

	Jurnal Al-Taujih Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami	p-ISSN : 2502-0625, e-ISSN : 2715-7571
		Volume 11 No. 1 Hal 19 - 26 https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/
	Received October 16, 2024; Accepted May 2, 2025; Published July 16, 2025	

ANALISIS FAKTOR SELF HARM PADA SISWA SMP KECAMATAN WARU SIDOARJO

Lukman Fahmi & Lanang Dwiki Mahuluddin*
 lanangdwikim@gmail.com
 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Abstract : *Adolescence is a transition period for children to adulthood. During this time, it is not uncommon for individuals to experience various pressures due to the demand to be able to adapt well. Teenagers' inability to overcome problems will give rise to negative emotions and effects that cause actions that are detrimental to them such as self-injury or self-harm. This research aims to determine the forms and factors that cause self-harm behavior by junior high school students. The approach used in this qualitative research is a case study, with descriptive analysis techniques, and data collection techniques through observation and interviews. Participants are a 15 year old female student and a significant other. The research results showed that the form of self-harm carried out by junior high school students was superficial self-mutilation, namely cutting parts of the body using sharp objects. There are various factors that cause self-harm behavior, including emotion focused coping, level of emotional maturity, loneliness, low self-esteem, authoritarian parenting, and family problems.*

Keywords: *Self-harm; causative factors; teenager.*

Abstrak : Remaja adalah masa transisi anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini, tak jarang individu mengalami berbagai tekanan karena tuntutan untuk mampu beradaptasi dengan baik. Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi masalah akan menimbulkan emosi dan efek negatif yang menyebabkan tindakan yang merugikan dirinya seperti melukai diri atau self harm. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk dan faktor penyebab perilaku self harm oleh seorang siswa SMP. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian kualitatif kali ini ialah studi kasus, dengan teknik analisis deskriptif, dan teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara. Partisipan adalah seorang peserta didik wanita berusia 15 tahun dan seorang significant other. Hasil penelitian diperoleh bahwasannya bentuk self harm yang dilakukan oleh peserta didik SMP adalah superficial self mutilation, yakni menyayat bagian tubuh menggunakan benda tajam. Adapun faktor penyebab perilaku self harm beragam, diantaranya sebagai emotion focused coping, tingkat kematangan emosi, kesepian, penghargaan diri rendah, pola asuh otoriter, serta masalah keluarga.

Kata Kunci: self-harm; faktor penyebab; remaja.

A. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi anak-anak menuju dewasa. Istilah “*adolescence*” dalam bahasa Latin yang berarti dalam

perkembangan dewasa atau tumbuh menjadi dewasa. Papalia dkk., (2008) mengatakan bahwa masa remaja merupakan tahapan perkembangan antara masa anak-anak dan

masa dewasa yang mengalaminya perubahan besar seperti perubahan fisik, kognitif, dan psikososial (Papalia et al. 2008).

Perubahan yang terjadi pada remaja dapat ditandai dengan peningkatan emosional yang terjadi secara cepat karena hasil perubahan fisik yang disertai kematangan seksual dan perubahan nilai dalam berpikir serta berhubungan dengan orang lain. Menurut *World Health Organization* (WHO) batasan usia remaja adalah umur 12-24 tahun yang terbagi dalam 3 fase yaitu masa remaja awal (*early adolescent*) umur 12-15 tahun, masa remaja madya/ pertengahan (*middle adolescent*) umur 15-18 tahun, dan masa remaja akhir (*late adolescent*) umur 19-24 tahun (WHO, 2020)

Dari berbagai perubahan dan perkembangan yang harus dihadapi individu di masa remaja, tak jarang individu mengalami berbagai tekanan karena tuntutan untuk harus beradaptasi dengan baik. Menurut Santrock dalam teori *Life-span Development*, ia menyatakan bahwa remaja yang memiliki identitas diri yang positif dapat menerima keadaan dirinya dan memahami diri sendiri dengan baik akan mampu menyelesaikan masalah dengan baik sesuai dengan nilai yang ia miliki (Santrock, 2018). Namun, tidak bagi sebagian remaja yang tidak mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik akan mengalami kekacauan identitas dan berdampak pada ketidakmampuan remaja menilai perannya di masyarakat. Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi masalah akan menimbulkan emosi negatif dan efek negatif yang menyebabkan tindakan yang merugikan dirinya seperti melukai diri, mengonsumsi minuman keras, penyalahgunaan narkoba, bullying, perilaku seks diluar nikah, perkelahian antar pelajar, kejahatan dan kriminalitas (Latipun & Notoedirdjo, 2001).

Ketika remaja menghadapi begitu banyak masalah dan tuntutan namun tidak adanya bantuan maka bisa saja seseorang tersebut melakukan perilaku yang salah sebagai *coping mechanism*-nya. Lazarus (dalam Anggunan & Hariansyah 2017) mengatakan bahwa coping merupakan perubahan kognitif dan perilaku secara konsisten dalam upaya mengatasi

permasalahan internal maupun eksternal yang melebihi kemampuan individu (Anggunan & Hariansyah 2017).

Pemilihan *coping mechanism* yang tepat mampu meningkatkan kemampuan adaptasi pada remaja. Penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang menggunakan *coping mechanism* positif cenderung bisa mengatasi masalah dengan baik, sedangkan yang menggunakan *coping* maladaptif cenderung memiliki stress yang berat (Purnama et al., 2023). Salah satu contoh *coping mechanism* maladaptif yakni perilaku melukai diri sendiri (*self harm*).

Perilaku melukai diri sendiri (*self-harm*) merupakan suatu kondisi dimana seseorang sengaja melukai diri sendiri namun tidak berniat untuk bunuh diri. Favazza (1998) mengatakan bahwa self harm merupakan perilaku yang tidak wajar dan kecenderungan untuk bunuh diri. Faktanya Suyemoto (1998) menamakan salah satu model *self harm* sebagai “*anti-suicide*” yakni *coping mechanism* yang digunakan untuk menghindari bunuh diri (Mangnall and Yurkovich, 2008). Self harm juga berarti sebagai semacam strategi yang dilakukan oleh individu untuk menghilangkan rasa sakit secara psikis guna mendapatkan kembali kesadaran mentalnya (Saputra et al, 2022).

Selama beberapa tahun terakhir, terjadi peningkatan kasus self injury (melukai diri sendiri) di kalangan remaja. Data Risked 2018 pada tahun 2018 (dalam Wurisetyaningrum et al., 2024) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional, yang ditandai dengan gejala depresi dan kecemasan pada usia 15 tahun ke atas, mencapai sekitar 6,1% dari total populasi Indonesia, atau setara dengan 11 juta orang. Pada kelompok usia remaja (15-24 tahun), persentase depresi tercatat sebesar 6,2%.

Kasus bunuh diri di Indonesia dapat mencapai 10.000 per tahun, atau setara dengan satu kasus setiap jamnya. Menurut para ahli suicidologi, 4,2% siswa di Indonesia pernah memikirkan bunuh diri, sementara di kalangan mahasiswa, 6,9% memiliki niat untuk bunuh diri, dan 3% di antaranya pernah mencoba melakukannya. Depresi pada remaja dapat

disebabkan oleh berbagai faktor, seperti tekanan akademis, perundungan (*bullying*), masalah keluarga, dan kesulitan ekonomi (Wurisetyaningrum et al. 2024).

Subjek dalam penelitian ini merupakan seorang peserta wanita didik SMP berinisial K yang berdomisili di Kecamatan Waru, Sidoarjo dan sedang berusia 15 tahun. Berdasarkan data pra-survey yang telah dilakukan oleh peneliti, subjek mengaku kerap melakukan *self harm* ketika sedang menghadapi suatu permasalahan yang tidak bisa diceritakan dan diselesaikannya. Tentunya hal ini menjadi sangat penting untuk diteliti dan dibahas lebih lanjut agar dapat diketahui penyebabnya.

Dari beberapa penelitian dan berita yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait faktor penyebab dilakukannya *self harm* pada peserta didik SMP. Hal ini dikarenakan banyak dan tingginya perilaku *self harm* yang dilakukan oleh remaja. Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini ialah untuk mengetahui bentuk dan faktor penyebab dari perilaku *self harm* pada peserta didik SMP.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk mengetahui faktor penyebab dan bentuk perilaku *self harm* pada peserta didik SMP. Sugiyono menuturkan bahwasannya metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan filsafat, digunakan untuk meneliti pada kondisi ilmiah (eksperimen) dimana peneliti sebagai instrumen, serta teknik pengumpulan data dan cara analisisnya bersifat kualitatif atau lebih menekan pada makna (Sugiyono, 2018). Sedangkan studi kasus menurut Creswell (2014) merupakan strategi penelitian untuk menyelidiki secara cermat suatu hal dengan pengumpulan informasi lengkap menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data (Creswell, 2014).

Dalam memperoleh subjek penelitian, peneliti awalnya meminta siswa di sekolah untuk membuat *secret letter* guna menuliskan permasalahannya masing-masing, lalu didapatkanlah pengakuan bahwa subjek pernah

melakukan *self harm*. Teknik pengumpulan data yang dilakukan berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun wawancara yang dilakukan oleh peneliti ialah wawancara semi terstruktur pada subjek dan *significant other*. Dokumentasi yang diambil ialah bukti tulisan tangan pengakuan *self harm* oleh subjek pada *secret letter* yang ditulisnya.

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Dalam analisis deskriptif, peneliti mulai mempersiapkan dan mengorganisasikan data, lalu dilanjutkan dengan mereduksi data atau menyederhanakan temuan data hingga menemukan kesimpulan dan fokus terhadap permasalahannya. Selanjutnya yakni menyajikan data dalam bentuk tabel, bagan, atau pembahasan sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan yang menjawab fokus dari penelitian. Adapun uji keabsahan data menggunakan triangulasi data, dimana peneliti memeriksa kembali data yang diberikan oleh subjek dengan melakukan wawancara terhadap *significant other* yang pada kali ini ialah teman dekat subjek.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data dari hasil wawancara, diperoleh deskripsi mengenai gambaran subjek dan permasalahannya sebagai berikut. K adalah seorang remaja berusia 15 tahun dan merupakan anak tunggal di keluarganya. Ayah dan ibunya bekerja sepanjang hari. Beberapa waktu lalu, ketika K berada dibangku kelas 6 SD, ayahnya meninggal dunia. K merasa sangat sedih dan terpuruk, sebab ia sangat dekat dengan ayahnya, sedangkan ibunya terlalu banyak menuntut nilai terhadap K, bahkan tidak segan-segan untuk bermain tangan ketika nilai K turun. Ketika SMP, K diasuh oleh pamannya di kota lain dan mengalami pembullyingan fisik di sekolahnya oleh siswa laki-laki, juga mendapatkan perkataan tidak menyenangkan dari pamannya ketika nilainya turun. K mengaku memiliki *anxiety disorder*, dan ketika *anxiety*-nya kambuh, ibu K tidak percaya, dan tidak menyarankan K untuk pergi meminta pertolongan ke psikolog, karena menurut ibunya, jika datang ke psikolog adalah orang gila.

Sewaktu kelas 4 SD, K kerap mengalami pelecehan seksual oleh pamannya yang tinggal di sebelah rumah, sehingga ia merasa sedikit tidak berharga. Awal K melakukan *self harm* adalah saat kelas 7, dimana ia merasa tidak memiliki tempat untuk bercerita. K dan ibunya sering kali bertengkar, sehingga K tidak merasa leluasa untuk bercerita pada ibunya. Awal ia melakukan *self harm* karena pengaruh sosial media yang kala itu sedang ramai tentang orang yang membuat *barcode* (kata lain dari menyayat kulit dengan benda tajam). Berikut pengakuan subjek dalam *secret lettera* yang ditulisnya bahwa ia pernah melakukan tindakan *self harm*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek, K melakukan jenis *self harm superficial self mutilation*, yakni berupa menyayat kulit dengan benda tajam. Untuk menjawab rumusan masalah pada penelitian kali ini, peneliti mengelompokkan data sebagai berikut:

1. Gambaran dan dampak perilaku *self harm*

a. Bentuk perilaku *self harm*

Pada subjek penelitian kali ini, K menyakiti dirinya dengan cara menggores tangannya menggunakan benda tajam berupa silet atau cutter mulai dari pergelangan tangan sampai ke siku. K mengaku banyak menyimpan silet atau cutter di kamarnya, walau terkadang dibuang dan dirampas oleh teman-teman dan ibunya.

b. Intensitas perilaku *self harm*

Intensitas diukur dari seberapa lama dan seberapa sering subjek melakukan *self harm*. K melakukan *self harm* tidak hanya sekali, melainkan berulang-ulang kali sampai ia merasa puas. Adapun terakhir ia melakukan *self harm* adalah dua minggu lalu ketika sedang bertengkar dengan ibunya. Ia mengaku, akhir-akhir ini tindakan *self harm* yang dilakukannya tidak sesering dulu.

c. Perasaan ketika melakukan *self harm*

Saat diberi pertanyaan mengenai apa yang dirasakannya usai melakukan *self harm*, K merasa lega karena telah berhasil menyalurkan emosi yang selama ini dipendamnya sendirian. Namun di sisi lain, K merasa sangat sedih dan takut bila mengingat

tindakan melukai diri adalah tindakan yang dibenci oleh Tuhan dan mendatangkan dosa.

Dampak melakukan *self harm*

Dampak yang diperoleh K usai melakukan *self harm* ialah timbulnya perasaan lega dan puas karena dapat meluapkan emosinya. K belum merasakan dan bahkan mengesampingkan dampak negatif dari perbuatannya tersebut. Hal inilah yang tetap membuat K melakukan *self harm* hingga saat ini.

2. Faktor-faktor penyebab perilaku *self harm*
Self harm sebagai *emotion focused coping*

Dalam hal mengendalikan emosi, beberapa orang sanggup mengendalikan-nya dengan baik dan melampiaskannya terhadap hal yang positif, sedangkan beberapa yang lain cenderung tidak bisa mengendalikan emosinya dan justru me-lampiaskannya pada hal yang negatif. Begitu juga dengan K, ia kurang bisa melampiaskan emosinya pada hal yang positif, sehingga melakukan *self harm* sebagai *emotion focused coping*-nya.

b. Kematangan emosi

Subjek dalam penelitian ini merupakan seorang remaja yang berusia 15 tahun, dimana masa remaja adalah masa seseorang masih cenderung labil dan kurang bisa mengontrol emosi dengan baik. Bahkan dalam kasusnya, K melakukan *self harm* karena tontonan di sosial media yang lewat di berandanya, sehingga ia ingin mencoba hal tersebut dan kini menjadi keterusan.

c. Kesepian

K melakukan *self harm* ketika dirinya berada di bangku kelas 7 SMP, dimana ia tinggal jauh dari ibunya dan baru saja ditinggal oleh ayahnya. Karena merasa kesepian dan merasa tidak memiliki tempat bercerita inilah yang menyebabkan K melakukan *self harm*.

d. Penghargaan diri yang rendah

Ketika individu mampu menghargai dirinya dengan baik, maka ia juga dapat menanamkan cinta pada dirinya sendiri. Akibat peristiwa masa lalu, dimana K sempat mengalami pelecehan seksual oleh paman yang tinggal di sebelah rumahnya, juga pengalaman tindak *bully* fisik yang dilakukan oleh teman lelakinya sewaktu kelas 7 di sekolah lama, kini K memiliki penghargaan diri yang rendah.

e. Pola asuh otoriter

Pola asuh orangtua menjadi bagian paling penting dalam membentuk karakter anak. Dalam hal ini, K mendapatkan pola asuh otoriter dari ibunya, dimana ia kerap dituntut untuk mendapatkan nilai sempurna, dan akan dihukum apabila nilainya turun. Hingga saat ini, ibu K tidak segan untuk melontarkan kata-kata kasar jika K melakukan kesalahan.

f. Masalah keluarga

Tidak ada rumah tangga yang mulus 100% di dunia ini, tentu dalam setiap keluarga memiliki permasalahan-nya masing-masing. Dalam hal ini, K sudah kehilangan tempat berceritanya, yakni ayahnya sejak ia duduk di bangku kelas 6 SD. Saat ini pun ibunya sedang menjalin hubungan asmara dengan pria lain, sehingga K merasa tidak bisa mendapatkan kasih sayang dan perhatian yang lebih banyak lagi dari ibunya, karena menurutnya, ibunya kurang bisa membagi waktu dengan K.

g. Lingkungan Sekolah

Sekolah merupakan rumah kedua bagi para peserta didik. Sebagian besar waktu para peserta didik dihabiskan di sekolah. Apabila lingkungan sekolah tidak mendukung, maka peserta didik akan mengalami kesulitan dalam menjalankan aktivitas yang ada. Fenomena *bullying* di sekolah merupakan salah satu fenomena yang krusial, namun memang tidak mudah mendeteksi dan menghilangkan perundungan di lingkungan sekolah.

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, dimana pada masa ini, remaja mulai mampu mengembangkan bakat dan kemampuan yang dimilikinya untuk ditunjukkan pada orang lain agar terlihat berbeda (Kusmiran, 2011). Pada masa ini pula seseorang akan mulai merasa labil karena perubahan fisik dan emosi yang sedang dirasakannya. Kenyataannya, terdapat remaja yang mampu meregulasi diri dan emosinya dengan baik, ada pula yang tidak. Pada remaja yang belum mampu meregulasi diri dan emosinya dengan baik, biasanya mereka akan melakukan *maladaptive coping mechanism* seperti *self harm*. Perilaku melukai diri sendiri biasa ditemukan dan muncul pada usia awal remaja (Glenn & Klonsky, 2010).

Larsen mendefinisikan perilaku melukai diri atau *self harm* sebagai setiap perilaku yang dilakukan dengan sengaja, akan tetapi tidak termasuk bunuh diri yang menyebabkan luka tubuh dengan tujuan melepaskan penderitaan emosional (Larsen, 2009). Bentuk perilaku *self harm* yang dilakukan oleh subjek adalah tipe *superficial self mutilation*, yang dalam hal ini ialah berupa menggores tangan menggunakan benda tajam, lebih seringnya silet. Perilaku tersebut termasuk salah satu jenis *self harm* yang banyak ditemui di kalangan remaja, atau dapat disebut juga sebagai *self cutting* (Insani & Savira, 2023).

Menurut Mullis dan Chapman (2000), secara umum faktor yang menjadi penyebab perilaku *self harm* adalah *emotion focused coping* (Tarigan & Apsari, 2022). Hal ini terbukti dari pernyataan subjek bahwasannya ia merasa lega sesudah melakukan *self harm*. Adapun faktor lain penyebab perilaku *self harm* yang dilakukan oleh subjek adalah akibat tingkat kematangan emosi, rasa kesepian, penghargaan diri yang rendah, pola asuh otoriter, serta masalah keluarga.

Dalam hal emosi, subjek tergolong masih belum matang dan belum mampu mengendalikan emosinya dengan baik. Ketika sedang dalam keadaan sedih, subjek perlu untuk mengekspresikan emosinya tersebut, sehingga ia melakukan *self cutting* yang menyebabkan perasaan lega dan puas. Hal ini ditirunya dari postingan *self harm* yang kala itu lewat di beranda sosial medianya. Seseorang yang memasuki tahap usia remaja sering kali merasa berhak dalam membuat keputusan secara mandiri (Diananda, 2018). Sedangkan remaja masih cenderung gegabah dan terburu-buru dalam mengambil keputusan, sehingga terkadang keputusan tersebut dapat merugikan dirinya sendiri.

Di sisi lain, perasaan kesepian juga turut melatarbelakangi penyebab subjek melakukan *self harm*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Elda (dalam Frazia, 2016), terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan rasa keinginan melukai diri pada remaja dengan angka korelasi (r) sebesar 0.274 dan signifikansi (p) sebesar 0.000 (Franzia 2016). Dalam hal ini, subjek yang ditinggalkan

ayahnya sejak dibangku kelas 6 SD merasa kehilangan tempat bercerita. Selain itu saat ia diasuh oleh pamannya di kota lain, ia merasa sendirian dan kesepian, sehingga apabila memiliki masalah ia bingung hendak menceritakannya kepada siapa.

Penghargaan diri yang rendah juga turut menyebabkan subjek melukai dirinya. Peristiwa dilecehkan oleh paman yang tinggal di sebelah rumahnya ketika berada di bangku kelas 4 SD masih terbayang-bayang di benaknya. Belum lagi *bully*-an fisik yang sempat dilontarkan oleh teman lelaki di sekolah lamanya yang hingga kini masih membekas kuat di ingatannya. Santrock (2018) mengutarakan bahwasannya seorang remaja laki-laki dan perempuan sama-sama mengalami penurunan harga diri secara drastis, namun remaja perempuan akan mengalami penurunan penghargaan diri yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki (Santrock 2014).

Selanjutnya yakni pola asuh otoriter oleh ibu subjek juga turut menjadi penyebab subjek melukai dirinya sendiri. Hal ini sepadan dengan yang disampaikan oleh Buresova (2015) bahwasannya pola asuh otoriter dan peraturan yang terlalu mengekang (*strict*) dapat memicu munculnya perilaku melukai diri (Buresova et al. 2015). Menurut penuturan subjek, ibunya seringkali memarahinya ketika ia mendapatkan nilai jelek. Bahkan bukan hanya secara verbal, namun juga secara fisik. Ibu subjek tidak segan-segan mengeluarkan kata kasar atau bermain tangan apabila subjek melakukan kesalahan.

Faktor terakhir yang melatarbelakangi subjek melakukan *self harm* adalah masalah keluarga. Sejak kehilangan ayahnya, subjek merasa telah kehilangan tempat berceritanya. Belum lagi akhir-akhir ini ibunya mulai menjalin hubungan asmara dengan pria lain, dimana menurut subjek, ibunya masih belum bisa membagi waktunya lagi dengan adil, sehingga lebih banyak waktu dihabiskan oleh ibu subjek dengan kekasihnya dibanding dengan subjek.

Koerner dan Fitzpatrick (dalam Tarigan & Apsari, 2022) mengelompokkan pola komunikasi anak dengan orang tua ke dalam empat bagian, dimana pola komunikasi subjek

dengan ibunya termasuk pola yang ketiga, yakni pola komunikasi otoriter. Dimana komunikasi yang terjalin antara orang tua dengan anak sangat minim akibat orang tua jarang meluangkan waktu untuk berdiskusi dengan anak (Tarigan & Apsari, 2022). Pola komunikasi yang tertutup inilah yang menyebabkan intensi melukai diri pada anak menjadi tinggi.

D. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwasannya bentuk perilaku melukai diri atau *self harm* pada subjek termasuk ke dalam tipe *superficial self mutilation*, yakni dengan menyayat pergelangan tangannya hingga ke siku menggunakan silet. Hal ini dilakukannya agar mendapatkan perasaan lega dan puas akibat tidak mampu menyelesaikan permasalahannya secara mandiri.

Adapun faktor yang menjadi penyebab subjek melakukan *self harm* ternyata banyak sekali. Secara umum, perilaku melukai diri sendiri disebabkan oleh *emotion focused coping*, dimana subjek mulai melepaskan dan melampiaskan emosinya dengan menyayat bagian tangannya. Dari hal tersebut dapat diartikan bahwasannya seorang remaja, khususnya perempuan cenderung menyelesaikan sebuah permasalahan dengan memperkecil tekanan emosional yang dirasakannya, sehingga kemudian mendapatkan rasa nyaman dan lega dari tindakan menyakiti dirinya. Faktor lain yang menjadi penyebab perilaku *self harm* pada subjek adalah tingkat kematangan emosi yang rendah, rasa kesepian, penghargaan diri yang rendah, pola asuh otoriter, serta masalah keluarga.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Anggunan & Hariansyah, H. 2017. "Hubungan Coping Mechanism Dengan Hasil Ujian Akhir Blok Basic Medical Science Pada Mahasiswa Angkatan 2016." *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan* 4(1):67–73.
- Burešová, I., K. Bartošová, and M. Čerňák. 2015. "Connection between Parenting Styles and Self-Harm in Adolescence." *Procedia - Social and Behavioral*

- Sciences* 171:1106–13. doi: 10.1016/j.sbspro.2015.01.272.
- Creswell. 2014. *Research Design Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches (4th Ed.)*. Sage: Thousand Oaks.
- Diananda, Amita. 2018. “Psikologi Remaja Dan Permasalahannya.” *Istighna* 1(1):116–113. doi: <http://dx.doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>.
- E., Kusmiran. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ee, Guan Teik, and See Ching Mey. 2011. “Types of Self-Hurt Behavior among Chinese Adolescents in Malaysia.” *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 29:1218–27. doi: 10.1016/j.sbspro.2011.11.356.
- Franzia, Elda. 2016. “Pengaruh Foto Profil Dan Cover Pada Jejaring Sosial Facebook Dalam Membentuk Personal Branding: Studi Kasus Mahasiswa Dan Alumni Fsrđ Universitas Trisakti.” *Humaniora* 7(1):halaman 364.
- Glenn, Catherine R., and E. David Klonsky. 2010. “A Multimethod Analysis of Impulsivity in Nonsuicidal Self-Injury.” *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment* 1(1):67–75. doi: 10.1037/a0017427.
- Insani, Mutiara Saridewi, and Siti Ina Savira. 2023. “Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku Self-Harm Pada Remaja Perempuan.” *Character : Jurnal Penelitian Psikologi* 10(02):439–54.
- Iveson, Matthew H., Emily L. Ball, Heather C. Whalley, Ian J. Deary, Simon R. Cox, G. David Batty, Ann John, and Andrew M. McIntosh. 2024. “Childhood Cognitive Ability and Self-Harm and Suicide in Later Life.” *SSM - Population Health* 25(September 2023):101592. doi: 10.1016/j.ssmph.2023.101592.
- Latipun, and M. Notosoedirdjo. 2001. *Kesehatan Mental: Konsep Dan Penerapan*. Malang. UMM Press.
- Mangnall, Jacqueline, and Eleanor Yurkovich. 2008. “A Literature Review of Deliberate Self-Harm.” *Perspectives in Psychiatric Care* 44(3):175–84. doi: 10.1111/j.1744-6163.2008.00172.x.
- Organization, World Health. n.d. “Adolescent Health in the South-East Asia Region.” Retrieved (<https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health>).
- Papalia, Diane E., Ruth Duskin Feldman, and Sally Wendkos Olds. 2008. *Human Development Edisi 9*. Jakarta: Kencana.
- Purnama, Ni Luh Agustini, Marcellina Rasemi Widayanti, Ignata Yuliati, and Yuni Kurniawaty. 2023. “Pengaruh Mekanisme Coping Terhadap Stres Remaja.” *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung* 16(1):10–20. doi: 10.34011/juriskesbdg.v16i1.2448.
- Santrock, John. 2014. *Life-Span Development*. New York: McGraw-Hill.
- Santrock, John W. 2018. *Life-Span Development 13th Ed: Perkembangan Masa-Hidup, Edisi Ketiga Belas Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Saputra, M. Ridho, Dwi Anugerah Cahaya Mukti, Ria Angelina, Putri Aulia Maharani, Bella Dwi Yuniarti, Sahidatul Fitria, Nabilla Rais Saefullah, Hafizah Nisrina, Norma Jeni Aprilia, and Rahmat Hidayat. 2022. “Kerentanan Self Harm Pada Remaja Di Era Modernisasi.” *Proceeding Conference On Psychology and Behavioral Sciences* 1(1):28–33.
- Sibarani, Dahlia Magdalena, Susanti Niman, and FX Widianoro. 2021. “Self-Harm Dan Depresi Pada Dewasa Muda.” *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia* 9(4):795–802.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Tarigan, Thesalonika, and Nurliana Cipta Apsari. 2022. “Perilaku Self-Harm Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (Self-Harm or Self-Injuring Behavior By Adolescents).” *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 4(2):213. doi: 10.24198/focus.v4i2.31405.
- Valencia, Galuh, Purwanti Hadisiw, and Ditha

- Prasant. 2019. "Komunikasi terapeutik Psikolog Dalam Menangani Klien Pengidap Deliberate Self-Harm Psychologist Therapeutic Communication in Handling Clients with Deliberate Self-Harm." *Jurnal Spektrum Komunikasi* 9(2):2021.
- Wurisetyaningrum, Carolina, Elmanora, and Vania Zulfa. 2024. "ANALISIS FAKTOR PERILAKU SELF-INJURY PADA REMAJA Carolina." *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling* 2(2):1–10.