

**STUDI EKSPLORASI TENTANG PERILAKU *SELF-INJURY*
PADA REMAJA DI TINJAU DARI PERAN ORANG TUA**

SKRIPSI



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

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SHIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
DESEMBER 2025**

STUDI EKSPLORASI TENTANG PERILAKU *SELF-INJURY* PADA REMAJA DI TINJAU DARI PERAN ORANG TUA

SIKRIPSI

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



DWI CHOFIFATUL ULUM

204103050008

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SHIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
DESEMBER 2025**

STUDI EKSPLORASI TENTANG PERILAKU *SELF-INJURY* PADA REMAJA DI TINJAU DARI PERAN ORANG TUA

SIKRIPSI

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

Oleh :

DWI CHOFIFATUL ULUM
204103050008

Disetujui Pembimbing:

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


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

**STUDI EKSPLORASI TENTANG PERILAKU *SELF-INJURY*
PADA REMAJA DI TINJAU DARI PERAN ORANG TUA**

SKRIPSI

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Fakultas Dakwah

Program Studi Psikologi Islam


Hari : Selasa

Tanggal : 23 Desember 2025

Tim Penguji

Ketua

Sekretaris


Arrumaisha Fitri, M.Psi

NIP. 198712232019032005


Anugrah Sulistiwati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP. 19900915023212052

Anggota :

1. Dr. Moh. Mahfudz Faqih, S.Pd., Msi.

2. Dr. Muhammad Muhib Alwi, MA.

Menyetujui

Dekan Fakultas Dakwah




Prof. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag.

NIP. 197302272000031001

MOTTO

Peran orang tua yang penuh kasih, bimbingan, dan perhatian merupakan amanah Ilahi untuk menjaga jiwa anak, agar remaja tidak melukai dirinya sendiri akibat luka batin yang terabaikan.”

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا

“Wahai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka.”

(QS. At-Tahrīm [66]: 6)*



* Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), QS. At-Tahrīm [66]: 6;

PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam, telah diselesaikannya skripsi atautugas akhir ini saya mempersembahkan kepada:

1. Yang pertama untuk Dwi Chofifatul Ulum yaitu saya sendiri, terimakasih sudah bertahan sampai saat ini, dan sudah berjuang menyelesaikan skripsi ini hingga selesai.
2. Kedua orang tua tercinta, kepada Ibu Juhairiya dan Bapak Matjuri terima kasih atas doa, ridho, semangat, nasihat serta kasih sayang sehingga anak perempuan ini bisa berhasil menyelesaikan pendidikannya dan mampu bertahan dari segala rintangan.
3. Kakak saya, Faridatul Hasanah terima kasih atas segala doa, nasihat dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Sahabat saya, Siti Maisaroh yang telah menemani saya dari masa putih abu-abu hingga saat ini di bangku perkuliahan, terima kasih atas dukungan dan semangat serta menjadi pendengar yang baik bagi saya selama proses penyusunan skripsi.
5. Terima kasih kepada teman-teman saya, Denisa, Eagy, Anang Zakaria, yang telah membantu dan peduli untuk memberikan semangat hingga skripsi ini selesai.

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 ilmiyah. Sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Studi Eksplorasi Tentang Perilaku *Self-injury* Pada Remaja di Tinjau Dari Peran Orang Tua”.

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 Prof. Dr. Fawaizul Umam. M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
3. Bapak Dr. Uun Yusufa, M.A. 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 Dr. 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.



Jember, 26 November 2025

Penulis

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

ABSTRAK

Dwi Chofifatul Ulum, 2025 : *Studi Eksplorasi Tentang Perilaku Self-injury Pada Remaja di Tinjau Dari Peran Orang Tua.*

Kata Kunci: *Self-injury*, Remaja, Peran Orang Tua.

Perilaku *self-injury* merupakan tindakan menyakiti diri sendiri yang dilakukan secara sengaja sebagai bentuk pelampiasan emosi negatif, namun tidak bertujuan untuk bunuh diri. Perilaku ini banyak ditemukan pada remaja yang mengalami tekanan emosional dan kesulitan dalam mengelola serta mengekspresikan perasaannya secara adaptif. Masa remaja sebagai periode transisi ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap munculnya perilaku *self-injury*, terutama ketika dukungan dari lingkungan terdekat tidak terpenuhi secara optimal.

Fokus masalah yang diteliti dalam penelitian ini adalah : 1) bagaimana gambaran perilaku *self-injury* pada remaja ? 2) Faktor apakah yang memicu perilaku *self-injury* pada remaja ? 3) Bagaimana peran orang tua yang memicu perilaku *self-injury* ? Penelitian ini bertujuan untuk 1) mengetahui gambaran perilaku *self-injury* pada remaja. 2) mengetahui faktor apa saja yang memicu perilaku *self-injury*. 3) mengetahui gambaran peran orang tua yang memicu terjadinya perilaku *self-injury*.

Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif eksploratif. Penelitian dilaksanakan di Desa Sumuran, Kecamatan Ajung, Kabupaten Jember. Subjek penelitian yang ditentukan yaitu tiga remaja berusia 18–21 tahun yang pernah melakukan *self-injury* beserta orang tua masing-masing. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Keabsahan data diperoleh melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik untuk memastikan keakuratan dan konsistensi informasi yang diperoleh dari para informan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *self-injury* pada remaja muncul sebagai respons terhadap tekanan emosional yang berasal dari berbagai faktor, terutama konflik dalam keluarga, kurangnya perhatian dan kasih sayang orang tua, pola komunikasi yang tidak efektif, pengalaman perundungan (*bullying*), serta rendahnya harga diri. Bentuk perilaku *self-injury* yang ditemukan antara lain memukul diri sendiri, menjambak rambut, mencubit diri, mengonsumsi minuman keras atau zat berbahaya, serta melakukan perilaku berisiko seperti mengemudi secara ugal-ugalan. Faktor pemicu perilaku *self-injury* meliputi faktor psikologis, faktor keluarga, dan faktor sosial. Peran orang tua yang kurang optimal, seperti minimnya dukungan emosional, sikap otoriter, dan ketidakhadiran secara psikologis, berkontribusi terhadap munculnya perilaku *self-injury* pada remaja.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Konteks penelitian	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Istilah.....	7
F. Sistematika Pembahasan.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Penelitian Terdahulu	11
B. Kajian Teori	15
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	23
B. Lokasi Penelitian.....	23

C. Subjek Penelitian	23
D. Teknik pengumpulan Data	25
E. Analisis Data	26
F. Keabsaahan Data	27
G. Tahap-Tahap Penelitian	28
BAB IV PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA	30
A. Gambaran Obyek Penelitian	30
B. Penyajian Data dan Analisis	34
C. Pembahasan Temuan	49
BAB V PENUTUP	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61


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

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tabel Penelitian Terdahulu	11
Tabel 4. 1 Data Informan Peneliiian	32
Tabel 4. 2 Frekuensi Banyaknya Kejadian	34



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

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks penelitian

Masa remaja adalah suatu tahapan dalam kehidupan seseorang, dimana seseorang tersebut harus beradaptasi dengan adanya banyak perubahan yang dapat meningkatkan stress. Pada masa ini remaja harus bisa menghadapi kenyataan bahwa banyak permasalahan yang lebih kompleks yang belum pernah dihadapi pada masa anak-anak. Pada masa transisi ini tentunya ada berbagai konflik yang terjadi, yaitu konflik internal maupun eksternal. Konflik internal yang berasal dari dalam diri sendiri misalnya perasaan malu, putus asa, insecure, tidak percaya diri, dan lainnya. Sementara itu untuk konflik eksternal atau yang berasal dari luar yaitu pertengkaran hebat dengan orang tua atau teman sebaya, tidak diterima dengan lingkungan sosialnya, atau bahkan mendapat perlakuan yang kurang baik dari teman sebayanya¹.

Perkembangan seksual pada remaja ditandai dengan mimpi basah yang dialami pada remaja laki-laki, sedangkan pada perempuan yaitu mengalami menstruasi. Perkembangan lainnya juga dapat dilihat secara fisik diantaranya tumbuh jakun pada leher remaja laki-laki, suara semakin berat, dan tumbuh kumis. Sedangkan pada perempuan bisa dilihat perubahan bentuk tubuh yang berbeda dari masa sebelumnya. Sedangkan secara kognitif remaja mulai berpikir secara kausalitas yakni cara berpikir yang mengutamakan sebab dan akibat, berpikir kritis dan lain-lain. Pertumbuhan pesat pada remaja

¹ RISTA Islamarida, Arif Tirtana, Aan Devianto, "Gambaran Perilaku Self Injury pada Remaja di Wilayah Sleman Yogyakarta" Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Vol 11, No 2, 2023 hal 347-355

berpengaruh pada keadaan emosi. Remaja yang mengalami *self injury* penting untuk ditangani karena kemungkinan untuk melakukan bunuh diri. Penting untuk remaja untuk mengetahui apa yang harus dilakukan ketika mengalami *self injury*. Selain itu remaja juga harus mengetahui penyebab dan cara pencegahan *self injury*. Remaja yang memiliki kecenderungan melakukan *self injury* perlu mengetahui usaha penanganannya.

Banyak remaja yang mengalami kesulitan dalam mencari atau menemukan cara untuk menyelesaikan masalah dan mengarah pada tindakan-tindakan yang mengkhawatirkan. Terdapat kasus yang telah diteliti oleh peneliti sebelumnya yaitu terdapat 20 dewasa muda yang dilakukan di sebuah facebook group “komunitas introvert”, bahwa didalam komunitas tersebut terdapat 90% memiliki riwayat yang sedang mengalami depresi dan 20% sumber masalahnya berasal dari keluarga. Hasil studi tersebut diketahui 80% memiliki kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri, dengan jenis *self injury* terbanyak memukul diri sendiri (30%). Seseorang yang pada masa remaja sudah melakukan perilaku *self injury* dan cenderung menjadikan perilaku tersebut sebagai satu-satunya jalan mengekspresikan emosi bisa jadi pada masa dewasa awal akan melakukan perilaku *self injury* yang membahayakan nyawa sendiri (bunuh diri).

Self injury merupakan suatu wujud perilaku yang digunakan orang untuk menanggulangi rasa sakit atau kecewa secara emosional dengan metode menyakiti atau melukai dirinya sendiri, dicoba dengan terencana tetapi bukan tujuan untuk bunuh diri. *Self injury* bisa dilakukan sebagai wujud dari

pelampiasan ataupun penyaluran emosi yang sangat menyakitkan untuk diungkapkan dengan kata-kata. perilaku *self injury* sering dilihat selaku metode untuk mengelola emosi dimana seorang tidak tahu bagaimana cara mengekspresikan perasaan yang sangat menyakitkan. Apabila *self injury* berlangsung secara terus menerus hingga hendak berubah menjadi percobaan untuk bunuh diri. Hal tersebut bisa terjadi pada masa remaja dengan perilaku *self injury* dengan intensitas terus menerus sejak masa remaja yang melakukan *self injury* untuk pertama kalinya. Banyaknya kasus melukai diri sendiri pada remaja merupakan strategi perlindungan diri sendiri untuk mengurangi rasa sakit psikologis yang dirasakan atau mendapatkan keseimbangan emosional kembali. Remaja yang mengalami depresi atau stress akan melakukan hal untuk menumpahkan semua emosinya. Beragam cara yang dilakukan untuk meluapkan emosinya, hal kurang baik yang dilakukan salah satunya yaitu dengan menyakiti diri sendiri. Sebagian ciri stress pada remaja merupakan melukai diri sendiri.²

Ketidakmampuan dalam menghadapi masalah menimbulkan munculnya distres. Distres tersebut bisa menimbulkan emosi negatif maupun afek negatif. Misalnya konflik interpersonal, kecewa, putus asa, tekanan mental, tidak berdaya, depresi, marah, dendam serta emosi-emosi negatif lainnya. Banyak metode untuk menyalurkan emosi bagi setiap orang. Penyaluran emosi dapat dilakukan dengan metode positif ataupun dengan metode negatif. Contoh penyaluran emosi dengan metode positif misalnya melakukan kegiatan

² Rista Islamarida dkk, “ Gambaran Perilaku Self Injury pada Remaja di Wilayah Sleman Yogyakarta” Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan, Vol 11, No 2, 2023.

yang disukai seperti olahraga, nonton film, pergi jalan-jalan dengan sahabat, membaca novel, ataupun aktivitas positif yang lainnya. Emosi positif sangat bermanfaat bagi remaja dalam mencapai *well being*, begitupun juga sebaliknya emosi negatif dapat menghambat remaja dalam mencapai *well being* dan malah akan menimbulkan perilaku *self injury* pada remaja.

Keluarga merupakan pihak terpenting dalam tumbuh kembang anak, terutama pada masa remaja. Kebutuhan dukungan, bimbingan serta kasih sayang agar anak dapat tumbuh dengan baik. Keluarga yang baik ialah keluarga yang mempunyai orang tua lengkap dengan perannya masing-masing. Ketika peran yang seharusnya diberikan oleh orang tua tidak sesuai maka akan menyebabkan permasalahan. Permasalahan dapat menyebabkan pertengkaran antar orang tua atau antar orang tua dan anak. Faktor-faktor rumah tangga menyebabkan remaja terjerumus melakukan kenakalan remaja diantaranya karena kondisi ekonomi orang tua, hubungan keluarga yang baik akan tetapi anak sering dimarahi di rumah sehingga anak merasa tidak betah ketika berada di rumah, serta kesibukan orang tua bekerja juga berpengaruh anak melakukan kenakalan remaja³.

Peran keluarga dalam menangani kasus *self injury* pada remaja yaitu dengan memberikan peran yang seharusnya diberikan oleh ibu atau ayah agar anak tersebut mendapatkan rasa cinta dan kasih sayang sesuai dengan apa yang dia butuhkan. Karena tidak banyak dari pelaku melakukan hal tersebut karena merasa kurang kasih sayang atau kurangnya perhatian dari orang tua

³ Anggrita Kusumaninggar, “ PERAN ORANG TUA DALAM MENCEGAH KENAKALAN REMAJA DESA GINTUNGAN KECAMATAN GEBANG KABUPATEN PURWOREJO”, Jurnal Pendidikan Luar Sekolah, Maret 2017.

sesuai dengan apa yang mereka butuhkan. Hal-hal yang dapat dilakukan oleh orang tua diantaranya⁴ Ajak anak untuk bercerita.

Apabila mengetahui anak melakukan *self injury* maka sebagai orang tua harus menemani dan mengajak anak untuk bercerita agar dirinya merasa nyaman. Akan tetapi jangan memaksa apabila ia belum mau untuk bercerita, Jangan menyalahkan anak atas tindakan yang ia lakukan. yang perlu orang tua lakukan yaitu memberikan edukasi pada anak mengenai cara yang lebih tepat untuk menyalurkan emosi yang ia rasakan, Mencari tau akar dari permasalahan yang menyebabkan anak melakukan *self injury*. Apabila telah diketahui akar dari permasalahan tersebut segera lakukan penanganan yang tepat, Segera konsultasikan kondisi anak dengan ahli profesional untuk membantu anak keluar dari kebiasaan menyakiti diri sendiri dan dapat cara penanganan stres yang tepat untuk dirinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Tresno,dkk mengenai perilaku *self-injury* pada remaja di Indonesia dengan rentang usia 16-27 tahun dengan menunjukkan dari 307 partisipan, terdapat 38% yang sengaja menyakiti diri sendiri, dari 38% tersebut ditemukan bahwa kebanyakan wanita melukai diri sendiri dengan presentase 84,72%. Selain itu, survey yang dilakukan YouGov (2019) terhadap 1018 orang menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga orang di

⁴ Nadya Asyafina, "Fenomena Mahasiswa Pelaku *Self Harm* di Kota Pekanbaru", Jurnal Pendidikan Tambusai, 2022.

indonesia yaitu 36% pernah melukai diri sendiri, dan hal ini banyak ditemukan di rentang usia 18-24 tahun⁵.

Kepala dinas kesehatan magetan, Rohmat Hidayat, mengungkapkan dari hasil *screening* yang dilakukan yang dilakukan didapati 870 siswa yang mempunyai bekas luka sayatan di lengan tangannya. Sebanyak 701 temuan dilakukan oleh siswa SMP, 169 ditemukan pada siswa SMA dan SD.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan konteks penelitian diatas maka peneliti memfokuskan penelitian ini sebagai berikut :⁶

1. Bagaimana gambaran perilaku *self-injury* pada remaja?
2. Faktor apakah yang memicu perilaku *self-injury* pada remaja?
3. Bagaimana gambaran peran orang tua yang memicu terjadinya perilaku *self-injury* pada Remaja ?

C. Tujuan Penelitian

Dari berbagai penjelasan fokus penelitin maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian sebagai berikut :⁷

1. Mengetahui gambaran perilaku *self-injury* pada remaja
2. Mengetahui faktor apa saja yang memicu terjadinya *self-injury* pada remaja ?
3. Mengetahui gambaran peran orang tua yang memicu terjadinya perilaku

⁵ Kiken Yosi Melasti, M. Ramli, Nugraheni Warih Utami, "Self Injury pada Kalangan Remaja Sekolah Menengah Pertama dan Upaya Penanganan Dalam Layanan Bimbingan dan Konseling" Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan, 2022.

⁶ Tim Penyusun UIN KHAS Jember, "Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UIN KHAS Jember", (2021), 92.

⁷ Tim Penyusun, 92.

self-injury pada remaja ?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan bisa memberikan pengetahuan yang lebih mendalam terutama pada kajian psikologi klinis tentang perilaku *Self-injury*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi siswa dapat menjadi informasi sehingga lebih mengetahui dampak dari perilaku *self injury*.
- b. Bagi orang tua dapat mengetahui pengetahuan baru tentang perilaku *self injury* pada remaja dan cara menghindarinya.
- c. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi untuk mengembangkan penelitiannya.

E. Definisi Istilah

1. Self-injury

Self-Injury merupakan Perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan sebagai mekanisme meluapkan rasa sakit secara emosional yang diwujudkan dalam bentuk luka fisik untuk mengalihkan perasaan emosional. Emosi negatif seperti sedih, marah, kecewa, cemas atau merasa tidak berharga menumpuk dan menimbulkan ketegangan batin, sehingga melukai diri sendiri dipilih sebagai cara cepat untuk meredakan rasa sakit emosional tersebut. Saat melakukan *self-injury*, individu dapat merasakan pelepasan emosi sementara atau perasaan lega sesaat, namun efek ini tidak berlangsung lama dan sering diikuti dengan perasaan

bersalah, malu serta penyesalan. Akibatnya, perilaku ini sering dilakukan secara berulang dan membentuk pola koping yang maladaptif, karena individu semakin bergantung pada *self-injury* sebagai cara meluapkan perasaan emosional yang sebenarnya memerlukan dukungan, pemahaman, dan strategi pengelolaan emosi yang lebih sehat

2. Peran Orang Tua

Peran orang tua dapat menjadi pemicu perilaku *self-injury* pada remaja ketika pola asuh dan kualitas hubungan yang terbangun tidak mampu memenuhi kebutuhan emosional anak, seperti kurangnya komunikasi, empati, dan dukungan psikologis. remaja dapat mengalami kesulitan dalam mengelola emosi secara adaptif, sehingga perilaku *self-injury* muncul sebagai mekanisme koping yang maladaptif untuk meredakan ketegangan batin, menyalurkan rasa sakit emosional, atau sebagai bentuk ekspresi diri atas penderitaan psikologis yang tidak tersalurkan dengan cara yang sehat.

3. Remaja Akhir

Remaja merupakan suatu fase perkembangan manusia yang bersifat transisional, yaitu masa peralihan dari kanak-kanak menuju kedewasaan, yang ditandai oleh perubahan besar dan menyeluruh dalam berbagai aspek kehidupan individu. Masa-masa remaja dimulai ketika individu mengalami kematangan seksual dan berakhir ketika ia mencapai tingkat kematangan fisik, psikologis, dan sosial yang memungkinkannya menjalankan peran sebagai orang dewasa secara bertanggung jawab.

Remaja akhir merupakan tahap perkembangan yang umumnya berlangsung pada usia sekitar 17-21 tahun dan ditandai dengan kematangan fisik yang hampir sempurna serta kestabilan emosi yang semakin baik. Pada fase ini, individu mulai memiliki identitas diri yang lebih jelas., memahami peran sosialnya, dan mampu menerima keadaan dirinya secara lebih realistis.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam skripsi ini dikemas menjadi lima bagian yang peneliti uraikan sebagai berikut :

Bab I Pendahuluan, dimana dalam bab ini membahas tentang konteks penelitian, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi istilah dan sistematika pembahasan.

Bab II Kajian Pustaka, pada bab ini dibahas mengenai kajian pustaka yang didalamnya terdapat dua sub bab yaitu penelitian terdahulu dan kajian teori. Penelitian terdahulu yang diambil merupakan penelitian yang relevan dan sejalan dengan penelitian yang sedang dilaksanakan untuk memperoleh perbandingan dalam penyusunan penelitian ini. Selain itu, kajian teori merupakan serangkaian konsep dan perspektif yang menjadi dasar dalam penelitian ini.

Bab III Metode Penelitian, pada bagian ini menguraikan tentang metode penelitian yang memuat pendekatan dan jenis penelitian, teknik pengumpulan data, keabsahan data dan tahap-tahap penelitian.

Bab IV Penyajian Data dan Analisis, dimana dalam bagian ini menguraikan tentang gambaran objek penelitian, penyajian data dan analisi,serta penjelasan mengenai temuan dalam penelitian ini.

Bab V Penutup, bagian ini merupakan bab terakhir dari penelitian ini yang berisi mengenai kesimpulan dan saran yang berkaitan dengan pokok bahasan dari penelitian. Bagian akhir dalam penulisan penelitian ini meliputi daftar pustaka dan lampiran-lampiran.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Bagian ini peneliti mencantumkan berbagai hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan, setelah itu peneliti peneliti akan membuat rangkuman, baik penelitian yang telah dipublikasikan maupun yang belum di publikasikan (sikripsi, tesis, artikel jurnal ilmiah, disertasi, dan lainnya), dilakukannya langkah ini untuk melihat sejauh mana orisinalitas dan perbedaan penelitian yang akan dilakukan.

Tabel 2. 1
Tabel Penelitian Terdahulu

No	Nama	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Muslimah Zahro Romas	<i>Self-injury</i> Remaja Ditinjau dari Konsep Dirinya	Persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang <i>Self injury</i> pada remaja	Perbedaan penelitian ini dengan peneliti yaitu Variabel bebas dari penelitian ini adalah konsep diri
2	Yeni Duriana Wijaya.	Gambaran Proses Regulasi Emosi Pada Perilaku <i>Self injury</i>	Persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang perilaku <i>Self injury</i>	Perbeddaan penelitian ini dengan peneliti yaitu Menggunakan skala karakteristik
3	Shara Vian Fahira, Dyan Evita Santi,	Kecenderungan non-suicidal <i>self injury</i>	Persamaan dalam penelitian	Perbedaan prnrllitian ini dengan peneliti yaitu Teknik

	Alifia Ananta.	pada reemaja : Bagaimana peranan kesepian dan life satisfaction?	ini yaitu sama-sama membahas tentang <i>Self injury</i> pada remaja	analisis yang digunakan
4	Arkadus Ianuar Guntur, Eva Meizara, Ahmad Ridfah	Dinamika Perilaku <i>Self injury</i> pada Remaja Laki- laki	Persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang <i>Self injury</i> pada remaja	perbedaan penelitian ini dengan peneliti yaitu dalam penelitian ini hanya pada remaja laki- laki saja
5	Ida Maya Taresa Wrycza, Luh Kadek Pande Ary Susilawati,	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self injury</i> pada Remaja	Persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang <i>Self injury</i> pada remaja	Perbedaan penelitian ini dengan peneliti yaitu pada Metode yang digunakan yaitu studi literatur atau pencarian pustaka.

1. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muslimah Zahro Romas “ *Self-injury* Remaja Ditinjau dari Konsep Dirinya” Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta. 2010.

Fokus peneliti ini yaitu untuk mengetahui apa saja bentuk dari tindakan melukai diri sendiri, dan siapa saja yang sering melukai diri sendiri.

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan kecenderungan perilaku *self injury* pada remaja. Semakin positif konsep diri remaja, semakin rendah kecenderungan remaja untuk berperilaku *self injury*. Sebaliknya semakin negatif konsep diri remaja, semakin negatif konsep diri remaja, maka

semakin tinggi kecenderungan terjadinya perilaku *self injury*. Hal ini terjadi karena *self injury* merupakan cara individu untuk mengekspresikan emosi negatif yang dihadapinya⁹.

2. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yeni Duriana Wijaya “Gambaran Proses Regulasi Emosi Pada Perilaku *Self-injury*” jurnal psikologi Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul Jakarta .2014. fokus penelitian ini yaitu pada masalah yang dihadapinnya sehingga menimbulkan regulasi emosi pada pelaku *self injury*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subjek telah melakukan penghayatan yang unik terhadap sebuah permasalahan hidupnya. Subjek menghayati masalah sebagai sesuatu yang sangat menyakitkan dan solusi yang dipilihnya hanya menimbulkan persoalan baru. Sehingga membuat seseorang melakukan goresan luka fisik di tubuhnya sebagai pereda rasa sakit hati yang dirasakannya. Inilah yang kemudian membuat pelaku melakukan fase terakhir perubahan respon dari proses regulasi emosi dengan cara yang maladaptif, yaitu melakukan *self injury*.

2. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Shara Vian Fahira, Dyan Evita Santi, Alifia Ananta, “Kecenderungan non-suicidal *self injury* pada remaja : Bagaimana peranan kesepian dan life satisfaction?”, jurnal psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Volume 2, No. 4, Februari 2023. fokus penelitian ini yaitu bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kesepian dan life satisfaction dengan

⁹ Muslimah Zahro Romas “ *Self-injury* Remaja Ditinjau dari Konsep Dirinya” Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta. 2010.

kecenderungan non-suicidal *self injury* terhadap remaja khususnya yang berusia 15-22 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang tingkat keputusaannya meningkat dan ketika kualitas hidup menurun maka akan melukai diri sendiri artinya dengan memiliki life satisfaction yang rendah maka semakin tinggi kecenderungan non-suicidal *self injury* begitupun sebaliknya jika life satisfaction tinggi, maka kecenderungan non-suicidal *self injury* rendah.¹⁰

3. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Arkadus Ianuar Guntur, Eva Meizara, Ahmad Ridfah, “Dinamika Perilaku *Self injury* pada Remaja Laki-laki” fokus penelitian ini yaitu berfokus pada menenangkan perasaan sakit secara emosional yang sangat membuat mereka depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang menyebabkan laki-laki melakukan *Self injury* bermacam-macam seperti konflik dengan orang tua, putus dengan pacar, dan trauma karena pernah dirundung (bullying). Hal ini terjadi karena *self injury* merupakan cara individu untuk meluapkan emosi negatif yang tidak dapat terpendung sehingga menghasilkan emosi negatif seperti perasaan benci, marah jengkel, kecewa pada diri sendiri. Sehingga pelaku *self injury* tidak mampu untuk menemukan cara yang lebih baik selain melakukan *self injury*.

¹⁰ Shara Vian Fahira, Dyan Evita Santi, Alifia Ananta, “Kecenderungan non-suicidal self injury pada reemaja : Bagaimana peranan kesepian dan life satisfaction?”, Journal of Psychological research, Vol 2, 4 Februari 2023.

4. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ida Mya Taresa Wrycza, Luh Kadek Pande Ary Susilawati, “ Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self injury* pada Remaja” fokus penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi remaja melakukan *self injury*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terlihat secara umum faktor yang mempengaruhi perilaku menyakiti diri sendiri terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi *self injury* adalah kepribadian individu yang melakukan *self injury*, adanya perasaan emosi negatif (cemas, marah, dan sedih) yang cenderung ditekan oleh pelaku. Sedangkan faktor eksternal yaitu pola komunikasi orang tua dari perilaku *self injury*, pengaruh dari media (seperti televisi, dan lagu-lagu, misalnya) dan juga pengaruh dari orang lain. Sedangkan faktor utama yang menyebabkan perilaku melukai diri sendiri pada remaja adalah kurangnya kasih sayang, kurangnya perhatian, kurangnya komunikasi dalam keluarga, serta adanya kekerasan dalam keluarga.¹¹

B. Kajian Teori

1. Pengertian *Self injury*

Self-injury merupakan sebuah perilaku yang digunakan oleh seseorang untuk melampiaskan rasa sakit secara emosional dengan cara melukai diri sendiri, dilakukan dalam keadaan sadar diri tetapi bukan tujuan untuk bunuh diri, *self injury* merupakan bentuk pelampiasan dari rasa emosi yang sangat menyakitkan untuk diungkapkan dengan

¹¹ Ida Maya Taresa Wrycza, Luh Kadek Pande Ary Susilawati “Faktor-faktor yang memengaruhi *self injury* pada remaja” Jurnal Psikologi Vol. 8, No. 1, 31-38, 2024

perkataan. *Self injury* adalah perilaku yang dilakukan tanpa hasrat bunuh diri, walaupun bisa jadi seperti perbuatan bunuh diri dalam sebagian perihal tertentu yang bertabiat *self injury* merupakan sebuah perilaku yang dilakukan dengan sengaja melukai diri sendiri tetapi bukan bertujuan untuk bunuh diri, hanya untuk melampiaskan emosi-emosi yang sangat menyakitkan¹².

Self-Injury merupakan perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan secara sengaja dan langsung terhadap jaringan tubuh tetapi bukan bertujuan untuk bunuh diri. Perilaku ini bukan bertujuan untuk bunuh diri tetapi cara yang dilakukan oleh individu untuk meluapkan perasaan emosional, rasa sakit psikologis, serta konflik batin yang sulit diungkapkan melalui kata-kata. *Self-injury* merupakan bentuk pelampiasan dari rasa emosi yang sangat menyakitkan untuk diungkapkan dengan perkataan.

Favazza menjelaskan bahwa tindakan *self-injury* sering kali muncul sebagai mekanisme koping yang maladaptif, dimana individu menggunakan rasa sakit fisik untuk mengalihkan, mengendalikan, atau mengekspresikan emosi negatif seperti marah, sedih, hampa, atau cemas. Dalam konteks psikologis dan psikiatri, *self-injury* dipahami sebagai perilaku bermasalah yang berkaitan dengan gangguan regulasi emosi dan kondisi psikologis tertentu, sehingga perlu dibedakan secara tegas dari

¹² Arkadus Ianuar Guntur, Eva Meizera Puspita Dewi, Ahmad Ridfah, "Dinamika Perilaku *Self Injury* pada Remaja Laki-laki" Vol 1, No 1, Juli 2021

perilaku bunuh diri meskipun keduanya sama-sama melibatkan tindakan melukai diri¹³.

Favazza juga mengklasifikasikan berbagai bentuk *self-injury*, seperti *cutting* (menyayat kulit), *burning* (membakar bagian tubuh), *hitting* atau *self-battering* (memukul diri sendiri), serta bentuk lain yang menyebabkan kerusakan jaringan tubuh. Bentuk-bentuk tersebut dilakukan secara sadar dan bertujuan menimbulkan rasa sakit fisik sebagai pengalih dari rasa sakit emosional¹⁴. Berdasarkan pandangan Favazza, dapat disimpulkan bahwa *self-injury* merupakan fenomena psikologis yang kompleks dan multidimensional. Perilaku ini tidak dapat dipahami semata-mata sebagai tindakan menyakiti diri secara fisik, melainkan sebagai respons individu terhadap tekanan emosional, kegagalan dalam regulasi emosi, serta dinamika relasi sosial yang tidak sehat. Oleh karena itu, pemahaman mengenai *self-injury* menurut Favazza menjadi landasan penting dalam kajian akademik maupun dalam upaya pencegahan dan intervensi, khususnya pada remaja yang rentan terhadap tekanan psikososial.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *Self injury*

Setiap orang memiliki cara-cara tersendiri untuk meluapkan emosinya. Beberapa orang berhasil mengontrol emosi mereka dengan cara yang positif. Namun sebagian orang mengatasi emosi tersebut

¹³ Eric Prost dan Nasreen Roberts, "Book Review: Bodies Under Siege: Self-Mutilation, Nonsuicidal Self-Injury, and Body Modification in Culture and Psychiatry karya Armando R. Favazza," *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 21, no. 2 (Mei 2012): 155–156.

¹⁴ Armando R. Favazza, *Bodies Under Siege*, 231–235.

dengan cara melukai atau menyakiti diri sendiri seperti melakukan *self injury*. Faktor-faktor internal yang mempengaruhi *self injury* adalah kepribadian individu yang melakukan *self injury*, adanya perasaan emosi negatif (cemas, marah dan sedih) yang cenderung ditekan oleh pelaku¹⁵. Masa remaja merupakan masa dimana seorang individu mulai menjalin hubungan romantis atau percintaan. Namun tak banyak dari mereka yang mengalami hubungan yang toxic, sehingga ketika sedang mengalami pertengkaran seseorang dapat atau bisa melakukan perilaku *self injury*¹⁶.

3. Aspek –Aspek Perilaku *self injury*

Aspek-aspek dari *self injury* menurut Favazza adalah :

a. Emosi Negatif

Yaitu sifat yang tidak menyenangkan yang biasanya digunakan seseorang untuk mengekspresikan ketidaksukaan pada sesuatu seperti dalam keadaan marah, emosi, gelisah, dan perasaan negatif lainnya.

b. *Emotion Skill* (Mengelola Emosi)

Yaitu kemampuan seseorang dalam mengatur perasaan emosi, menjaga emosi serta pengungkapan terhadap sesuatu yang negatif, pengendalian diri, empati, motivasi diri dan keterampilan sosial.

c. *Self Derogation* (Penghinaan Diri)

Self-derogation adalah kecenderungan untuk merendahkan tindakan sendiri.¹⁷

¹⁵ Ida Maya Taresa Wrycza, Luh Kadek Pande Ary Susilawati, “ Faktor-faktor yang Mempengaruhi Self-Injury pada Remaja”. Jurnal Psikologi MANDALA, Vol. 8, No 1, 2024.

¹⁶ Widyaningrum, ” FAKTOR YANG MEMPENGARUHI NON SUICIDAL SELF-INJURY (NSSI) PADA REMAJA”. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD)*, 6(1), 56-62.

¹⁷ Armando R. Favazza, *Bodies Under Siege: Self-Mutilation and Body Modification in Culture and Psychiatry* (Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1996).

4. Dampak *Self injury* Bagi Remaja

Perilaku *self injury* dapat memberikan dampak serius pada psikis dan fisik dalam jangka pendek maupun panjang. Perilaku *self injury* tidak menyelesaikan inti permasalahan yang dihadapi oleh pelaku *self injury*. Oleh karena itu, setelah melakukan *self injury*, individu akan mengalami perasaan malu dan bersalah karena telah melakukan *self injury*. *Self injury* merupakan cara cepat untuk menjadi individu yang lebih terisolasi, semakin menurunkan harga diri, menimbulkan dampak adiksi terhadap perilaku *self injury*, dan bahkan dapat menggiring individu pada upaya bunuh diri. Perilaku ini dilakukan dengan suka rela tanpa adanya paksaan dari individu lain.¹⁸ Dampak positif yang diperoleh dari pelaku *self injury* yaitu merasakan perasaan yang lega dan puas karena dapat meluapkan emosi mereka dengan melakukan *self injury* tersebut. Akan tetapi mereka belum merasakan dampak negatif dari tindakan yang dilakukannya tersebut sehingga dari mereka masih melakukan *self injury* sampai saat ini.

5. Pengertian Remaja

Remaja akhir (late adolescence) merupakan tahap perkembangan yang berada pada rentang usia sekitar 17 atau 18 tahun hingga 21 tahun, yaitu fase peralihan terakhir sebelum individu memasuki masa dewasa awal. Pada tahap ini, pertumbuhan fisik pada umumnya telah mencapai kematangan yang relatif sempurna, sehingga perubahan biologis tidak

¹⁸ Arkadus Ianuar Guntur dkk, “Dinamika Perilaku Self Injury pada Remaja Laki-laki” Jurnal Psikologi, Vol 1, No 1, Juli 2021.

lagi menjadi fokus utama. Perhatian perkembangan pada masa remaja akhir lebih diarahkan pada pematangan aspek psikologis dan sosial individu. Remaja akhir mulai menunjukkan kestabilan emosi yang lebih baik dibandingkan dengan fase remaja awal dan remaja madya, ditandai dengan kemampuan mengendalikan perasaan, mengurangi perilaku impulsif, serta menghadapi permasalahan dengan cara yang lebih rasional dan realistis.¹⁹

Hurlock menjelaskan bahwa pada masa remaja akhir individu mulai membentuk identitas diri yang lebih mantap, termasuk pandangan mengenai nilai-nilai hidup, sikap moral, cita-cita, serta tujuan masa depan. Kemampuan berfikir pada tahap ini berkembang ke arah pemikiran abstrak dan logis yang lebih matang, sehingga remaja akhir mampu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari setiap keputusan yang diambil. Dalam aspek sosial, ketegantungan emosional terhadap orang tua mulai berkurang, sementara kemandirian dalam pengambilan keputusan dan tanggung jawab pribadi semakin meningkat.

6. Peran Orang Tua Sebagai Pemicu Perilaku *Self-injury*

Orang tua merupakan lingkungan terdekat dan paling berpengaruh dalam proses perkembangan psikologis anak dan remaja. Pola interaksi, kualitas hubungan emosional, serta gaya pengasuhan yang diterapkan orang tua memiliki peran penting dalam pembentukan regulasi emosi, konsep diri, dan mekanisme koping anak. Ketika peran ini tidak berjalan

¹⁹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Istiwidayanti dan Soedjarwo (Jakarta: Erlangga, 2011), hlm. 206.

secara optimal, kondisi tersebut dapat menjadi faktor resiko munculnya berbagai perilaku maladaptif, salah satunya yaitu perilaku *self-injury*.

John Bowlby melalui Attachment Theory menegaskan bahwa hubungan emosional awal antara anak dan orang tua, khususnya figur pengasuh utama, membentuk dasar kesehatan mental individu sepanjang kehidupan. Kelekatan yang aman (*secure attachment*) terbentuk apabila orang tua bersikap responsif, hangat, dan konsisten dalam memenuhi kebutuhan emosional anak. Sebaliknya, pola pengasuhan yang dingin, menolak, penuh kritik, atau tidak konsisten akan membentuk kelekatan tidak aman (*insecure attachment*).²⁰

Dalam konteks perilaku *self-injury*, kelekatan tidak aman menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam mengelola emosi negatif, seperti marah, sedih, cemas dan rasa hampa. Bowlby menjelaskan bahwa anak yang gagal memperoleh rasa aman dari orang tua akan mengembangkan perasaan tidak berharga dan ketidakmampuan mengekspresikan emosi secara adaptif. Ketika memasuki masa remaja fase yang ditandai dengan perubahan emosional dan tekanan sosial, kerentanan ini dapat memicu perilaku menyakiti diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan emosi yang terpendam.

Bowlby juga memperkenalkan konsep *secure base*, yaitu fungsi orang tua sebagai tempat aman bagi anak ketika menghadapi stres. apabila fungsi ini tidak terpenuhi, remaja cenderung mencari cara alternatif untuk

²⁰ John Bowlby, *Attachment and Loss: Volume I. Attachment* (New York: Basic Books, 1969), 95–97.

mengatasi tekanan batin, termasuk melalui perilaku *self-injury* sebagai mekanisme koping maladaptif.²¹



²¹ John Bowlby, *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development* (New York: Basic Books, 1988), 124–129.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Jenis Pendekatan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dimana penelitian kualitatif yang sumber hasil datanya diperoleh melalui wawancara tanpa mendeskripsikan kuantitas angka statistik.

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan, menggambarkan dengan cara sistematis, menganalisis fakta yang akurat, sifat dan hubungan antara fenomenanya yang diteliti.

Jenis penelitian ini sesuai dengan penelitian yang akan diteliti, karena dalam penelitian ingin mendeskripsikan lebih jelas “Studi Eksplorasi Perilaku *Self-injury* Pada Remaja di Tinjau Dari Peran Orang Tua”

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di Desa Sumuran Ajung Jember, JL. PTPN Sumuran No.11 Dusun Sumuran RT. 004 RW.023 Ajung Kec. Ajung Jember

C. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini untuk memperoleh subjek yang sesuai maka menentukan subjek, penelitian ini menggunakan teknik purposive. Purposive ini adalah menentukan narasumber yang merupakan sebagai sumber data

yang akan diwawancara dengan menggunakan purposive, pemilihan dilakukan guna sebagai pertimbangan dari tujuan tertentu.

Peneliti menggunakan teknik purposive guna menentukan pertimbangan-pertimbangan yang dimiliki oleh informan yang dapat dipercaya yang meliputi

1. Remaja usia 18-21 tahun dan pernah melakukan *self injury*
2. Orang tua yang anaknya melakukan *self injury*

Berikut ini adalah subyek yang penelitian atau partisipan yang telah ditetapkan oleh peneliti :

- a. FF (inisial)

Usia 18 tahun

- b. AU(inisial)

Usia 18 tahun

- c. FR(inisial)

Usia 19 tahun

- d. Orang Tua FF

Usia 48 tahun

- e. Orang Tua AU

Usia 64 tahun

- f. Orang Tua FR

Usia 44 tahun

D. Teknik pengumpulan Data

1. Wawancara

Wawancara atau interview adalah dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk mendapatkan informasi dari informan, wawancara digunakan peneliti untuk menilai keadaan seseorang, misalnya untuk mencari data tentang variabel latar belakang subjek, perilaku subjek, dan fenomena unik yang dimiliki oleh subjek.

Wawancara yang dipilih dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur. Pada wawancara bentuk ini pertanyaan bersifat terbuka sehingga informan dapat lebih bebas mengungkapkan jawaban tanpa dibatasi tetapi masih ada batasan tema agar tidak melebar ke arah yang tidak diperlukan.²² Dalam penelitian ini peneliti akan mewawancarai informan yang dianggap dapat memberikan informasi yang valid dan mendalam tentang Studi Eksplorasi Perilaku *Self-injury* Pada Remaja di Tinjau Dari Peran Orang Tua.

2. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya dari seseorang. Dokumentasi digunakan untuk kelengkapan data yang didapatkan dari hasil observasi dan wawancara yang sumbernya dari dokumen dan rekaman.²³

²² Sugiyono, "Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D," Bandung, Alfabeta (2013), 137.

²³ Mohammad Anwar Tholib, "Pelatihan Teknik Pengumpulan Data dalam Metode Kualitatif untuk Riset Akuntai Budaya", Jurnal Pengabdian pada Masyarakat no.1, (Juni 2022), 50.

Teknik dokumentasi ini digunakan sebagai pelengkap dari teknik observasi dan wawancara. Dengan menggunakan teknik dokumentasi data yang tersimpan berupa literatur, foto atau video dan dokumen lain.

E. Analisis Data

Setelah proses pengumpulan data penelitian, langkah selanjutnya yaitu melakukan analisis data. Metode analisis data merupakan suatu bagian yang diuraikan mengenai prosedur analisis data yang digunakan oleh peneliti agar mendapatkan keabsahan data yang berada dilapangan.²⁴

Analisis data penelitian kualitatif dalam penelitian ini menggunakan analisis Miller dan Hubberman dapat di lakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut.²⁵

1. Reduksi Data

Reduksi Data merupakan suatu proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan yang ada dalam catatan yang tertulis saat berada di lapangan yang berlangsung selama proses penelitian.

2. Penyajian Data

Penyajian data sekumpulan informasi yang disusun memungkinkan untuk diambil penarikan kesimpulan dan tindakan oleh peneliti. Dalam penelitian kualitatif penyajian data yang paling sering digunakan yaitu dengan teks yang bersifat naratif. Setelah penyajian data maka akan mudah dipahami apa yang terjadi, dan merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami

²⁴ Tim Penyusun UIN KHAS jember, 48.

²⁵ Burhan Bungin, Penelitian Kualitatif (Jakarta: Penerbit Kencana Media, 2012), 124.

3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan bagian pengumpulan data yang didapatkan dari beberapa tahap diatas yang dilakukan oleh peneliti. Kesimpulan berupa hasil akhir yang didapatkan oleh peneliti dan diharapkan menjadi penemuan baru yang belum pernah ada.

F. Keabsahan Data

Keabsahan data menurut moleong dilakukan untuk membuktikan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah sekaligus untuk menguji data yang diperoleh. Pada penelitian ini menggunakan triangulasi untuk mengetahui keabsahan dengan menggunakan sesuatu selain data untuk kebutuhan pengecekan atau sebagai pembanding

1. Triangulasi Sumber

Triangulasi ini dilakukan dengan mengecek dan membandingkan suatu tingkat kepercayaan dalam informasi yang diperoleh melewati waktu dan cara yang berbeda dalam penelitian dengan metode kualitatif.

2. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik ini dilakukan untuk mengecek penggunaan metode pengumpulan data dan membandingkan apakah informasi yang diperoleh melalui observasi dan wawancara hasil dari penelitian hasilnya sama

G. Tahap-Tahap Penelitian

Tahapan dalam penelitian ini yaitu :

1. Tahap Pra-Lapangan

Tahapan ini bertujuan untuk mencari gambaran tentang permasalahan, latar belakang dan referensi terkait judul penelitian. Setelah menemukan permasalahan peneliti menyusun rancangan penelitian, memilih pobjek penelitian, melakukan observasi, memilih dan memanfaatkan informasi, mengurus perizinan serta mempersiapkan perlengkapan saat melakukan penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan Lapangan

Tahapan ini peneliti mulai melakukan pekerjaan di lapangan yaitu mencari informasi, mengumpulkan data tentang permasalahan dan tujuan penelitian dengan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi pada beberapa subjek yang memenuhi kriteria penelitian.

3. Tahap Analisis Data

Tahap ini peneliti mengumpulkan data dan menyusun data yang diperoleh selama proses pengumpulan data. Dalam tahap ini peneliti juga akan memaparkan analisis yang berbentuk uraian data dan temuan penelitian. Analisi data akan dilakukan oleh peneliti ketika semua data sudah terkumpul dan tersusun.

4. Tahap Pelaporan

Tahap pelaporan ini merupakan tahap terakhir, pada tahap ini peneliti memaparkan hasil dari penelitian berbentuk sikripsi yang sesuai

dengan pedoman penulisan karya ilmiah yang berlaku di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.



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

BAB IV

PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

A. Gambaran Obyek Penelitian

Obyek dari penelitian ini yaitu desa sumuran yang terletak di kecamatan ajung kabupaten jember. Untuk melengkaapi obyek ini, berikut peneliti akan memaparkan mengenai lembaga sumuran ajung jember

1. Gambaran Desa Ajung Jember

a. Letak Geografis

Desa Sumuran adalah salah satu desa yang berada di wilayah Kecamatan Ajung, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur. Secara geografis:

Berada di bagian tengah–selatan Kabupaten Jember. Memiliki akses yang cukup dekat dengan pusat Kecamatan Ajung dan tidak terlalu jauh dari pusat kota Jember. Wilayahnya berada di dataran

rendah dengan kondisi lingkungan pedesaan yang relatif tenang dan kondusif untuk kegiatan sosial kemasyarakatan maupun penelitian.

Berdasarkan geografi, Kecamatan Ajung terletak disebelahselatan kota Jember. Kurang lebih 20 km dari pusat Pemerintahan

Kabupaten Jember dengan luas wilayah 56,81 km² atau sebesar 1,75 persen dari Luas Kabupaten Jember. Kecamatan Ajung

merupakan daerah dataran rendah dengan ketinggian + 64 meter dari permukaan laut. Batas–batas wilayah Kecamatan Ajung antara lain

berbatasan langsung dengan Kecamatan Jenggawah di sebelah

Selatan, sebelah Timur berbatasan dengan Kecamatan Mumbulsari dan Jenggawah, sedangkan Kaliwates dan Sumbersari merupakan batas sebelah Utara. Bagian Barat berhadapan langsung dengan Kecamatan Rambipuji . Kecamatan Ajung terbagi menjadi 7 Desa, yaitu Desa Mangaran, Sukamakmur, Klompangan, Pancakarya, Ajung, Wirowongso dan Rowo Indah. Desa Mangaran merupakan desa terluas. Wilayahnya mencapai 30% dari total wilayah Kecamatan Ajung. Sebagian dari wilayah desa ini merupakan lahan perkebunan karet yang sangat luas. Wilayah Kecamatan Ajung merupakan hamparan datar yang seluruh wilayahnya berada di ketinggian tidak lebih dari 50 meter di atas permukaan laut. Bahkan ada dua desa yang terletak pada ketinggian 20 meter di atas permukaan laut, yaitu Desa Sukamakmur dan Klompangan. Letak masing-masing desa berdekatan satu dengan lainnya. Ada dua desa yang letaknya jauh dari pusat kecamatan, yaitu Desa Wirowongso dan Rowo Indah. Jarak masing-masing kantor desa tersebut dengan kantor kecamatan + 10 km dan 12 km, sedangkan lima kantor desa yang lain hanya berkisar + 2 kilometer dari kantor kecamatan.

2. Gambaran Umum Informan Penelitian

Subjek dalam penelitian ini memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Berikut merupakan data tabel karakteristik subjek penelitian :

Tabel 4. 1
Data Informan Peneliiian

Kategori	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Nama	FF	AU	FR
Usia	18 Tahun	18 Tahun	18Tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki	Perempuan	Laki-laki
Alamat	Sumuran ajung	Sumjuran ajung	Sumuran ajung

a. FF

FF merupakan informan utama dalam penelitian ini , FF merupakan inisial nama dari informan, FF merupakan seorang pelajar SMKN 2 JEMBER yang berusia 18 tahun, memiliki 5 bersaudara dan tinggal bersama orang tuanya , FF memiliki badan yang tinggi dan badan yang kurus, wajah yang oval, kulit kuning langsung dan mata yang sipit.

Observasi dan wawancara dilakukan pada 19 Juni 2025 bertempat di rumah subjek yaitu di Sumuran Ajung Jember, yang dimana juga melakukan wawancara terhadap ayah FF.

b. AU

AU adalah informan ke II dalam penelitian ini, AU merupakan pelajar SMKN 2 JEMBER yang berusia 18 Tahun dan memiliki 3 saudara, selain belajar di sekolah AU juga bekerja sebagai waiters di sebuah Club malam di Jember, akan tetapi AU tidak jujur pada Orang Tuanya, AU mengaku bekerja di sebuah cafe. AU memiliki postur tubuh yang ideal dan badan yang lumayan tinggi, dengan kulit

kuning langsung dan bentuk wajah diamond serta memiliki mata yang bulat.

Wawancara dan observasi dilakukan pada tanggal 26 dan 30 Juni 2025 di kost informan, akan tetapi kami melakukan wawancara dan observasi kepada orang tua AU di rumah yaitu di desa Sumuran Ajung Jember pada tanggal 26 dan 1 juni 2025.

c. FR

FR adalah informan ke III dalam penelitian ini, FR merupakan pelajar di SMKN 2 JEMBER, anak pertama dari 3 bersaudara, FR merupakan remaja yang berumur 18 tahun FR memiliki postur tubuh yang lumayan tinggi dan kulit kuning langsung.

Wawancara dan observasi dilakukan di tempat tinggal FR di daerah Sumuran Ajung Jember pada tanggal 20 dan 24 juni.

d. Orang Tua FF

Orang tau FF adalah informan ke I dalam penelitian ini, merupakan ayah dari FF yang berusia 48 dengan 6 orang anak.

e. Orang Tua AU

Orang tua AU adalah informan ke II dalam penelitian ini, merupakan ayah dari AU yang berusia 64 dengan memiliki 4 orang anak.

f. Orang Tua FR

Orang tua FR merupakan infroman ke III dalam penelitian ini, merupakan Ibu dari FR yang berusia 44 dengan 3 orang anak.

B. Penyajian Data dan Analisis

Dalam setiap penelitian, penting untuk melakukan penyajian data dan analisis agar dapat membuat kesimpulan yang kuat. Dalam penelitian tentang “Studi Eksplorasi Perilaku *Self-injury* Pada Remaja di Tinjau Dari Peran Orang Tua”, 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-injury*. Analisis dapat dilakukan dengan meneliti hasil wawancara yang telah dilakukan. Berikut merupakan hasil penyajian data hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan beberapa remaja pelaku *Self-injury*.

1. Gambaran Perilaku *Self-injury* Yang Dilakukan Oleh Remaja

Didapatkan dari hasil wawancara serta dokumentasi kepada masing-masing informan bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan bisa dilihat dari beberapa alasan melakukan *self-injury*, perasaan ketika melakukan *self-injury*, bentuk perilaku *self-injury*. Berikut merupakan hasil wawancara pada masing-masing informan dari bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan.

Tabel 4. 2
Frekuensi Banyaknya Kejadian

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

Dari hasil wawancara yang dilakukan, informan I (FF) lebih banyak melakukan perilaku *self-injury* daripada informan II (AU) III (FR).

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

a. Memukul Diri Sendiri

Perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh ketiga informan FF,AU dan FR memiliki bentuk perilaku sel-injury yang berbeda-beda. Pengalaman dari bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh masing-masing informan ditunjukkan pada haasil wawancara sebagai berikut :

“pertama kali aku lupa itu kelas berapa intinya waktu itu orang tua aku lagi berantem di depanku,aku nyoba melerai terus ayahku juga emosi sama aku, disitu aku juga emosi banget sampe aku pukul-pukul badanku sendiri”

Berdasarkan dari pernyataan tersebut bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh FF yaitu memukul diri sendiri. Biasanya FF memukul bagian dada dan kepalanya.

“pernah jambak-jambak rambut pas lagi emosi banget sambil nangis sama teriak-teriak”

AU menyatakan pernah melakukan perilaku *self-injury* dengan menjambak-jambak rambutnya. Hal itu kerap dilakukan oleh AU ketika sedang mengalami emosi yang sangat memuncak.

Sedangkan perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh informan ke III (FR) yaitu memukul-mukul bagian tubuhnya.

“pukul-pukul badan sih mbak, tapi itu kalo lagi emosi banget gitu sih, kayak misal lagi terpuruk banget”

b. Menelan Zat Berbahaya

Sedangkan bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh informan I(FF) dan II(AU) berbeda dengan yang dilakukan oleh informan I (FR), Sebagai berikut :

“Aku kalo lagi emosi banyak pikiran gitu pelarianku ya keluar rumah mabuk-mabukan ngpil itu dah mbak, soalnya aku kalo mabuk ngerasa lebih tenang aja gitu kan jadi lupa sama masalahnya”

Berdasarkan dari pernyataan tersebut bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh informan II (AU) yaitu mengkonsumsi minuman keras dan obat-obatan terlarang, dengan mencampurkan minuman keras dan obat-obatan terlarang lalu meminumnya.

“sampe sekarang masih tetap larinya ke minuman keras, soalnya menurutku Cuma itu sih yang bisa mengatasi semua masalah”²⁶

Bahkan sampai saat ini informan II (AU) masih tetap mengkonsumsi minuman keras dan obat terlarang untuk menyalurkan perasaan emosionalnya.

“mabuk-mabukan juga sih seringnya, apalagi kalo lagi berantem sama orang tua, terus kalo lagi ada masalah sama pasangan juga”²⁷

Pernyataan diatas yaitu bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh informan I (FF). Ia juga melakukan hal yang sama seperti informan II yaitu mengkonsumsi minuman keras.

²⁶ AU Informan II, 2025.

²⁷ FF Informan I, 2025.

c. Mengemudi Dengan Kecepatan Tinggi

Bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh informan III (FR) berbeda dengan yang dilakukan oleh informan I(FF) dan II(AU).

“biasanya aku sih keluar rumah naik sepeda ngebut-ngebutan di jalan, pernah waktu itu hampir kecelakaan gara-gara aku gak fokus dan dengan kecepatan tinggi”

Perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh informan ke III(FR) ini yaitu mengendarai motor dengan kecepatan tinggi sehingga hampir mengalami kecelakaan.

d. Memukul Benda Mati

Bentuk *self-injury* yang dilakukan oleh informan ke I(FF) yaitu memukul benda mati seperti tembok\kaca.

“pernah waktu ituukul kaca sampe tanganku luka mbak, tapi aku ga ngerasa sakit waktu kejadian itu”²⁸

Perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh informan ke 1(FF) yaitu memukul benda mati sehingga mengalami luka di bagian tangannya.

2. Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Perilaku *Self-injury*

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

²⁸ FF Informan I, 2025.

a. Faktor Psikologis

Menurut Favazza, *Self-injury* merupakan Ekspresi penderitaan psikologis yang digunakan individu untuk mengatur perasaan emosional.

1) Informan I (FF)

*“kadang ngerasa gak disayang, gak dianggap”
“iya jadinya aku kayak putus asa gitu mikir aku masih pantas ada di sini atau nggak ya gitu”²⁹*

Salah satu faktor yang menyebabkan perilaku *self-injury* yaitu salah satunya faktor overthinking atau kecemasan yang berlebihan, FF mengatakan bahwa dirinya merasa sangat cemas ketika memikirkan perlakuan orang tuanya.

“yang paling bikin aku down itu kalo misal nih adekku dibelikan makanan yang enak sedangkan aku nggak, bahkan nggak ditanya lapar atau nggaknya”³⁰

2) Informan II (AU)

“kalo bapakku wes marah-marah atau lagi bertengkar sama ibukku itu aku keluar wes dari rumah”³¹

Au menyatakan bahwa ia sering kali melihat orang tuanya yang bertengkar sehingga dia sering kali menangis dan merasa stress yang berlebihan karena ayahnya juga sering melampiaskan kepada anak-anaknya, dan kelakuan kasar ayahnya, hal tersebut tentu bisa menjadi faktor penyebab perilaku *self-injury*.

²⁹ FF informan I, 2025

³⁰ FF informan I, 2025

³¹ AU informan II, 2025

“aku ngga pernah dikasih uang sama ayah, aku jajan ya cari sendiri berusaha sendiri, uang spp sekolah pun aku bayar sendiri, sampe bingung mau kerja apa”³²

Selain stress yang berlebihan ia juga kerap merasakan perasaan tertekan karena merasa tidak mendapatkan uang jajan dan harus berusaha mencari uang sendiri.

“ tertekan sih pasti” Cuma ya mau gimana lagi, mau ngeluh juga percuma ga bakalan ada yang ngerti³³.

3) Informan III (FR)

“Kalo lagi berantem beda pendapat sama orang tua, kadang aku mikir kalo orang tuaku itu cuma pengen aku jadi yang terbaik tanpa tau gimana perasaan aku”³⁴

F menyatakan bahwa orang tuanya selalu ingin dia jadi yang terbaik akan tetapi tidak pernah peduli dengan perasaannya.

“ kalo misal dapat nilai kecil itu aku takut, ngerasa gagal jadi anak, karna ya orang tuaku pasti marah dan membanding-bandingkan sama adekku”³⁵

Pernyataan di atas menunjukkan bahwa FR juga sering dibanding-bandingkan dengan sang adik ketika ia mendapatkan hasil yang tidak sesuai dengan harapan orang tuanya.

b. Faktor Keluarga

Kondisi keluarga memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan perilaku ini. Menurut *Walsh*. Hubungan keluarga yang

³² AU informan II, 2025

³³ AU informan II, 2025

³⁴ FR informan III, 2025

³⁵ FR informan III, 2025

tidak suportif dan penuh konflik dapat meningkatkan resiko remaja melakukan *Self-injury*.

1) Informan I (FF)

*“Aku ga pernah ditanya kenapa, ada masalah nggak, happy nggak, ada yang bisa dibantu nggak, jadi aku ngerasa benar-benar sendirian gak ada yang peduli”*³⁶

F mengatakan ia tidak pernah mendapatkan perhatian dari keluarga atau orang tuanya, sehingga F selalu merasa sendirian dan tidak pernah ada yang peduli dengannya. Dengan demikian kurangnya perhatian dan komunikasi dari orang tua dapat menjadi faktor penyebab melakukan perilaku *Self-injury*.

2) Informan II (AU)

*“aku ngga pernah di apresiasi mbak, didukung gitu juga ngga pernah, aku ngerasa orang tuaku itu cuma yang penting liat aku masih hidup aja udah”*³⁷

A menyatakan ia bahkan tidak pernah mendapatkan apresiasi serta dukungan dari orang tuanya, sehingga ia selalu merasa putus asa dan tidak mendapatkan validasi atas semua yang ia kerjakan. Hal tersebut tentu dapat menjadi sebab terjadinya perilaku *Self-injury* yang dilakukan oleh A.

3) Informan III (FR)

*“yang paling bikin aku down itu kalo lagi gagal ngelakuin sesuatu itu ga pernah di semangatn mbak, cuma pas aku berhasil aja yang disemangatin”*³⁸

³⁶ FF informan I, 2025

³⁷ AU informan II, 2025

³⁸ FR informan III, 2025

Dari pernyataan FR di atas menunjukkan bahwa ia tidak mendapatkan semangat dan dukungan dari orang tuanya ketika sedang mengalami kegagalan, sehingga ia merasa terpukul sendiri dan tidak bisa membendung emosional sehingga hal tersebut menjadi faktor penyebab melakukan perilaku *Self-injury*.

c. Faktor Sosial

Menurut *klonsky*, individu yang kurang mendapatkan dukungan sosial lebih rentan menggunakan *Self-injury* sebagai mekanisme untuk menarik perhatian atau mengekspresikan perasaan yang diraskan.

1) Informan I (FF)

*“aku pernah di bully karna katanya aku lemes kaya perempuan jadi sering dibilang bencong”*³⁹

FF menyatakan ia pernah menjadi korban bullying semasa dia masih SMP. Sehingga hal tersebut membuat FF merasa menderita dan tentu menjadi sebab terjailah perilaku *Self-injury*.

Bullying juga menjadi faktor remaja melakukan perilaku *self-injury*, hal ini diperkuat oleh Hasna et al yang menyatakan bahwa perlakuan buruk seperti bullying dapat menimbulkan luka emosional dan perasaan tidak berharga. Dalam keadaan seperti ini remaja sering kali memilih perilaku *Self-injury*

³⁹ FF, Informan 1, 2025.

sebagai cara untuk menyalurkan ketegangan emosional dan mengalihkan perasaan negatif yang mereka alami.

2) Informan II (AU)

“dulu pernah di jauhi teman-teman cewek di kelas tapi aku gak tau mbak karna apa, tiba-tiba aja mereka gak ngobrol sama aku kayak menghindar gitu, aku ya emosi lah akhirnya berantem”⁴⁰

Dalam kutipan tersebut informan II (AU) pernah bertengkar dan di jauhi teman-temannya., hal ini dapat menjadi pengaruh faktor sosial penyebab perilaku *self-injury*. Selain bullying, kesepian dan pengaruh teman sebaya juga termasuk ke dalam faktor remaja melakukan tindakan *Self-injury*.

3) Informan III (FR)

“ Pernah bertengkar sama teman gara-gara perempuan (hubungan asmara), jadi pacarku selingkuh sama temanku sendiri”⁴¹

Informan III menyatakan bahwa ia pernah bertengkar dengan temannya karena masalah hubungan asmara. Hal itu menjadi faktor penyebab perilaku *self-injury*, karena ia merasa sangat kecewa dan sakit hati serta juga merasa dibohongi.

3. Peran Orang Tua Sebagai Pemicu Perilaku *Self-injury* Pada Remaja

Self injury ialah perilaku menyakiti atau melukai diri sendiri akan tetapi bukan bertujuan untuk bunuh diri tetapi untuk meluapkan rasa sakit secara emosional yang sangat mendalam yang dialami oleh pelaku.

⁴⁰ AU informan II, 2025

⁴¹ FR informan III, 2025

Subjek FF memberikan pengalamannya terkait bagaimana yang ia lakukan, subjek mengatakan :

“ setiap ada masalah sama keluarga aku selalu melampiaskan emosiku dengan cara menyakiti diri sendiri, aku ga tau mbak gimana cara menghindari dari perilaku itu karna kalo lagi emosi kayak langung spontan aja gitu pukul-pukul tubuh, apalagi orang tuaku ga peduli mbak jadi aku kalo lagi emosi kayak ga ada gunanya hidup, padahal aku pengen banget di peluk kalo lagi ada masalah atau kalo aku lagi terpuruk”⁴²

FF menjelaskan bahwa sampai saat ini dia masih melakukan perilaku menyakiti diri sendiri tersebut dan belum menemukan solusinya. FF mengaku dia tidak pernah mendapatkan perlakuan yang hangat serta dukungan dari orang tuanya.

Sedangkan menurut R (ayah FF), menurutnya FF merupakan anak yang tidak pernah mendengarkan omongan orang tua, selalu membangkang dan susah diatur, R mengatakan ia sudah berusaha sebisa mungkin menjadi sosok ayah yang baik untuk FF. Menurutnya ia sudah menyerah dengan FF dan sudah melepas FF melakukan apapun yang ia suka. Tetapi hal tersebut justru membuat FF merasa diabaikan dan tidak mendapatkan perhatian dan kasih sayang⁴³.

“ayahku gak pernah peduli, uang aja aku udah gak pernah minta ke ayahku, soalnya kalo minta ujung-ujungnya Cuma dimarahin aja jadi aku males banget mau minta. Terus ayahku juga ga peduli aku ada uang atau ngga, dapat uang darimana, pokok yang penting aku gak minta. Tertekan banget tapi mau gimana lagi, pelarianku ya minum-minum mabuk gitu wes buat nenangin pikiran”⁴⁴

⁴² FF Informan I, 2025.

⁴³ Orang Tua FF Informan I, 2025.

⁴⁴ AU Informan II, 2025

AU menyatakan bahwa bahwa ia sangat tertekan dengan perlakuan orang tuanya yang tidak pernah peduli terhadap dirinya dan tidak memberikan uang selayaknya anak-anak pada umumnya. Sampai saat ini AU masih sering menyalurkan perasaan emosinya dengan meminum minuman keras.

Sedangkan menurut ayah AU, ia selalu memberikan yang terbaik kepada anaknya dan selalu memperhatikan kegiatan anak-anaknya entah itu dari segi pertemanan dan pergaulannya. Ayah AU juga mengatakan memiliki hubungan dan komunikasi yang bagus dan baik dengan anaknya, serta ia juga mengatakan bahwa AU merupakan anak yang baik yang sangat dimungkinkan tidak akan terjerumus dengan perilaku yang tidak baik.⁴⁵

*“kalo dari segi ekonomi aku tercukupi, tapi aku masih gak punya tempat cerita kalo aku lagi sedih atau emosi, kalo cerita senang-senang masih bisa cerita ke ibuku. Kalo ayahku ada di luar negeri jadi gak pernah curhat sama ayah, jadi kalo lagi sedih Cuma bisa nangis sendirian sambil ngebut-gebut bawa motor”*⁴⁶

Menurut FR ia merasa tidak punya tempat untuk meluapkan perasaan emosionalnya, jadi ia melampiaskan perasaan emosionalnya dengan mengendarai motor dengan kecepatan tinggi sambil nangis di jalan.

Sedangkan menurut ibunya FR merupakan anak yang periang, nurut dan selalu terbuka, menurutnya ia merasa seperti sahabat dengan

⁴⁵ Orang Tua AU Informan II, 2025.

⁴⁶ FR Informan III, 2025.

FR karena sering curhat-curhatan tentang apa yang dirasakan. Sangat berbeda dengan yang dirasakan oleh FR.⁴⁷

a. Kelekatan tidak aman (insecure Attachment)

Jika orang tua tidak konsisten, kurang responsif, atau tidak sensitif terhadap kebutuhan emosi anak, anak dapat mengembangkan kelekatan tidak aman.

1) Orang Tua Informan I (FF)

“kalo saya sih sudah melakukan yang terbaik buat anak saya, tapi anaknya kadang susah diatur dan sering ngelawan”⁴⁸

Orang tua informan I mengatakan bahwa ia telah melakukan yang terbaik untuk anaknya, namun sering mendapatkan perlawanan dan sulit untuk diatur.

“Orang tuaku itu pilih kasih, apalagi ibu tiri yang diprioritaskan Cuma anaknya sendiri sedangkan aku nggak pernah”⁴⁹

Menurut pernyataan diatas informan I merasa tidak pernah diperhatikan oleh orang tuanya, dan selalu memperlakukan dengan tidak adil.

2) Orang Tua Informan II (AU)

“saya selalu kontrol anak saya dari segi pertemanan dan pergaulannya, jadi saya yakin anak saya tidak akan terjerumus dalam pergaulan yang salah”⁵⁰

⁴⁷ Orang Tua FR Informan III, 2025.

⁴⁸ Orang Tua FF Informan I, 2025.

⁴⁹ FF Informan I, 2025.

⁵⁰ Orang Tua AU Informan II, 2025.

Kutipan diatas mengatakan bahwa orang tua informan II mengatakan bahwa ia selalu mengontrol dari segi opertemanan dan pergaulan anaknya, sehingga meyakini anaknya tidak akan terjerumus dalam pergaulan yang salah.

“ ayah itu tempramen banget, sering bertengkar dan memukul ibuku di depan anak anaknya,bahkan kalo aku salah juga di pukul sama ayah, terus gak pernah perduli sama aku ”⁵¹

Sedngakn menurut informan AU, ayahnya tidak pernah perduli terhadap dirinya, dan sering melakukan tindakan kekerasan sehingga membuat AU merasa sangat tertekan dengan tindakan yang dilakukan oleh orang tuanya.

3) Orang Tua Informan III (FR)

“kalo aku sih mba, selalu nanya sama anak-anak kenapa atau lagi ada masalah apa gitu, kan keliatan ya kalo anak-anak lagi gak bagus moodnya, jadi menurutku itu bisa membuat anak-anakku merasa ada tempat cerita gitu ”⁵²

Orang tua FR menyatakan bahwa ia selalu berusaha menjadi tempat cerita anak-anaknya agar bisa meluapkan perasaan emosi yang dialami oleh anaknya.

“ aku jarang cerita sama ibuku soalnya pasti aku yang disalahin, dan ibuku itu cuma pengen aku jadi seperti apa yang mereka mau aja, tanpa mikir aku gimananya ”⁵³

Menurut FR ibunya tidak pernah memikirkan perasaannya, dan hanya ingin FR menjadi\melakukan sesuai dengan apa yang ibunya mau.

⁵¹ AU Informan II, 2025.

⁵² Orang Tua FR Informan III, 2025.

⁵³ FR Informan III,2025

b. Pola Asuh Tidak Konsisten

Orang tua yang tidak konsisten, kadang perhatian, kadang dingin atau marah, membuat anak tidak bisa memprediksi respon orang tua, hal ini meningkatkan kecemasan dan ketidakstabilan emosi sehingga *self-injury* menjadi cara mengontrol rasa tidak pasti.

1) Orang Tua Informan I (FF)

*“anaknya gak terbuka mba, jadi agak sulit buat saya mau nanya dia lagi kenapa, jadinya jarang ngobrol juga”*⁵⁴

Pernyataan diatas menyatakan bahwa informan I FF memiliki komunikasi yang buruk dengan orang tuanya. Komunikasi yang buruk antar orang tua dan anak dapat menjadi penyebab anak melakukan perilaku *self-injury*, karena anak merasa tidak punya tempat untuk berbagi cerita dan meluapkan emosinya.

*“ siapa sih yang gak pengen curhat sama orang tua, orang tuaku gak pernah sama sekali nanya-nanya keadaanku atau apa lah gitu, pengen bange tkalo ada apa-apa curhat sama orang tua tapi ya mereka gak pernah peduli jadi aku Cuma bisa pendam sendiri aja ”*⁵⁵

Sangat berbeda dengan pernyataan orang tuanya, FF selalu merasa tidak pernah di perdulikan oleh orang tuanya.

2) Orang Tua Informan II (AU)

“kalo dari segi komunikasi kurang si mba, anak-anak kadang ditanya kenapa jawabnya gakpapa terus, tapi kadang kalo kelihatan habis nangis gitu saya tanya kenapa,

⁵⁴ Orang Tua FF Informan I, 2025.

⁵⁵ FF Informan I, 2025.

ada masalah apa, kalo emang ada masalah masih bisa diselesaikan baik-baik atau nggak gitu”⁵⁶

Informan II juga mempunyai hubungan komunikasin yang tidak baik dengan orang tuanya, sehingga jarang ngobrol dan bercerita namun ketika terlihat sedang mengalami masalah orang tua AU selalu memastikan keadaan anaknya.

*“jangan nanya keadaanku, aku mau kemana dan habis dari mana aja gak pernah nanya, gak pernah peduli”*⁵⁷

Sedangkan menurut informan AU ia bahkan tidak pernah ditanya dan merasa tidak pernah di khawatirkan.

3) Orang Tua Informan III (FR)

*“komunikasi dekat kok, saya emang ke anak-anak itu kayak temen,sahabat gitu, jadi anak-anak enak terbuka cerita-cerita sama saya”*⁵⁸

Kutipan diatas menyatakan bahwa informan III memiliki hubungan komunikasi yang baik dengan orang tuanya.

*“ceritanya cuma yang seneng-senang aja, kalo yang sedih-sedih gak pernah cerita karena ujung-ujungnya aku yang di salahin”*⁵⁹

Menurut informan ia hanya menceritakan tentang sesuatu yang senang-senang saja, tidak dengan perasaannya saat sedih, kecewa atau marah.

⁵⁶ Orang Tua AU Informan I,2025.

⁵⁷ AU Informan I, 2025.

⁵⁸ Orang Tua FR Informan III, 2025.

⁵⁹ FR Informan I, 2025.

C. Pembahasan Temuan

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

1. Bentuk Perilaku *Self-injury* Yang Dilakukan Oleh Remaja

Pada pembahasan teori bab dua telah dijelaskan bahwa bentuk perilaku *Self-injury* yang dilakukan oleh remaja diantaranya adalah memukul diri sendiri, dimana remaja memukul, mencubit ataupun melakukan tindakan yang menyakiti dirinya untuk mengurangi rasa amarah dan emosi berlebihan yang mereka rasakan, membenturkan diri sendiri ke tembok, lantai, atau benda keras lainnya, menggunakan obat terlarang dan minuman keras, tujuannya yaitu untuk menyalurkan rasa emosional yang sedang alaminya, karena tidak mendapatkan validasi emosi dan tempat untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapinya dari orang tuanya, sebagian mengonsumsi minuman keras dan menelan zat berbahaya sebagai bentuk agar mereka tidak merasakan emosi yang berlebihan dan dapat sejenak melupakan masalah yang sedang ditimpanya. Bentuk perilaku *Self-injury* menurut Klonsky bentuk yang paling umum dari *Self-injury* adalah melukai diri sendiri secara langsung seperti memotong, menyayat, atau menggores kulit dengan benda tajam. Perilaku ini dilakukan untuk melepaskan emosi negatif yang intens atau

perasaan mati rasa⁶⁰. Sedangkan pendapat lain menurut Nock menyebutkan bahwa individu sering memukul kepala, membenturkan tubuh ke tembok, atau memukul bagian tubuh lain untuk menyalurkan emosi marah, sedih, atau frustrasi⁶¹.

Adapun bentuk perilaku *Self-injury* pada remaja di desa Sumuran Ajung Jember yang telah dilakukan wawancara oleh peneliti berupa bentuk *Self-injury* sebagai berikut: Bentuk perilaku *Self-injury* yang dilakukan oleh informan I (FF) yaitu memukul, menjambak, mencubit diri sendiri. Sedangkan informan ke II (AU) bentuk *Self-injury* yang dilakukan yaitu mengkonsumsi zat berbahaya dan miras. Dan bentuk perilaku *Self-injury* yang dilakukan oleh informan III (FR) dengan melakukan tindakan memukul diri sendiri dan mengemudi dengan liar dan ceroboh. Dari kriteria perilaku *self-injury* yang diperoleh data bahwa perilaku yang sering dilakukan oleh remaja yaitu dengan cara memukul diri-sendiri, menjambak-jambak rambut, dan melakukan sesuatu yang berbahaya lainnya yang berpotensi dapat memberikan rasa sakit ketika sedang berada pada kondisi dengan emosi negatif.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari ketiga informan I dan III termasuk jenis *Direct Self-injury* yaitu memukul dan mencubit bagian tubuh diri sendiri. Jenis perilaku *Self-injury* ini adalah bentuk yang paling

⁶⁰ E. David Klonsky, Sarah E. Victor, and Boaz Y. Saffer, "Nonsuicidal Self-Injury: What We Know, and What We Need to Know," *The Canadian Journal of Psychiatry* 59, no. 11 (2014): 565-568

⁶¹ Matthew K. Nock, "Self-Injury," *Annual Review of Clinical Psychology* 6 (2010): 339-363.

sering terjadi, dimana individu melukai tubuhnya sendiri secara langsung.

Sedangkan yang dilakukan oleh informan ke II yaitu jenis *Indirect Self-injury* yaitu mengonsumsi zat berbahaya secara sengaja dan menolak makan dengan sengaja hingga membahayakan tubuh. Jenis perilaku *Self-injury* ini adalah bentuk perilaku tidak langsung melukai fisik, tetapi membahayakan diri sendiri secara berulang dan disengaja.

Favazza juga membaginya menjadi beberapa tingkatan diantaranya yaitu : tingkatan Ringan (*Mild*), Sedang (*Moderate*), Berat (*Severe*), dan Tingkatan Sangat Berat/*Ekstream* (*Major*). Dari beberapa tingkatan tersebut perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh informan I termasuk Sedang (*Moderat*) yaitu memukul diri sendiri, sedangkan yang dilakukan oleh informan II dan III termasuk dalam Tingkatan Ringan (*Mild*) yaitu menjambak rambut dan memukul diri sendiri yang dilakukan sesekali dan biasanya bertujuan untuk meredakan emosi atau menenangkan diri.

2. Faktor Penyebab Perilaku *Self-injury*

Hasil penelitian menunjukkan adanya beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya *Self-injury* pada Remaja, diantaranya yaitu faktor keluarga, faktor sosial, faktor teman sebaya serta faktor kepribadian. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terlihat bahwa *self-injury* menjadi jalan terakhir ketika remaja merasa tidak memiliki tempat yang nyaman dan aman dalam mengekspresikan emosi atau

kesakitan mereka. Perilaku *self-injury* didasari oleh pikiran negatif yang pikiran negatif yang membuat individu menyakiti diri sendiri dengan tujuan untuk meredakan pikiran-pikiran negatif yang muncul dari lingkungan. Salah satu faktor yang mendorong individu melakukan perilaku *self-injury* ialah keinginan dan pikiran yang terjadi secara otomatis ketika individu sedang dalam kondisi emosi yang negatif. Gross (teori regulasi emosi) menyebut bahwa seseorang yang tidak memiliki keterampilan dalam mengelola emosi cenderung menggunakan cara *instan* untuk mengatasinya. Dalam kasus ini *self-injury* menjadi bentuk regulasi emosi darurat yang sering digunakan\dilakukan. *Self-injury* dilakukan saat emosi mereka berada pada puncak paling tinggi, emosi tersebut meliputi rasa marah,kecewa, sedih yang mendalamsehingga membuat pikiran tidak bisa berfikir dengan jernih. Misalnya seperti FF yang memukul kaca hingga berdarah saat kecewa karena merasa tidak dipahami. AU lebih memilih mabuk dan menyakiti diri sendiri saat emosinya tak terkendali. Sedangkan FR menyakiti tubuh atau memukul diri sendiri masalah keluarga memuncak. Emosi-emosi tersebut pada dasarnya bukan sekedar marah atau sedih , tetapi campuran antara perasaan tidak dihargai, tidak dilihat, dan tidak dimengerti. Ketika emosi tersebut tidak mempunyai ruang untuk bercerita, *self-injury* menjadi cara dalam menyalurkan apa yang tidak bisa disampaikan dengan kata-kata⁶².

⁶² Matthew K. Nock, "Self-Injury," *Annual Review of Clinical Psychology* 6 (2010): 339-363.

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari ketiga Informan bahwa informan I dan II memiliki persamaan terkait pola asuh yang diberikan oleh orang tua masing-masing informan yaitu kurang adanya rasa peduli, rasa sayang, apresiasi dan dukungan terhadap informan. Selain itu pola asuh yang tidak baik dapat memberikan rasa sedih kepada informan sehingga dapat menyebabkan perilaku *self-injury*. Hal ini menunjukkan pentingnya menjaga lingkungan keluarga peran orang tua yang hangat dan nyaman terhadap anak. Hal ini sependapat dengan Teori Attachment John Bowlbi & Mary Ainsworth yaitu hubungan emosional awal antara anak dan orang tua membentuk pola “internal working model” yang mempengaruhi regulasi emosi, persepsi diri, dan cara merespon stres⁶³. Remaja dengan hubungan orang tua yang tidak hangat/inkonsisten lebih mudah menggunakan *self-injury* sebagai alat meredakan emosi negatif. Model Fungsi *Self-injury* Klonsky menjelaskan bahwa melukai diri mengurangi emosi negatif secara cepat karena tubuh mengalihkan fokus dari rasa sakit emosional ke rasa sakit fisik.

3. Peran Orang Tua dalam Kehidupan Remaja

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa orang tua (FF, AU, dan FR), dapat disimpulkan bahwa orang tua memiliki peran penting dalam memberikan dukungan emosional, motivasi, dan pembinaan moral kepada anak karena orang tua adalah fondasi utama pembentukan identitas, emosi, perilaku, dan nilai-nilai moral pada remaja. Dengan

⁶³ Bretherton, Inge “The Origins of Attachment Theort : John Bowlby and Mary Ainsworth.” *Developmental Psychology* 28 (5): 759-75.

pengasuhan yang sportif, hangat dan terstruktur, remaja dapat tumbuh menjadi individu yang sehat secara emosional dan sosial⁶⁴.

Selain itu, orang tua juga berperan dalam membimbing dan menanamkan nilai-nilai moral melalui keteladanan dan pengawasan. FF dan FR menekankan pentingnya memberi contoh perilaku baik, sementara AU dan FF mengontrol penggunaan gadget serta membatasi pergaulan agar anak tidak berperilaku negatif. Kepribadian anak yang negative karena kurangnya peran orang tua dalam membimbing kepribadian remaja. Oleh karena itu orang tua seharusnya dapat melakukan perannya sebagai mana fungsi keluarga. Selain itu pola kepribadian anak tergantung bagaimana pembinaan yang diberikan oleh orang tuanya. Anak yang di didik dengan bimbingan, motivasi dan kasih sayang akan tumbuh menjadi anak yang memiliki pribadi yang baik. Berbeda dengan anak yang perilaku orang tuanya kasar, mudah marah dan cuek, maka secara tidak langsung kepribadian anak akan cenderung kearah negative.⁶⁵

Peran orang tua sangat dibutuhkan dan sangat penting dalam pertumbuhan masa remaja, masa dimana mereka masih mencari jati dirinya. Disini peran orang tua sangat dibutuhkan, karena kurangnya peran orang tua dapat menjadi masalah besar bagi remaja karena

⁶⁴ Muslimah Zahro Romas “ *Self-injury* Remaja Ditinjau dari Konsep Dirinya” Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta. 2010.

⁶⁵ Esli Zuraidah Siregar, Nurintan Muliani Harahap, “Peran Orang Tua Dalam Membina Kepribadian Remaja”, Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol 133. No. 1, 2022.

keluarga khususnya orang tua, merupakan lingkungan pertama dalam perkembangan yang mempengaruhi emosi dan perilaku anak.

Adapun peran orang tua dalam mencegah perilaku *self injury* yaitu :

- a. Memberikan dukungan emosional : orang tua yang hangat dan mau mendengarkan semua keluhan anak menyalurkan perasaan negatif tanpa harus melukai diri sendiri.
- b. Membangun komunikasi terbuka : dengan komunikasi yang terbuka, jujur dan nyaman dapat membuat remaja merasa aman untuk menceritakan masalah tanpa takut dihakimi.
- c. Menanamkan kepercayaan diri : dorongan positif dari keluarga terutama orang tua dapat membuat anak memiliki citra diri yang baik sehingga tidak membuat anak mencari pelarian lewat perilaku menyakiti diri sendiri.

Favazza mengatakan bahwa *Self-injury* merupakan bentuk ekspresi emosional atau rasa sakit yang dirasakan akibat hubungan interpersonal yang buruk terutama dengan orang tua. Peran orang tua sangat krusial dalam mencegah, mendeteksi dan membantu pemulihan perilaku *Self-injury* pada remaja. Dukungan emosional yang baik, komunikasi yang sehat, serta keterlibatan aktif dalam kehidupan anak menjadi kunci utama untuk mengurangi resiko perilaku melukai diri sendiri.

4. Peran Orang Tua Yang Memicu Terjadinya *Self-injury*

Dari hasil wawancara dengan ketiga informan (FF, AU, dan FR), terlihat bahwa perilaku *self-injury* tidak muncul secara tiba-tiba,

melainkan merupakan akumulasi dari tekanan emosional yang dialami remaja dalam jangka waktu tertentu, terutama yang bersumber dari relasi dalam keluarga. Orang tua sebagai figur terdekat justru dalam beberapa kondisi belum mampu menjalankan fungsi pengasuhan secara optimal, khususnya dalam pemenuhan kebutuhan emosional anak.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kurangnya perhatian dan kehangatan dari orang tua menjadi salah satu pemicu utama perilaku *self-injury*. Beberapa informan remaja mengungkapkan bahwa mereka merasa kurang diperhatikan, jarang diajak berkomunikasi secara mendalam, dan tidak mendapatkan dukungan emosional ketika mengalami masalah. Kondisi ini membuat remaja merasa tidak dipahami dan tidak memiliki tempat aman untuk mengekspresikan perasaan negatif seperti sedih, marah, kecewa, dan frustrasi. Akibatnya, emosi tersebut dipendam dan diluapkan melalui perilaku melukai diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan.

Selain itu, pola komunikasi orang tua yang cenderung negatif turut memperkuat munculnya perilaku *self-injury*. Temuan menunjukkan bahwa komunikasi yang didominasi oleh kritik, bentakan, tuntutan berlebihan, serta minimnya empati membuat remaja merasa tertekan dan tidak dihargai. Ketika remaja mencoba menyampaikan perasaan atau permasalahan yang dihadapi, respons orang tua yang mengabaikan, menyalahkan, atau meremehkan justru memperburuk kondisi psikologis

remaja. Situasi ini mendorong remaja mencari cara alternatif untuk mengelola emosinya, salah satunya dengan menyakiti diri sendiri.

Konflik dalam keluarga juga menjadi faktor penting yang memicu perilaku *self-injury*. Pertengkaran antara orang tua, ketidakharmonisan rumah tangga, serta suasana keluarga yang tidak kondusif membuat remaja merasa tidak nyaman berada di rumah. Dalam kondisi tersebut, remaja mengalami tekanan emosional yang berkepanjangan dan merasa tidak memiliki kontrol terhadap situasi yang dihadapi. Perilaku *self-injury* kemudian muncul sebagai mekanisme koping maladaptif untuk meredakan ketegangan batin dan memberikan rasa lega sesaat.

Temuan ini sejalan dengan teori kelekatan John Bowlby yang menyatakan bahwa kegagalan orang tua dalam menyediakan rasa aman (*secure base*) dapat menyebabkan anak mengalami kesulitan dalam regulasi emosi. Remaja yang tidak mendapatkan kelekatan aman cenderung memiliki konsep diri negatif, perasaan tidak berharga, serta kesulitan mengekspresikan emosi secara sehat. Dalam konteks penelitian ini, perilaku *self-injury* menjadi bentuk ekspresi dari penderitaan emosional yang tidak tersalurkan akibat kurangnya dukungan dan sensitivitas orang tua.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai Studi Eksplorasi Tentang Perilaku Self-Injury Pada Remaja di Tinjau Dari Peran Orang Tua pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa :

1. Gambaran perilaku self-injury pada remaja menunjukkan bahwa remaja melakukan tindakan menyakiti diri sendiri sebagai bentuk pelampiasan emosi negatif yang tidak mampu diungkapkan secara verbal. Perilaku self-injury dilakukan secara sadar dan berulang, namun tidak bertujuan untuk bunuh diri, melainkan sebagai cara meredakan tekanan emosional yang dialami.
2. Faktor-faktor yang memicu terjadinya perilaku self-injury pada remaja meliputi faktor psikologis, keluarga, dan sosial. Faktor psikologis berupa kecemasan, depresi, dan rendahnya harga diri; faktor keluarga berupa kurangnya perhatian, komunikasi yang tidak efektif, dan minimnya dukungan emosional dari orang tua; serta faktor sosial berupa konflik dengan teman sebaya, pengalaman penolakan, dan permasalahan hubungan interpersonal.
3. Peran orang tua sebagai pemicu perilaku self-injury pada remaja terlihat dari pola pengasuhan yang kurang hangat, komunikasi yang tidak terbuka, serta ketidakpekaan terhadap kebutuhan emosional anak. Kondisi tersebut menyebabkan remaja merasa tidak aman secara emosional dan kesulitan

mengelola perasaan, sehingga memilih perilaku self-injury sebagai mekanisme koping yang maladaptif.

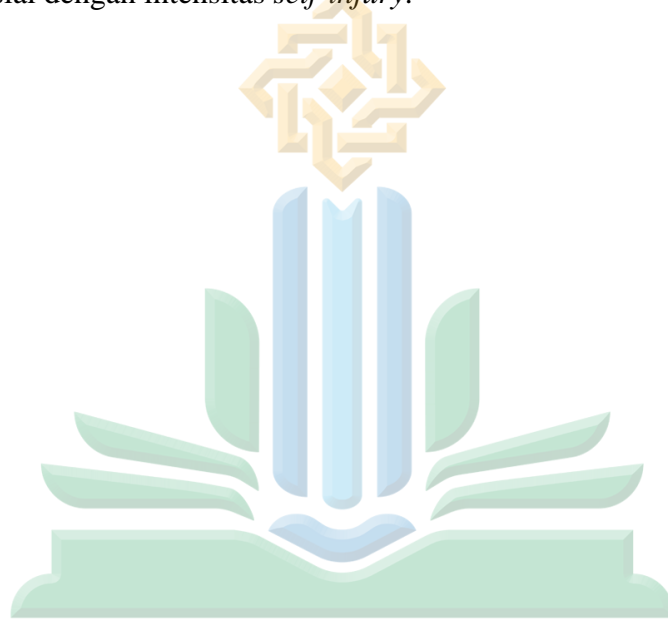
B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Studi Eksplorasi Tentang Perilaku *Self-Injury* Pada Remaja di Tinjau Dari Peran Orang Tua, maka peneliti akan memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Untuk orang tua agar lebih peka dan memberikan ruang komunikasi yang baik kepada anak, agar anak mendapatkan validasi emosi sehingga anak tidak sampai melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Memberikan dukungan emosional yang konsisten seperti apresiasi, dukungan serta pelukan untuk membantu remaja mengelola emosi dengan lebih sehat. Lebih peduli dengan aktivitas yang dilakukan dan selalu mengawasi pergaulan anak.
2. Untuk remaja agar lebih terbuka dengan orang tua terutama dalam menceritakan setiap masalah yang sedang dihadapinya. Mengurangi perilaku yang beresiko seperti minum minuman keras, berkendara dengan kecepatan tinggi, atau menyakiti diri sendiri, dengan menggantinya dengan aktivitas yang lebih aman. Mengembangkan strategi coping yang sehat, seperti menulis jurnal, berolahraga, atau mencari kegiatan yang positif untuk menyalurkan emosi.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam dengan jumlah informan yang lebih banyak untuk memperluas pemahaman tentang perilaku *self-injury*.

Disarankan untuk menggunakan metode triangulasi yang lebih komprehensif, seperti observasi jangka panjang atau penggunaan instrumen psikologis yang terstandar.

Penelitian berikutnya dapat mengkaji hubungan faktor-faktor tertentu seperti pola asuh, kondisi ekonomi keluarga, atau kualitas hubungan sosial dengan intensitas *self-injury*.



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

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Zuchri. *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Syakir Media Press, 2021.
- Ariani, Tutu April. *Model Komprehensif Perilaku Self-Harm: Dasar Intervensi Pencegahan Dini–Lanjutan Pada Usia Remaja*. Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2025.
- Awalinni, A., & Harsono, Y. T. “Hubungan antara Kesepian dan Perilaku Non-Suicidal Self-Injury pada Mahasiswa Psikologi di Kota Malang.” *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 14, no. 1 (2023): 43–59.
- Bowlby, John. *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books, 1988.
- Bowlby, John. *Attachment and Loss: Volume I, Attachment*. Edisi Kedua. New York: Basic Books, 1969/1982.
- Bowlby, John. *Attachment and Loss: Volume I, Attachment*. New York: Basic Books, 1969.
- Creswell, John W. *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016.
- Dewi, D. S. C. *Pengaruh Kepribadian Narsistik terhadap Perilaku Nonsuicidal Self-Injury pada Remaja Broken Home*. Skripsi. Universitas Airlangga, 2020.
- Estefan, G., & Wijaya, Y. D. “Gambaran Proses Regulasi Emosi pada Pelaku Self-Injury.” *Jurnal Psikologi Esa Unggul* 12, no. 1 (2014).
- Favazza, Armando R. “Non-Suicidal Self-Injury: How Categorization Guides Treatment.” *Current Psychiatry* 11, no. 3 (2012): 21–25.
- Favazza, Armando R. *Bodies Under Siege: Self-Mutilation and Body Modification in Culture and Psychiatry*. Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1996.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Diterjemahkan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga, 1997.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 2003.

- Izzah, F. N., & Ariana, A. D. "Hubungan Perceived Social Support dengan Perilaku Non-Suicidal Self-Injury pada Remaja." *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental* 2, no. 1 (2022): 70–77.
- Kaplan, Harold I., Benjamin J. Sadock, dan Jack A. Grebb. *Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. Jakarta: Binarupa Aksara, 2010.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019.
- Klonsky, E. David, Sarah E. Victor, & Boaz Y. Saffer. "Nonsuicidal Self-Injury: What We Know, and What We Need to Know." *The Canadian Journal of Psychiatry* 59, no. 11 (2014): 565–568.
- Malumbot, C. M., Naharia, M., & Kaunang, S. E. "Studi tentang Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Self-Injury dan Dampak Psikologis pada Remaja." *Psikopedia* 1, no. 1 (2020).
- Media Sains Indonesia. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi*. Bandung: CV Media Sains Indonesia, 2023.
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019.
- Ngewa, H. M. "Peran Orang Tua dalam Pengasuhan Anak." *EDUCHILD (Journal of Early Childhood Education)* 1, no. 1 (2021): 96–115.
- Nock, Matthew K. "Self-Injury." *Annual Review of Clinical Psychology* 6, no. 1 (2010): 339–363.
- Nock, Matthew K. "Self-Injury." *Annual Review of Clinical Psychology*. Palo Alto: Annual Reviews, 2010.
- Nock, Matthew K., et al. "Suicide Epidemiology: Review of Risk Factors and Prevention." *Annual Review of Clinical Psychology*. Palo Alto: Annual Reviews, 2008.
- Peter, R. "Peran Orang Tua dalam Krisis Remaja." *Humaniora* 6, no. 4 (2015): 453–460.
- Remaja, A. H. P. "Perkembangan Remaja." *Psikologi Perkembangan* 155 (2023/2024).
- Santrock, John W. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga, 2012.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2022.

- Takwati, L. S. "Proses Regulasi Emosi Remaja Pelaku Self-Injury." *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling* 5, no. 2 (2019): 208–214.
- Tim Penyusun. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember*. Jember: UIN Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember, 2021.
- Walsh, Barent W. *Treating Self-Injury: A Practical Guide*. New York: Guilford Press, 2006.
- Widyaningrum, D. A., & Putri, M. A. "Literatur Review: Faktor yang Memengaruhi Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) pada Remaja." *Jurnal Keperawatan Dirgahayu* 6, no. 1 (2024): 56–62.
- World Health Organization. *Preventing Suicide: A Global Imperative*. Geneva: WHO Press, 2014.
- Wrycza, I. M. T., & Susilawati, L. K. P. A. "Faktor-Faktor yang Memengaruhi Self-Injury pada Remaja." *Jurnal Psikologi Mandala* 8, no. 1 (2024): 31–38.
- Yusuf, Syamsu. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018.
- Zuraidah, E., & Nurintan, M. H. "Peran Orang Tua dalam Membina Kepribadian Remaja." *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 13, no. 1 (2022): 64–80.



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



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

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dwi Chofifatul Ulum

NIM : 204103050008

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Dakwah

Universitas : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya 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, 17 Juli 2025
Saya yang menyatakan,



Dwi Chofifatul Ulum
NIM. 204103050008

MATRIK PENELITIAN

Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian	Fokus Penelitian
Peran Orang Tua dan Perilaku <i>Self-injury</i> pada Remaja di Desa Sumuran Ajung Jember	Peran Orang Tua	Orang Tua Ibu dan Ayah mempunyai peranan penting yang sangat berpengaruh terhadap pendidikan anak-anaknya. Pendidikan Orang Tua kepada anak-anaknya ialah pendidikan yang mendasarkan rasa kasih sayang terhadap anak-anak dan yang diterimanya dari kodrat.	1. Peran Orang Tua a. Pembelajaran b. Motivasi c. Pendidikan d. Lingkungan	Sumber data Primer : 1. Anak 2. Orang Tua	1. Pendekatan penelitian kualitatif 2. Jenis penelitian deskriptif 3. Lokasi penelitian : Desa Sumuran Ajung Jember 4. Teknik cara Pengumpulan Data	1. Bagaimana peran orang tua terhadap perilaku <i>Self-injury</i>

Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian	Fokus Penelitian
	Pelaku <i>Self-injury</i>	<i>Self-injury</i> merupakan perilaku yang menyakiti atau melukai diri sendiri yang dilakukan secara sengaja atau dalam keadaan sadar	2. <i>Self-injury</i> a. Emosi Negatif b. Emotion Skill c. Self Derogation	Sumber data Sekunder : 1. Wawancara 2. Dokumentasi	a. Wawancara c. dokumentasi 6. Analisis Data a. Kondensasi data b. Penyajian data c. Penarikan kesimpulan 7. Keabsahan data 1. Triangulasi teknik dan triangulasi sumber	2. Gambaran perilaku <i>Self-injury</i> pada remaja

PEDOMAN WAWANCARA

No	Aspek	Pertanyaan
1	Latar belakang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sejak kapan kamu mulai melakukan <i>self-injury</i> ? 2. Bagaimana perasaanmu setelah melakukan <i>self-injury</i> ? 3. Apakah ada sesuatu hal tertentu yang memicu kamu melakukannya (misalnya marah, sedih, kecewa atau masalah keluarga)
2	Emotion skill	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saat kamu marah, kecewa atau sedih, apa yang biasanya kamu lakukan untuk menenangkan diri ? 2. Apakah kamu merasa sulit untuk mengendalikan emosi? 3. Bagaimana kamu menilai dirimu sendiri? (misalnya :percaya diri, tidak berharga, sering merasa gagal)
3	Hubungan dengan Orang Tua dan Lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana hubungan kamu dengan ayah ibu di rumah ? 2. Apakah kamu merasa nyaman untuk menceritakan masalah dengan orang tuamu ? 3. Apakah kamu merasa dipahami dan didengarkan oleh mereka?

Untuk Orang Tua Informan

No	Aspek	Pertanyaan
1.	Pembelajaran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Seberapa sering bapak\ibu membantu anak dalam mengerjakan tugas atau menghadapi kesulitan belajar ? 2. Bagaimana cara bapak\ibu mendampingi anak dalam kegiatan belajar di rumah ? 3. Apakah bapak\ibu memberikan bimbingan khusus agar anak tetap semangat belajar ?
2.	Motivasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang biasanya bapak/ibu lakukan ketika anak mengalami kegagalan, atau masalah pribadi ? 2. Apakah bapak/ibu sering memberikan pujian atau apresiasi atas usaha anak ? 3. Bagaimana cara bapak\ibu memberikan dukungan kepada anak ?

3	Pendidikan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana cara bapak\ibu menanamkan dan tanggung jawab kepada anak ? 2. Apa yang bapak\ibu lakukan ketika anak melanggar aturan ? 3. Bagaimana cara bapak\ibu mengontrol perilaku anak ?
4	Peran Lingkungan Keluarga	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana hubungan bapak\ibu dengan anak saat ini ? 2. Apakah pola komunikasi antara anggota keluarga di rumah ? 3. Apakah pernah terjadi konflik antara bapak\ibu dengan anak? Kalo iya bagaimana cara menyelesaikannya ?
5	Pemahaman <i>self-injury</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah bapak\ibu mengetahui apa itu <i>self-injury</i> ? 2. Apa yang akan bapak\ibu lakukan ketika mengetahui anak melakukan perilaku <i>self-injury</i> ? 3. Menurut bapak\ibu faktor apa yang menyebabkan anak melakukan hal itu ?

DATA VERBATIM HASIL WAWANCARA

Informan FF (18 tahun)

P : Sejak kapan kamu mulai melakukan self-injury?

S : "Kayaknya kelas 3 smp deh mbak aku lupa"

P : Bagaimana perasaanmu setelah melakukan self-injury?

S : "Merasa lega sih, kayak lebih tenang aja gitu emosinya"

P : Apakah ada sesuatu hal tertentu yang memicu kamu melakukannya?

S : "Apa ya, seringnya sih karna masalah keluarga sama aku di bully sama teman-temanku dulu"

P : Bisa diceritakan apa yang biasanya kamu lakukan saat sedang ada masalah?

S : "Setiap ada masalah sama keluarga aku selalu melampiaskan emosiku dengan cara menyakiti diri sendiri. Aku nggak tau mbak gimana cara ngindarin dari perilaku itu, soalnya kalau lagi emosi itu kayak spontan aja gitu mukul-mukul tubuh."

P : Saat kamu marah, kecewa atau sedih, apa yang biasanya kamu lakukan untuk menenangkan diri?

S : "Diem, mabuk, nangis, sama ga makan aja sih mbak"

P : Apakah kamu merasa sulit untuk mengendalikan emosi?

S : "Tergantung masalahnya, soalnya ada waktu dimana aku bisa mengendalikan emosiku, ada juga waktu dimana aku gak bisa mengendalikan emosiku"

P : Apa yang kamu rasakan terhadap sikap orang tua?

S : "Orang tuaku nggak peduli mbak. Jadi aku kalau lagi emosi itu kayak ngerasa nggak ada gunanya hidup. Padahal aku pengen banget dipeluk kalau lagi ada masalah atau lagi terpuruk."

P : Apakah kamu masih melakukan perilaku tersebut sampai sekarang?

S : "Iya mbak, sampai sekarang masih. Aku belum nemuin solusi lain."

P : Bagaimana kamu menilai dirimu sendiri?

S : "Aku selalu merasa gak percaya diri banget, sama ngerasa ga berharga"

P : Bagaimana hubungan kamu dengan ayah ibu di rumah?

S : "Nggak baik, karna aku ngerasa orang tuaku nggak adil sama anaknya, apalagi perlakuan mama tiriku. yang di utamain cuma anak kandungnya aja"

P : Apakah kamu merasa nyaman untuk menceritakan masalah dengan orang tuamu?

S : "Nggak pernah cerita sih, bahkan kayaknya orang tuaku gapernah peduli sama aku"

P : Apakah kamu merasa dipahami dan didengarkan oleh mereka?

S : "Nggak banget sih hehe, kalo ada apa-apa pasti selalu aku yang disalahkan, jadi cuma bisa aku pendem aja"

Wawancara Orang Tua FF

P : Seberapa sering bapak\ibu membantu anak dalam mengerjakan tugas?

S : "Kalo sekarang sih sudah gak pernah mbak, terakhir kayaknya pas FF masih SD"

P : Bagaimana cara bapak\ibu mendampingi anak dalam kegiatan belajar di rumah?

S : "Ngawasi dari jauh aja, sama ngingetin buat belajar"

P : Apakah bapak\ibu memberikan bimbingan khusus agar anak tetap semangat belajar?

S : "Apa ya, nggak ada sih mbak"

P : Apa yang biasanya bapak\ibu lakukan ketika anak mengalami kegagalan?

S : "Ngasih semangat, sama menguatkan aja mbak"

P : Apakah bapak\ibu sering memberikan pujian atau apresiasi atas usaha anak?

S : "Kalo anaknya ngasih tau ya pasti saya kasih apresiasi lah mbak, cuma ini anaknya tertutup banget jadi kadang saya gak tau apa yang dia lakukan?"

P : Bagaimana cara bapak\ibu untuk memberi dukungan terhadap anak?

S : "Ya mensupport apa yang diinginkan anak, namanya orang tua kan harus mensupport anak"

P : Bagaimana cara bapak\ibu menanamkan tanggung jawab kepada anak?

S : "Menafkahi, membiayai semua keperluannya, intinya saya selalu memberikan yang terbaik buat anakku"

P : Apa yang bapak\ibu lakukan ketika anak melanggar aturan?

S : "Pertama di nasehatin dulu, kalo masih tetap saja baru harus dinasehati secara keras tapi jangan sampai bermain fisik"

P: Bagaimana cara bapak\ibu mengontrol perilaku anak?

S : "Kita pantau terus sebagai orang tua, agar anak itu gak terjerumus ke perbuatan yang gak baik"

P : Bagaimana hubungan bapak\ibu dengan anak saat ini?

S : "Baik-baik saja"

P : Bagaimana pola komunikasi antara anggota keluarga di rumah?

S : "Ya kadang ngumpul-ngumpul bercanda gitu"

P : Apakah pernah terjadi konflik antara bapak\ibu dengan anak? Kalo iya bagaimana cara menyelesaikannya?

S : Pasti pernah mbak. Cara menyelesaikannya ya kita tanya baik-baik maunya apa,gimana"

P : Apakah bapak\ibu mengetahui apa itu self-injury?

S : "Nggak tau mbak hehe"

P : Apa yang akan bapak\ibu lakukan ketika mengetahui anak melakukan perilaku self-injury?

S : "Yang pasti saya larang, terus saya tanya kenapa dia melakukan itu dan apa penyebabnya"

P : Menurut bapak\ibu faktor apa yang menyebabkan anak melakukan hal itu?

S : Kalo anak muda mungkin karna percintaan ya mbak hehe"

Informan AU (18 tahun)

P : Sejak kapan kamu mulai melakukan self-injury?

S : "Mulai Smp seingatku mbak"

P : Bagaimana perasaanmu setelah melakukan self-injury?

S : "Emm apa ya, lebih tenang aja sih"

P : Apakah ada sesuatu hal tertentu yang memicu kamu melakukannya?

S : Iya karna masalah keluarga, pertemanan, sama percintaan juga"

P : Saat kamu marah, kecewa atau sedih, apa yang biasanya kamu lakukan untuk menenangkan diri?

S : "Kalo aku sih pasti mabuk-mabukan, ngepil sama ngerokok gitu mbak"

P : Apakah kamu merasa sulit untuk mengendalikan emosi?

S : "Iya sulit banget apalagi kalo lagi aa masalah yang bener-bener bikin aku emosi banget"

P : Bagaimana kamu menilai dirimu sendiri?

S : "Lebih sering ngerasa gak berharga banget sih"

P : Bagaimana hubungan kamu dengan ayah ibu di rumah?

S : "Kalo sama ibu baik-baik aja tapi kalo sama ayah nggak baik banget, ayahku itu ga pernah peduli sama aku, ga pernah nanya aku mau kemana atau dari mana"

P : Apakah kamu merasa nyaman untuk menceritakan masalah dengan orang tuamu?

S : "Nggak banget, karna kalo cerita ke orang tua yang dilihat cuma bagian salahnya aja"

P : Apakah kamu merasa dipahami dan didengarkan oleh mereka?

S : "Disalahkan terus malah, jadinya capek mau cerita-cerita ke orang tua"

Wawancara dengan Orang Tua AU

P : Apa yang biasanya bapak/ibu lakukan ketika anak mengalami kegagalan?

S : "Sebagai orang tua pastinya ngsaih suport lah buat anak, kalau ada masalah pasti kita tanya kalau memang masalah yang masih bisa diselesaikan dengan baik pasti kita bantu"

P : Apakah bapak/ibu sering memberikan pujian atau apresiasi atas usaha anak?

S : "Iya pasti kita kasih suport sama apresiasi ke anak-anak"

P : Bagaimana cara bapak/ibu memberi dukungan kepada anak?

S : "Kasih support mbak"

P : Bagaimana cara bapak/ibu menanamkan tanggung jawab kepada anak?

S : "Yang pertama nyuruh buat gak ninggalin sholat, terus harus bertanggung jawab sama apa yang dilakukan"

P : Apa yang bapak\ibu lakukan ketika anak melanggar aturan?

S : "Pertama pastinya dikasih tau baik-baik dulu, kalau misal masih tetap saya biasanya di cambuk, karna mending saya cambuk daripada harus berurusan sama hukum"

P : Bagaimana cara bapak\ibu mengontrol perilaku anak?

S : "Selalu saya pantau, entah itu dari kegiatannya, pergaulannya atau dari teman-temannya"

P : Bagaimana hubungan bapak\ibu dengan anak saat ini?

S : "Baik-baik aja sih"

P : Bagaimana pola komunikasi antara anggota keluarga di rumah?

S : "Jarang soalnya anak-anak lebih suka di kamarnya masing-masing"

P : Apakah pernah terjadi konflik antara bapak\ibu dengan anak? Kalo iya bagaimana cara menyelesaikannya?

S : "Sebagai orang tua dan anak pasti pernah ada konflik, Cuma kita kan sebagai orang tua"

P : Apakah bapak\ibu mengetahui apa itu self-injury?

S : "Gak tau mbak"

P : Apa yang akan bapak\ibu lakukan ketika mengetahui anak melakukan perilaku self-injury?

S : Ditanya penyebabnya dulu, baru kita telusuri"

P : Menurut bapak\ibu faktor apa yang menyebabkan anak melakukan hal itu?

S : "Ya itu tadi kita tanyakan dulu sama anaknya, dari situ kan saya jadi tau penyebabnya"

Informan FR (18 tahun)

P : Sejak kapan kamu mulai melakukan self-injury?

S : "Pas kelas 1 SMA kayaknya"

P : Bagaimana perasaanmu setelah melakukan self-injury?

S : "Lebih lega"

P : Apakah ada sesuatu hal tertentu yang memicu kamu melakukannya?

S : "Kecewa sih sama masalah keluarga"

P : Saat kamu marah, kecewa atau sedih, apa yang biasanya kamu lakukan untuk menenangkan diri?

S : "Diem di kamar, nangis, sama keluar gitu ngebut-ngebut di jalan"

P : Apakah kamu merasa sulit untuk mengendalikan emosi?

S : "Tergantung emosinya karna apa"

P : Bagaimana kamu menilai dirimu sendiri?

S : "Sering merasa gagal"

P : Bagaimana hubungan kamu dengan ayah ibu di rumah?

S : "Baik-baik aja"

P : Apakah kamu merasa nyaman untuk menceritakan masalah dengan orang tuamu?

S : "Gak pernah cerita, karna kalo cerita yang kelihatan Cuma salahnya aja pasti"

P : Apakah kamu merasa dipahami dan didengarkan oleh mereka?

S : "Menurutku nggak mbak, mereka cuma berharap semua sesuai ekspektasinya"

Wawancara Dengan Orang Tua FR

P: Apa yang biasanya bapak/ibu lakukan ketika anak mengalami kegagalan?

S : "Saya kasih support, 'tidak apa-apa kok kita bisa mencoba lagi, yang penting jangan menyerah'"

P : Apakah bapak/ibu sering memberikan pujian atau apresiasi atas usaha anak?

S : "Selalu saya beri apresiasi setiap sesuatu yang dilakukan sama anak mbak"

P : Bagaimana cara bapak\ibu memberikan dukungan kepada anak?

S : "Selagi yang dilakukan itu positif ya pasti saya dukung"

P : Bagaimana cara bapak\ibu menanamkan tanggung jawab kepada anak?

S : "Setiap hari sudah ada peraturan, misal harus bangun jam berapa, waktu jam makan sama waktu ibadah, tai kadang susah si namanya juga anak-anak kan, yang penting kita konsisten setiap hari nanti lama-lama kan jadi terbiasa juga"

P : Apa yang bapak\ibu lakukan ketika anak melanggar aturan?

S : "Diingatkan, dikasih pengertian, diajak ngobrol ditanya kenapa, ada apa gitu. Makanya kita itu sebagai orang tua harus dekat sama anak agar anak itu tidak sungkan untuk cerita ketika lagi ada masalah, jadi anak itu bisa sedikit meringankan emosinya gitu biar ga sampe yang melakukan hal yang menyakiti diri sendiri"

P : Bagaimana cara bapak\ibu mengontrol perilaku anak?

S : "Memberi arahan yang baik tentunya"

P : Bagaimana hubungan bapak\ibu dengan anak saat ini?

S : "Hubungannya baik, kadang mereka ngelawan kalo emosinya lagi gak stabil gitu ya, yang penting kita jadi orang tuaharus bisa memahami situasi dan emosi yang sedang dialami oleh anak"

P : Bagaimana pola komunikasi antara anggota keluarga di rumah?

S : "Baik, semuanya berkomunikasi dengan baik"

P : Apakah pernah terjadi konflik antara bapak\ibu dengan anak? Kalo iya bagaimana cara menyelesaikannya?

S : "Pernah pastinya, cara menyelesaikannya ya ditanya kenapa, maunya apa gitu"

P : Apakah bapak\ibu mengetahui apa itu self-injury ?

S : Belum pernah dengar mbak

P : Apa yang akan bapa\ibu lakukan ketika mengetahui anak melakukan perilaku self-injury

S : Diberi arahan mana yang baik sama nggak

P : Menurut bapak\ibu faktor apa yang menyebabkan anak melakukan hal itu ?

S : Kurang terbuka sama orang tua mungkin, jadi kalo ada apa-apa di pendam sendiri.

DOKUMENTASI PENELITIAN



Wawancara Informan I



Wawancara Informan III



Wawancara Informan II



Wawancara Orangtua Informan I



Wawancara Orang Tua Informan III



Wawancara Orang Tua Informan II

ISLAM NEGERI
AHMAD SIDDIQ
BER



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

Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136
email : fakultasdakwah@uinkhas.ac.id website: <http://fdakwah.uinkhas.ac.id/>



Nomor : B. 2963/Un.22/D.3.WD.1/PP.00.9/ 6 /2025 17 Juni 2025
Lampiran : -
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

Beny Armino Ginting, S.STP.

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Dwi Chofifatul Ulum
NIM : 204103050008
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Psikologi Islam
Semester : X (sepuluh)

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

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Peran Orang Tua dan Perilaku Self Injury Pada Remaja di Desa Sumuran Ajung Jember "

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

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

a.n. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan,
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER
Uun Yusufa





**PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
KECAMATAN AJUNG**

Jl. Argopuro Nomor : 01 Telp. 0331 – 757505
AJUNG - 68175

Ajung, 26 Juni 2025

Nomor : 074/155 /35.09.17/2025
Sifat : Penting
Lampiran : -
Perihal : **Penelitian**

Yth. Sdr. Kepala Desa Ajung
Di -
AJUNG

Dasar Surat Rekomendasi Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Jember Nomor : 074/2224/415/2025 Tanggal, 23 Juni 2025, perihal tersebut pada pokok Surat, bersama ini mohon dengan hormat untuk dapatnya dibantu secukupnya kepada :

Nama : DWI CHOFIFATUL ULUM
NIP : 2041030500008
Instansi : Dakwah/Psikologi Islam
Alamat : Jl. Mataram No.1 Mangli Kaliwates Jember
Keperluan : Melaksanakan kegiatan Penelitian dengan judul terkait Peran Orang Tua dan Prilaku Self Injury pada Remaja di Dusun Sumuran Desa Ajung Kecamatan Ajung Kabupaten Jember
Lokasi : Dusun Sumuran Desa Ajung Kecamatan Ajung
Waktu : 23 Juni s/d 17 Juli 2025

Apabila tidak bertentangan dengan kewenangan dan ketentuan yang berlaku, diharapkan Saudara memberi bantuan tempat dan atau data seperlunya untuk kegiatan dimaksud.

Catatan :

1. Kegiatan dikaksud benar-benar untuk kepentingan Pendidikan
2. Tidak dibenarkan melakukan aktifitas politik
3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian kegiatan.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

UNIVERSITAS ISLAM JEMBER
KIAI HAJI ACHMAD SYAFI
BENY ARMINO GINTING, S.STP
Pembina Tingkat I
NIP. 197512141996021003

Tembusan :
Yth. Sdr. DWI CHOFIFATUL ULUM



PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Letjen S Parman No. 89 Telp. 337853 Jember

Kepada
 Yth. Sdr. Camat Ajung
 Kabupaten Jember
 di -
 Jember

SURAT REKOMENDASI

Nomor : 074/2224/415/2025

Tentang
PENELITIAN

Dasar : 1. Permendagri RI Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Permendagri RI Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian
 2. Peraturan Bupati Jember No. 46 Tahun 2014 tentang Pedoman Penerbitan Surat Rekomendasi Penelitian Kabupaten Jember

Memperhatikan : Surat UNIVERSITAS ISLAM NEGRI KIAI HAJI ACHMAD SHIDDIQ JEMBER , 23 Juni 2025, Nomor: B.2963/Un.22/D.3.WD.1/PP.00.9/6/2025, Perihal: Surat Izin Penelitian Sikripsi

MEREKOMENDASIKAN

Nama : Dwi Choffifatul Ulum
NIM : 204103050008
Daftar Tim : -
Instansi : Dakwah / Psikologi Islam
Alamat : Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember
Keperluan : Melaksanakan kegiatan penelitian *dengan judul/terkait* Peran Orang Tua dan Perilaku Self Injury Pada Remaja di Desa Sumuran Ajung Jember
Lokasi : Desa Sumuran Ajung Jember
Waktu Kegiatan : 23 Juni 2025 s/d 17 Juli 2025

Apabila tidak bertentangan dengan kewenangan dan ketentuan yang berlaku, diharapkan Saudara memberi bantuan tempat dan atau data seperlunya untuk kegiatan dimaksud.

1. Kegiatan dimaksud benar-benar untuk kepentingan Pendidikan.
 2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.
 3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian kegiatan.
- Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Ditetapkan di : Jember
 Tanggal : 23 Juni 2025

SEKRETARIS BAKESBANG DAN POLITIK
KABUPATEN JEMBER

Ditandatangani secara elektronik



j-krep.jemberkab.go.id

UNIVERSITAS ISLAM NEGRI
 KIAI HAJI ACHMAD SHIDDIQ
 JEMBER

DENDHY RADIANT, S.STP
 PENATA TK. I
 NIP. 19811220 200012 1 001

Tembusan :
 Yth. Sdr. 1. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam
 Negri Kiai Haji Achmad Shiddiq Jember
 2. Yang bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
KECAMATAN AJUNG
 Jl. Argopuro Nomor : 01 Telp. 0331 – 757505
 AJUNG - 68175

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 074/ 147 /35.09.17/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini Camat Ajung Kabupaten Jember Menerangkan Bahwa :

Nama : DWI CHOFIFATUL ULUM
 NIM : 2041030500008
 Instansi : UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI ACHMAD SIDDIQ Jember Fakultas
 Dakwah/Psikologi Islam
 Alamat : Jl. Mataram No.1 Mangli Kaliwates Jember
 Judul Penelitian : Peran Orang Tua dan Prilaku Self Injury pada Remaja
 Lokasi : Dusun Sumuran Desa Ajung Kecamatan Ajung Kabupaten Jember
 Waktu : 23 Juni 2025 s.d 17 Juli 2025

Telah melaksanakan penelitian dan pengambilan data di Dusun Sumuran Desa Ajung Kecamatan
 Ajung Kabupaten Jember untuk menyusun skripsi/tugas akhir dengan baik.

Ajung 04 Agustus 2025


BENY ARMINDO GINTING, S.STP
 Pemimpin Tingkat I
 NIP. 197512141996021003

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

BIODATA PENULIS



A. Biodata Diri

Nama : Dwi Chofifatul Ulum
 NIM : 204103050008
 Tempat, tanggal lahir : Jember, 11 Januari 2001
 Fakultas/ Prodi : Dakwah / Psikologi Islam
 Alamat : RT 003 RW 014, Dusun Lamparan, Desa Kertosari, Kecamatan Pakusari, Kabupaten Jember.
 Alamat Email : dwicftl@gmail.com
 No Telepon : 0881036672821

B. Riwayat Pendidikan

- a. MI Negeri Sumbersari Jember (2007-2013)
- b. SMPN 1 Pakusari Jember (2013-2016)
- c. SMA Plus Darul Hikmah Al-Ghazaliie (2016-2019)
- d. UIN KH Achmad Shiddiq Jember (2020-Sekarang)