

**ANALISIS *SELF-HARM* PADA MAHASISWA FAKULTAS  
DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI  
ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

**SKRIPSI**



**Dastin Paramita**

**201103050013**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH**

**JUNI 2024**

**ANALISIS *SELF-HARM* PADA MAHASISWA FAKULTAS  
DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI  
ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

**SKRIPSI**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri  
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Psikologi Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

Oleh :  
**Dastin Paramita**  
201103050013

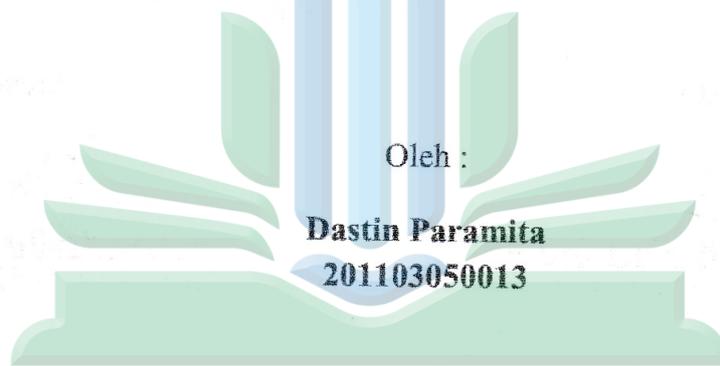
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH**

**JUNI 2024**

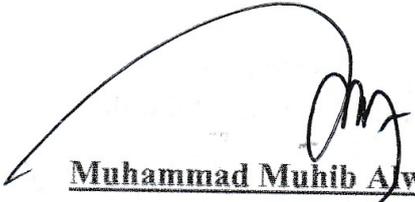
**ANALISIS *SELF-HARM* PADA MAHASISWA FAKULTAS  
DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI  
ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

**SKRIPSI**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri  
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Psikologi Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R  
Disetujui Pembimbing

  
Muhammad Muhib Alwi, S.Psi., M.A.  
NIP. 197807192009121005

**ANALISIS *SELF-HARM* PADA MAHASISWA FAKULTAS  
DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI  
ACHMAD SIDDIQ JEMBER**

**SKRIPSI**

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu  
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)  
Fakultas Dakwah  
Program Studi Psikologi Islam

Hari : Rabu

Tanggal : 12 Juni 2024

Tim Penguji

Ketua

Arrumaisha Fitri, M.Psi.  
NIP. 198712232019032009

Sekretaris

Anisah Prafitraha, M.Pd.  
NIP. 198905052018012002

Anggota :<sup>2</sup>

1. Dr. Minan Jauhari, M.Si
2. Muhammad Muhib Alwi, MA

Menyetujui

Dekan Fakultas Dakwah



Dr. Fawaizul Umam, M. Ag  
NIP. 1973022720031001

## MOTTO

لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى أَنْفُسِكُمْ أَنْ  
تَأْكُلُوا مِنْ بُيُوتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ آبَائِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أُمَّهَاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ إِخْوَانِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَخَوَاتِكُمْ أَوْ  
بُيُوتِ أَعْمَامِكُمْ أَوْ بُيُوتِ عَمَّاتِكُمْ أَوْ بُيُوتِ أَخْوَالِكُمْ أَوْ بُيُوتِ خَالَاتِكُمْ أَوْ مَا مَلَكَتُمْ مَفَاتِحَهُ أَوْ  
صَدِيقِكُمْ ۚ لَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ تَأْكُلُوا جَمِيعًا أَوْ أَشْتَاتًا ۚ فَإِذَا دَخَلْتُمْ بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَى  
أَنْفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِّنْ عِنْدِ اللَّهِ مُبْرَكَةً طَيِّبَةً ۚ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ (٦١)

Artinya : Tidak ada halangan bagi orang buta, tidak (pula) bagi orang pincang, tidak (pula) bagi orang sakit, dan tidak (pula) bagi dirimu, makan (bersama-sama mereka) di rumah kamu atau rumah bapak-bapakmu, di rumah ibu-ibumu, di rumah saudara-saudaramu yang laki-laki, di rumah saudara-saudaramu yang perempuan, di rumah saudara bapak-bapakmu yang laki-laki, di rumah saudara bapak-bapakmu yang perempuan, di rumah saudara-saudara ibumu yang laki-laki, di rumah saudara-saudara ibumu yang perempuan, (dirumah) yang kamu miliki kuncinya atau (dirumah) kawan-kawanmu. Tidak ada halangan bagi kamu makan bersama-sama mereka atau sendiri-sendiri. Apabila kamu memasuki rumah-rumah hendaklah kamu memberi salam (kepada penghuninya, yang berarti memberi salam) kepada dirimu sendiri, dengan salam yang penuh berkah dan baik dari sisi Allah. Demikianlah Allah menjelaskan ayat-ayat(Nya) bagimu, agar kamu mengerti. (QS. An-Nur [24]:61).<sup>1</sup>

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

<sup>1</sup> M.Quraish Shihab, Al-Qur'an dan Maknanya (Jakarta : Lentera Hati, 2020), 358.

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini di persembahkan kepada : Kedua orang tua saya, Ibu Halima dan Almarhum Bapak Mardiono. Atas segala usaha keras beliau dalam mendidik serta membesarkan saya dengan penuh kasih sayang. Pelukan hangat untuk ibu saya dan almarhum bapak saya tercinta.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## KATA PENGANTAR

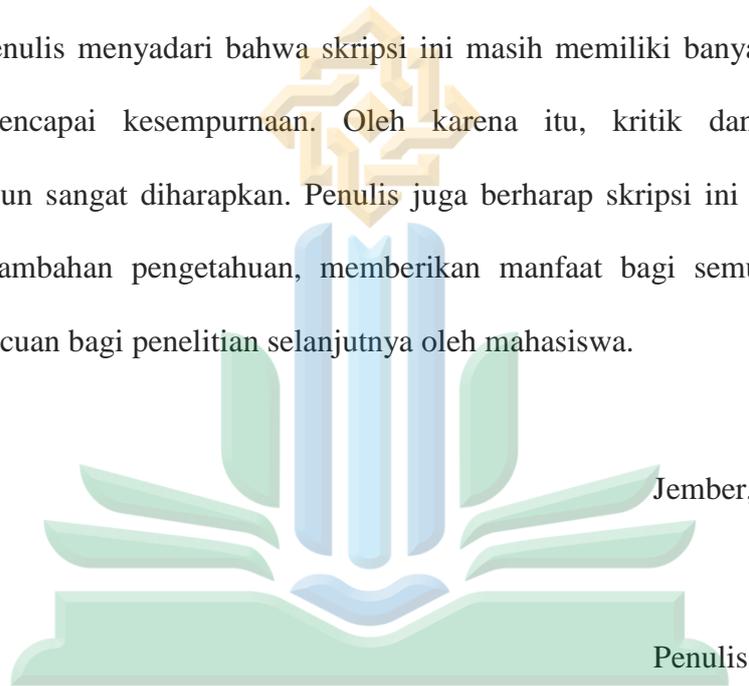
Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya. Sholawat serta salam tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah menuju zaman ilmiah. Sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Analisis *Self-harm* pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember ”.

Keberhasilan peneliti dicapai berkat dukungan dari banyak pihak. Oleh karena itu, peneliti menyadari hal ini dan mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S. Ag., M.M., CPEM. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Dr. Fawaizul Umam. M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
3. Bapak Muhibbin, S, Ag, M.Si., Selaku Wakil Dekan I Fakultas Dakwah yang telah mengizinkan mengadakan penelitian ini.
4. Ibu Arrumaisha Fitri, M.Psi. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
5. Bapak Muhammad Muhib Alwi S.Psi., M.A. Sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, motivasi, dan meluangkan waktu untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi dengan baik.

6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang telah berbagi ilmu dan pengalaman berharga kepada peneliti.
7. Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, baik yang disebutkan maupun yang tidak, atas bantuan dan dukungannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan untuk mencapai kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Penulis juga berharap skripsi ini bisa berfungsi sebagai tambahan pengetahuan, memberikan manfaat bagi semua pihak, dan menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya oleh mahasiswa.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## ABSTRAK

Dastin Paramita, 2024: *Analisis Self-harm pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.*

**Kata Kunci:** *Self-harm*, Mahasiswa

*Self-harm* adalah sebuah cara untuk mengatasi kecemasan yang berlebihan yang sering muncul dalam pemikiran individu, namun sayangnya hal ini dapat berdampak buruk bagi mereka. Tak heran jika banyak dari kalangan mahasiswa yang memilih berperilaku *self-harm* untuk mengatasi kecemasan atau stres yang di hadapinya.

Fokus masalah yang diteliti dalam penelitian ini adalah : 1) Apa saja bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember? 2) Faktor apa yang menyebabkan mahasiswa fakultas dakwah melakukan perilaku *self-harm*? 3) Bagaimana dinamika emosi ketika sebelum dan sesudah melakukan *self-harm*?

Tujuan penelitian ini adalah : 1) mengetahui gambaran bentuk perilaku *self-harm* yang di alami oleh mahasiswa fakultas dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. 2) mengetahui faktor yang menyebabkan mahasiswa fakultas dakwah melakukan perilaku *self-harm*. 3) mengetahui dinamika emosi sebelum dan sesudah melakukan *self-harm*.

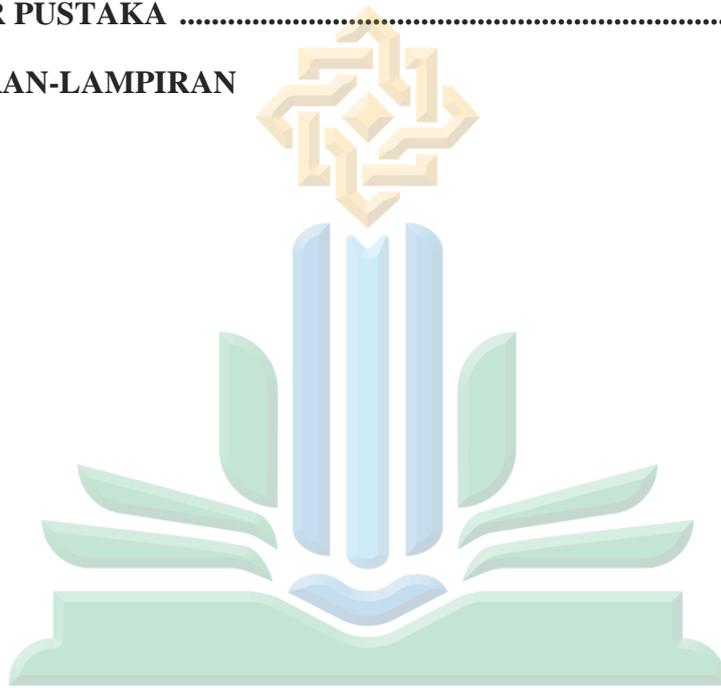
Untuk mengidentifikasi permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara terhadap tiga mahasiswa yang melakukan *self-harm* dan dokumentasi.

Penelitian ini memperoleh kesimpulan 1) bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan ketiga informan yaitu, menyayat lengan dengan menggunakan cutter, menindik jarum pada kulit lengan, overdosis, mengemudi dengan sembrono. 2) faktor penyebab ketiga informan melakukan *self-harm* yaitu faktor keluarga, faktor sosial, faktor individu. 3) dinamika emosi sebelum melakukan *self-harm* meliputi perasaan sedih, marah, pikiran kacau, pusing, ingin menyerah, kecewa. Sedangkan sesudah melakukan *self-harm* yaitu merasa lega, pikiran tenang dan mudah tertidur.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
MOTTO .....	iv
PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Konteks Penelitian .....	1
B. Fokus Penelitian .....	7
C. Tujuan penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Definisi Istilah .....	9
F. Sistematika Pembahasan .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>12</b>
A. Penelitian Terdahulu .....	12
B. Kajian Teori .....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	35
B. Lokasi Penelitian .....	35
C. Subyek Penelitian .....	36
D. Teknik Pengumpulan Data .....	37
E. Analisis Data .....	39
F. Keabsahan Data .....	41
G. Tahap-tahap Penelitian .....	43
<b>BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS .....</b>	<b>46</b>

A. Gambaran Obyek Penelitian .....	46
B. Penyajian Data dan Analisis .....	55
C. Pembahasan Temuan .....	72
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>81</b>
A. Kesimpulan .....	81
B. Saran .....	82
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>84</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Persamaan dan Perbedaan Penelitian Terdahulu .....	16
Tabel 2.1 Data Informan Penelitian .....	52
Tabel 2.2 Frekuensi Banyaknya Kejadian .....	55



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Konteks Penelitian

Setiap manusia yang hidup di muka bumi ini pasti tidak akan terlepas dari suatu problematika atau permasalahan di sepanjang hidupnya. Dan setiap manusia tentu memiliki caranya sendiri untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Namun, sebagian besar manusia dapat mengatasi masalahnya dengan baik, dan sebagian masih kurang mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi. Ketidakmampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah dapat memicu munculnya distres. Distres yang memberikan dampak terhadap emosi negatif dan tidak dapat dikendalikan, itu mampu membuat seseorang melakukan perilaku yang merugikan dirinya, seperti mengonsumsi alkohol, melakukan penyimpangan sosial, hingga melakukan *self harm*<sup>2</sup>.

Mayoritas para ulama berpendapat bahwa perilaku melukai diri sendiri adalah haram. Dalam penelitian Audhia berpendapat bahwa perbuatan melukai diri sendiri sama artinya dengan aniaya dimana hal tersebut dapat mendatangkan madharat tanpa adanya manfaat. Dari pendapat tersebut, disimpulkan bahwa perilaku melukai diri sendiri sama halnya dengan berbuat dzalim kepada diri sendiri yakni menganiaya diri sendiri. Allah SWT berfirman :

---

<sup>2</sup> Dzikra Raihani, Salsabila Zakiah Zulva, Umi Kalsum, , Usmi Karyani, “Perilaku *Self-harm* pada Pasien Depresi dengan Gejala Psikotik”. Jurnal dipresentasikan pada Seminar Nasional Psikologi Yogyakarta, 2022

أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ ۖ كَانُوا أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً وَأَثَارُوا الْأَرْضَ وَعَمَرُوهَا أَكْثَرَ مِمَّا عَمَرُوهَا وَجَاءَتْهُمْ رُسُلُهُم بِالْبَيِّنَاتِ ۖ فَمَا كَانَ اللَّهُ لِيَظْلِمَهُمْ وَلَكِن كَانُوا أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ (٩)

Artinya : "Dan tidakkah mereka bepergian di bumi lalu melihat bagaimana kesudahan orang-orang sebelum mereka (yang mendustakan rasul)? Orang-orang itu lebih kuat dari mereka (sendiri) dan mereka telah mengolah bumi (tanah) serta memakmurkannya melebihi apa yang telah mereka makmurkan. Dan telah datang kepada mereka rasul-rasul mereka dengan membawa bukti-bukti yang jelas. Maka Allah sama sekali tidak berlaku zalim kepada mereka (manusia), tetapi merekalah yang berlaku zalim kepada diri mereka sendiri."(QS. Ar-Rum [30]:9).<sup>3</sup>

Perilaku *self-harm* adalah suatu bentuk tindakan yang dilakukan seseorang untuk mengatasi perasaan yang menyakitkan atau tekanan emosional dengan cara yang merugikan diri seperti menyakiti dan melukai diri sendiri tanpa ada keinginan untuk mati.<sup>4</sup>

Belakangan ini, topik pembahasan kesehatan mental mulai marak diperbincangkan di Indonesia. Muncul isu-isu psikologis baik di dunia nyata maupun di dunia maya atau media sosial. Salah satu contohnya, seorang remaja yang mengunggah atau membagikan tindakan atau perasaan sedih, marah, kecewa hingga putus asa, dengan melakukan perilaku melukai diri sendiri atau dikenal dengan istilah perilaku *self-*

<sup>3</sup> M.Quraish Shihab, Al-Qur'an dan Maknanya (Jakarta : Lentera Hati, 2020), 405.

<sup>4</sup> Saridewi Mutiara Insani, Siti Ina Savira, "Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku *Self-Harm* Pada Remaja Perempuan," *Jurnal Penelitian Psikologi*, no.02 (2023): 441, <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26404>

*harm*. Depresi yang terjadi pada remaja tidak selalu dalam bentuk kesedihan, tetapi bisa dalam bentuk mudah marah, jenuh, atau ketidakmampuan untuk menikmati kesenangan.

Penelitian yang dilakukan oleh Bagas Rukmana tentang “Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku *Self-Injury* Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Di Universitas Swasta Di Kota Pekanbaru” ditemukan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan perilaku melukai diri sendiri antara lain adalah kurangnya peran orang tua, pengalaman masa lalu yang menyakitkan yang menimbulkan trauma, perasaan tidak nyaman akibat tertahannya emosi negatif, dominasi beberapa emosi tertentu pada individu, serta peniruan perilaku melukai diri sendiri yang berasal dari tren saat informan masih bersekolah di SMA.<sup>5</sup>

Dalam DSM-V, perilaku *self-harm* dikenal sebagai NSSI atau *non-suicidal self-injury*. Perilaku ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti depresi, kecemasan, mekanisme pertahanan diri yang negatif sebagai strategi coping, pengalaman trauma psikologis pada masa kecil, komunikasi yang buruk dalam keluarga, kurangnya keharmonisan dan kehangatan keluarga, masalah di sekolah, konflik dalam hubungan romantis, masalah dengan teman, pengalaman buruk yang pernah terjadi, dan stres dalam menghadapi kehidupan sehari-hari.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Bagas Rukmana, “Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku *Self Injury* Pada Mahasiswa Yang Berkuliah di Universitas Swasta di Kota Pekanbaru” (Skripsi, UIN Riau Pekanbaru, 2021), 132-133.

<sup>6</sup> Klonsky and Muehlenkamp, “Self-injury: A research review for the practitioner” *Journal of Clinical Psychology*, 63(11), 1045-1056.

Terdapat beberapa pendapat menurut para ahli mengenai faktor-faktor penyebab perilaku *self-harm*. Menurut Mullis dan Chapman, faktor penyebab perilaku *self-harm* adalah *emotion focus coping*. Artinya, seorang remaja cenderung menyelesaikan masalah dengan memperkecil tekanan emosional yang dirasakan agar mendapatkan rasa nyaman atau perasaan lega, salah satunya dengan melukai diri sendiri.<sup>7</sup> Selanjutnya menurut Ronka, kesepian dapat menjadi salah satu faktor penyebab seorang remaja melakukan perilaku menyakiti dan melukai diri sendiri.

Selain itu, menurut Buresova menyebutkan terdapat dua faktor yang menyebabkan perilaku *self-harm* yakni eksternal dan internal.<sup>8</sup> Faktor eksternal bisa berasal dari luar seperti, pola asuh orang tua yang otoriter dan masalah dalam hubungan romantis atau pertemanan. Sedangkan faktor internal dapat berupa kebutuhan atau kecenderungan neurotik seperti kasih sayang, penerimaan sosial, atau penghargaan sosial dari seseorang, dan kematangan emosi seseorang. Dengan demikian, terdapat banyak faktor yang dapat memicu munculnya perilaku *self-harm* pada remaja, terutama kepada mahasiswa.

Masa dewasa juga sering disebut sebagai masa peralihan dari remaja akhir menuju dewasa awal, dimana pada awal masa dewasa, individu akan menghadapi sebuah problematika atau masalah baru yang

---

<sup>7</sup> Insani, Savira, "Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku *Self-Harm* Pada Remaja Perempuan," 441.

<sup>8</sup> Insani, Savira, "Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku *Self-Harm* Pada Remaja Perempuan," 441-442.

belum pernah di alami sebelumnya.<sup>9</sup> Menurut Whitlock perilaku *self-harm* merupakan fenomena yang terjadi dimulai pada usia 11-15 tahun, dan proporsi tertinggi pada usia 10-20 tahun.<sup>10</sup>

Mahasiswa merupakan masa peralihan dari sekolah menengah atas menuju perguruan tinggi. Mahasiswa yang belum bisa menyesuaikan diri atas peran barunya akan rentan mengalami stres dan mudah depresi. Begitupun dengan mahasiswa baru pada masa awal perkuliahan rentan mengalami stres, kecemasan, depresi, dan tekanan psikologi lainnya, karena merupakan masa transisi menuju dewasa dan perlu beradaptasi dengan sistem perkuliahan. Selain itu, stres juga rentan terjadi pada mahasiswa tingkat akhir hal ini dikarenakan dalam tahap menyusun skripsi. Pada tahap ini, mahasiswa akan dihadapkan pada beberapa stresor yang dapat menghambat pembuatan skripsi diantaranya dosen pembimbing yang sibuk, kesulitan dalam mengumpulkan data, kesulitan dalam menentukan judul, kejenuhan dalam pembuatan skripsi, kesulitan dalam menuangkan pemikiran kedalam bentuk tulisan serta kesulitan dalam mencari literatur.<sup>11</sup> Hal ini dapat memungkinkan mahasiswa sebagai kelompok yang rentan untuk melakukan perbuatan *self-harm*.

---

<sup>9</sup> Elizabeth B. Hurlock, Psikologi Perkembangan (Jakarta: Penerbit Erlangga), 208.

<sup>10</sup> Bilfrans Keyvien Alifiando, Sambodo Sriadi Pinilih, Muhammad Khoirul Amin, "Gambaran Kecenderungan Perilaku *Self-Harm* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Study," *Jurnal Keperawatan*, no. 1 (Januari 2022): 11-18, <https://doi:10.56186/jkkb.98>

<sup>11</sup> Nanda Kharisma Illa Billa, Siti Ina Savira, "Analisis Deskriptif Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Menyusun Skripsi Di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya," *Jurnal Penelitian Psikologi*, no.03 (2023): 448, <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/54390>

Pada umumnya mahasiswa rentan mengalami depresi, karena banyaknya tugas yang harus diselesaikan serta *deadline* yang cukup singkat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki tugas untuk dapat membagi waktu dengan baik dan fikiran akademik, dengan adanya peran baru yang belum dapat dilakukan dengan baik akan menimbulkan cemas atau depresi berlebihan, maka kemungkinan besar mahasiswa akan melakukan perilaku *self-harm*.<sup>12</sup>

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah peneliti lakukan bahwasanya subjek yang terdiri dari 3 mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember pada penelitian ini melakukan perilaku *self-harm* dengan berbagai jenis mulai menyayat lengan menggunakan cutter, menindik jarum pada kulit, overdosis dan mengemudi dengan sembrono. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan subyek melakukan perilaku *self-harm* di antaranya faktor keluarga meliputi kurangnya kasih sayang atau perhatian dari kedua orang tua dan didikan orang tua yang terlalu keras. Sedangkan faktor sosial meliputi adanya permasalahan dengan teman sebaya atau teman satu circlenya dan masalah asmara. Kemudian faktor individu yaitu tidak dapat memecahkan masalah dengan baik.<sup>13</sup> Perilaku melukai diri sendiri (*self harm*) belum sepenuhnya dipahami oleh banyak pihak, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengumpulkan data mengenai alasan di balik tindakan tersebut.

---

<sup>12</sup> Riza mahmud, zahrotul uyun, "Studi Deskriptif Mengenai Pola Stres Pada Mahasiswa Praktikum" Jurnal Indigenous, Vol. 1 No. 2 (2016) : 2016

<sup>13</sup> Informan I, II dan III, diwawancara oleh Penulis, Jember, 21 November 2023.

Setelah peneliti mendapatkan subyek untuk informan dalam penelitian ini, peneliti ingin menggali lebih dalam bagaimana bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh mahasiswa dan faktor apa yang menjadi penyebab mahasiswa melakukan perilaku tersebut serta bagaimana dinamika emosi sebelum dan sesudah melakukan perilaku *self-harm*. Oleh karena itu, penulis memutuskan untuk melanjutkan penelitian lebih mendalam tentang perilaku *self-harm* dengan judul “ANALISIS *SELF-HARM* PADA MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SHIDDIQ JEMBER”.

## B. Fokus Penelitian

Berdasarkan konteks penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, fokus penelitian ini adalah :

1. Apa saja bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember ?
2. Faktor apa yang menyebabkan mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember melakukan perilaku *Self-harm* ?
3. Bagaimana dinamika emosi ketika sebelum dan sesudah melakukan *Self-harm* ?

## C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui gambaran bentuk perilaku *self-harm* yang di alami oleh mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Untuk mengetahui faktor yang menyebabkan mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember melakukan perilaku *self-harm*.
3. Untuk mengetahui dinamika emosi sebelum dan sesudah melakukan *self-harm*.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman terhadap permasalahan yang diteliti serta dapat digunakan sebagai karya ilmiah perkembangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi terutama untuk psikologi klinis yang berkaitan dengan perilaku *self-harm*.

2. Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini untuk :

- a. Remaja/ Mahasiswa

Manfaat praktis dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi mengenai bahaya perilaku *self-harm* serta dapat mengurangi perilaku *self-harm* yang terjadi pada remaja. Selain itu, diharapkan dapat memberikan kesadaran bahwa

untuk mengatasi rasa kecewa dan terluka tidak harus menyakiti diri sendiri.

b. Masyarakat

Manfaat praktis bagi masyarakat dalam penelitian ini di harapkan dapat menambah pengetahuan dan peningkatan wawasan terkait keberadaan pelaku *self-harm* di kalangan remaja. Sehingga menjadi lebih terbuka terhadap setiap remaja yang memiliki masalah berat dan melakukan perilaku *self-harm*.

## E. Definisi Istilah

### 1. *Self-harm*

*Self-harm* merupakan perilaku merugikan atau menyakiti diri sendiri namun tidak ada niatan untuk mati. Perilaku ini muncul ketika seorang individu tidak kuat mengatasi masalah yang datang kepada dirinya yang disebabkan *overthingking* atau cemas berlebihan sehingga dapat memunculkan pikiran untuk melakukan perilaku menyakiti diri sendiri atau yang di sebut *self-harm*.

### 2. Mahasiswa

Mahasiswa merupakan seorang laki-laki dan perempuan yang sedang menempuh pendidikan di tingkat Universitas. Mahasiswa juga disebut sebagai masa peralihan dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi. Mahasiswa identik dengan tugas-tugas perkuliahan yang di berikan oleh dosen, oleh karena itu mahasiswa mengalami stres karena banyaknya tugas yang harus diselesaikan serta deadline

yang cukup singkat. Mahasiswa juga dituntut untuk bisa manajemen waktu dengan baik. Mahasiswa yang belum bisa manajemen waktu dengan baik dan belum terbiasa dengan peran barunya akan rentan mengalami stres atau cemas berlebihan, maka kemungkinan mahasiswa akan melakukan perilaku *self-harm*.

## F. Sistematika Pembahasan

Skripsi ini disusun dalam beberapa bab dengan sistem penulisan sebagai berikut:

### BAB I

Memaparkan tentang konteks penelitian yang akan diangkat dan dibahas secara mendalam, diiringi dengan pemaparan fokus apa saja yang ditelaah, tujuan, manfaat yang dapat diberikan kepada pihak-pihak yang tercantum dalam riset data penelitian ini, hingga menjelaskan definisi setiap istilah yang muncul dalam penelitian secara mendetail.

### BAB II

Berisi mengenai kajian pustaka yang memuat data diantaranya Penelitian Terdahulu dan Kajian Teori. Kajian Teori pada bab ini meliputi, Pengertian *Self-harm*, Jenis-jenis Perilaku *Self-harm*, Faktor-faktor Penyebab Perilaku *Self-harm*, *Self-injury* dalam DSM-V, Bentuk-bentuk Perilaku *Self-harm*, Tingkatan Perilaku *Self-harm*, Dampak Perilaku *Self-harm*, dan Dinamika Emosi.

### BAB III

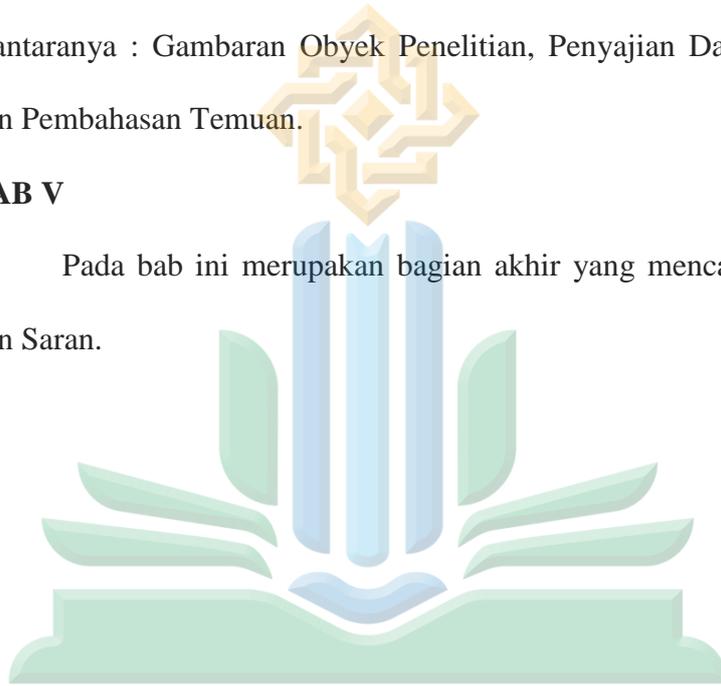
Pada bab ini menjelaskan tentang metode penelitian meliputi : Pendekatan dan Jenis Penelitian, Lokasi Penelitian, Subyek Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Analisis Data, dan Tahap-tahap Penelitian.

#### **BAB IV**

Dalam bab ini menjelaskan tentang penyajian data dan analisis diantaranya : Gambaran Obyek Penelitian, Penyajian Data dan Analisis, dan Pembahasan Temuan.

#### **BAB V**

Pada bab ini merupakan bagian akhir yang mencakup : Simpulan dan Saran.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yang di maksud adalah untuk mengetahui lokasi penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan seberapa orisinalitasnya.<sup>14</sup> Penelitian sebelumnya dalam skripsi ini dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Skripsi Nur Hafizh Puji Aprilia Fakultas Dakwah Universitas Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tahun 2022. Judul skripsi “*Self-Injury* Pada Remaja Perempuan Urban Perkotaan Di Kota Tangerang”.<sup>15</sup> Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk *self-injury* yang dilakukan pada remaja perempuan urban perkotaan di Kota Tangerang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Adapun hasil penelitian ini adalah penyebab dari perilaku *self injury* ini adalah diri sendiri dan lingkungan serta kurangnya percaya diri dan kurangnya empati dari orang sekitar pada apa yang dialami perilaku *self-injury* sehingga ketiga subjek mengalami bentuk *self injury* yang berbeda-beda. Seperti menjambak rambut, menyayat lengan, mencakar kulit dan mengkonsumsi obat yang melebihi dosis. Hasil penelitian ini juga mengatakan penyebab subjek melakukan *self injury* memiliki penyebab

---

<sup>14</sup> Tim Penyusun, 93-4

<sup>15</sup> Nur Hafizh Puji Aprilia, “*Self Injury* Pada Remaja Perempuan Urban Perkotaan Di Kota Tangerang” (Skripsi, UIN Prof.K.H.Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2022), 85.

yang berbeda-beda mulai dari masalah keluarga, percintaan, dan masalah religiusitas yang dialami oleh remaja.

2. Skripsi Anggi Desfrilia Septia Putri Fakultas Psikologi Universitas Medan Area pada tahun 2022. Judul skripsi “*Self Harm* Pada Remaja Putri Di Kota Medan”.<sup>16</sup> Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi remaja melakukan *self harm*, alasan melakukan *self harm*, jenis-jenis *self harm*, dan siklus *self harm*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil dari penelitian ini yaitu alasan responden melakukan tindakan *self harm* adalah untuk mengalihkan perhatian dari rasa sakit, melepaskan ketegangan, menghindari mati rasa, mengespresikan rasa sakit, menghukum diri sendiri, dan untuk merasakan kepuasan. Sedangkan faktor yang mempengaruhi responden melakukan *self harm* yaitu karena faktor individu meliputi keterampilan komunikasi yang buruk, tingkat percaya diri yang rendah, pemecahan masalah yang buruk, serta mengambil keputusan negatif. Faktor keluarga juga menjadi salah satu penyebab responden melakukan tindakan *self harm*, faktor sosial meliputi kesulitan dalam membuat hubungan atau kesepian dan intimidasi secara terus menerus. Siklus *self harm* dalam penelitian ini melakukan tindakan *self harm* yang dipicu oleh emosi negatif seperti perasaan marah, sedih dan putus asa.

---

<sup>16</sup> Anggi Desfrilia Septia Putri, “*Self Harm* Pada Remaja Putri Di Kota Medan” (Skripsi, Universitas Medan Area, 2022), 116.

3. Skripsi Sayyidah Khalifah Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2019. Judul skripsi “Dinamika *Self-Harm* Pada Remaja”.<sup>17</sup> Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk *self-harm* pada remaja dan apa yang menyebabkan remaja melakukan *self-harm*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif studi fenomenologi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan remaja menunjukkan perilaku mengukir, menggores, menyayat pada permukaan kulit, memukul diri sendiri, memukul badan pada benda keras dan padat hingga memar, dan tidak makan selama hampir satu minggu. Faktor yang menyebabkan remaja melakukan tindakan *self-harm* yaitu karena stres yang berlebihan hingga depresi yang disebabkan oleh kurangnya kemampuan mengendalikan emosi negatif yang terpendam dalam diri individu, tidak adanya keharmonisan dan kehangatan dalam hubungan keluarga, masalah dengan teman sebaya, bullying dan masalah asmara.

4. Skripsi Bagas Rukmana, Fakultas Psikologi Universitas Islam Pekanbaru Riau pada tahun 2021. Judul skripsi “Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku *Self Injury* Pada Mahasiswa Yang Berkuliah di Universitas Swasta di Kota Pekanbaru ”.<sup>18</sup> Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja faktor-faktor penyebab terjadinya

---

<sup>17</sup> Sayyidah Khalifah, “Dinamika *Self-Harm* Pada Remaja” (Skripsi, UINSA, 2019), 121.

<sup>18</sup> Bagas Rukmana, “Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku *Self Injury* Pada Mahasiswa Yang Berkuliah di Universitas Swasta di Kota Pekanbaru” (Skripsi, UIN Riau Pekanbaru, 2021), 142.

perilaku *self injury* pada mahasiswa yang berkuliah di universitas swasta di kota pekanbaru. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada beberapa faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* yaitu kurang berperannya sosok orangtua terutama sosok ibu masing-masing informan, adanya pengalaman masa lalu yang menyakitkan sehingga menimbulkan adanya trauma, adanya perasaan-perasaan tidak nyaman yang disebabkan oleh terpendamnya perasaan-perasaan negatif yang ada pada masing-masing informan, memiliki kepribadian yang cenderung mengalami depresi, mudah frustrasi, dan adanya beberapa emosi yang mendominasi pada masing-masing informan, serta melakukan peniruan perilaku *self injury* berasal dari trend ketika informan masih duduk dibangku SMA.

5. Skripsi Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman, Fakultas Dakwah Universitas Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tahun 2022. Judul skripsi “Perilaku *Self-Harm* Pada Korban Pacaran di Kalangan Pemuda Desa”.<sup>19</sup> Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui secara jelas mengenai faktor-faktor yang menyebabkan pemuda yang menjadi korban dalam pacaran melakukan tindakan menyakiti diri sendiri atau *self-harm*, untuk mengetahui bentuk-bentuk perilaku *self-harm* dan untuk mengetahui bagaimana cara pemuda mencegah atau menghindari perilaku *self-harm*. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan

---

<sup>19</sup> Sabilla Azzahra Hajuzyah Rachman, “Perilaku *Self-Harm* Pada Korban Pacaran di Kalangan Pemuda Desa” (Skripsi, UIN Prof.K.H.Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2022 ), 62.

bahwa tindakan perilaku *self-harm* dilakukan secara sadar atau disengaja dengan tujuan untuk memenuhi kepuasan diri dan mencari perhatian dari sang kekasih. Bentuk perilaku *self harm* yang dilakukan 3 pemuda masuk ke dalam *superficial self mutilation* sedangkan 2 pemuda masuk ke dalam *stereotype self injury*. Faktor yang memengaruhi perilaku *self-harm* dapat dikategorikan ke dalam faktor psikologis, keluarga, dan kepribadian. Sedangkan cara untuk mengurangi perilaku *self-harm* yaitu dengan menceritakan perasaan yang di alaminya kepada seseorang yang dipercaya atau disayang.

**Tabel 1.1**  
**Persamaan dan Perbedaan Penelitian Terdahulu**

No	Penulis & Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Nur Hafizh Puji Aprilia (2022)	<i>Self-Injury</i> Pada Remaja Perempuan Urban Perkotaan Di Kota Tangerang	Persamaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah sama-sama menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan teknik	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti yaitu terletak pada fokus penelitian yang mana pada penelitian ini hanya berfokus pada bentuk <i>self-injury</i> yang dilakukan pada remaja perempuan urban perkotaan di kota tanggerang. Sedangkan fokus

			observasi, wawancara dan dokumentasi	penelitian peneliti yaitu untuk mengetahui bagaimana bentuk, faktor dan dinamika perasaan sebelum dan sesudah melakukan <i>self-harm</i> .
2.	Anggi Desfrilia Septia Putri (2022)	<i>Self-Harm</i> Pada Remaja Putri Di Kota Medan	Kesamaan antara penelitian ini dan penelitian peneliti adalah pada metode yang digunakan, yaitu menggunakan penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti yaitu terletak pada fokus penelitian, dimana penelitian ini tidak membahas tentang dinamika perasaan setelah dan sesudah melakukan <i>self-harm</i> , sedangkan penelitian peneliti membahas tentang dinamika perasaan sebelum dan sesudah melakukan <i>self-harm</i> .
3.	Sayyidah Khalifah (2019)	Dinamika <i>Self-Harm</i> Pada	Persamaan penelitian ini dengan	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti

		Remaja	<p>penelitian peneliti adalah sama-sama menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi</p>	<p>yaitu terletak pada fokus penelitian, dimana penelitian ini hanya membahas tentang bagaimana bentuk dan faktor remaja melakukan <i>self-harm</i></p>
4.	Bagas Rukmana (2021)	<p>Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Perilaku <i>Self-Injury</i> Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Di Universitas Swasta Di Kota Pekanbaru</p>	<p>Kesamaan penelitian ini dengan penelitian lain terletak pada penggunaan metode penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.</p> <p>Kesamaan</p>	<p>Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian lain terletak pada teknik pengumpulan datanya. Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes psikologi namun pada penelitian peneliti tidak menggunakan tes psikologi dalam teknik pengumpulan datanya. Kemudian juga pada fokus</p>

			lainnya adalah keduanya menggunakan subjek penelitian berupa mahasiswa.	masalahnya, penelitian ini hanya berfokus pada faktor penyebab terjadinya perilaku <i>self-injury</i> pada mahasiswa yang berkuliah di universitas swasta di kota pekanbaru.
5.	Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman (2022)	Perilaku <i>Self-Harm</i> Pada Korban Pacaran Di Kalangan Pemuda Desa	Kesamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah keduanya menggunakan metode penelitian kualitatif dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti yakni pada fokus penelitian, fokus penelitian pada penelitian ini yakni pada korban pacaran di kalangan pemuda desa.

## B. Kajian Teori

### 1. Pengertian *Self-harm*

*Self-harm* merupakan metode dari strategi koping yang muncul pada setiap pemikiran individu untuk mengatasi kecemasan yang

berlebihan sehingga membawa banyak dampak buruk terjadi, namun setiap individu dapat mengatasinya dengan baik, oleh karena itu perlu mental dan akal sehat yang stabil. Seperti yang di katakan Sutton bahwa “*self-harm* merupakan mekanisme koping atau mengatasi kecemasan yang memiliki banyak dampak buruk, tetapi dapat mengatasi kecemasan tersebut.”<sup>20</sup>

Perilaku *self-harm* merupakan bentuk cara mengungkapkan rasa ketidakmampuan individu dalam menangani permasalahannya, hal tersebut merupakan permasalahan yang harus di tangani dengan serius. Selain itu, seseorang yang melakukan tindakan *self-harm* mereka tidak berniat untuk melakukan perbuatan bunuh diri melainkan mereka tidak menyadari perbuatan dengan metode yang menjadi pilihannya tersebut, individu yang memilih tindakan *self-harm* tersebut hanya ingin meluapkan rasa sakit secara emosional yang mereka rasakan dengan cara menyakiti diri sendiri. Namun hal tersebut bukan permasalahan yang harus di abaikan begitu saja karena tindakan *self-harm* dapat menjadi faktor resiko yang sangat serius dalam percobaan bunuh diri terutama pada kalangan remaja.<sup>21</sup>

Definisi mengenai *self-harm*, para ahli memiliki pendapat yang berbeda-beda, sesuai dengan jalan dan sudut pandang mereka masing-

<sup>20</sup> Arkadus Ianuar Guntur, Eva Meizara Puspita Dewi, Ahmad Rifdah, “Dinamika Perilaku *Self-Injury* Pada Remaja Laki-laki ”. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, Vol 1, No 1 (Makassar : 2021): 42-54 <https://doi.org/10.26858/jtm.v1i1.22692>

<sup>21</sup> Thesalonika, Nurliana Cipta Apsari, “Perilaku *Self-Harm* atau Melukai Diri Sendiri yang dilakukan oleh Remaja (*Self-harm* or *Self Injuring* Behavior by Adolescents)”. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, Vol 4, No. 2 (UNPAD: 2021): 213-224 <https://doi.org/10.24198/focus.v4i2.31405>

masing. Menurut Whitlock dalam indrawati mengatakan bahwa perilaku *self-harm* merupakan tindakan menyakiti diri sendiri secara sadar dan sengaja melakukan perbuatan tersebut sehingga mengakibatkan cedera atau luka pada anggota tubuh, namun melakukan perilaku *self-harm* tersebut tanpa adanya niat untuk melakukan bunuh diri. Akan tetapi, apabila perilaku *self-harm* dilakukan secara berulang-ulang kemungkinan besar akan berubah untuk melakukan percobaan bunuh diri karena rasa ketidakmampuan seseorang merasakan rasa sakit yang di rasakan.<sup>22</sup> Menurut Hawton dalam artikel jurnal karya chahyani dan lathifah, perilaku *self-harm* atau melukai diri sendiri merupakan masalah kesehatan mental yang cukup serius dan membahayakan nyawa seseorang, hawton juga mengatakan bahwasanya perilaku *self-harm* ini rentan di lakukan oleh remaja terutama pada kalangan perempuan daripada kalangan laki-laki. Namun menurut Klonsky, perilaku *self-harm* tersebut bukanlah gejala gangguan kepribadian ambang, pendapat ini diperkuat oleh polling mengatakan bahwasanya perilaku *self-harm* merupakan respon karena ketidakmampuan dalam menghadapi permasalahan seperti rasa sakit, stres, khawatir berlebih sehingga dapat mengarahkan seseorang melakukan perilaku tersebut. Taylor juga mengatakan bahwa seseorang yang melakukan perilaku *self-harm* karena mereka tidak mampu mengontrol dirinya sendiri sehingga mereka tidak

---

<sup>22</sup> Erdina Indrawati, "Self Injury (*self harm*) dan Emosi", *Buletin Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara*, Vol. 6 No.16 (Jakarta: 2020), <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/704-self-injury-self-harm-dan-emosi>

menyadari mengapa mereka melakukannya dan tidak mampu memahami dirinya sendiri serta alasan mengapa mereka melakukan perilaku tersebut, biasanya seseorang yang melakukan perilaku *self-harm* mereka merasa sendiri dan kesepian. Kemudian menurut Skegg, *self-harm* merupakan perilaku menyakiti diri sendiri yang tidak dapat mengakibatkan kerusakan pada anggota tubuh seperti makan berlebihan, menurutnya jika seseorang tidak makan dalam satu hari, perilaku tersebut jauh dari pengertian *self-harm* karena hal tersebut merupakan perilaku yang biasa saja.<sup>23</sup>

## 2. Jenis-Jenis Perilaku *Self-Harm*

Menurut Sutton dalam bukunya menjelaskan bahwa terdapat beberapa jenis perilaku *self-harm* di antaranya sebagai berikut<sup>24</sup> :

### a. *Direct Self-Injury*

Jenis perilaku *Direct Self-Injury* ini merupakan perilaku menyakiti diri sendiri dimana secara langsung dapat dilihat kerusakannya. Jenis ini menyebabkan cedera parah yang diderita oleh pelaku dan menyebabkan luka dangkal atau sedang. Cedera ini pada umumnya tidak mengancam jiwa, serta luka yang dialaminya tidak begitu parah sehingga lukanya sembuh dengan cepat dan luka yang parah menyebabkan bekas luka secara permanen. Pada umumnya

<sup>23</sup> Maulina Indah Chahyani, Maghfiroatul Lathifah, “Efektifitas Layanan Informasi Menggunakan Film Imperfect Untuk Mereduksi Self Harm”, *Journal of School Counseling: Theory, Application and Development*, Vol.1 No. 1, (Surabaya: 2021) 92-99, <https://doi.org/10.26858/ijosc.v1i1.19994>

<sup>24</sup> Jan sutton, *Healing the Hurt Within: Understand Self-Injury and Self-Harm and Heal The Emotional wounds* (United Kingdom: Spring Hill House, 2012), 512.

seseorang yang melakukan perilaku ini menyadari bahwa mereka melakukannya. Diantaranya beberapa perilaku *Direct Self-Injury* sebagai berikut :

1. Memotong, membakar dan menggores kulit
2. Memasukkan benda ke tubuh dengan tujuan menyebabkan sakit.
3. Meninju, menampar dan menggigit diri sendiri
4. Mememarkan dan menusuk diri sendiri menggunakan benda tajam
5. Membenturkan kepala
6. Menjambak rambut
7. Menghambat penyembuhan luka
8. Memasukkan jarum di bawah kulit
9. Menelan benda asing
10. Manarik kulit dan kuku

b. *Non-Direct Self-Harm (NDSH)*

Jenis perilaku *Non-direct self-harm* ini merupakan perilaku menyakiti diri sendiri dimana perilaku ini menimbulkan efek kerusakan yang terlihat kerusakannya. Dan seseorang yang melakukan jenis perilaku ini tidak sepenuhnya menyadari tindakan yang mereka ambil serta tidak menyadari konsekuensi yang mereka akan peroleh setelah

melakukannya.. Diantaranya beberapa perilaku *Non-Direct Self-Harm* sebagai berikut :

1. Mengonsumsi obat-obat terlarang
2. Overdosis
3. Gangguan makan (anoreksia, bulimia, makan berlebihan secara kompulsif)
4. Berjudi
5. Mengemudi dengan sembrono
6. Overworking / underworking
7. Perfeksionisme
8. Bertahan dengan hubungan yang keras
9. Merokok
10. Mengabaikan diri sendiri dan mengutamakan kebutuhan orang lain
11. Pergaulan bebas
12. Mengonsumsi narkoba dan alkohol

### 3. Faktor-faktor Penyebab Perilaku *Self-Harm*

Menurut Martinson, faktor-faktor yang menyebabkan perilaku self-harm antara lain:

#### a. Faktor keluarga

Kurangnya model yang baik dalam mengekspresikan emosi selama masa kecil dan kurangnya komunikasi antara anggota keluarga.

b. Faktor biokimia

Pelaku *self-injury* memiliki masalah spesifik dalam sistem serotonin di otak, yang menyebabkan peningkatan impulsivitas dan agresivitas.

c. Faktor psikologis

Pelaku *self-harm* mengalami kekuatan emosi yang tidak nyaman dan merasa tidak mampu mengatasinya.

d. Faktor kepribadian

Tipe kepribadian introvert cenderung lebih rentan terhadap *self-injury* dibandingkan dengan ekstrovert saat menghadapi masalah. Perilaku *self-harm* sangat bergantung pada suasana hati seseorang. Selain itu, harga diri yang rendah, pola pikir yang kaku, dan kesulitan dalam mengkomunikasikan perasaan juga merupakan faktor yang mendukung seseorang melakukan *self-harm*.<sup>25</sup>

Sutton menambahkan bahwa faktor-faktor penyebab *self-injury* meliputi faktor psikologis seperti ketidakmampuan menahan emosi dan perasaan terjebak, stres, rendahnya *self-esteem*, ketidakmampuan mengekspresikan atau mengungkapkan perasaan, perasaan hampa atau kosong, tekanan batin yang tidak dapat ditoleransi setelah kehilangan orang yang dicintai, keinginan untuk mendapatkan perhatian dari orang

<sup>25</sup> Almas Azimatul Qonita et al., "Faktor-Faktor Pendorong Self-Harm Pada Santri Remaja Putri," no.1 (2023), <http://jurnal.stitihsanulfikri.ac.id/index.php/iecj/article/view/53>

yang dicintai, perasaan putus asa, ketidakmampuan menghadapi realitas, perasaan tidak berguna, hidup yang terasa sulit, frustrasi, dan depresi.<sup>26</sup>

Menurut Hawton dalam Artikel Jurnal karya Chahyani dan Lathifah, mengatakan bahwa faktor seseorang melakukan perilaku *self-harm* sebagai berikut:

1. Gangguan mental (stres, depresi, cemas berlebihan)
2. Kesulitan interpersonal
3. Mengonsumsi narkoba dan alkohol
4. Tidak percaya diri
5. Tidak bisa menyelesaikan masalah
6. Perfeksionis
7. Takut mengambil keputusan
8. Pemisah atau perceraian orang tua
9. Kematian orang tua atau orang terdekat

Jika seseorang yang mengalami perilaku *self-harm* dengan faktor-faktor yang sudah di sebutkan di atas maka perlu adanya penanganan terhadap perilaku tersebut, jika perilaku *self-harm* tersebut tidak dapat di tangani maka kemungkinan besar seseorang mengalami perilaku tersebut dapat menjadi perilaku yang berulang-ulang sehingga menjadi percobaan bunuh diri karena adanya perilaku *self-harm* tersebut disebabkan oleh emosi yang di pendam serta stres berlebihan. Seseorang dengan perilaku

---

<sup>26</sup> Jan sutton, *Healing the Hurt Within: Understand Self-Injury and Self-Harm and Heal The Emotional wounds* (United Kingdom: Spring Hill House, 2012), 155.

*self-harm* akan terus berfikiran negatif terhadap orang-orang yang ada disekitarnya, serta mudah dalam menentukan strategi *coping* yang negatif.<sup>27</sup>

Faktor lain menurut Zhang dalam artikel jurnal karya Anugrah mengatakan bahwa munculnya perilaku *self-harm* di pengaruhi oleh beberapa faktor sebagai berikut<sup>28</sup>:

1. Jenis kelamin
  2. Umur
  3. Tempat tinggal
  4. Tingkat pendidikan orang tua
  5. Status ekonomi
  6. Kinerja sekolah
  7. Menjadi anak tunggal atau tidak
4. *Self-Injury* dalam DSM-V

Dalam DSM-V, *self-injury* akhirnya diakui sebagai gangguan yang terpisah dari gangguan mental lainnya, dikenal sebagai *non-suicidal self injury (NSSI)*. Kriteria utama *self-injury* meliputi:

1. Seseorang telah melakukan *self-injury* setidaknya pada lima hari yang berbeda dalam dua belas bulan terakhir.

<sup>27</sup> Maulina Indah Chahyani, Maghfirotul Lathifah, “Efektifitas Layanan Informasi Menggunakan Film Imperfect Untuk Mereduksi Self Harm”, *Journal of School Counseling: Theory, Application and Development*, Vol.1 No. 1, (Surabaya: 2021) 92-99, <https://doi.org/10.26858/ijosc.v1i1.19994>

<sup>28</sup> M.Fardi Anugrah, Khaula Karima, Ni Made Sri Padma Puspita, Nurul Aulia Binti Amir, Agustine Mahardika, “Self Harm and Suicide in Adolescents”, *Jurnal Biologi tropis* , No. 1 (Mataram : 2023) 200-207, <http://dx.doi.org/10.29303/jbt.v23i1.5902>

2. *Self-injury* ini bukan merupakan tindakan sepele (seperti menggigit kuku) atau bagian dari praktek yang diterima secara sosial (seperti tindik atau tato).<sup>29</sup>

Pelaku *self-injury* menyadari bahwa tindakan ini tidak mematikan. Selain itu, tindakan melukai diri harus disertai dengan setidaknya dua dari berikut: perasaan atau pikiran negatif seperti depresi, kecemasan, ketegangan, kemarahan, kesedihan umum, atau kritik diri, yang terjadi segera sebelum tindakan *self-injury*.

#### 5. Bentuk-Bentuk Perilaku *Self-Harm*

Higgins menjelaskan dalam artikel jurnal karya Guntur bahwa perilaku *self-harm* memiliki macam-macam bentuk sebagai berikut<sup>30</sup>:

1. Menyayat pada bagian tubuh tertentu
2. Menggigit kulit
3. Membakar anggota tubuh
4. Mematahkan tulang dari bagian tubuh
5. Mengukir kulit menggunakan benda tajam
6. Menindik jarum pada kulit
7. Menjambak rambut
8. Membenturkan kepala ke tembok / benda keras
9. Memukul diri sendiri

<sup>29</sup> Fenty Zahara, Selly Angraini, "Gambaran Perilaku Self-Harm Pada Remaja". *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, Vol 1, No. 1 (Maret 2021): 2827-9247

<sup>30</sup> Arkadus Ianuar Guntur, Eva Meizara Puspita Dewi, Ahmad Rifdah, "Dinamika Perilaku Self-Injury Pada Remaja Laki-laki ". *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, Vol 1, No 1 (Makassar : 2021): 42-54 <https://doi.org/10.26858/jtm.v1i1.22692>

10. Menusuk kulit menggunakan benda tajam
11. Menghambat penyembuhan luka
12. Menjepit tubuh
13. Meracuni diri menggunakan obat-obat terlarang

Pendapat lain menurut Knipe dalam artikel jurnal karya anugrah mengatakan bahwa bentuk-bentuk *self-harm* menggunakan metode yang berbeda-beda di setiap negara, namun perilaku paling umum diantaranya sebagai berikut<sup>31</sup>:

1. Mengonsumsi obat yang mengandung racun
2. Menggantungkan diri
3. Melompat dari jembatan atau gedung yang tinggi
4. Menyakiti diri dengan menggunakan benda tajam
5. Mengiris kulit
6. Mencakar bagian tubuh
7. Membenturkan diri ke benda keras
8. Memukul diri
9. Menjauhkan diri dari yang maha kuasa sebagai hukuman
10. Membakar anggota tubuh

#### 6. Tingkatan Perilaku *Self-Harm*

<sup>31</sup> M.Fardi Anugrah, Khaula Karima, Ni Made Sri Padma Puspita, Nurul Aulia Binti Amir, Agustine Mahardika, "Self Harm and Suicide in Adolescents", *Jurnal Biologi tropis* , No. 1 (Mataram : 2023) 200-207, <http://dx.doi.org/10.29303/jbt.v23i1.5902>

Menurut sutton dalam bukunya, tingkatan perilaku *self-harm* dibagi menjadi tiga bagian, diantaranya sebagai berikut<sup>32</sup>:

a. *Major self-mutilation*

*Major self-mutilation* ini merupakan tingkatan paling umum dari perilaku melukai diri sendiri yang mengakibatkan luka yang cukup parah pada bagian tubuh atau luka secara permanen. Contoh dari tindakan perilaku ini seperti mencungkil bola mata, memotong organ tubuh, amputasi anggota tubuh, penggunaan obat zat narkotika.

b. *Strereotypic self-mutilation*

*Strereotypic self-mutilation* ini merupakan tingkatan bentuk perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan secara berulang dan dapat mempengaruhi gangguan mental terhadap individu. Contoh dari tindakan ini seperti adanya gangguan mental akibat stres yang berlebihan, sulit berkomunikasi, mengucapkan kata-kata yang tidak pantas atau senonoh, membenturkan kepala, menekan bola mata dengan jari, menggigit bibir, lidah dan lengan, melompat dari ketinggian yang tidak dapat ditangani.

c. *Superficial or moderate self-mutilation*

*Superficial or moderate self-mutilation* merupakan tingkatan dari perilaku melukai diri sendiri yang paling sering

<sup>32</sup> Jan sutton, *Healing the Hurt Within: Understand Self-Injury and Self-Harm and Heal The Emotional wounds* (United Kingdom: Spring Hill House, 2012), 512.

dilakukan, perilaku ini dikatan sebagai praktik budaya yang di ijinakan namun perilaku ini tetaplah merugikan diri sendiri. Contoh dari tindakan perilaku ini seperti mentato kulit, menusuk bagian tubuh, menyayat kulit menggunakan benda tajam, memotong kulit yang berhubungan dengan penyembuhan, menarik rambut dengan kuat.

Terdapat tiga sub-tipe dari *self-injury*: episodik, repetitif, dan kompulsif. *Self-injury* kompulsif mirip dengan gangguan psikologis seperti *Obsesif-Compulsive Disorder*. Sub-tipe ini lebih berada di bawah alam sadar dibandingkan dua sub-tipe lainnya dan tidak dilakukan karena kebutuhan. *Self-injury* episodik dan repetitif berbeda dalam cara pelaksanaannya. Keduanya terjadi dalam episode tertentu di mana *self-injury* lebih mungkin terjadi pada waktu-waktu tertentu. Namun, perbedaannya terletak pada individu yang terlibat dalam *self-mutilation superficial repetitif* yang menganggap tindakan melukai diri sebagai bagian penting dari identitas mereka dan bahkan membentuk diri mereka sebagai pelaku *self-injury*.

#### 7. Dampak Perilaku *Self-Harm*

Menurut Valencia dan Sinambela dalam artikel jurnal karya anugrah mengatakan bahwa dampak perilaku menyakiti diri sendiri dapat mengakibatkan kesulitan dalam jangka panjang pada saat masa dewasa, yaitu :

1. Masalah sosial
2. Masalah kesehatan
3. Masalah karir

Selain itu jika individu melakukan perilaku menyakiti diri sendiri atau perilaku *self-harm* pada saat masa remaja, kemungkinan akan menyebabkan kecenderungan terhadap terjadinya depresi, gangguan kecemasan berlebihan, serta penyalahgunaan zat pada saat tumbuh dewasa.<sup>33</sup>

Pendapat lain mengenai dampak perilaku melukai diri sendiri menurut kusnadi, yaitu selain menimbulkan bahaya secara langsung terhadap fisik akibat melakukan tindakan melukai diri sendiri, perilaku *self-harm* ini juga di katakan sebagai proyeksi munculnya pemikiran individu melakukan tindakan melukai diri sendiri, hal ini merupakan salah satu penyebab individu melakukan bunuh diri hingga berujung maut.<sup>34</sup>

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

---

<sup>33</sup> M.Fardi Anugrah, Khaula Karima, Ni Made Sri Padma Puspita, Nurul Aulia Binti Amir, Agustine Mahardika, "Self Harm and Suicide in Adolescents", *Jurnal Biologi tropis* , No. 1 (Mataram : 2023) 200-207, <http://dx.doi.org/10.29303/jbt.v23i1.5902>

<sup>34</sup> M.Fardi Anugrah, Khaula Karima, Ni Made Sri Padma Puspita, Nurul Aulia Binti Amir, Agustine Mahardika, "Self Harm and Suicide in Adolescents", *Jurnal Biologi tropis* , No. 1 (Mataram : 2023) 200-207, <http://dx.doi.org/10.29303/jbt.v23i1.5902>

## 8. Dinamika Emosi Pelaku *Self-Harm*

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi beberapa karakteristik psikologis yang terkait dengan perilaku *self-harm*. Berikut adalah beberapa karakteristik tersebut<sup>35</sup> :

1. **Emosi Negatif** : Emosi negatif adalah perasaan intens yang bisa ditujukan langsung kepada seseorang atau benda. Emosi ini meliputi perasaan seperti kecemasan, stres, depresi, kurang percaya diri, gugup, dan kebosanan yang berlebihan. Individu yang melakukan *self-harm* cenderung mengalami emosi negatif dengan intensitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak melakukan *self-harm*. Emosi negatif ini sering kali menjadi salah satu alasan utama seseorang melakukan *self-harm*.
2. **Emotion Skill** : Kemampuan mengelola emosi adalah keterampilan untuk mengendalikan perasaan atau emosi. Kesulitan dalam mengelola emosi, kurangnya kesadaran diri, serta pengalaman traumatis bisa mendorong seseorang untuk melakukan *self-harm*. Rendahnya kemampuan mengelola emosi sangat mempengaruhi kemunculan emosi negatif dan dapat menyebabkan pengalaman disosiasi terhadap diri sendiri. Kesulitan-kesulitan ini bisa membuat individu bingung dalam memahami emosi mereka.
3. **Self-Derogation** : *Self-derogation* adalah kecenderungan untuk meremehkan diri sendiri secara tidak realistis, termasuk

---

<sup>35</sup> Fenty Zahara, Selly Angraini, "Gambaran Perilaku Self-Harm Pada Remaja". *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, Vol 1, No. 1 (Maret 2021): 2827-9247

menertawakan sifat dan tindakan diri sendiri dengan cara yang tidak realistis. Biasanya, *self-derogation* terjadi ketika individu mengalami depresi atau kecemasan berlebihan. *Self-derogation* sering kali terkait dengan depresi mayor.

Dinamika psikologis seseorang mencakup perjalanan hidupnya sejak lahir hingga saat ini. Melalui dinamika ini, berbagai peristiwa dan kejadian yang terjadi sepanjang hidupnya dapat dilihat dan dijelaskan. Peristiwa-peristiwa tersebut adalah kejadian masa lalu yang selalu dikenang dan meninggalkan bekas dalam diri seseorang. Hal ini juga dialami oleh pelaku *self-injury*. Tahapan-tahapan hidup seorang pelaku *self-injury* merupakan rangkaian peristiwa penting yang menjadi latar belakang tindakan *self-injury* yang dilakukan.

Penerimaan diri dalam menghadapi masalah atau peristiwa yang terjadi dalam kehidupan masa lalu pelaku *self-injury* dipengaruhi oleh keinginan yang tidak dapat terpenuhi. Keinginan yang tidak terpenuhi ini kemudian membentuk perilaku yang menjadi cara untuk melepaskan keinginan-keinginan tersebut, seperti melukai diri sendiri dengan menyilet tangan, mencakar tubuh, atau memar-memar tubuh. Pelaku *self-injury* menikmati dan merasakan pelepasan dari keinginan dan emosi yang tidak tersalurkan tersebut melalui tindakan ini.<sup>36</sup>

<sup>36</sup> Ria Kurniawaty, "Dinamika Psikologis Pelaku Self-Injury (Studi Kasus Pada Wanita Dewasa Awal)," Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi, no.1 (Oktober 2012): 18, <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jppp/article/view/323>

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang lebih terfokus pada mendeskripsikan keadaan atau nilai esensial dari suatu objek atau fenomena tertentu.<sup>37</sup>

Sedangkan jenis penelitian berdasarkan tujuannya termasuk jenis penelitian deskriptif yaitu berupa kata-kata, gambar dan bukan dalam bentuk angka-angka.<sup>38</sup> Kemudian, deskripsi yang dihasilkan dilakukan dengan kualitas yang tinggi menggunakan data yang dikumpulkan berdasarkan tinjauan teori. Penelitian kualitatif menghasilkan data dalam bentuk deskripsi, baik itu berupa kata-kata tertulis maupun ucapan individu, atau keseluruhan perilaku mereka.<sup>39</sup>

#### B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di salah satu universitas negeri yang ada di kota jember yaitu Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang bertempat di Jl. Mataram No.1 Karang Mluwo, Mangli, Kec. Kaliwates Kabupaten Jember, Jawa Timur. Dimana lokasi tersebut peneliti menemukan adanya informan yang sesuai dengan penelitian ini yaitu mahasiswa perilaku *self-harm*. Dalam proses pengambilan data, lokasi disesuaikan dengan tempat tinggal informan agar

---

<sup>37</sup> Zuchri Abdussamad, *Metode penelitian Kualitatif* (Yogyakarta : Syakir Media Press, 2021), 79.

<sup>38</sup> Abdussamad, *Metode penelitian Kualitatif*, 84

<sup>39</sup> Abd. Muhith, Rachmad Baitullah, dan Amirul Wahid, *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Bildung, 2020),39.

tidak memberatkan informan dalam proses pengambilan data berlangsung. Dalam hal ini juga menjadi pertimbangan peneliti agar mempermudah dalam mengumpulkan informasi data dan mempermudah informan.

### C. Subyek Penelitian

Subjek penelitian menurut Sugiyono merupakan suatu atribut atau nilai dari seseorang, kegiatan, atau objek yang mempunyai variabel tertentu yang di tetapkan untuk dipelajari kesimpulannya.<sup>40</sup> Pemilihan subjek atau partisipan dalam penelitian ini dilakukan menggunakan angket/kuesioner dan ditentukan dengan teknik purposive sampling, yaitu pengambilan sampel sumber data berdasarkan pertimbangan tertentu. Peneliti memilih subjek yang sesuai dengan kriteria dan kebutuhan penelitian. Kriteria yang digunakan untuk menentukan subjek penelitian yaitu :

1. Mahasiswa aktif Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember.
2. Usia 18-25 thn.
3. Subjek pernah melakukan perilaku *self-harm*

Berdasarkan kriteria partisipan di atas, dari hasil observasi, penyebaran kusioner dan wawancara singkat yang peneliti lakukan terdapat 58,3% Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN KHAS Jember pernah melakukan perbuatan *self-harm*. Berikut ini adalah subyek penelitian atau partisipan yang telah ditetapkan oleh peneliti:

---

<sup>40</sup> Chesley Tanujaya, "Perancangan Standart Operational Procedure Produksi Pada Perusahaan Coffecin"2 (April 2017), 93.

1. AS (inisial)

Usia 22 thn

2. FA (inisial)

Usia 21 thn

3. SE (inisial)

Usia 20 thn

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang diterapkan dalam penelitian ini mencakup wawancara, observasi, dan dokumentasi.

##### **1. Observasi**

Observasi merupakan suatu proses teknik pengamatan yang sistematis yang diikuti dengan teknik pencatatan sistematis untuk memperoleh data yang mendasari pernyataan spesifik dari individu atau suatu kelompok yang dapat dilihat melalui perilakunya.<sup>41</sup> Melalui observasi, peneliti dapat mengetahui suatu gejala, fakta, kejadian, permasalahan secara langsung, dengan pengalaman langsung tersebut peneliti akan memperoleh data dengan menyeluruh. Observasi juga dapat menggambarkan kejadian yang sangat personal yang tidak dapat diungkapkan oleh partisipan dalam wawancara teknik lainnya. Oleh karena itu, peneliti memanfaatkan perangkat perekam, kamera, dan alat tulis untuk mendukung kegiatan observasi. Tindakan ini bertujuan untuk menunjukkan bahwa para peneliti telah melakukan pengamatan

---

<sup>41</sup> Sulisworo Kusdiyati and Irfan Fahmi, *Observasi Psikologi* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2020), 4

langsung di lokasi terkait. Observasi oleh peneliti dimulai dengan mengamati objek penelitian ini dari bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan subjek. Dengan subjek penelitian adalah mahasiswa aktif fakultas dakwah UIN KHAS Jember pelaku *self-harm*.

## 2. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan bahan berita yang bertujuan untuk menggali informasi atau data mengenai suatu masalah atau peristiwa. Metode yang digunakan untuk melakukan wawancara dalam penelitian ini adalah teknik "wawancara semi terstruktur". Hal ini dilakukan dengan maksud untuk menggali permasalahan secara lebih luas, di mana narasumber diminta untuk berbagi pendapat dan ide-ide mereka.<sup>42</sup>

Sebagaimana yang sudah dipaparkan sebelumnya, yang dipilih menjadi subjek penelitian ialah mahasiswa aktif fakultas dakwah UIN KHAS Jember sebagai subjek penelitian dan sumber data primer, yang meliputi bentuk perilaku *self-harm*, faktor perilaku *self-harm* dan dinamika perasaan sebelum dan sesudah melakukan perilaku *self-harm* pada mahasiswa aktif fakultas dakwah UIN KHAS Jember.

## 3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan penggalan data dengan menggunakan catatan, transkrip, buku dan sebagainya. Pada penelitian ini metode dokumentasi yang digunakan oleh peneliti berupa foto dan perekam

<sup>42</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2019), 306.

suara, dimana perekam suara tersebut digunakan pada saat melakukan proses wawancara sekaligus sebagai bukti asli suara subjek dan bukti apabila terjadi kekeliruan pada saat penafsiran.

## E. Analisis Data

Analisis data adalah langkah sistematis dalam mengolah informasi yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Proses ini melibatkan pengorganisasian data menjadi kategori, pembagian menjadi unit-unit, penggabungan informasi, pembentukan pola, pemilihan elemen yang relevan, dan akhirnya, penyusunan kesimpulan agar data menjadi lebih mudah dipahami oleh peneliti sendiri maupun orang lain.<sup>43</sup>

Pada penelitian ini analisis data yang akan digunakan yaitu pendekatan model Miles dan Huberman, yang melibatkan kegiatan seperti reduksi data, penyajian data, dan penyimpulan data.<sup>44</sup> Hal ini diterapkan karena dalam proses analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif atau terus menerus, baik selama pengumpulan data sedang berlangsung maupun setelah pengumpulan data selesai, sehingga datanya sudah jenuh.

Aktivitas dalam proses analisis data interaktif yaitu:

### 1. *Data Reduction*

Reduksi data didefinisikan sebagai proses pengumpulan, pengukuran, dan analisis berbagai tipe informasi menggunakan teknik berstandar. Tujuan utama data collection adalah untuk mengumpulkan

<sup>43</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, 244

<sup>44</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, 246.

informasi dan data terpercaya sebanyak-banyaknya, yang kemudian dianalisis untuk membuat sebuah keputusan yang krusial.

*Data Reduction* (reduksi data). Mereduksi data berarti proses menyusutkan data dengan merangkumnya, memilih elemen-elemen inti, dan menyoroti aspek-aspek yang relevan setelah wawancara.

Dengan melakukan ini, data yang telah disusutkan akan menghasilkan gambaran yang lebih terfokus dan memberikan kemudahan bagi peneliti untuk melanjutkan pengumpulan data selanjutnya serta menemukannya kembali jika diperlukan. *Data Display*, atau penyajian data, merupakan langkah berikutnya setelah data wawancara telah diolah. Dalam penelitian ini, data dapat disajikan dalam berbagai bentuk seperti narasi ringkas, grafik, serta hubungan antara berbagai kategori dan format yang serupa.

## 2. *Data Display*

Penyajian data adalah rangkaian informasi terstruktur yang digunakan untuk menyimpulkan suatu hal, sehingga dapat memberikan atau mengambil suatu keputusan yang akan terus berkembang menjadi sebuah keputusan yang krusial. Penyajian data ini meliputi proses pengumpulan, pengukuran, dan analisis berbagai tipe informasi menggunakan teknik berstandar. Biasanya penyajian data ini dalam bentuk matriks.

## 3. *Drawing and Verifying Conclusions*

*Drawing and Verifying Conclusions* atau penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dari analisis data penelitian kualitatif. Dimana dalam tahap ini diharapkan menemukan hasil baru yang sebelumnya belum pernah diketahui. Temuan dalam penelitian ini berasal dari realitas yang teramati di lapangan. ini temuan berasal dari kondisi yang terjadi di lapangan.

#### **F. Keabsahan Data**

Pengujian data pada penelitian kualitatif yaitu uji Tranferability, uji Dependability, dan uji Konfirmability

##### 1. Uji Tranferability atau Validitas

Pada penelitian kualitatif, validasi penelitian ditentukan oleh keakuratan hasil-hasil penelitian dari sudut pandang peneliti, partisipan, dan pembaca.<sup>45</sup> Transferability dalam penelitian kualitatif dikenal sebagai validitas eksternal yang mana berhubungan dengan kemungkinan perbandingan hasil-hasil penelitian lain dan berkaitan dengan kesesuaian data.

##### 2. Uji Dependability atau Reliabilitas

Pada penelitian kualitatif, reabilitas diartikan sebagai sejauh mana pendekatan yang diterapkan peneliti konsisten dengan yang diterapkan oleh peneliti lain. Uji dependability atau reliabilitas dilakukan dengan melakukan pengecekan atau evaluasi terhadap keseluruhan proses penelitian. Auditor independen atau pembimbing mengecek atau

<sup>45</sup> Agustinus Supratiknya, *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dalam Psikologi* (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2015), 68.

mengevaluasi seluruh kegiatan penelitian. Bagaimana peneliti menentukan fokus penelitian, memasuki lapangan, menentukan sumber data sampai membuat kesimpulan, semuanya harus dapat dijelaskan oleh peneliti. Jika proses aktivitas penelitian tidak dapat ditunjukkan maka reliabilitas penelitian perlu diragukan.

### 3. Uji Konfirmanility atau Objektivitas

Uji konfirmability merupakan uji objektivitas hasil penelitian. Hasil data penelitian kualitatif dianggap objektif jika dikonfirmasi atau dibenarkan oleh peneliti lain. Uji ini serupa dengan uji dependability sehingga dapat dilakukan secara bersamaan.

Pengujian keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi sumber dan member checking.

#### 1. Triangulasi Sumber

Teknik ini digunakan untuk mengecek data yang diperoleh dengan beberapa sumber yang berbeda. data yang telah diperoleh dideskripsikan, dikategorikan, mana data yang sama dan mana data yang berbeda, serta data mana yang spesifik dan yang tidak dapat disamaratakan.<sup>46</sup> Kemudian hasil tersebut disimpulkan dan dipastikan pada sumber-sumber tersebut terkait ketepatan data yang disimpulkan.

#### 2. Member Check

Member check merupakan proses pengecekan data yang telah diperoleh oleh peneliti kepada partisipan. Tujuan member cheking untuk

---

<sup>46</sup> Sapto Haryoko, Bahartiar, and Fajar Arwadi, *Analisis Data Penelitian Kualitatif (Konsep, Teknik, dan Prosedur Analisis)* (Makassar: Badan Penerbit UNM, 2020), 414.

mengetahui kesesuaian dan sejauh mana data yang telah diperoleh peneliti sama seperti yang diberikan partisipan, sehingga data yang diperoleh sesuai dengan apa yang partisipan maksud. Apabila data yang ditemukan sesuai dengan yang diberikan partisipan, maka data tersebut valid sehingga semakin dipercaya atau kredibel, tetapi jika data yang ditemukan peneliti berbeda pernafsirannya dengan yang diberikan partisipan atau partisipan tidak sepakat dengan data tersebut, maka peneliti harus berdiskusi dengan partisipan.<sup>47</sup>

## G. Tahap-tahap Penelitian

Bagian ini menjelaskan rencana pelaksanaan penelitian yang akan dijalankan oleh peneliti, dimulai dari penelitian awal, pengembangan desain, pelaksanaan penelitian utama, hingga penulisan laporan. Berikut adalah langkah-langkah dalam melakukan penelitian. :

### 1. Tahap Refleksi (*Stage Of Reflection*)

Proses ini melibatkan pemikiran dan pemahaman mendalam mengenai suatu masalah, sehingga dapat mengidentifikasi topik yang akan dijadikan objek penelitian. Pada tahap ini, pertanyaan-pertanyaan terkait penelitian sangatlah penting meskipun masih bersifat umum.

### 2. Tahap Perencanaan (*Stage Of Planning*)

Tahap ini adalah tahap di mana lokasi penelitian dipilih agar sesuai dengan masalah yang akan diteliti. Setelah itu, strategi yang akan digunakan untuk mengumpulkan data ditentukan. Pemilihan strategi

---

<sup>47</sup> Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Syakir Media Press, 2021), 194.

penelitian harus selaras dengan pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

### 3. Tahap memasuki Lapangan (*The Stage Entry*)

Proses ini melibatkan penentuan sampel yang akan digunakan sebagai informan dalam pengumpulan data. Pengumpulan data merupakan tahap yang sangat krusial, dan pemilihan sampel dilakukan secara purposif. Oleh karena itu, ketelitian peneliti sangat penting agar informan yang dipilih benar-benar mampu mewakili masalah yang sedang diteliti.

### 4. Tahap Pengumpulan Data

Pada tahap ini, memastikan keakuratan data menjadi sangat penting. Langkah awal yang krusial adalah menetapkan kriteria dan validitas data. Selain itu, perlu dilakukan upaya untuk memverifikasi kebenaran data agar dapat meyakinkan orang lain mengenai keaslian data tersebut.<sup>48</sup>

### 5. Tahap Penulisan

Tahap ini hanya dilakukan jika langkah-langkah sebelumnya telah dilaksanakan dengan tepat. Tahap penulisan adalah ketika peneliti menggambarkan hasil penelitiannya sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Laporan dari penelitian kualitatif harus menghadirkan

---

<sup>48</sup> Suharsaputra, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Tindakan", 203.

argumen yang kuat, didukung oleh data yang disajikan secara terstruktur, guna memperkuat topik penelitian yang sedang dibahas.<sup>49</sup>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

---

<sup>49</sup> Dr.Uhar Suharsaputra, M.Pd, “Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Tindakan”, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2012), 204.

## BAB IV

### PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

#### A. Gambaran Obyek Penelitian

##### 1. Sejarah Singkat Lembaga Universitas Islam Negeri Kiai Haji

##### Achmad Siddiq Jember

Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq (UIN KHAS) Jember didirikan berdasarkan aspirasi dan harapan umat Islam untuk melahirkan kader intelektual Muslim dan pemimpin yang bisa mengarahkan perkembangan kualitas kehidupan bangsa.

Bermula dari aspirasi masyarakat, pada 30 September 1964, diadakan Konferensi Syuriyah Alim Ulama (NU) Cabang Jember di Gedung PGAN Jl. Agus Salim No.65, yang dipimpin oleh KH. Sholeh Sjakir. Salah satu keputusan penting dari konferensi tersebut adalah rekomendasi untuk mendirikan Perguruan Tinggi Islam (PTAI) di

Jember.

Dalam waktu singkat, pada tahun 1965 didirikanlah Institut Agama Islam di Jember (IAID) dengan Fakultas Tarbiyah yang berlokasi di Jl. Dr. Wahidin 24 Jember. IAID resmi dinasionalisasi pada tanggal 21 Februari 1966 sesuai dengan Surat Keputusan (SK) Menteri Agama Nomor 4 tahun 1966 tertanggal 14 Februari 1966. Dengan demikian, IAID berubah status menjadi Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Ampel Cabang Jember, berada di bawah naungan IAIN Sunan Ampel Surabaya.

Berikut adalah proses perubahan nama institusi dari STAIN Jember menjadi IAIN Jember, yang dimulai dengan Instruksi Presiden Republik Indonesia Nomor 11 tahun 1997. Dalam tahun 2014, terdapat Keputusan Presiden Nomor 142 yang mengubah status STAIN Jember menjadi IAIN Jember, yang kemudian diatur lebih lanjut melalui Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 6 tahun 2015 tentang struktur organisasi dan tata kerja IAIN Jember. Dengan demikian, secara hukum, STAIN Jember telah berubah menjadi IAIN Jember.

Pada tanggal 11 Mei 2021, IAIN Jember mengubah statusnya menjadi Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq (UIN KHAS) Jember, sejalan dengan Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 44 tahun 2021 mengenai Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.<sup>50</sup>

Sebagai lembaga Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Negeri SIDI (PTKIN) satu-satunya di wilayah Timur pulau Jawa, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Negeri Kiai Kiai Achamd Achamd Siddiq Siddiq Jember telah meningkatkan peran dan fungsinya mengantarkan sumber daya mahasiswa menjadi sarjana Islam yang memiliki keluasan ilmu pengetahuan, keluhuran akhlaq serta kematangan profesional. Selain itu, Universitas Islam Negeri Kiai Achamd Siddiq Jember juga menempatkan pentingnya pengembangan

---

<sup>50</sup> Tim Penyusun, Pedoman Pendidikan Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2022.

karakter dan kepemimpinan di kalangan mahasiswa. Universitas ini menyediakan program pengembangan kepemimpinan dan pelatihan bagi mahasiswa yang ingin memperkuat kemampuan kepemimpinan mereka. Universitas Islam Negeri Kiai Achamd Siddiq Jember juga mendorong mahasiswanya untuk mengembangkan sikap sosial dan kemanusiaan melalui program pengabdian masyarakat.<sup>51</sup>

Sebagai universitas Islam negeri, Universitas Islam Negeri Kiai Achamd Siddiq Jember juga menempatkan pentingnya pembelajaran tentang agama Islam dalam kurikulumnya. Namun demikian, universitas ini juga mendorong mahasiswanya untuk memiliki pengetahuan yang luas dan mendalam dalam berbagai bidang studi yang relevan dengan perkembangan zaman dan kebutuhan bangsa.. Dengan dukungan dari motivasi yang kuat, spiritualitas yang mendalam, dan pencapaian akademik yang tinggi, Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Siddiq Jember dapat bersaing secara kompetitif dengan perguruan tinggi lainnya. Bahkan, universitas tersebut memiliki potensi untuk menjadi kampus berkelas WCU (World Class University).<sup>52</sup>

## 2. Visi, Misi dan Tujuan Lembaga

- a. Visi Universitas Islam Negeri Kiai Kiai Haji Achmad Siddiq Jember Menjadi Perguruan Tinggi Islam Terkemuka di Asia

---

<sup>51</sup> <https://fdakwah.uinkhas.ac.id/page/detail/sejarah> , Diakses 13 Juni 2024, 23:54

<sup>52</sup> *Ibid*

Tenggara Pada Tahun 2045 dengan Kedalaman Ilmu Berbasis Kearifan Lokal Untuk Kemanusiaan dan Peradaban.

b. Misi Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

- 1) Memadukan dan mengembangkan studi keislaman, keilmuan, dan keindonesiaan berbasis kearifan lokal dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran.
- 2) Meningkatkan kualitas penelitian untuk melahirkan orisinalitas ilmu yang bermanfaat bagi kepentingan akademik dan kemanusiaan.
- 3) Meningkatkan kemitraan Universitas dan masyarakat dalam pengembangan ilmu dan agama untuk kesejahteraan masyarakat.
- 4) Menggali dan menerapkan nilai kearifan lokal untuk mewujudkan masyarakat berkeadaban.
- 5) Mengembangkan kerjasama dengan berbagai pihak dalam skala regional, nasional, dan internasional untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan tridharma perguruan tinggi.

c. Tujuan

- 1) Menghasilkan lulusan unggul yang memiliki kapasitas akademik, kemampuan manajerial, cara pandang terbuka dan moderat, untuk menyatukan ilmu dan masyarakat berbasis kearifan lokal.
- 2) Menjadikan Universitas sebagai pusat pengembangan keilmuan berbasis kearifan lokal yang terkemuka dan terbuka dalam bidang kajian dan penelitian.

- 3) Meneguhkan peran Universitas dalam menyelesaikan persoalan bangsa berdasarkan wawasan keislaman dan kemanusiaan yang moderat.
- 4) Meningkatkan peran dan etos pengabdian dalam penyelesaian persoalan keumatan dan peningkatan kualitas hidup masyarakat.
- 5) Meningkatkan tata kelola lembaga yang baik sesuai standar nasional.
- 6) Meningkatkan kepercayaan publik dan terbangunnya kerjasama antar lembaga dalam dan luar negeri.<sup>53</sup>

### 3. Sejarah Singkat Fakultas Dakwah

Fakultas Dakwah IAIN Jember didirikan dengan pertimbangan praktis yang didasarkan pada kebutuhan fungsional institusi tersebut. Pendirian Fakultas Dakwah bertujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan di lingkungan IAIN Jember, sesuai dengan ketentuan dalam Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi, Keputusan LEMRER Menteri Agama RI Nomor 57 Tahun 2008 tentang STATUTA Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Jember, Keputusan Menteri Agama RI No. 156 Tahun 2004 tentang pedoman, pengawasan, pengendalian dan pembinaan program Diploma, Sarjana dan Program Pasca Sarjana pada Perguruan Tinggi Agama Islam, Keputusan Presiden (Keppres) No. 142 tahun

---

<sup>53</sup> *Ibid*, 19.

2014 tentang alih status STAIN Jember menjadi IAIN Jember, Peraturan Menteri Agama RI Nomor 6 tahun 2015 tentang Organisasi dan Tata Kerja Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember, dan Keputusan Menteri Agama No. 51 tahun 2016 tentang STATUTA IAIN Jember.<sup>54</sup>

Fakultas Dakwah IAIN Jember awalnya didirikan pada tahun 1997 dengan nama Jurusan Dakwah STAIN Jember. Kemudian, pada tahun 2014, Jurusan tersebut berubah menjadi Fakultas Dakwah IAIN Jember yang menyelenggarakan lima Program Studi, yaitu Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI), Pengembangan Masyarakat Islam (PMI), Manajemen Dakwah (MD), Bimbingan dan Konseling Islam (BKI), serta Psikologi Islam (PSI). Fakultas Dakwah memiliki tugas dan tanggung jawab untuk mengembangkan profesionalisme, terutama dalam pembangunan mental dan spiritual Islam. Fakultas ini dihadapkan pada berbagai tantangan yang harus dihadapi dan terus berbenah diri. Melalui pendidikan dan pengajaran yang dikembangkan, Fakultas Dakwah berupaya meningkatkan iman dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta pengetahuan dan teknologi baik bagi mahasiswa maupun masyarakat umum.

---

<sup>54</sup> <https://fdakwah.uinkhas.ac.id/> . Diakses 13 juni 2024, 00:21

#### 4. Visi, Misi dan Tujuan Fakultas Dakwah

a. Visi Fakultas Dakwah Menjadi pusat pendidikan tinggi ilmu dakwah terkemuka di Asia Tenggara pada tahun 2045 berbasis kedalaman ilmu dan kearifan lokal untuk kemanusiaan dan peradaban.

##### b. Misi Fakultas Dakwah

- 1) Melaksanakan pendidikan ilmu dakwah yang kompetitif dan bermutu untuk mencetak dai' professional
- 2) Mengembangkan riset ilmu dakwah yang unggul untuk memecahkan persoalan kemanusiaan
- 3) Menyelenggarakan program pengabdian untuk menciptakan masyarakat yang adil berkeradaban
- 4) Memperluas skala jaringan dan kerjasama untuk memajukan dan memperkuat terselenggaranya Pendidikan

##### c. Tujuan Fakultas Dakwah

- 1) Menghasilkan lulusan bermutu yang memiliki kecakapan akademik dan keterampilan dalam berdakwah
- 2) Menghasilkan ilmu pengetahuan yang bermanfaat dalam memecahkan masalah-masalah kemanusiaan
- 3) Mengupayakan terciptanya kehidupan masyarakat yang adil, makmur, dan sejahtera lahir dan batin.
- 4) Menciptakan jaringan kerjasama dengan berbagai lembaga yang mendukung pengembangan pendidikan.

## 5. Gambaran Umum Informan Penelitian

Subjek dalam penelitian ini memiliki karakteristik yang berbeda-beda, baik dari segi usia, jumlah saudara, dan alamat. Berikut merupakan data tabel karakteristik subjek penelitian :

**Tabel 2.1**

**Data Informan Penelitian**

Kategori	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Nama	AS	FA	SE
Usia	22 Tahun	21 Tahun	20 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Alamat	Patrang-Jember	Situbondo	Lumajang

### a. AS

AS merupakan informan utama dalam penelitian ini, AS merupakan inisial dari nama informan. AS merupakan seorang mahasiswi perempuan yang berusia 22 tahun, memiliki 5 bersaudara dan tinggal bersama orang tuanya, AS juga terbiasa berangkat kuliah dari rumah meskipun menempuh jarak yang cukup jauh. AS sejak TK sampai sekarang menempuh pendidikan di Jember. AS memiliki badan yang cukup berisi, pipi tembem, wajah bulat, dan badan yang cukup tinggi, kulit sawo matang dan mata yang bulat.

Observasi dan wawancara dilakukan pada 29 April 2024 bertempat di kafe sekitar kampus UIN KHAS Jember. Informan menolak saat peneliti ingin menemuinya di rumahnya dengan alasan

informan ingin keluar rumah, kemudian informan menawarkan bertemu di kafe sekitar yang berada di sekitar kampus UIN KHAS Jember.

#### **b. FA**

FA adalah informan II dalam penelitian ini, FA merupakan inisial dari nama informan. FA merupakan mahasiswi yang berusia 21 tahun dan memiliki 2 saudara. SE bertempat tinggal *cost* di jember. Sejak TK sampai SD FA berpendidikan di Situbondo, SMP dan SMA berpendidikan di Probolinggo dan sekarang menempuh kuliah di Jember. FA memiliki postur tubuh yang kurus dan badan yang lumayan tinggi, dengan kulit kuning langsung dan bentuk wajah yang oval dan memiliki mata yang bulat.

Wawancara dan observasi dilakukan pada tanggal 06 Mei 2024 bertempat di salah satu mall di jember. Informan II juga menolak saat peneliti ingin menemuinya di *cost* dengan alasan merasa tidak enak dengan teman *cost* nya. Akhirnya informan menawarkan bertemu di salah satu kafe yang ada di jember roxy square.

#### **c. SE**

SE adalah informan III dalam penelitian ini, SE merupakan anak pertama dari dua bersaudara, SE memiliki adik perempuan. SE bertempat tinggal *cost* di jember. Sejak TK sampai SMA SE menempuh pendidikannya di Lumajang, kemudian melanjutkan kuliah di Jember. SE memiliki ayah tiri lantaran ayah kandungnya bercerai

sejak ia masih SMP. SE memiliki postur tubuh kurus dan tinggi badan yang cukup tinggi, serta berkulit kuning langsung. Bentuk wajah oval dengan dagu meruncing kebawah, dan mata yang agak sipit.

Wawancara dan observasi dilakukan pada tanggal 13 mei 2024. Wawancara informan ketiga ini merupakan paling akhir dikarenakan informan mengalami sakit dan di rawat di rumah dengan waktu yang cukup lama, sehingga peneliti meminta persetujuan informan untuk wawancara secara online menggunakan *handphone*.

## **B. Penyajian Data dan Analisis**

Dalam setiap penelitian, penting untuk melakukan penyajian data dan analisis agar dapat membuat kesimpulan yang kuat. Dalam penelitian tentang “Analisis perilaku *Self-harm* pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember”, penyajian data bisa dilakukan setelah peneliti melakukan wawancara dan observasi dengan sejumlah informan di lokasi masing-masing informan.

Pada bagian ini, peneliti akan memaparkan analisis yang telah dilakukan terhadap informan pelaku *Self-harm*. Analisis dapat dilakukan dengan meneliti hasil wawancara yang telah dilakukan. Berikut merupakan penyajian data hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan beberapa informan mahasiswa pelaku *Self-harm* Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

### **1. Bentuk Perilaku *Self-harm* yang dilakukan oleh Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN KHAS Jember**

Didapatkan dari hasil observasi dan wawancara serta dokumentasi kepada masing-masing informan bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan bisa dilihat dari beberapa hal mengenai pengalaman melakukan *self-harm*, perasaan ketika melakukan *self-harm* dan bentuk perilaku *self-harm*. Berikut merupakan hasil observasi dan wawancara pada masing-masing informan dari bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan.

**Tabel 2.2**  
**Frekuensi Banyaknya Kejadian**

Sesi	Frekuensi		
	Informan I	Informan II	Informan III
I	3	2	2

Dari hasil wawancara yang dilakukan, informan I lebih banyak melakukan perilaku *self-harm* dari pada informan II dan III. Hal ini menunjukkan bahwa informan I memiliki tingkatan yang lebih tinggi di bandingkan kedua informan lainnya.

Hasil wawancara pada masing-masing informan bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh informan adalah sebagai berikut :

**a. Menyayat diri**

Perilaku *self-harm* yang dilakukan ketiga informan memiliki bentuk perilaku *self-harm* yang berbeda-beda. Pengalaman dari

bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan masing-masing informan ditunjukkan pada hasil wawancara sebagai berikut:

“pertama kali itu pas kelas 3 SMA, trus yang kedua itu semester 1, yang terakhir pas semester 5 kayaknya.”  
 “ ehh ini sayat tanganku, pake cutter ”<sup>55</sup>

Berdasarkan dari pernyataan tersebut bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan AS yaitu meyyat tangannya menggunakan *cutter*, biasanya AS melakukannya di lengan tangan kanannya. Bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan AS ini dapat dikategorikan ke dalam tingkatan *stereotype self-mutilation* dimana perilaku yang dilakukan AS merupakan perilaku dilakukan secara berulang-ulang.

#### **b. Menindik dengan jarum**

Berbeda dengan informan II (FA) bentuk melakukan perilaku *self-harm* sebagai berikut :

“pertama kali dulu sih pas masih SMA waktu di pondok ”

“terakhir kali kapan ya, pas semester 4 kayaknya.”

“nggak, aku pake jarum trus di tolin ke lengan gitu sampe berdarah.”<sup>56</sup>

Berdasarkan dari pernyataan tersebut bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan informan II (FA) berbeda dengan bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan informan I (AS), dimana FA menindik jarum pada kulit, biasanya FA melakukannya di lengan

<sup>55</sup> Wawancara AS, informan I. 29 April 2024

<sup>56</sup> Wawancara FA, informan II. 06 Mei 2024

tangganya. Bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan FA ini merupakan tingkatan perilaku *self-harm superficial or moderate self-mutilation*, dimana perilaku ini merupakan perilaku menyakiti diri sendiri yang paling sering dilakukan.

### c. Overdosis

Sedangkan bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh informan III juga berbeda dengan yang dilakukan oleh informan I dan II, sebagai berikut :

“nggak pernah sih. Cuman kalo overdosis aku pernah.”  
 “waktu SMA pas di pondok das, jadi kek obat bodrex trus di campur rinso cair sama sprit, trus di kocok sampe berbusa habis itu di minum, bodrexnya itu biasanya pake lima biji.”  
 “iya itu yang pernah aku lakuin pertama kali,<sup>57</sup>

Berdasarkan dari pernyataan tersebut bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan informan III (SE) yakni mengkonsumsi obat-

obat an yang menyebabkan SE jatuh sakit, dengan menggunakan bodrex lima biji dicampur dengan rinso cair dan *sprit*, di kocok sampai berbusa lalu meminumnya.

### d. Mengemudi dengan sembrono

“kalo yg kedua kali ini aku ga pake alat sih, aku pernah tabrakan motor secara sengaja juga das, sampe luka. Tapi ga parah sih.”

<sup>57</sup> Wawancara SE, informan III. 13 Mei 2024

Perilaku *self-harm* yang kedua kalinya, SE mencoba mengendarai motor dengan sembrono hingga menyebabkan tabrakan yang disengaja. Jenis perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh SE termasuk jenis perilaku *non-direct self-harm* (NDSH) dimana perilaku ini dapat menimbulkan efek kerusakan yang terlihat kerusakannya. Biasanya orang yang melakukan jenis perilaku ini tidak sepenuhnya menyadari tindakan yang mereka ambil serta tidak menyadari konsekuensi yang akan mereka peroleh setelah melakukannya. Hal ini merupakan perilaku yang dilakukan SE yakni overdosis dan mengemudi dengan sembrono.

## 2. Faktor-faktor yang Menyebabkan Perilaku *Self-harm*

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku *self-harm* diantaranya yaitu faktor individu, faktor keluarga dan faktor sosial, berikut merupakan faktor yang mempengaruhi masing-masing informan melakukan perilaku *self-harm*.

### a. Faktor individu

#### 1) Informan I (AS)

“pernah, mikirin masa depan”

“nah betul baged, itu yang buat aku kepikiran, habis lulus mau ngapain, kalo kerja susah apa nggak ya nanti”<sup>58</sup>

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan perilaku *self-harm* salah satunya yaitu faktor kecemasan yang berlebihan, AS

<sup>58</sup> AS informan I, 2024.

mengungkapkan bahwa dirinya merasa cemas ketika memikirkan tentang masa depannya.

“yang paling bikin aku sedih itu, didikan ayahku dulu yang terlalu keras itu bikin aku kayak ga bisa nerima itu, terus kalo di ajari itu kayak sedih gitu deh.”<sup>59</sup>

Selain itu AS juga mengatakan bahwa didikan ayahnya yang terlalu keras sehingga AS merasa tertekan dan tidak bisa mengontrol emosinya. Hal tersebut yang menyebabkan AS merasa sedih atau depresi.

Selain faktor kecemasan dan depresi AS juga memiliki keterampilan komunikasi yang buruk hal ini di sampaikan oleh AS:

“tertutup aku sih jujur.aku tipe orang yang ga suka ke orang kalo ga deket baged gitu.”<sup>60</sup>

Tipe kepribadian yang tertutup juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi individu melakukan perilaku *self-harm*. AS lebih memilih memendam masalahnya sendirian dari pada harus cerita kepada orang sekitarnya.

“apa ya *insecure* sih”<sup>61</sup>

Selain itu tingkat percaya diri yang rendah juga menjadi faktor penyebab perilaku *self-harm*. Hal ini disampaikan oleh AS

<sup>59</sup> AS informan I, 2024.

<sup>60</sup> AS informan I, 2024.

<sup>61</sup> AS informan I, 2024.

bahwasanya ia merasa tidak percaya terhadap dirinya sendiri karena merasa *insecure*.

“pernah, tapi bukan masalah sih lebih ke suatu kejadian, uti ku meninggal gara-gara covid dan aku gabisa kesana secara langsung, gara-gara itu aku ngerasa sedih banged. Pokok aku ngerasa sifatku yang dulu sama setelah utiku meninggal itu beda. Pokok terakhir kali ketemu itu pas sakit sih, trus utiku bilang jangan ngebut-ngebut kalo pulang, nah pas aku pulang itu aku jatuh.”<sup>62</sup>

Dalam hal ini keterampilan pemecahan masalah yang dilakukan AS cukup tidak baik, pada saat itu AS merasa sedih saat kehilangan orang yang di sayangnya, sehingga AS mengambil keputusan untuk melakukan perilaku *self-harm*. Hal tersebut juga termasuk salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *self-harm*.

“mm skripsi ini haha kayak males gitu, kalau harapan ada cuman yang mau ngerjakan itu udah kayak ga punya semangat gitu jadi kek apasih ini gitulo, habis revisi itukan banyak jadi kayak ulang lagi ulang lagi itu males.”<sup>63</sup>

AS menyampaikan bahwa hal yang membuat menyerah akhir-akhir ini adalah skripsi. AS kehilangan semangatnya saat banyak revisi dari dosen pembimbingnya berulang-ulang sehingga membuatnya malas untuk mengerjakan.

## 2) Informan II (FA)

<sup>62</sup> AS informan I, 2024.

<sup>63</sup> AS informan I, 2024.

“pernah sih, apalagi kalo tengah malem begadang, mesti *overthinking* itudah, apalagi kalo masalah masa depan. Huhh ga enak.”<sup>64</sup>

Pada kutipan tersebut menunjukkan bahwa FA sering begadang dan *overthinking* tentang masa depannya. Hal tersebut bisa mengganggu kesehatan FA karena efek begadang setiap malamnya. *Overthinking* juga bisa menjadi salah satu faktor penyebab perilaku *self-harm* karena dapat menimbulkan stres dan cemas berlebihan.

“mmm kayaknya pernah sih, pas di tinggal tunangan haha”<sup>65</sup>

Selain itu salah satu faktor yang mempengaruhi *self-harm* pada informan II (FA) yaitu rasa sedih yang dirasakan saat ia harus kehilangan orang yang ia sayangi. Selain kecemasan dan depresi yang di rasakan oleh FA, keterampilan komunikasi yang buruk

juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *self-harm* seperti yang di sampaikan oleh FA sebagai berikut :

“mmm gimana ya, gatau aku. (tertawa)”

“kalo aku pribadi sih ya lebih suka di pendem sendiri,”<sup>66</sup>

<sup>64</sup> FA informan II, 2024.

<sup>65</sup> FA informan II, 2024.

<sup>66</sup> FA informan II, 2024.

Dalam pernyataan tersebut FA sulit dalam mengatasi masalahnya sendirian juga kepribadiannya yang introvert lebih memilih memendam masalahnya sendirian.

### 3) Informan III (SE)

“sering das. Biasanya kalo malem-malem liat tik-tok tuh bikin overthinking mesti banyak kata-kata yang relate (berkaitan) sama kehidupan kita. Kadang juga sampe nangis gitu saking cemasnya sama kehidupan.”<sup>67</sup>

Salah satu faktor yang mempengaruhi *self-harm* yaitu kecemasan secara berlebihan seperti yang dialami SE yaitu *overthinking* ketika melihat tik-tok yang berkaitan dengan kehidupan yang sebenarnya sehingga membuat SE cemas dan sedih akan hal tersebut.

“nggak pernah sih. Cuma kalo overdosis aku pernah.”<sup>68</sup>

Selain itu salah satu faktor yang mempengaruhi *self-harm* yaitu dengan penyalahgunaan obat-obatan yang mengandung dosis tinggi. Seperti yang dilakukan oleh SE yaitu overdosis.

## b. Faktor Keluarga

### 1) Informan I (AS)

<sup>67</sup> SE informan III, 2024.

<sup>68</sup> SE informan III, 2024.

“pernah dari sejak SD, SMP, SMA, aku merasa terabaikan soalnya mamaku bekerja, ayahku juga bekerja.”<sup>69</sup>

Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya *self-harm* adalah faktor pengabaian dari orang tua, sehingga anak bisa saja merasa kesepian, sedih bahkan merasa diasingkan seperti yang dialami oleh informan I (AS).

“kalo itu mamaku lebih peduli ke adikku yang terakhir ini sih, mungkin mamaku menyesal kali ya ga memperhatikan aku dan adik-adikku yang sebelumnya terus perhatian ke adikku yang terakhir ini full gitu.”  
 “pernah dari sejak SD, SMP, SMA, aku merasa terabaikan soalnya mamaku bekerja, ayahku juga bekerja.”<sup>70</sup>

Begitu pula dengan ibunya yang kurang memberikan perhatian atau kasih sayang kepada AS karena kedua orang tua AS sibuk dengan pekerjaannya masing-masing sehingga AS merasa terabaikan dan haus akan kasih sayang sejak ia menduduki bangku

SD.  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
 “pernah, dipukul”  
 J E M B E R

Selain AS merasa diabaikan oleh kedua orang tuanya, AS juga mengatakan bahwa dirinya juga pernah mendapatkan kekerasan fisik oleh orang tuanya.

<sup>69</sup> AS informan I, 2024.

<sup>70</sup> AS informan I, 2024.

“..... ditambah ada masalah dirumah wes numpuk kan di kepalaku pas ujian itu aku nangis terus aku kayak pusing baged gitu ya setelah itu aku *self-harm*.”<sup>71</sup>

Permasalah rumah tangga juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan AS merasa pusing dan sedih, ketika ia dihadapi oleh masalah akademik disisi lain juga harus menghadapi permasalahan yang ada di rumahnya. Hal inilah yang menyebabkan AS melakukan perilaku *self-harm*.

## 2) Informan II (FA)

“pernah dulu, sama saudara sendiri, pas waktu semester berapa itu ya, saudaraku melecehkan aku di depan saudaraku juga tapi dia ga kelihatan kek memegang payudaraku gitu.”<sup>72</sup>

Salah satu faktor penyebab yang mempengaruhi perilaku *self-harm* adalah pelecehan secara seksual oleh keluarga atau orang sekitar. Begitupun yang di alami oleh FA dalam kutipannya bahwa informan pernah di lecehkan oleh saudaranya secara langsung.

## 3) Informan III (SE)

“pernah ga sih kamu merasa di abaikan sama orang tua kamu ?”

“mmm pernah sih, tapi ga terlalu sering. Soalnya orang tuaku bekerja semua.”<sup>73</sup>

<sup>71</sup> AS informan I, 2024.

<sup>72</sup> FA informan II, 2024.

<sup>73</sup> SE informan III, 2024.

Dari pernyataan tersebut informan III (SE) merasa diabaikan sama seperti yang di rasakan oleh informan I (AS), alasan karena kedua orang tuanya sama-sama sibuk bekerja, sehingga informan merasa diabaikan dan kurangnya kasih sayang dari orang tua.

“biasa das masalah keluarga. Aku ngerasa selalu kurang di mata orang tuaku hingga suatu ketika aku sangat di banding-bandingkan dengan sodaraku. Karena pencapaianku masih gini-gini aja. Padahal waktu itu posisinya lagi kumpul keluarga, aku malu dong selalu diremehin di rendahin terus apalagi waktu itu banyak orang.....”<sup>74</sup>

Di sisi lain faktor keluarga yang sering SE alami yaitu orang tua yang selalu menuntut dan membanding-bandingkan pencapaiannya dengan orang lain, sehingga SE merasa sedih, sering di remehkan dan di rendahkan oleh keluarganya. SE merasa

tertekan dengan tuntutan orang tuanya sehingga menyebabkan SE berperilaku *self-harm*.

### c. Faktor Sosial

#### 1) Informan I (AS)

“gara-gara ada masalah sama temenku, masalah sama sirkel ku lah pokoknya.”<sup>75</sup>

Pertama kali AS melakukan *self-harm* pada saat ia masih duduk di bangku SMA kelas 3. AS mengatakan lantaran ia

<sup>74</sup> SE informan III, 2024.

<sup>75</sup> AS informan I, 2024

memiliki masalah dengan teman satu circle nya. Hal tersebut juga menjadi salah satu faktor sosial pengaruh teman sebaya yang dapat menyebabkan seseorang berperilaku *self-harm*.

## 2) Informan II (FA)

“kalo bertengkar sih pernah. Kalo sampe putus hubungan pertemanan gitu sih engga”<sup>76</sup>

Dalam kutipan tersebut, informan II (FA) pernah bertengkar dengan temannya, hal ini dapat menjadi pengaruh faktor sosial penyebab perilaku *self-harm*. Namun alasan SE melakukan *self-harm* bukan pengaruh teman sebaya melainkan pengaruh hubungan asmara.

## 3) Informan III (SE)

“waktu SMA sama temen-temen ku pas di pondok das,”  
 “aku ikut temenku sih das, bodrexnya itu biasanya pake lima biji.”<sup>77</sup>

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
 J E M B E R

Faktor teman sebaya juga menjadi salah satu penyebab seseorang melakukan *self-harm*. Seperti yang dialami SE, mengatakan bahwa ia mengikuti cara teman-temannya untuk melakukan overdosis agar jatuh sakit dan bisa izin pulang ke rumah saat ia masih di pondok pesantren.

### 3. Dinamika Emosi Sebelum dan Sesudah melakukan *Self-harm*

<sup>76</sup> FA informan II, 2024.

<sup>77</sup> SE informan III, 2024.

Dinamika *self-harm* atau perilaku menyakiti diri sendiri adalah sebuah perasaan atau perilaku tersebut mengalami perubahan baik sebelum maupun sesudah melakukan *self-harm*. Dinamika *self-harm* terbagi menjadi dua bagian yaitu, perasaan sebelum melakukan *self-harm* dan perasaan sesudah melakukan *self-harm*.

**a. Perasaan Sebelum Melakukan Perilaku *Self-harm***

1) Informan I (AS)

AS mengatakan bahwa ketika dirinya sebelum melakukan perilaku *self-harm*, AS merasakan adanya perasaan yang sedih, pikiran yang kacau sehingga menyebabkan pusing di bagian kepala dan membuatnya menangis. Hal inilah yang mendukung AS melakukan perilaku *self-harm*.

“aku udah pusing baged ga ngerti apa-apa ditambah ada masalah dirumah wes numpuk kan di kepalaku pas ujian itu aku nangis terus aku kayak pusing baged gitu ya setelah itu aku *self-harm*.”

“sedih sih”<sup>78</sup>

Namun AS menyadari dengan melakukan perilaku *self-harm* tidak dapat menyelesaikan masalahnya, akan tetapi AS beranggapan bahwa dengan *self-harm* dapat menyelesaikan perasaannya.

“nggak, ga menyelesaikan masalah, cuman menyelesaikan perasaan hehe”<sup>79</sup>

<sup>78</sup> AS informan I, 2024.

## 2) Informan II (FA)

Perasaan FA sebelum dirinya melakukan perilaku *self-harm* yaitu FA merasa bahwa dirinya manusia yang paling tersakiti dan manusia yang tidak ada gunanya dari perasaan tersebut FA juga tidak berfikir jernih dan berfikir panjang sehingga membuatnya sedih dan menangis. Hal tersebut yang mendukung FA melakukan perilaku *self-harm*.

“aku udah gabisa mikir yang jernih dan mikir panjang trus bawaannya nangis terus jadi kayak ngerasa paling tersakiti gitu, kayak ngerasa ga ada gunanya tanpa dia gitu.”<sup>80</sup>

## 3) Informan III (SE)

Perasaan SE sebelum dirinya melakukan perilaku *self-harm* adalah SE merasa pada saat itu sedang mengalami kesedihan, kekecewaan, marah, sakit hati sehingga SE beranggapan bahwa dirinya ingin menyerah dan ingin menghilang agar ia tidak menjadi beban orang tuanya lagi. Hal inilah yang menyebabkan SE memutuskan untuk melakukan perilaku *self-harm*.

“campur aduk wes, kesel, marah, sakit hati, ngerasa jadi anak yang ga berguna. Beban orang tua. Pokonya pikirannya pingin ngilang gitu, nyerah sama hidup, biar nggak jadi beban orang tua lagi.”<sup>81</sup>

<sup>79</sup> AS informan I, 2024.

<sup>80</sup> FA informan II, 2024.

<sup>81</sup> SE informan III, 2024.

Selain itu SE juga mengatakan bahwa ia tidak sanggup berbicara atau mengeluarkan suaranya ketika ia merasa marah dengan perkataan orang tuanya, sehingga ia tidak sanggup membalas pendapat orang tuanya tersebut dan memilih untuk menahannya.

“kalo sebelum ngelakuin tuh nyesek si das, sakit baged rasanya sampe ga bisa bicara, walaupun curhat ke orang lain tuh gabisa bahkan mau jawab pendapat orang tua pun aku gabisa, kayak mau ngeluarin suara tuh sakit baged rasanya. Jadi aku tahan aja.”<sup>82</sup>

#### **b. Perasaan Sesudah Melakukan Perilaku *Self-harm***

##### 1) Informan I (AS)

Perasaan lega merupakan perasaan yang dirasakan AS setelah ia melakukan perilaku *self-harm*. Baginya dengan melakukan perilaku *self-harm* rasa sakit tersebut bisa membuatnya lega dan fikiran yang tenang.

“lega sih, aku ini nyakitin diri sendiri itu ya biar lega aja gitu, biar pikirannya ini hilang, rasa sakitnya ini di gantikan sama pikiranku.”<sup>83</sup>

##### 2) Informan II (FA)

Lega merupakan perasaan yang dirasakan oleh FA setelah melakukan perilaku *self-harm*. Ketenangan yang

<sup>82</sup> SE informan III, 2024.

<sup>83</sup> AS informan I, 2024.

dihasilkan menimbulkan rasa nyaman hingga membuatnya mudah tertidur.

“lega sih. Trus bawaannya cape gitu akhirnya mudah tertidur.”<sup>84</sup>

Namun, perasaan lega tersebut menurut FA hanya kenyamanan sementara, perasaan sedih itu akan datang kembali ketika ia bangun dari tidurnya.

“Tapi ya sama aja bangun tidur mesti inget lagi, kayak masih ga ikhlas gitu sama apa yang terjadi.”<sup>85</sup>

### 3) Informan III (SE)

Luka fisik pada seseorang, seperti luka goresan atau sayatan yang di sebabkan oleh kecelakaan atau kecerobohan yang dilakukan dengan kesengajaan oleh pelaku *self-harm*.

Maka ketika orang normal mendapatkan sebuah luka pada dirinya, tentu akan meresponnya dengan menangis dan merasa sakit atau nyeri. Namun berbeda dengan yang dirasakan oleh SE, ketika ia mendapatkan luka yang dilakukan secara sengaja, perasaan yang ia rasakan lega dan hanya meratapi atau bengong terhadap apa yang ia dapatkan.

“Nah pas sesudah aku tabrakan itu kek ngerasa oh gini ya rasanya lega tapi bengong, aku ga ngerasa sakit sama sekali pas waktu tabrakan itu.”<sup>86</sup>

<sup>84</sup> FA informan II, 2024.

<sup>85</sup> FA informan II, 2024.

Perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh SE tidak dapat menyelesaikan masalahnya, namun perilaku tersebut dapat membantu SE dalam melampiaskan emosinya yang ia rasakan sebelumnya.

“nggak sih das, cuman gimana ya aku waktu itu juga emosi baged, mau ngelawan juga gabisa. Jadi aku melampiaskan hal itu ya dengan begitu biar ngerasa lega ajasih sebenarnya.”<sup>87</sup>

### C. Pembahasan Temuan

Data tersebut dikumpulkan melalui sumber triangulasi yang digunakan oleh peneliti. Setelah itu, ditemukan temuan baru yang relevan dengan penelitian ini, dan kemudian dibahas secara sistematis sebagai berikut :

#### 1. Bentuk Perilaku *Self-harm* Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah

##### Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Pada pembahasan teori bab dua telah disebutkan bahwa bentuk perilaku *self-harm* menurut Higgins memiliki macam-macam bentuk antara lain : Menyayat pada bagian tubuh tertentu, menggigit kulit, membakar anggota tubuh, mematahkan tulang dari bagian tubuh, mengukir kulit menggunakan benda tajam, menindik jarum pada kulit, menjambak rambut, membenturkan kepala ke tembok / benda keras, memukul diri sendiri, menusuk kulit menggunakan benda tajam,

<sup>86</sup> SE informan III, 2024.

<sup>87</sup> SE informan III, 2024.

menghambat penyembuhan luka, menjepit tubuh, meracuni diri menggunakan obat-obat terlarang.<sup>88</sup> Pendapat lain menurut Knipe bentuk perilaku *self-harm* diantaranya yaitu : Mengonsumsi obat-obatan yang mengandung racun, menggantung diri, melompat dari jembatan atau gedung yang tinggi, menyakiti diri dengan menggunakan benda tajam, mengiris kulit, mencakar bagian tubuh, membenturkan diri ke benda keras, memukul diri, menjauhkan diri dari yang maha kuasa sebagai hukuman, membakar anggota tubuh.<sup>89</sup> Adapun bentuk perilaku *self-harm* pada mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang telah dilakukan observasi dan wawancara oleh peneliti berupa bentuk *self-harm* sebagai berikut : Bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh informan I (AS) yaitu menyayat lengan tangan kanannya menggunakan benda tajam yaitu *cutter*. Sedangkan informan II (FA) bentuk *self-harm* yang dilakukan yaitu menindik jarum pada kulit lengan tangannya dengan jarum pentul yang biasa dikenakan pada hijab perempuan. Dan bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh informan III (SE) dengan melakukan overdosis dan mengemudi dengan sembrono.

<sup>88</sup> Arkadus Ianuar Guntur, Eva Meizara Puspita Dewi, Ahmad Rifdah, "Dinamika Perilaku Self-Injury Pada Remaja Laki-laki ". *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, Vol 1, No 1 (Makassar : 2021): 42-54

<sup>89</sup> M.Fardi Anugrah, Khaula Karima, Ni Made Sri Padma Puspita, Nurul Aulia Binti Amir, Agustine Mahardika, "Self Harm and Suicide in Adolescents", *Jurnal Biologi tropis* , No. 1 (Mataram : 2023) 200-207

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari ketiga informan bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh informan I dan II termasuk jenis *Direct Self-Injury* yaitu menyayat dan menindik bagian tubuh menggunakan benda tajam. Jenis perilaku ini merupakan perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung dapat dilihat kerusakannya. Pada umumnya seseorang yang melakukan perilaku ini mereka sepenuhnya menyadari bahwa mereka melakukannya.

Sedangkan bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan informan III termasuk jenis *Non-Direct Self-Harm* (NDSH) yaitu overdosis dan mengemudi dengan sembrono. Jenis perilaku NDSH ini merupakan perilaku menyakiti diri sendiri yang dapat menimbulkan efek kerusakan yang terlihat. Dan seseorang yang melakukan jenis perilaku ini tidak sepenuhnya menyadari kosekuensi apa yang akan mereka peroleh setelah melakukannya.<sup>90</sup>

Menurut Sutton, perilaku *self-harm* dibagi menjadi tiga tingkatan, yaitu *Major self-mutilation*, *Stereotypic self-mutilation*, dan *Superficial or moderate self-mutilation*. Dari ketiga tingkatan tersebut, perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh ketiga informan termasuk dalam kategori *Superficial or moderate self-mutilation*. Perilaku ini paling sering terjadi dan merugikan diri sendiri, contohnya adalah menyayat kulit dengan benda tajam atau menusuk bagian tubuh. Adapun *statemen* ini ternyata benar adanya dengan apa yang dilakukan

---

<sup>90</sup> Jan sutton, *Healing the Hurt Within: Understand Self-Injury and Self-Harm and Heal The Emotional wounds* (United Kingdom: Spring Hill House, 2012), 512.

oleh informan I yaitu dengan terus menerus melakukan perilaku *self-harm* dengan meycayat kulit menggunakan benda tajam dengan frekuensi 3 kali melakukan *self-harm* dan informan II dan III sebanyak 2 kali.

## **2. Faktor Penyebab Perilaku *Self-harm* Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember**

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku *self-harm* pada mahasiswa, diantaranya faktor keluarga, faktor teman sebaya, faktor sosial dan faktor kepribadian. Menurut Martison mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan individu melakukan perilaku *self-harm* salah satunya yaitu faktor keluarga, dimana kurangnya peran dalam menyalurkan atau mengekspresikan emosi serta komunikasi yang buruk antar keluarga.<sup>91</sup>

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari ketiga informan bahwa informan I dan III memiliki persamaan terkait pola asuh yang diberikan oleh orang tua masing-masing informan yaitu kurang adanya peran orang tua dalam memberikan rasa peduli, kasih sayang dan dukungan terhadap informan. Selain itu, pola asuh orang tua yang keras dapat menimbulkan rasa sedih kepada informan sehingga dapat menyebabkan perilaku *self-harm*. Hal ini menunjukkan pentingnya

<sup>91</sup> Malumbot Cindy M, Naharia Melkian, and Kaunang Sinta E.J, "Studi Tentang Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Self-Injury dan Dampak Psikologis Pada Remaja," *Journal Psikopedia* 1, no.1 (Desember 2020). 17

menjaga lingkungan keluarga yang stabil dan sehat terutama pola asuh orang tua terhadap anak. Hal ini sependapat dengan apa yang di jelaskan oleh Larsen menyatakan bahwa pola asuh orang tua sangatlah penting dikarenakan komunikasi yang buruk antara orang tua dan anak dapat menyebabkan anak merasa sedih dan bersalah, terutama jika mereka menganggap diri mereka telah melakukan kesalahan. Selain itu, perilaku orang tua yang tidak menghargai atau meremehkan perasaan dan pengalaman anak-anak mereka, di mana anak merasa tidak dihargai atau dianggap tidak berguna, juga dapat menjadi masalah utama bagi mereka yang cenderung berperilaku *self-harm*.<sup>92</sup>

Selain kurangnya peran dari pola asuh orang tua terhadap anak, perilaku *self-harm* juga dapat terjadi oleh pengaruh teman sebaya. Hal ini sesuai dengan pendapat Santrock yang menjelaskan bahwa ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi munculnya perilaku *self-harm* salah satunya pengaruh lingkungan teman sebaya. Tekanan dari teman sebaya untuk melakukan hal-hal tertentu, seperti merokok, minum alkohol, atau terlibat dalam perilaku berisiko lainnya, dapat menyebabkan stres dan kecemasan pada remaja.<sup>93</sup> Seperti yang dialami pada informan pertama adanya pengaruh dari teman sebaya terhadap dirinya, informan mengatakan penyebab informan melukai dirinya sendiri karena memiliki masalah dengan teman satu cirkelnya.

---

<sup>92</sup> Wibisono Bernardus Kharisma, Gunatirin Elly Yuliandari, "Faktor-faktor Penyebab Melukai-Diri Pada Remaja Perempuan," Jurnal ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, no 2 (2018). 3677

<sup>93</sup> Purnamasari Yesi, Fitri Nurwijaya, and Mardiana Nova, "Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Mental Emosional Remaja SMA," Jurnal Penelitian Perawat Profesional, no. 2 (Mei:2023). 610

Sedangkan informan ketiga mengatakan bahwa penyebab melakukan overdosis lantaran hanya mengikuti teman-temannya agar sesuatu yang di inginkan dapat terwujud.

Menurut Santrock pada fase awal dewasa, mahasiswa seringkali aktif dalam berbagai kegiatan yang produktif karena ini adalah waktu di mana mereka cenderung lebih eksploratif dan mencoba hal-hal baru di sekitar mereka. Di periode ini, mereka bisa menghadapi berbagai tantangan mulai dari diri mereka sendiri, lingkungan sosial, hubungan dengan keluarga, sampai masalah dalam percintaan.<sup>94</sup> Hal tersebut di alami oleh informan II masalah asmara yang terjadi padanya menyebabkan informan melakukan perilaku *self-harm*, didukung oleh perasaan sedih, marah, hingga ia merasa tidak terima oleh perlakuan orang yang ia cintai terhadap dirinya. Begitu juga dengan informan I salah satu faktor yang menyebabkan informan melakukan perilaku *self-harm* yaitu karena tuntutan akademik, dimana pada semester satu informan mengalami kesulitan dalam mengerjakan ujian tengah semester dikarenakan informan tidak menguasai mata kuliah tersebut hingga merasa kesulitan untuk mengerjakannya dan tidak dapat mengendalikan dirinya dengan baik, sehingga membuat informan merasa lelah dan stres. Hal ini sependapat menurut Suharsono bahwa mahasiswa menghadapi banyak perubahan dan konflik yang berasal dari tuntutan akademis, penyesuaian dengan sistem perkuliahan,

---

<sup>94</sup> Hakim Firdha Ainil, Sukmawati Indah, "Gambaran Perilaku *Self-harm* pada Mahasiswa dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling," *Jurnal Pendidikan Tambusai*, no.2 (2023). 14600

dinamika pertemanan, serta tanggung jawab dalam kegiatan atau organisasi yang diikuti. Hal ini menyebabkan kesulitan bagi mereka dalam menyesuaikan diri dan mengendalikan diri dengan baik.<sup>95</sup> Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan mereka sering merasa lelah dan lebih sensitif terhadap orang lain. Mereka cenderung mudah tersinggung dan marah. Jika kondisi ini terus berlanjut dengan intensitas tinggi, mahasiswa bisa merasa tertekan dan mengalami distress. Mahasiswa yang mengalami distress akan terdorong untuk meluapkan atau menyalurkan emosi tersebut.

Pembahasan di atas menunjukkan bahwa perilaku *self-harm* pada mahasiswa dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya keharmonisan dan kehangatan dalam keluarga, depresi, stres karena masalah asmara, tuntutan akademik atau mempunyai masalah dengan teman-temannya. Perilaku ini seringkali menjadi cara bagi remaja untuk mengatasi emosi negatif yang mereka alami.

Dalam konteks ini, penting untuk memahami bahwa *self-harm* bukanlah solusi yang tepat untuk mengatasi masalah. Bantuan profesional dan dukungan sosial sangat penting untuk membantu remaja mengatasi masalah yang mereka hadapi tanpa harus merugikan diri sendiri.

---

<sup>95</sup> Ainil, and Indah, "Gambaran Perilaku *Self-harm* pada Mahasiswa dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling," 14600.

### 3. Dinamika Emosi Sebelum dan Sesudah Melakukan *Self-harm*

Ketiga informan dalam penelitian ini mengakui bahwa mereka melakukan perilaku *self-harm* sadar melakukan tindakan tersebut karena ingin menghindari melukai orang lain yang telah melukai mereka. Mereka juga menyadari bahwa tujuan utama dari perilaku *self-harm* bukanlah untuk bunuh diri, meskipun terkadang mereka merenungkan pemikiran tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat Whitlock mengatakan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri adalah tindakan yang disengaja dan sadar untuk menimbulkan cedera atau luka pada tubuh, tetapi dilakukan tanpa niat untuk bunuh diri.<sup>96</sup>

Ketiga informan dalam penelitian ini melakukan perilaku *self-harm* untuk mengeluarkan perasaan negatif yang tertekan dalam diri mereka. Informan merasakan kemarahan dan kekesalan yang mendalam terhadap situasi yang mereka hadapi, dan merasa bahwa satu-satunya cara untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan melukai diri sendiri. Hal ini terjadi karena kurangnya keharmonisan dan kehangatan dalam keluarga, serta perasaan depresi dan stres akibat masalah asmara, tuntutan akademik dan hubungan dengan teman sebaya. Perasaan tersebut mendorong informan untuk melakukan *self-harm* sebagai cara untuk melepaskan emosi yang terpendam dalam diri mereka.

---

<sup>96</sup> Erdina Indrawati, “*Self Injury (self harm) dan Emosi*”, *Buletin Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara*, Vol. 6 No.16 (Jakarta: 2020).

Setelah melakukan tindakan tersebut, informan merasa lega dan nyaman, bahkan merasakan kepuasan ketika masalah yang ada di otak mereka digantikan dengan rasa sakit yang mereka dapatkan. Perilaku *self-harm* yang dilakukan masing-masing informan adalah untuk mencapai kenyamanan, rasa rileks, lega, dan puas. Seperti yang dikatakan oleh informan I bahwa dengan melakukan *self-harm* dapat menghilangkan rasa pusing di kepala dapat tergantikan oleh rasa sakit akibat *self-harm* tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat Alderman (2007), *self-harm* dilakukan sebagai cara untuk melepaskan tekanan yang dirasakan di dalam tubuh. Para pelaku *self-harm* merasakan bahwa tubuh mereka tertekan dan terganggu oleh ketegangan yang mengganggu kenyamanan mereka. Mereka mencoba untuk mengatasi emosi negatif dengan melakukan *self-harm*.<sup>97</sup>

Dari hasil temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa informan merupakan korban pelecehan seksual yang dilakukan oleh guru dan saudaranya. Selain itu informan juga merupakan korban kekerasan yang dilakukan oleh orang tuanya. Dalam penelitian ini, perilaku *self-harm* yang paling sering dilakukan meliputi menyayat, mengukir, dan menggores kulit dengan benda tajam, overdosis dan mengemudi dengan sembrono.

---

<sup>97</sup> Kurniawaty, "Dinamika Psikologis Pelaku Self-Injury (Studi kasus Pada Wanita Dewasa Awal)," Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi, Vol.1. No.1 (oktober:2012). 17

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil temuan dan pembahasan mengenai perilaku *self-harm* yang di alami mahasiswa pada penelitian ini. Peneliti dapat menyimpulkan bahwa :

1. Bentuk dari perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh mahasiswa adalah menyayat lengan dengan menggunakan cutter, menindik jarum pada kulit, mengemudi dengan sembrono dan overdosis.
2. Faktor penyebab dari perilaku *self-harm* yang dilakukan oleh mahasiswa karena mereka mencoba mengatasi emosi negatif yang mereka rasakan, seperti adanya depresi, stres, dan kecemasan yang disebabkan oleh berbagai macam masalah yang mereka hadapi. Beberapa masalah tersebut antara lain ketidakharmonisan dalam keluarga, kurangnya perhatian atau kasih sayang dari keluarga, memiliki masalah dengan orang lain seperti dalam hubungan asmara atau pertemanan, serta adanya tekanan akademik seperti kurangnya pemahaman mata kuliah.
3. Dinamika emosi yang dirasakan ketiga informan dalam penelitian ini yaitu perasaan sebelum dan sesudah melakukan *self-harm*. Mereka mengalami tingkat kemarahan dan kekesalan yang tinggi terhadap situasi yang mereka hadapi, dan merasa bahwa satu-satunya cara untuk meredakan tekanan tersebut adalah dengan melukai diri sendiri.

Setelah melakukan tindakan tersebut perasaan yang mereka dapatkan yaitu perasaan lega dan nyaman, bahkan kepuasan karena rasa sakit yang mereka alami tergantikan oleh pikiran-pikiran yang mengganggu sebelumnya.

## B. Saran

### 1. Bagi Remaja / Mahasiswa

Diharapkan remaja atau mahasiswa perlu menyadari bahwa *self-harm* tidaklah solusi yang baik untuk mengatasi masalah. Ini hanya akan menyebabkan lebih banyak rasa sakit dan masalah kedepannya. Sebaliknya, belajar mengatasi masalah dengan cara yang lebih sehat seperti dengan berbicara kepada seseorang yang dipercaya, mengekspresikan diri melalui seni atau olahraga, atau mencari bantuan profesional merupakan langkah yang lebih baik. Jika ada remaja yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi atau masalah, penting bagi mereka untuk mencari bantuan dan dukungan yang tepat.

### 2. Bagi keluarga, teman dan masyarakat

Peneliti berharap agar keluarga, teman, dan masyarakat bisa lebih memahami dan menghargai kondisi orang-orang terdekat, membuka pikiran mereka, tidak serta-merta menghakimi, terutama orang tua dan keluarga memberikan dukungan sosial yang lebih besar dan menunjukkan kepedulian yang lebih dalam terhadap pelaku *self-harm*. Hal ini karena keluarga dianggap sebagai salah satu bentuk dukungan yang paling penting bagi mereka, seperti mendengarkan

cerita tentang kegiatan mereka atau mendengarkan cerita tentang kondisi emosional mereka serta tidak ragu untuk mencari bantuan dari profesional psikolog atau psikiater, meskipun memerlukan biaya lebih banyak.

### 3. Bagi pembaca

Peneliti berharap kepada pembaca yang telah membaca penelitian ini diminta untuk turut berperan aktif dan lebih memperhatikan individu di sekitarnya yang terlibat dalam tindakan *self-harm*. Hal ini penting karena jika perilaku ini terus dibiarkan dan dimaklumi, dapat menjadi sangat berisiko.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan lebih lanjut mengenai perilaku *self-harm* yang belum dideskripsikan dalam penelitian ini. Selain itu, diharapkan juga dapat memberikan pencegahan atau intervensi yang efektif agar pelaku *self-harm* tidak lagi melakukan perilaku tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

### Buku

- Abdussamad, Zuchri. *Metode Penelitian Kualitatif* . Yogyakarta: Syakir Media Press, 2021.
- Al-Quran Cordoba Special for Muslimah. Alquran dan Terjemahan. Bandung : Cordoba International Indonesia, 2012
- Haryoko, Sapto, Bahartiar, and Fajar Arwadi. *Analisis Data Penelitian Kualitatif (Konsep, Teknik, dan Prosedur Analisis)*. Makassar: Badan Penerbit UNM, 2020.
- J.R. Raco. *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakter, Dan Keunggulan*. Jakarta, Indonesia: Grasindo, 2010.
- Muhith, Abd, Rachmad Baitullah, dan Amirul Wahid, *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Bildung, 2020.
- Sudaryono. *Metodologi Penelitian : Kuantitatif, kualitatif, dan Mix Method*. Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta, 2019.
- Sukandarrumidi. *Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*. Cetakan ke-1, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2002.
- Supratiknya, Agustinus. *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dalam Psikologi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2015.
- Sutton, Jan. *Healing the Hurt Within: Understand Self-Injury and Self-Harm and Heal The Emotional wounds* (United Kingdom: Spring Hill House, 2012), 512.

Tim Penyusun, Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember (Jember: UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2021).

### **Jurnal**

Alifiando, Bilfrans Keyvien, Sambodo Sriadi Pinilih, Muhammad Khoirul Amin. "Gambaran Kecenderungan Perilaku Self-Harm Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Study." *Jurnal Keperawatan*, no. 1 (Januari 2022)

Anugrah, M.Fardi, Khaula Karima, Ni Made Sri Padma Puspita, Nurul Aulia Binti Amir, Agustine Mahardika. "Self Harm and Suicide in Adolescents." *Jurnal Biologi tropis* , No. 1 (Mataram : 2023)

Billa, Nanda Kharisma Illa, Siti Ina Savira. "Analisis Deskriptif Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Menyusun Skripsi Di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya." *Jurnal Penelitian Psikologi*, no.03 (2023)

Chahyani, Maulina Indah , Lathifah, Maghfirotul . "Efektifitas Layanan Informasi Menggunakan Film Imperfect Untuk Mereduksi Self Harm", *Journal of School Counseling: Theory, Application and Development*, Vol.1 No. 1, (Surabaya: 2021)

Guntur, Arkadus Ianuar, Dewi, Eva Meizara Puspita, Rifdah, Ahmad. "Dinamika Perilaku Self-injury pada Remaja Laki-laki," *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, no.1 (UNM: 2021)

Indrawati, Erdina. "Self Injury (self harm) dan Emosi." *Buletin Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara*, Vol. 6 No.16 (Jakarta: 2020)

Insani, Saridewi Mutiara, Siti Ina Savira. "Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku Self-Harm Pada Remaja Perempuan." *Jurnal Penelitian Psikologi*, no.02 (2023)

Kurniawaty Ria, “Dinamika Psikologis Pelaku Self-Injury (Studi Kasus Pada Wanita Dewasa Awal),” *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, no.1 (2012)

Nasution, Fenty Zahara, Selly Angraini, “Gambaran Perilaku Self-Harm pada Remaja” *Jurnal Rumpun Kesehatan*, no 1 (2021)

Raihani, Dzikra, Salsabila Zakiah Zulva, Umi Kalsum, , Usmi Karyani. “Perilaku Self-harm pada Pasien Depresi dengan Gejala Psikotik.” *Jurnal dipresentasikan pada Seminar Nasional Psikologi Yogyakarta*, 2022.

Thesalonika, Apsari, Nurliana Cipta, “ Perilaku *Self-Harm* atau Melukai Diri Sendiri yang Dilakukan Oleh Remaja (Self-Harm or Self-Injuring Behavior By Adolescents).” *Jurnal Pekerjaan Sosial*, no. 2 (2021)

### **Skripsi**

Aprilia, Nur Hafizh Puji. “Self Injury Pada Remaja Perempuan Urban Perkotaan Di Kota Tangerang.” Skripsi, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2022.

Khalifah, Sayyidah. “Dinamika Self-Harm Pada Remaja.” Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019.

Putri, Anggi Desfrilia Septia. “Self Harm Pada Remaja Putri Di Kota Medan.” Skripsi, Universitas Medan Area Medan, 2022.

Rachman, Sabilla Azzahra Hajizyah. “Perilaku Self-Harm Pada Korban Pacaran Di Kalangan Pemuda Desa.” Skripsi, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2022.

Rukmana, Bagas. “Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku Self Injury Pada Mahasiswa Yang Berkuliah.” Skripsi, Universitas Islam Riau Pekanbaru, 2021.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**Lampiran 1****PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dastin Paramita  
Nim : 201103050013  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Dakwah  
Institusi : Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Jember, 18 Mei 2024

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD  
JEMBER

Saya yang menyatakan



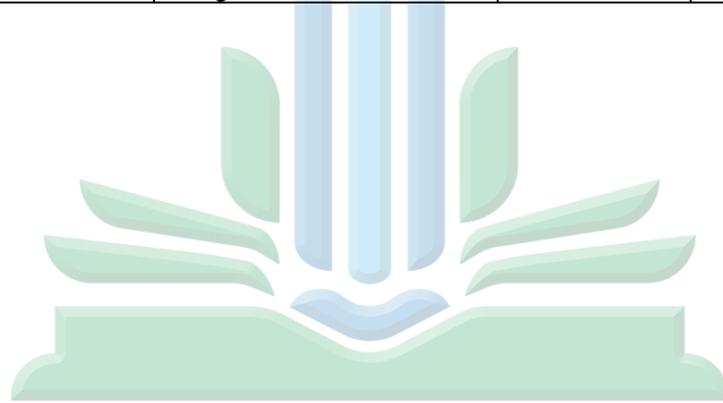
Dastin Paramita  
NIM 201103050013

## Matrik Penelitian

JUDUL	SUB VARIABEL	INDIKATOR	SUMBER DATA	METODE PENELITIAN	FOKUS PENELITIAN
Analisis <i>Self-harm</i> pada Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN KHAS Jember	<p>a. <i>Direct Self-Injury</i> (perilaku menyakiti diri sendiri dimana secara langsung dapat dilihat kerusakannya)</p> <p>b. <i>Non-Direct Self-Harm</i> (perilaku menyakiti diri sendiri dimana kerusakannya tidak dapat dilihat secara langsung)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● memotong kulit</li> <li>● membakar kulit</li> <li>● menggores kulit</li> <li>● memasukkan benda ke anus/penis/uretra/vagina dengan tujuan membuat kesakitan (niat non-seksual)</li> <li>● meninju diri sendiri</li> <li>● memukul diri sendiri</li> <li>● menampar diri sendiri</li> <li>● menggigit diri sendiri</li> <li>● mememarkan / menusuk diri sendiri dengan benda tajam.</li> <li>● membenturkan kepala</li> <li>● mencabut rambut (kulit kepala, bulu mata, alis)</li> <li>● menghambat penyembuhan luka</li> <li>● memasukkan jarum di bawah kulit</li> <li>● menarik kulit &amp; kuku</li> <li>● menelan benda asing</li> <li>● mematahkan tulang</li> <li>● memukul diri sendiri</li> <li>● mutilasi wajah, mata, alat kelamin, payudara.</li> <li>● gangguan makan (anoreksia, bulimia, makan berlebihan secara kompulsif)</li> <li>● mengkonsumsi alkohol</li> <li>● menggunakan obat-obatan terlarang</li> <li>● overdosis</li> <li>● mengemudi dengan</li> </ul>	<p>1. Primer :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Khas Jember</li> <li>● Pelaku <i>Self-harm</i></li> <li>● Remaja 18-30 thn</li> </ul> <p>2. Sekunder :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● observasi</li> <li>● dokumentasi</li> <li>● kepustakaan</li> </ul>	<p>1. Pendekatan Penelitian : <i>Kualitatif</i></p> <p>2. Jenis Penelitian: <i>Deskriptif</i></p> <p>3. Lokasi Penelitian :</p> <p>Fakultas Dakwah uin khas jember</p> <p>4. Pengumpulan Data:</p> <p>a. <i>Wawancara</i> b. <i>Observasi</i> c. <i>Dokumentasi</i></p> <p>5. Analisa Data :</p> <p>a. <i>Data Reduction</i> b. <i>Data Display</i> c. <i>Drawing &amp; Verifying Conclusions</i></p> <p>6. Validitas Data :</p> <p>a. <i>Triangulasi</i> b. <i>Member Check</i> c. <i>Perpanjangan Pengamatan</i></p>	<p>a. Bagaimana bentuk perilaku <i>self-harm</i> yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas dakwah uin khas jember ?</p> <p>b. Faktor apa yang menyebabkan mahasiswa fakultas dakwah uin khas jember melakukan perilaku <i>self-harm</i> ?</p> <p>c. Bagaimana Dinamika perasaan ketika sebelum dan sesudah melakukan <i>self-harm</i> ?</p>

	<p>a. <i>Major self-mutilation</i> (bentuk paling umum dari perilaku menyakiti diri sendiri )</p> <p>b. <i>Stereotypic self-mutilation</i> (bentuk perilaku menyakiti diri yang dilakukan berulang)</p> <p>c. <i>Superficial or moderate self-mutilation</i> (bentuk perilaku menyakiti diri yang paling sering</p>	<p>sembrono</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● olahraga berisiko tinggi</li> <li>● berjudi</li> <li>● olahraga berlebihan</li> <li>● kurang berolahraga</li> <li>● overworking / bekerja terlalu keras</li> <li>● underworking / meninggalkan pekerjaan.</li> <li>● pergaulan bebas</li> <li>● mengabaikan diri sendiri dan selalu mengutamakan kebutuhan orang lain.</li> <li>● merokok</li> <li>● bertahan dengan hubungan yang keras</li> <li>● Perfeksionisme</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● cedera permanen</li> <li>● mencungkil mata</li> <li>● memotong organ tubuh</li> <li>● pengebirian / tindakan bedah / menggunakan bahan kimia yang bertujuan untuk menghilangkan fungsi testis.</li> <li>● amputasi anggota tubuh.</li> <li>● pengguna obat zat narkotika</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● gangguan mental</li> <li>● sulit berkomunikasi</li> <li>● mengucapkan kata-kata yang tidak pantas / senonoh</li> <li>● membenturkan kepala</li> <li>● menekan bola mata dan jari</li> </ul>			
--	---	--	--	--	--

	dilakukan )	<ul style="list-style-type: none"> <li>● menggigit bibir</li> <li>● menggigit lidah</li> <li>● menggigit lengan</li> <li>● melompat dari jembatan / gedung yang tinggi.</li>   <li>● menusuk</li> <li>● mentato</li> <li>● menyayat kulit menggunakan benda tajam</li> <li>● memotong kulit yang berhubungan dengan penyembuhan</li> <li>● menarik rambut dengan kuat</li> </ul>			
--	-------------	--	--	--	--



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## PEDOMAN WAWANCARA RESPONDEN

### A. Latar Belakang

1. Berakapah Usia Saudari ?
2. Anak keberapa dari berapa bersaudara ?
3. Bagaimana hubungan anda dengan orang tua ?
4. Menurut anda, bagaimanakah sikap ibu dan ayah kepada saudari ?
5. Bagaimanakah pola asuh kedua orang tua saudari di rumah?
6. Apakah pekerjaan orang tua saudari saat ini?
7. Apakah hobi saudari?
8. Matakuliah yang saudari suka dan tidak suka apa saja?
9. Apakah saudari pernah mendapatkan masalah di kampus ?

### B. Alasan Melakukan *Self-Harm*

1. Apa yang biasanya saudari lakukan ketika dalam keadaan marah ?
2. Mengapa saudari melakukan hal tersebut ?
3. Pernahkah saudari mengalami suatu masalah hingga mati rasa ?
4. Bagaimana cara saudari untuk mengungkapkan rasa sakit ?

### C. Faktor Yang Mempengaruhi *Self-Harm*

#### a. Faktor Individu

##### 1. Depresi / Kecemasan

- 1) Apakah Apakah saudari pernah cemas memikirkan sesuatu hal dalam hidup?
- 2) Apakah saudari sedang mengalami sesuatu masalah yang menyebabkan anda merasa sangat sedih hingga tidak bersemangat melakukan aktivitas apapun?

##### 2. Keterampilan komunikasi yang buruk

- 1) Apakah saudari merupakan orang yang terbuka atau tertutup?
- 2) Apakah saudari mudah menyampaikan sesuatu yang anda rasakan kepada orang lain?

##### 3. Tingkat percaya diri yang rendah

- 1) Bagaimana pandangan saudari terhadap diri sendiri?

- 2) Apakah yang membuat saudara percaya diri?
- 3) Apakah yang membuat saudara tidak percaya diri?
- 4) Bagaimana upaya saudara untuk bisa percaya diri?

#### **4. Keterampilan pemecahan masalah yang buruk**

- 1) Apakah saudara pernah mengalami permasalahan yang menurut anda berat?
- 2) Jika ada masalah, apa yang akan saudara lakukan untuk menyelesaikannya?
- 3) Saat saudara menyelesaikan suatu masalah atau mengerjakan sesuatu, apakah saudara lebih suka menyelesaikannya sendiri atautkah lebih suka meminta bantuan orang lain?

#### **5. Keputusan**

- 1) Hal apakah yang membuat saudara menyerah dan menganggap bahwa tidak ada harapan lagi?

#### **6. Penyalahgunaan narkoba atau alkohol**

- 1) Apakah saudara pernah atau sedang menggunakan narkoba atau alkohol?

#### **7. Trauma**

- 1) Sejak kecil hingga saat ini apakah saudara memiliki trauma tertentu?

#### **b. Faktor Keluarga**

##### **1. Harapan yang tidak masuk akal**

- 1) Bagaimakah sikap orangtua saudara terhadap anda?
- 2) Apakah saudara bebas memilih cita-cita oleh orangtua anda?
- 3) Apakah saudara bebas berteman dengan siapa saja oleh orangtua anda?

##### **2. Pengabaian atau pelecehan (fisik, seksual atau emosional)**

- 1) Apakah saudara merasa diabaikan oleh orangtua anda?
- 2) Apakah saudara pernah mengalami pelecehan baik fisik, maupun seksual?
- 3) Apakah saudara merasa diperhatikan oleh keluarga anda?

### 3. Hubungan orangtua yang buruk

- 1) Bagaimanakah hubungan kedua orangtua saudara?
- 2) Adakah kekerasan fisik atau verbal yang terjadi dalam hubungan orangtua?
- 3) Apakah ayah dan ibu pernah bertengkar?

### 4. Perceraian orangtua

- 1) Apakah orang tua saudara masih utuh atau sudah bercerai?

#### c. Faktor sosial:

##### 1. Kesulitan dalam membuat hubungan / kesepian

- 1) Apakah saudara mudah dalam membangun pertemanan?
- 2) Apakah saudara merasakan kesepian?
- 3) Seberapa akrab saudara dengan teman-teman anda?
- 4) Berapakah teman yang saudara miliki?

##### 2. Intimidasi yang terus-menerus atau penolakan teman sebaya

- 1) Pernahkah saudara ditolak oleh teman-teman saat anda ikut bergabung dengan mereka?

##### 3. Kesulitan dengan hubungan teman sebaya, misalnya putusnya hubungan

- 1) Pernahkah saudara bertengkar dengan teman-teman anda?
- 2) Pernahkah anda mengalami putus hubungan?

#### D. Jenis-Jenis Self-Harm Yang Dilakukan Oleh Remaja?

1. Jenis self-harm apa yang biasanya saudara lakukan ?

#### E. Bentuk Perilaku Self-Harm

1. Situasi seperti apa yang mendukung saudara melakukan *self-harm* ?
2. Setelah melakukan *self-harm* biasanya hal apa yang saudara lakukan ?
3. Sejauh ini berapa kali saudara melakukan perilaku *self-harm* ?
4. Bentuk perilaku *self-harm* yang seperti apa saudara lakukan ?

#### F. Dinamika Perasaan

1. Bagaimana perasaan saudara sebelum melakukan *self-harm* ?
2. Bagaimana perasaan saudara setelah melakukan *self-harm* ?
3. Masalah apa yang menyebabkan saudara melakukan *self-harm* ?

4. Apa yang saudara pikirkan pada saat melakukan *self-harm* ?
5. Apakah dengan melakukan *self-harm* dapat membantu terhadap penyelesaian masalah saudara ?



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**PEDOMAN OBSERVASI**

ASPEK-ASPEK	YA	TIDAK
<b>Kondisi Fisik :</b>		
Memiliki bekas luka		
Memiliki luka bakar		
Memiliki luka memar		
Mengenakan lengan panjang		
Menyimpan benda tajam untuk menyakiti diri sendiri		
<b>Ekspresi Wajah :</b>		
Mengerutkan dahi		
Tersenyum		
Menaikkan alis		
Cemberut		
Gerakan anggota tubuh :		
Memainkan benda sekitar		
Menundukkan kepala		
Gemetar		
<b>Keterbangkitan emosional :</b>		
Tertawa		

Menangis		
Marah		
Tatapan tajam		



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

### Dokumentasi Penelitian



Wawancara informan I



Wawancara informan II



Wawancara informan III

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI AGHDAL SIDDIQ  
JEMBER

**Foto bentuk *self-harm* informan**



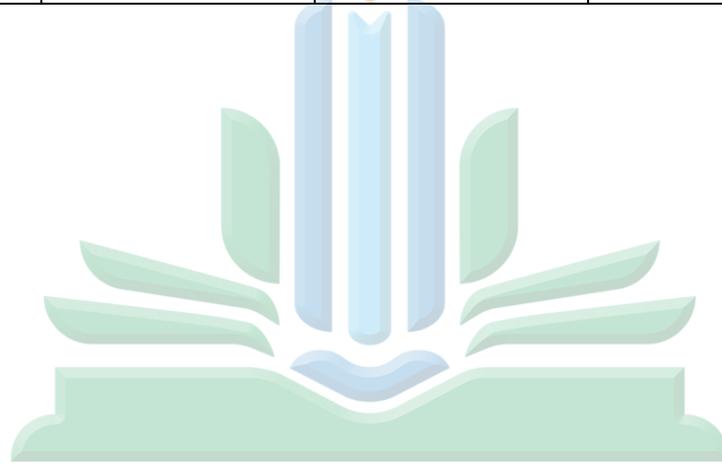
Mengemudi dengan sembrono



Bekas sayatan informan

**Jurnal Kegiatan Penelitian**

<b>NO</b>	<b>Tanggal</b>	<b>Kegiatan</b>	<b>Informan</b>
1	Pukul : 20:29 Senin, 29 April 2024	Wawancara, observasi	AS
2	Pukul : 17:16 Senin, 06 Mei 2024	Wawancara, observasi	FA
3	Pukul : 16.23 Rabu, 15 Mei 2024	Wawancara, observasi	SE



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136 Telp. 0331-487550  
email : [fakultasdakwah@uinkhas.ac.id](mailto:fakultasdakwah@uinkhas.ac.id) website: <http://fdakwah.uinkhas.ac.id/>

Nomor : B.1025 /Un.22/6.a/PP.00.9/ 90/2024

1 April 2024

Lampiran : -

Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

Mahasiswa Mahasiswi Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri  
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

**Assalamu'alaikum Wr. Wb.**

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa  
berikut :

Nama : Dastin Paramita  
NIM : 201103050013  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Psikologi Islam  
Semester : VIII (delapan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang  
bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin, mengadakan  
penelitian / riset selama  $\pm$  30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu  
pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Analisis Self-harm  
pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai  
Haji Achmad Siddiq Jember "

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami  
sampaikan terimakasih.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb.**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

An. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik



**BIODATA PENULIS****A. Biodata Diri**

Nama : Dastin Paramita  
NIM : 201103050013  
Tempat, tanggal lahir : Probolinggo, 24 April 2002  
Fakultas/Prodi : Dakwah / Psikologi Islam  
Alamat : RT 01 RW 01, Dusun Krajan, Desa Duren,  
Kecamatan Gading, Kabupaten Probolinggo.  
Alamat Email : [dastnyaa@gmail.com](mailto:dastnyaa@gmail.com)  
No Telepon : 087766016058

**B. Riwayat Pendidikan**

- a. RA Ihyauddiniyah (2006-2008)
- b. MI Ihyauddiniyah (2008-2014)
- c. MTS Darul Lughah Wal Karomah (2014-2017)
- d. MA Zainul Hasan I Genggong (2017-2020)
- e. UIN KH Achmad Siddiq Jember (2020-Sekarang)