

ABSTRAK

Remaja *broken home* sering menghadapi tekanan emosional yang tinggi akibat kondisi keluarga yang tidak harmonis, yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Salah satu dampaknya adalah munculnya perilaku *non-suicidal self-injury* (NSSI) sebagai bentuk pelampiasan emosi yang tidak terregulasi dengan baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku NSSI pada remaja *broken home*. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Hipotesis dalam penelitian ini terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku NSSI. Subjek berjumlah 101 remaja *broken home* berusia 18–22 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) dan *Self Harm Inventory* (SHI). Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku NSSI pada remaja *broken home* ($r = -0,484$, $p < 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik regulasi emosi seseorang, semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan perilaku NSSI. Sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi, semakin tinggi kecenderungan individu untuk melakukan perilaku NSSI. Regulasi emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 23,4% terhadap perilaku *non-suicidal self-injury*. Dengan kata lain, terdapat 76,6% variabilitas dalam perilaku tersebut yang dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar regulasi emosi dan tidak dibahas dalam penelitian ini.

Kata kunci: *non-suicidal self-injury*, regulasi emosi, remaja *broken home*.

ABSTRACT

Adolescents from broken homes often experience significant emotional distress due to unstable family environments, which can negatively impact their psychological well-being. One potential consequence is the development of non-suicidal self-injury (NSSI) as a means of expressing poorly regulated emotions. This study aims to examine the relationship between emotion regulation and NSSI behavior in broken home adolescents. The research approach used is quantitative with a correlational design. The hypothesis proposed a negative correlation between emotion regulation and NSSI behavior. The subjects consisted of 101 broken home adolescents aged 18–22 years, selected using purposive sampling. The research instruments used were the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) and the Self Harm Inventory (SHI). The data analysis results showed a significant negative relationship between emotion regulation and NSSI behavior in broken home adolescents ($r = -0.484$, $p < 0.05$). This finding indicates that higher levels of emotion regulation are associated with lower tendencies to engage in NSSI. Conversely, the lower the emotion regulation, the higher the likelihood of engaging in NSSI. Emotion regulation was found to account for 23.4% of the variance in NSSI behavior. This implies that the remaining 76.6% is influenced by other factors not explored in this study.

Keywords: broken home adolescents, emotion regulation, non-suicidal self-injury.