rendah maka tingkat regulasi emosi yang dialami oleh individu akan semakin rendah pula. Gray (2011) mengemukakan bahwa individu dengan *attachment* yang tinggi akan cenderung mengelola dengan baik emosi yang dirasakan.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan tiga kategorisasi, dimana hasil dari kategorisasi variabel regulasi emosi berada pada kategorisasi sedang dan variabel *parent attachment* juga berada pada kategorisasi sedang. Pada variabel regulasi emosi, subjek penelitian berada pada kategori sedang dengan jumlah 95 orang atau sebanyak 72,52%. Sedangkan subjek pada variabel *parent attachment* dengan kategori sedang sejumlah 131 orang atau 100%.

Hasil kategorisasi pada hasil penelitian berbeda dengan hasil survei dan wawancara. Peneliti menduga hal ini dapat terjadi karena berbagai macam faktor yang dapat mempengaruhi hasil data berbeda dengan hasil survei dan wawancara yang telah peneliti lakukan sebelumnya.

Hal ini dapat terjadi karena terdapat permasalahan mengenai kebenaran informasi yang diberikan oleh responden dan terjadinya *social desirability*. Sjostrom & Holst (2002) menjelaskan bahwa *social desirability* merupakan respon individu terhadap pernyataan yang diberikan dan individu berusaha untuk meningkatkan kesamaan dengan karakteristik masyarakat serta menurunkan yang tidak diharapkan oleh masyarakat. Dalam hal ini, jawaban yang diberikan individu menjadi tidak sesuai dengan keberadaannya. *Social desirability* juga membuat individu merubah respon agar terlihat lebih baik dari individu lain (Mesmer-Magnus, Viswesvaran, Deshpande, & Joseph, 2006). Faktor selanjutnya yaitu mekanisme pengambilan data tidak menggunakan metode *paper-and-pencil* melainkan melalui mekanisme pengambilan data yang telah dikomputerisasi dimana tingkat *social desirability* lebih tinggi serta minimalnya anonimitas responden karena seharusnya responden hanya menyertakan nama insial saja (Paulhus, 2002).

Dalam penelitian ini, seluruh data penelitian didapatkan melalui *google forms* yang mengubah mekanisme pengambilan data menjadi terkomputerisasi. Peneliti menduga hal inilah yang meningkatkan *social desirability* dalam penelitian ini. Selain itu, peneliti juga meminta responden penelitian untuk menyertakan nomor telepon sehingga hal ini mengurangi anonimitas responden. Peneliti juga kemudian melakukan analisis sumbangan efektif pada variabel *parent attachment*. Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa aspek *trust* memiliki sumbangan terbesar terhadap regulasi emosi pelaku *self injury*, yakni 3,16%. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan peneliti sebelumnya, diperoleh kesimpulan bahwa *parent attachment* memiliki peran terhadap

regulasi emosi pelaku *self injury* dengan presentase sebesar 3,2%. Sedangkan 96,8% lainnya diperankan oleh faktor-faktor lain yang tidak ada dalam penelitian ini. Kemudian, aspek *parent attachment* yang memberikan pengaruh signifikan positif terhadap regulasi emosi adalah aspek *trust*.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan sebelumnya, hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti menunjukkan bahwa terdapat peran yang signifikan *parent attachment* terhadap regulasi emosi pada pelaku *self injury*. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima yaitu ada *parent attachment* terhadap regulasi emosi pada pelaku *self injury*.

## DAFTAR PUSTAKA

- APA. (2015). *APA Dictionary of Psychology*. Edisi G. R. VandenBos. Washington DC: American Psychology Association
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. Doi: 10.1007/BF02202939
- Baradja, A. B. (2005). *Psikologi Perkembangan Tahapan-tahapan dan Aspek Aspeknya*. Jakarta: Studia Press.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- BBC. (2010, 13 Maret). *Kasus Lukai Diri Naik 50 Persen*. Retrieved from [https://www.bbc.com/indonesia/majalah/2010/03/100312\\_lukaidiriinggris/](https://www.bbc.com/indonesia/majalah/2010/03/100312_lukaidiriinggris/)
- Boyd, D. G., & Bee, H. L. (2017). *The Developing Child Thirteenth Edition*. USA: Pearson Education.
- Brumariu, L. E. (2015). *Parent-child attachment and emotion regulation*. In G. Bosmans & K. A. Kerns (Eds.), *Attachment in middle childhood: Theoretical advances and new directions in an emerging field*. New Directions for



- Child and Adolescent Development, 148, 31–45.
- Cassels, M., Baetens, I., Wilkinson, P., Hoppenbrouwers, K., Wiersema, J. R., Van Leeuwen, K., & Kiekens, G. (2018). Attachment and non-suicidal self-injury among young adolescents: the indirect role of behavioral problems. *Archives of Suicide Research*, 23(4), 688–696. Doi: 10.1080/13811118.2018.1494651
- Ee, G. T., & Mey, S. C. (2011). Types of self-hurt behavior among Chinese adolescents in Malaysia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 29, 1218–1227. Doi: 10.1016/j.sbspro.2011.11.356
- Estefan, G., & Wijaya, Y. D. (2014). Gambaran proses regulasi emosi pada pelaku. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 26–33.
- Gromatsky, M. A., Waszczuk, M. A., Perlman, G., Salis, K. L., Klein, D. N., & Kotov, R. (2016). The role of parental psychopathology and personality in adolescent non-suicidal self-injury. *Journal of Psychiatric Research*, 85, 15–23. Doi: 10.1016/j.jpsychires.2016.10.013
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. Doi: 10.1037/1089-2680.2.3.271
- Gross, J. J., & Thompson, R. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. *J. J. Gross (Eds.) Handbook of Emotion Regulation*, July, 3–24.
- Hawton, K., & O'Connor, R. C. (2012). Self-harm in adolescence and future mental health. *The Lancet*, 379(9812), 198–199. Doi: 10.1016/S0140-6736(11)61260-9
- Hilt, L. M., Hanson, J. L., & Pollak, S. D. (2011). Emotion dysregulation. *Encyclopedia of Adolescence*, 3(December), 160–169. Doi: 10.1016/B978-0-12-373951-3.00112-5
- Jiang, Y., You, J., Zheng, X., & Lin, M. P. (2017). *The qualities of attachment with significant others and self-compassion protect adolescents from non suicidal self-injury*. School Psychology Quarterly. Advance online publication. Doi: 10.1037/spq0000187
- 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. Doi: 10.1016/j.eurpsy.2019.04.002
- Klonsky, E. D. (2007). The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. *Clinical Psychology Review*, 27(2), 226–239. Doi: 10.1016/j.cpr.2006.08.002
- Klonsky, E. D., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Self-injury: A research review for the practitioner. *Journal of Clinical Psychology*, 63(11), 1045–1056. doi:10.1002/jclp.20412
- Kring, Ann M. & Sloan, Denise M. (2010). *Emotion regulation and psychopathology: a transdiagnostic approach to etiology and treatment*. New York: The Guilford Press.
- Kurniawaty, Ria. (2012). Dinamika psikologis pelaku self-injury. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 1(1).
- Lubis, R. I., & Yudhaningrum, L. (2020). Gambaran kesepian pada remaja pelaku self-harm. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 9(April), 14–21.
- Maidah, D. (2013). Self injury pada mahasiswa (studi kasus pada mahasiswa pelaku self injury). *Development and Clinical Psychology*, 2(1), 6–13.
- Mesmer-magnus, J., Viswesvaran, C., Deshpande, S., & Joseph, J. (2006). Social desirability: The role of overclaiming, self-esteem, and emotional intelligence. *Psychology Science*, 48(3), 336–356.
- Myers, D. G. (2012). Psikologi Sosial. Edisi 10. Jilid 2. Jakarta: Salemba Humanika.

- Pawulan, A. P., Loekmono, JT. L., & Irawan, S. (2018). Hubungan antara kelekatan orangtua dengan regulasi emosi remaja pondok pesantren agro “nuur el-falah” salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling*, 13(2), 231-248.
- Pratisti, W. D. (2011). Peran kehidupan emosional ibu dalam perkembangan regulasi emosi anak: studi meta analisis. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 12(1), 1–18.
- Romas, M. Z. (2010). Self injury remaja ditinjau dari konsep dirinya. *Jurnal Psikologi*, 8(1), 40–51.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Jakarta: Erlangga.
- Salzinger, S., Rosario, M., Feldman, R. S., & Ng-Mak, D. S. (2007). Adolescent suicidal behavior: Associations with preadolescent physical abuse and selected risk and protective factors. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 46(7), 859–866. Doi: 10.1097/chi.0b013e318054e702
- Seiffge-Krenke, I. (2006). Coping with relationship stressors: The impact of different working models of attachment and links to adaptation. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(1), 25–39. Doi: 10.1007/s10964-005-9015-4
- Sjöström, O., & Holst, D. (2002). Validity of a questionnaire survey: response patterns in different subgroups and the effect of social desirability. *Acta Odontologica Scandinavica*, 60(3), 136–140.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tamir, M. (2015). Why do people regulate their emotions? a taxonomy of motives in emotion regulation. *Personality and Social Psychology Review*, 20(3), 199–222. Doi: 10.1177/1088868315586325
- Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation: two sides of the developing coin. *Emotion Review*, 3(1), 53–61. Doi: 10.1177/1754073910380969
- Thompson, R. A. & Meyer, S. (2007). The socialization of emotion regulation in the family. In J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 249-268). Nueva York: The Guilford Press.
- Tresno, F., Ito, Y., & Mearns, J. (2012). Self-injurious behavior and suicide attempts among indonesian college students. *Death Studies*, 36(7), 627–639. Doi: 10.1080/07481187.2011.604464
- Yip, K., Ngan, M., & Lam, I. (2003). Cultural and spiritual perspectives: a qualitative study of parental influence on and response to adolescents’ self-cutting in hong kong. *Families in Society: The Journal of Contemporary Human Services*, 84(3), 405-416.
- YouGov. (2019, June 26). *Seperempat orang Indonesia pernah memiliki pikiran untuk bunuh diri*. Retrieved from <https://id.yougov.com/id/news/2019/06/26/seperempat-orang-indonesia-pernah-memiliki-pikiran/>
- Zimmer-Gembeck, M. J., Webb, H. J., Pepping, C. A., Swan, K., Merlo, O., Skinner, E. A., Avdagic, E., & Dunbar, M. (2015). Review: is parentchild attachment a correlate of childrens emotion regulation and coping? *International Journal of Behavioral Development*, 41(1), 74–93. Doi: 10.1177/0165025415618276kring
- Zimmermann, P., Maier, M.A., Winter, M., & Grossmann, K.E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 331–343. E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02).