



## PENGARUH *CHILDHOOD EMOTIONAL NEGLECT* TERHADAP *SELF-EXPRESSION* PADA DEWASA AWAL

Chatrine Tan<sup>\*1</sup>, Roswiyani<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi, Universitas Tarumanagara<sup>1,2</sup>

e-mail: [chatrine.705220213@stu.untar.ac.id](mailto:chatrine.705220213@stu.untar.ac.id), [roswiyani@fpsi.untar.ac.id](mailto:roswiyani@fpsi.untar.ac.id)

Diterima: 10/01/2026; Direvisi: 03/04/2026; Diterbitkan: 28/04/2026

### ABSTRAK

Kemampuan *self-expression* pada dewasa awal merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis, namun masih banyak individu yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara adaptif. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi kondisi tersebut adalah pengalaman *Childhood Emotional Neglect* (CEN), meskipun kajian yang secara spesifik menghubungkan CEN dengan *self-expression* masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh *Childhood Emotional Neglect* (CEN) terhadap kemampuan *self-expression* pada individu dewasa awal. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 296 orang dengan rentang usia 18–25 tahun. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik *purposive sampling*, dan pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Forms. Instrumen yang digunakan terdiri atas skala *self-expression* dan skala CEN yang diukur menggunakan skala Likert. Analisis data meliputi uji normalitas, linearitas, korelasi, regresi, dan uji beda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-expression* partisipan berada pada kategori sedang, demikian pula pengalaman CEN yang juga berada pada kategori sedang. Uji korelasi menunjukkan bahwa CEN memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *self-expression* ( $r = -0,177$ ;  $p = 0,002$ ), yang berarti semakin tinggi tingkat CEN yang dialami individu, semakin rendah kemampuan *self-expression* yang dimilikinya. Analisis berdasarkan dimensi menunjukkan bahwa *emotional needs* memiliki hubungan negatif paling kuat dengan *self-expression*, diikuti oleh *cognitive needs* dan *supervision needs*, sedangkan *physical needs* tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa CEN berpengaruh signifikan terhadap *self-expression*, meskipun kontribusinya relatif kecil ( $R^2 = 0,031$ ). Uji beda berdasarkan jenis kelamin menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada skor CEN maupun *self-expression* antara laki-laki dan perempuan. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa pengalaman pengabaian emosional pada masa kanak-kanak berkontribusi terhadap rendahnya kemampuan *self-expression* pada dewasa awal.

**Kata Kunci:** *Childhood Emotional Neglect, Self-expression, Dewasa Awal*

### ABSTRACT

*Self-expression* ability in young adulthood is an important aspect of psychological development, as it relates to an individual's capacity to convey thoughts, emotions, and needs in an adaptive manner. However, many individuals still experience difficulties in expressing their emotions effectively. One factor that is presumed to influence this condition is the experience of *Childhood Emotional Neglect* (CEN), although studies specifically linking CEN to *self-expression* remain limited. This study aims to examine the effect of *Childhood Emotional Neglect* (CEN) on *self-expression* ability in young adults. The participants in this study consisted of 296 individuals aged 18–25 years. This study employed a quantitative approach using *purposive sampling*, and data were collected online through Google Forms. The



instruments used included a self-expression scale and a CEN scale, both measured using a Likert scale. Data analysis included tests of normality, linearity, correlation, regression, and group differences. The results showed that participants' levels of self-expression were in the moderate category, as were their experiences of CEN. Correlation analysis revealed that CEN had a significant negative relationship with self-expression ( $r = -0.177$ ;  $p = 0.002$ ), indicating that higher levels of CEN were associated with lower self-expression ability. Dimensional analysis showed that emotional needs had the strongest negative relationship with self-expression, followed by cognitive needs and supervision needs, while physical needs did not show a significant relationship. Regression analysis indicated that CEN had a significant effect on self-expression, although its contribution was relatively small ( $R^2 = 0.031$ ). In addition, independent samples tests based on gender showed no significant differences in CEN or self-expression scores between males and females. Overall, this study concludes that experiences of emotional neglect during childhood contribute to lower self-expression ability in young adulthood.

**Keywords:** *Childhood Emotional Neglect, Self-expression, Young Adulthood*

## PENDAHULUAN

*Self-expression* merupakan kemampuan individu dalam menyampaikan pikiran, emosi, kebutuhan, dan identitas diri baik secara verbal maupun nonverbal. Kemampuan ini memiliki peran penting dalam perkembangan psikologis karena memungkinkan individu untuk menyalurkan pengalaman internal secara adaptif serta membangun hubungan interpersonal yang sehat. Pada masa dewasa awal, *self-expression* menjadi semakin krusial karena individu berada pada fase transisi yang menuntut pembentukan identitas, kemandirian, dan penyesuaian sosial yang lebih kompleks. Individu dengan kemampuan *self-expression* yang baik cenderung memiliki penyesuaian diri dan efikasi diri yang lebih optimal (Yusefi et al., 2024).

Dewasa awal merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan berbagai tuntutan psikososial, seperti membangun relasi yang bermakna, mengelola tanggung jawab, serta menentukan arah kehidupan. Ketidakmampuan dalam mengekspresikan emosi dan kebutuhan dapat menyebabkan hambatan dalam komunikasi interpersonal serta meningkatkan risiko tekanan psikologis. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang mengalami kesulitan dalam *self-expression* cenderung mengalami gangguan penyesuaian diri dan kesejahteraan psikologis yang lebih rendah (Yusefi et al., 2024).

Salah satu faktor yang berperan dalam perkembangan kemampuan *self-expression* adalah pengalaman emosional pada masa kanak-kanak, khususnya dalam konteks pengasuhan. Lingkungan keluarga yang responsif dan suportif memungkinkan anak untuk belajar mengenali, memahami, serta mengekspresikan emosi secara sehat. Sebaliknya, kurangnya respons emosional dari orang tua menghambat perkembangan kemampuan tersebut. *Childhood Emotional Neglect* (CEN) merupakan kondisi ketika kebutuhan emosional anak, seperti perhatian, empati, dan validasi, tidak terpenuhi secara memadai (Thiadi & Risnawaty, 2023).

Pengabaian emosional pada masa kanak-kanak sering kali tidak disadari karena tidak selalu melibatkan kekerasan fisik, tetapi memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan psikologis individu. Anak yang mengalami CEN berisiko mengalami kesulitan dalam mengenali emosi, membangun rasa aman, serta mengembangkan kepercayaan diri dalam mengekspresikan perasaan. Kondisi ini dapat membentuk pola perilaku yang cenderung menekan emosi dan menghindari ekspresi diri (Avdibegović & Brkić, 2020; Hartoyo & Wulandari, 2023).



Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa CEN berkaitan dengan berbagai permasalahan psikologis pada masa dewasa, seperti depresi, distress psikologis, dan kesulitan dalam relasi interpersonal. Pengalaman pengabaian emosional juga dikaitkan dengan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental serta penggunaan zat pada dewasa muda (Grummitt et al., 2022). Selain itu, CEN berhubungan dengan perasaan kesepian dan rendahnya kualitas hubungan sosial (Ho & Schermer, 2024), serta berkontribusi terhadap munculnya depresi melalui mekanisme kognitif seperti ruminasi (Zhong et al., 2025).

Lebih lanjut, penelitian Wu et al. (2026) menunjukkan bahwa dampak CEN terhadap distress psikologis dapat dimediasi oleh faktor seperti kekhawatiran dan rendahnya *self-compassion* yang memperburuk kemampuan individu dalam mengelola emosi. Selain itu, pengalaman pengabaian emosional juga berhubungan dengan rendahnya dukungan sosial serta meningkatnya kerentanan terhadap depresi pada masa remaja hingga dewasa awal (Glickman et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa kualitas pengalaman emosional pada masa kanak-kanak memiliki pengaruh yang berkelanjutan terhadap perkembangan psikologis individu.

Dalam konteks perkembangan emosi, pengabaian oleh orang tua juga berkontribusi terhadap gangguan regulasi emosi pada anak. Kurangnya validasi dan respons emosional dapat menyebabkan anak kesulitan memahami serta mengelola emosinya, yang pada akhirnya berdampak pada kemampuan mengekspresikan diri secara adaptif (Rahma et al., 2024). Dengan demikian, *self-expression* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga oleh kualitas interaksi *emosional* yang dialami sejak masa kanak-kanak.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji dampak *Childhood Emotional Neglect* terhadap kesehatan mental, sebagian besar penelitian masih berfokus pada aspek seperti depresi, kecemasan, dan distress psikologis. Kajian yang secara spesifik menghubungkan CEN dengan kemampuan *self-expression* pada dewasa awal masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Childhood Emotional Neglect* terhadap *self-expression* pada dewasa awal, sehingga memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi perkembangan dan psikologi klinis.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis pengaruh *Childhood Emotional Neglect* (CEN) terhadap *self-expression* pada dewasa awal. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 296 orang yang berada pada rentang usia 18–25 tahun, terdiri atas laki-laki dan perempuan, berpendidikan minimal SMA, serta berdomisili di wilayah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria partisipan memiliki pengalaman pengabaian emosional pada masa kanak-kanak, seperti kurangnya perhatian, empati, validasi emosi, dan kasih sayang dari orang tua atau pengasuh. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Forms yang disebarluaskan melalui berbagai media sosial selama periode Oktober hingga November 2025. Sebelum pengisian kuesioner, seluruh partisipan terlebih dahulu diberikan *informed consent* dan proses *skrining* untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria penelitian.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *Childhood Emotional Neglect* adalah *The Multidimensional Neglectful Behavior Scale* (MNBS), yang mencakup dimensi *emotional needs*, *cognitive needs*, *supervision needs*, dan *physical needs*. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,81, yang menunjukkan bahwa instrumen



memiliki reliabilitas yang baik. Pengukuran *self-expression* dilakukan menggunakan *Authentic and Inauthentic Expression Scale* (AIES), yang terdiri atas dua dimensi, yaitu *authentic expression* dan *inauthentic expression*. Hasil analisis reliabilitas menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik pada kedua subskala, yaitu *authentic expression* ( $\alpha = 0,96$ ) dan *inauthentic expression* ( $\alpha = 0,92$ ). Seluruh item pada kedua instrumen diukur menggunakan skala Likert.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics versi 25. Analisis data meliputi uji validitas dan reliabilitas instrumen, uji asumsi berupa normalitas, linearitas, dan heteroskedastisitas, uji korelasi Pearson untuk melihat hubungan antarvariabel, analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, serta uji beda berdasarkan karakteristik demografis partisipan, seperti jenis kelamin, usia, domisili, status pekerjaan, dan pendidikan terakhir.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Untuk memberikan gambaran awal mengenai karakteristik subjek penelitian, dilakukan analisis deskriptif terhadap data demografis responden. Analisis ini mencakup beberapa aspek seperti usia, jenis kelamin, serta variabel lain yang relevan dengan penelitian. Hasil analisis deskriptif tersebut disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Gambaran Variabel *Childhood Emotional Neglect* (CEN)

Variabel	N	Min	Max	Mean Empiric	Mean Hipotetik	Std. Deviation
CEN	296	8.00	29.00	17.8784	20.00	4.66055

**Tabel 2.** Kategorisasi Variabel *Childhood Emotional Neglect* (CEN)

Kategori	Frekuensi	Presentase	Persentase Valid
Rendah	59	19.9	19.9
Sedang	181	60.9	61.1
Tinggi	56	18.9	18.9
<b>Total</b>	<b>296</b>	<b>99.7</b>	

Berdasarkan Tabel 1 dan Tabel 2, skor *Childhood Emotional Neglect* (CEN) pada partisipan menunjukkan nilai rata-rata empiris sebesar 17,88 dengan standar deviasi 4,66. Sebagian besar partisipan berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 181 orang (60,9%), diikuti kategori rendah sebanyak 59 orang (19,9%) dan kategori tinggi sebanyak 56 orang (18,9%).

**Tabel 3.** Gambaran Variabel *Self-expression*

Variabel	N	Min	Max	Mean Empiric	Mean Hipotetik	Std. Deviation
<i>Self-expression</i>	296	11.00	40.00	24.7534	28.00	5.16080

**Tabel 4.** Kategorisasi Variabel *Self-expression*

Kategori	Frekuensi	Presentase	Persentase Valid
Rendah	53	17.8	17.9
Sedang	216	72.7	73.0
Tinggi	27	9.1	9.1
<b>Total</b>	<b>296</b>	<b>99.7</b>	



Berdasarkan Tabel 3 dan Tabel 4, skor *self-expression* menunjukkan rata-rata empiris sebesar 24,75 dengan standar deviasi 5,16. Mayoritas partisipan berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 216 orang (72,7%), sedangkan kategori rendah sebanyak 53 orang (17,8%) dan kategori tinggi sebanyak 27 orang (9,1%).

**Tabel 5.** Hasil Uji Normalitas

N	Asymp. Sig	Keterangan
296	.079	Distribusi data normal

Hasil uji normalitas pada Tabel 5 menunjukkan bahwa data terdistribusi normal dengan nilai Asymp. Sig = .079 ( $p > .05$ ). Hasil uji linearitas juga menunjukkan bahwa hubungan antara CEN dan *self-expression* bersifat linear dengan nilai signifikansi sebesar .264 ( $p > .05$ ).

**Tabel 6.** Hasil Uji Linearitas

Variabel	Sig.	Keterangan
CEN terhadap <i>self-expression</i>	.264	Data bersifat linear

Berdasarkan hasil uji regresi linearitas yang dilakukan pada Tabel 6, variabel independen CEN terhadap variabel dependen *self-expression* menunjukkan nilai 0,264 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data memenuhi syarat linearitas.

**Tabel 7.** Hasil Uji Korelasi Variabel CEN dengan *Self-expression*

Pearson	<i>Self-expression</i>	CEN	Sig.
<i>Self-expression</i>	1	-.177	0,002
CEN	-.177	1	0,002

Hasil uji korelasi Pearson pada Tabel 7 menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara CEN dan *self-expression*,  $r(294) = -.177$ ,  $p = .002$ . Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat CEN yang dialami individu, semakin rendah kemampuan *self-expression* yang dimilikinya.

**Tabel 8.** Hasil Uji Korelasi Variabel CEN dengan Dimensi *Self-expression*

Variabel	r	P
<i>Authentic Expression</i>	-.089	.127
<i>Inauthentic Expression</i>	-.133*	.022

Berdasarkan Tabel 8, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara CEN dan *authentic expression* ( $r = -.089$ ,  $p = .127$ ). Sementara itu, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara CEN dan *inauthentic expression* ( $r = -.133$ ,  $p = .022$ ).

**Tabel 9.** Hasil Uji Korelasi Dimensi CEN dengan Variabel *Self-expression*

Variabel	r	P
<i>Emotional Needs</i>	-.210**	.000
<i>Coginitive Needs</i>	-.189**	.001
<i>Supervision Needs</i>	-.115*	.048
<i>Physical Needs</i>	-.021	.716



Berdasarkan hasil uji hubungan pada Tabel 9, dapat dijelaskan bahwa dimensi *emotional needs* memiliki hubungan yang negatif dan signifikan dengan *self-expression* ( $r = -.210, p = <.000$ ). Dengan kata lain, semakin tinggi *emotional needs*, maka semakin rendah *self-expression*. Kemudian, dimensi *cognitive needs* memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan *self-expression* ( $r = -.189, p = <.001$ ). Dengan kata lain, semakin tinggi *cognitive needs*, semakin rendah *self-expression*. Kemudian, dimensi *supervision needs* memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan *self-expression* ( $r = -.115, p = <.048$ ). Dengan kata lain, semakin rendah *supervision needs*, semakin rendah *self-expression*. Kemudian, dimensi *physical needs* tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan *self-expression* ( $r = -.021, p = >.716$ ). Dengan kata lain, hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *physical needs* dengan *self-expression*.

**Tabel 10.** Hasil Uji Korelasi Dimensi CEN dengan Dimensi *Self-expression*

No	Dimensi CEN	1	2	3	4	5	6
1	<i>Emotional Needs</i>	1	.423**	.390**	.477**	-.084	-.187**
2	<i>Cognitive Needs</i>	.423**	1	.373**	.245**	-.218**	.018
3	<i>Supervision Needs</i>	.390**	.373**	1	.404**	-.135*	.014
4	<i>Physical Needs</i>	.477**	.245**	.404**	1	.125*	-.192**
<b><i>Self-expression</i></b>							
5	<i>Authentic Expression</i>	-.084	-.218**	-.135*	.125*	1	-.272**
6	<i>Inauthentic Expression</i>	-.187**	.018	.014	-.192**	-.272**	1

Hasil analisis menunjukkan bahwa dimensi *emotional needs* tidak memiliki hubungan signifikan dengan *authentic expression*, sedangkan *cognitive needs* dan *supervision needs* memiliki hubungan negatif signifikan dengan *authentic expression*, yang berarti semakin tinggi kebutuhan kognitif dan supervisi yang tidak terpenuhi, semakin rendah kemampuan ekspresi diri autentik. Sementara itu, *physical needs* menunjukkan hubungan positif signifikan dengan *authentic expression*. Pada *inauthentic expression*, *emotional needs* dan *physical needs* memiliki hubungan negatif signifikan, sedangkan pada *cognitive needs* dan *supervision needs* tidak menunjukkan hubungan yang signifikan.

**Tabel 11.** Hasil Uji Regresi Variabel CEN dengan Variabel *Self-expression*

Model	R	R Square	Std. Error of the Estimate
1	.177*	.031	5.08808

Catatan. \* $p < .05$ .

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	245.757	1	245.757	9.493	.002
Residual	7611.239	294	25.889		
Total	7856.997	295			



**Tabel 12.** Hasil Uji Regresi Dimensi CEN dengan Variabel *Self-expression*

Dimensi CEN	R	R Square	p	Std. Error of the Estimate
<i>Emotional Needs</i>	.210	.044	.000	5.05469
<i>Cognitive Needs</i>	.189	.036	.001	5.07689
<i>Supervision Needs</i>	.115	.013	.048	5.13513
<i>Physical Needs</i>	.021	.000	.716	5.16841

Hasil analisis regresi linier sederhana pada Tabel 11 dan 12 menunjukkan bahwa model regresi signifikan,  $F(1, 294) = 9.493$ ,  $p = .002$ , dengan nilai  $R = .177$  dan  $R^2 = .031$ . Hasil ini menunjukkan bahwa CEN memberikan kontribusi sebesar 3,1% terhadap variasi *self-expression*. Pada analisis dimensi, *emotional needs* menunjukkan kontribusi terbesar ( $R^2 = .044$ ,  $p < .001$ ).

**Tabel 13.** Hasil Uji Beda berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	p	Std. Deviation	Keterangan
CEN	Laki-laki	71	17.6056	.330	5.03836	Tidak ada perbedaan
	Perempuan	225	17.9644		4.54330	
<i>Self-expression</i>	Laki-laki	71	25.7183	.842	5.41475	
	Perempuan	225	24.4489		5.05225	

Hasil uji beda berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor *Childhood Emotional Neglect* (CEN),  $t(294) = -0.565$ ,  $p = .330$ , maupun skor *self-expression*,  $t(294) = 1.814$ ,  $p = .842$ . Temuan ini menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak membedakan tingkat CEN maupun kemampuan *self-expression* pada partisipan.

**Tabel 14.** Hasil Uji Beda berdasarkan Usia

Variabel	Usia	N	Mean	p	Keterangan		
CEN	18	10	15.1000	.212	Tidak ada perbedaan		
	19	20	19.3500				
	20	44	17.7955				
	21	102	17.7549				
	22	59	17.6102				
	23	29	17.9310				
	24	18	19.9444				
	25	14	17.2857				
	<i>Self-expression</i>	18	10			25.4000	.766
		19	20			23.3000	
20		44	24.0000				
21		102	25.0686				
22		59	24.8644				
23		29	24.3793				
24		18	25.6667				
	25	14	25.5714				



Hasil uji beda berdasarkan usia juga menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor CEN,  $K(7) = 1.383, p = .212$ , maupun *self-expression*,  $K(7) = 0.588, p = .766$ . Dengan demikian, kelompok usia partisipan tidak menunjukkan perbedaan yang bermakna terhadap kedua variabel penelitian.

**Tabel 15.** Hasil Uji Beda berdasarkan Domisili

Variabel	Domisili	N	Mean	p	Keterangan
CEN	Jakarta	183	17.4536	.032	Ada perbedaan terhadap variabel CEN, namun tidak berpengaruh terhadap variabel <i>Self-expression</i>
	Bogor	28	19.4643		
	Depok	9	21.0000		
	Tangerang	61	17.6066		
	Bekasi	15	19.3333		
<i>Self-expression</i>	Jakarta	183	24.8142	.951	
	Bogor	28	24.9286		
	Depok	9	24.7778		
	Tangerang	61	24.3279		
	Bekasi	15	25.4000		

Hasil uji beda berdasarkan domisili menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor CEN,  $K(4) = 2.677, p = .032$ . Sebaliknya, skor *self-expression* tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan berdasarkan domisili,  $K(4) = 0.175, p = .951$ . Temuan ini menunjukkan bahwa perbedaan domisili berkaitan dengan tingkat CEN, tetapi tidak berkaitan dengan kemampuan *self-expression*.

**Tabel 16.** Hasil Uji Beda berdasarkan Status Pekerjaan

Variabel	Status Pekerjaan	N	Mean	p	Keterangan
CEN	Mahasiswa	240	17.8500	.722	Tidak ada perbedaan
	Bekerja	52	17.8654		
	Tidak Bekerja	4	19.7500		
<i>Self-expression</i>	Mahasiswa	240	24.7917	.836	
	Bekerja	52	24.6923		
	Tidak Bekerja	4	23.2500		

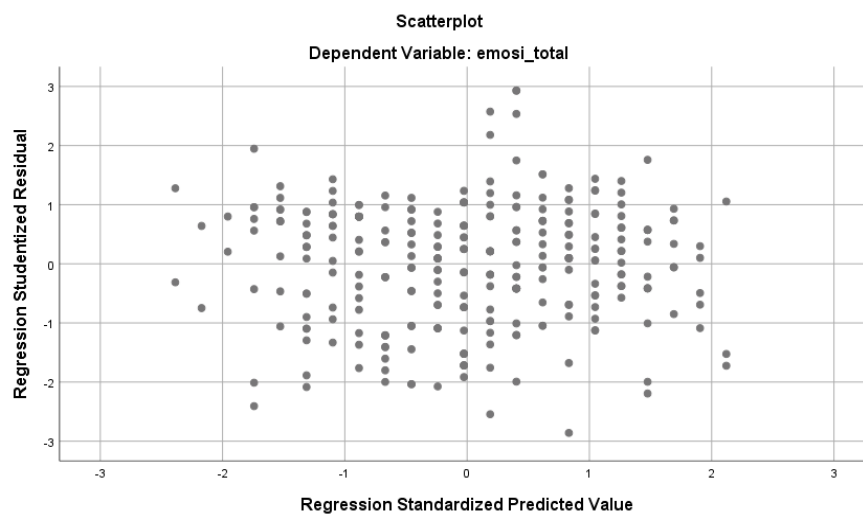
Hasil uji beda berdasarkan status pekerjaan menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor CEN,  $K(2) = 0.326, p = .722$ , maupun skor *self-expression*,  $K(2) = 0.179, p = .836$ . Hasil ini menunjukkan bahwa status pekerjaan tidak membedakan tingkat CEN maupun kemampuan *self-expression* pada partisipan.

**Tabel 17.** Hasil Uji Beda berdasarkan Pendidikan Terakhir

Variabel	Pendidikan Terakhir	N	Mean	p	Keterangan
CEN	SMA	175	18.0914	.641	Tidak ada perbedaan
	S1	112	17.5714		
	S2	9	17.5556		

	SMA	175	25.0457	
<i>Self-expression</i>	S1	112	24.5000	.224
	S2	9	22.2222	

Hasil uji beda berdasarkan pendidikan terakhir menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor CEN,  $K(2) = 0.446$ ,  $p = .641$ , maupun *self-expression*,  $K(2) = 1.503$ ,  $p = .224$ . Dengan demikian, tingkat pendidikan terakhir tidak menunjukkan perbedaan yang bermakna terhadap kedua variabel penelitian.



**Gambar 1.** Gambaran Uji Heteroskedastisitas dengan *Scatterplot*

Hasil uji heteroskedastisitas pada Gambar 1 menunjukkan bahwa titik residual pada scatterplot tersebar secara acak di sekitar garis nol tanpa pola tertentu. Hal ini menandakan variasi residual yang konsisten, sehingga model regresi memenuhi asumsi homoskedastisitas dan layak digunakan untuk analisis lebih lanjut.

### Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Childhood Emotional Neglect (CEN)* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *self-expression* pada dewasa awal. Hasil yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa partisipan tidak sepenuhnya mengalami hambatan dalam *self-expression*, namun juga belum mencapai tingkat optimal. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh adanya faktor protektif, seperti dukungan sosial dari lingkungan pertemanan atau pengalaman relasi yang lebih adaptif pada masa dewasa awal, yang membantu individu tetap mampu mengekspresikan diri meskipun memiliki pengalaman CEN.

Temuan ini menunjukkan bahwa individu yang mengalami pengabaian emosional pada masa kanak-kanak cenderung memiliki kesulitan dalam mengekspresikan pikiran dan emosinya secara terbuka. Kondisi ini dapat dijelaskan melalui temuan Baroncelli et al. (2025) yang menyatakan bahwa pengalaman masa kecil yang negatif berkontribusi terhadap ketidakjelasan konsep diri (*self-concept clarity*), sehingga individu mengalami kesulitan dalam memahami dan mengekspresikan identitas dirinya. Hal serupa juga dijelaskan oleh Astuti (2025) yang



menemukan bahwa trauma masa kecil berpengaruh terhadap pembentukan identitas diri dan kondisi emosional individu pada masa dewasa.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa CEN lebih berkaitan dengan *inauthentic expression* dibandingkan dengan *authentic expression*. Hal ini berarti individu tetap mengekspresikan diri, namun tidak secara jujur atau sesuai dengan kondisi internalnya. Al-Khouja et al. (2022) menjelaskan bahwa self-expression dapat bersifat autentik maupun tidak autentik, di mana ekspresi yang tidak autentik biasanya muncul sebagai bentuk penyesuaian terhadap tuntutan sosial atau untuk memperoleh penerimaan dari lingkungan. Dengan demikian, individu dengan pengalaman CEN cenderung mengembangkan pola ekspresi diri yang lebih defensif dan tidak sepenuhnya mencerminkan perasaan yang sebenarnya.

Nilai kontribusi yang relatif kecil menunjukkan bahwa self-expression tidak hanya dipengaruhi oleh CEN, tetapi juga oleh berbagai faktor lain seperti regulasi emosi, self-esteem, dukungan sosial, dan pengalaman relasi pada masa dewasa. Selain itu, rendahnya kemampuan self-expression pada individu dengan CEN juga dapat dijelaskan melalui aspek kecerdasan emosional. Suslow et al. (2025) menemukan bahwa individu yang mengalami emotional maltreatment pada masa kanak-kanak memiliki kemampuan yang lebih rendah dalam mengenali dan mengelola emosi. Kondisi ini menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam mengomunikasikan emosi secara tepat, sehingga self-expression menjadi terhambat. Dengan kata lain, hambatan dalam self-expression tidak hanya berkaitan dengan keberanian untuk berbicara, tetapi juga dengan kemampuan dasar dalam memahami emosi itu sendiri.

Tidak ditemukannya perbedaan berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa kemampuan self-expression dan pengalaman CEN tidak lagi didominasi oleh faktor gender, melainkan lebih dipengaruhi oleh pengalaman psikologis individual. Dalam konteks hubungan interpersonal, Cecen dan Ündar (2026) menjelaskan bahwa pengalaman negatif pada masa kanak-kanak, termasuk pengabaian emosional, berkaitan dengan munculnya attachment insecurity. Ketidakamanan dalam keterikatan ini membuat individu cenderung menghindari keterbukaan emosional dan lebih berhati-hati dalam mengekspresikan diri. Hal ini dapat menjelaskan mengapa individu dengan pengalaman CEN cenderung menahan ekspresi emosinya atau menyesuaikan diri dengan lingkungan sebagai bentuk perlindungan diri.

Lebih lanjut, Simanjuntak dan Theresia (2025) menemukan bahwa perasaan bermakna dalam keluarga (*mattering to family*) berhubungan dengan self-esteem pada dewasa awal. Individu yang merasa kurang dihargai dalam keluarga cenderung memiliki self-esteem yang lebih rendah, yang pada akhirnya berdampak pada kemampuan mereka dalam mengekspresikan diri. Temuan ini memperkuat hasil penelitian bahwa pengalaman relasional dalam keluarga memiliki pengaruh yang berkelanjutan terhadap perkembangan kemampuan psikologis, termasuk self-expression.

Namun demikian, Arslan (2025) menunjukkan bahwa individu dengan pengalaman masa kecil yang negatif masih memiliki potensi untuk mengalami pertumbuhan psikologis, terutama ketika memiliki kesejahteraan spiritual yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa dampak CEN tidak bersifat mutlak, melainkan dapat dipengaruhi oleh faktor protektif yang membantu individu mengembangkan kemampuan adaptif, termasuk dalam mengekspresikan diri.

Dalam konteks perkembangan emosi, Defaza dan Vitaloka (2025) menegaskan bahwa keluarga merupakan faktor kunci dalam perkembangan sosial-emosional anak. Interaksi yang hangat dan suportif membantu anak belajar mengenali serta mengekspresikan emosi secara sehat. Sebaliknya, Nurmalina dan Pahrul (2020) menunjukkan bahwa penggunaan bahasa



negatif dalam pengasuhan dapat menjadi bentuk pengabaian emosional yang berdampak pada perkembangan emosi anak. Kedua temuan ini mendukung hasil penelitian bahwa kualitas interaksi emosional dalam keluarga berperan penting dalam membentuk kemampuan self-expression.

Hasil penelitian Astuti dan Haq (2025) menjelaskan bahwa inner child yang tidak terpenuhi kebutuhannya berkaitan dengan rendahnya kematangan emosi pada masa dewasa. Kondisi ini dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam mengelola dan mengekspresikan emosi secara autentik. Dengan demikian, pengalaman emosional masa kecil tidak hanya berdampak secara langsung, tetapi juga melalui dinamika psikologis internal yang terus berlanjut hingga dewasa.

Temuan ini menunjukkan pentingnya intervensi yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan emosional anak sejak dini, serta pengembangan program pelatihan ekspresi emosi pada dewasa awal. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Childhood Emotional Neglect memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan self-expression pada dewasa awal. Berbagai penelitian yang telah dijelaskan menunjukkan bahwa pengabaian emosional memengaruhi aspek konsep diri, kecerdasan emosional, keterikatan, serta hubungan interpersonal, yang secara keseluruhan berkontribusi terhadap rendahnya kemampuan individu dalam mengekspresikan diri secara autentik.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa CEN memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan self-expression, yang berarti semakin tinggi tingkat pengabaian emosional yang dialami individu, semakin rendah kemampuan dalam mengekspresikan pikiran dan emosi secara adaptif. Meskipun demikian, besarnya pengaruh yang ditemukan relatif kecil ( $R^2 = 0,031$ ), yang mengindikasikan bahwa self-expression juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar CEN.

Temuan ini menegaskan bahwa pengalaman emosional pada masa kanak-kanak, khususnya terkait pemenuhan kebutuhan emosional, memiliki peran dalam membentuk kemampuan ekspresi diri pada dewasa awal. Selain itu, hasil penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian psikologi perkembangan, khususnya terkait hubungan antara pengalaman pengasuhan dan kemampuan psikologis pada konteks dewasa awal di Indonesia.

Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya upaya preventif dan intervensi yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan emosional anak serta pengembangan kemampuan ekspresi diri. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan variabel lain, seperti regulasi emosi, self-esteem, dan dukungan sosial, serta menggunakan desain longitudinal untuk memahami dinamika hubungan antarvariabel secara lebih komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Khouja, M., Weinstein, N., Ryan, W., & Legate, N. (2022). *Self-expression can be authentic or inauthentic, with differential outcomes for well-being: Development of the authentic and inauthentic expression scale (AIES)*. *Journal of Research in Personality*, 97, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104191>
- Arslan, G. (2025). Childhood maltreatment, spiritual wellbeing, and stress-related growth in emerging adults: A conditional approach to responsibility. *Current Psychology*, 44(2), 1372-1381. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07280-6>



- Astuti, E. N. (2025). Trauma masa kecil dan peran inner child dalam pembentukan identitas diri. *Maliki Interdisciplinary Journal*, 3(7), 74-83. <https://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/article/view/14770>
- Astuti, G., & Haq, A. F. (2025). Keterkaitan antara inner child dan kematangan emosi pada individu di masa emerging adulthood. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 20(2), 155–167. <https://doi.org/10.30659/jp.20.2.155-167>
- Avdibegović, E., & Brkić, M. (2020). Child neglect-causes and consequences. *Psychiatria Danubina*, 32(suppl. 3), 337-342. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33030448>
- Baroncelli, C. M., Lodder, P., van der Lee, M., & Bachrach, N. (2025). The role of enmeshment and undeveloped self, subjugation and self-sacrifice in childhood trauma and attachment related problems: The relationship with self-concept clarity. *Acta Psychologica*, 254, 104839. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.104839>
- Cecen, A. R., & Ündar, H. (2026). Attachment insecurity as an explanatory mechanism in the link between childhood emotional abuse and self-satisfaction. *Current Psychology*, 45(4), 422. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-08518-z>
- Defaza, A., & Vitaloka, W. (2025). Rahasia Keberhasilan Sosial Emosional Anak: Keluarga Sebagai Faktor Kunci. *Generasi Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 8(1), 111-123. [https://doi.org/10.25299/ge.2025.vol8\(1\).21209](https://doi.org/10.25299/ge.2025.vol8(1).21209)
- Glickman, E. A., Choi, K. W., Lussier, A. A., Smith, B. J., & Dunn, E. C. (2021). Childhood emotional neglect and adolescent depression: Assessing the protective role of peer social support in a longitudinal birth cohort. *Frontiers in psychiatry*, 12, 681176. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.681176>
- Grummitt, L. R., Kelly, E. V., Barrett, E. L., Lawler, S., Prior, K., Stapinski, L. A., & Newton, N. C. (2022). Associations of childhood emotional and physical neglect with mental health and substance use in young adults. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 56(4), 365-375. <https://doi.org/10.1177/00048674211025691>
- Hartoyo, A., & Wulandari, S. (2023). Trauma Masa Kecil Dan Dampaknya Terhadap Kepribadian. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(2), 182-192. <https://doi.org/10.51878/learning.v3i2.3259>
- Ho, M., & Schermer, J. A. (2024). Childhood neglect and loneliness: The unique roles of parental figure and child sex. *Behavioral Sciences*, 14(6), 442. <https://doi.org/10.3390/bs14060442>
- Nurmalina, N., & Pahrul, Y. (2020). Penganiayaan Emosional Anak Usia Dini melalui Bahasa Negatif dalam Kekerasan Verbal. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1616-1624. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.909>
- Rahma, S. A., Ikhsan, A. P. P., & Yemima, D. (2024). Dampak pengabaian orang tua terhadap regulasi emosi anak. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 18. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2649>
- Simanjuntak, E. J., & Theresia, A. (2025). Peran Kesepian Dalam Memediasi Mattering To Family Dan Self-Esteem Pada Dewasa Emerging Adulthood Di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 18(2), 134-147. <https://doi.org/10.24156/jikk.2025.18.2.134>



- Suslow, T., Kersting, A., & Hoepfel, D. (2025). Experiences of childhood emotional maltreatment and emotional intelligence in young women. *Frontiers in Psychiatry, 16*, 1583066. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1583066>
- Thiadi, R. C., & Risnawaty, W. (2023). Gambaran resiliensi emerging dewasa yang mengalami pengabaian emosional akibat perceraian orang tua. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni, 6*(3), 592–598. <https://journal.untar.ac.id/index.php/jmishumsen/article/view/19147>
- Wu, Q., Zhou, N., & Cao, H. (2026). Childhood emotional maltreatment predicts subsequent psychological distress in emerging adulthood through increased worry: Resilience conferred by self-compassion. *Child Abuse & Neglect, 173*, 107879. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2025.107879>
- Yusefi, A. R., Nasabi, N. S., Bahmaei, J., Askarpour, H., & Bordbar, S. (2024). Investigating the state of *self-expression* and its relationship with adjustment and self-efficacy of students: Evidence from a cross-sectional study in Southern Iran. *The Open Public Health Journal, 17*, 1–8. <https://doi.org/10.2174/0118749445337418240905104211>
- Zhong, X., Li, S., & Zhou, W. (2025). Childhood emotional neglect and depression in emerging adults: Exploring the roles of rumination and resilience. *Acta Psychologica, 258*, 105272. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105272>