PENGARUH HARGA DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF INJURY* PADA SISWA SMP NEGERI DI KECAMATAN TEMBALANG TAHUN PELAJARAN 2019/2020

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling

oleh
Nadia Rachma Putri
1301415034

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2020

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul **"Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury* pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020"** yang disusun oleh Nadia Rachma Putri, NIM 1301415034 telah disetujui untuk diajukan di hadapan panitian Ujian Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.

Semarang, 3 Februari 2020

Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons.
NIP. 196002051998021001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini, saya

Nama : Nadia Rachma Putri

NIM : 1301415034

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul **"Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury* pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020"** ini benar-benar karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Semarang, 3 Februari 2020

METERAI TEMPEL

FB092AHF191586651

6000

ENAM RIBU RUPIAH

Nadia Rachma Putri

NIM. 1301415034

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **"Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury* pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020"** ini telah dipertahankan di hadapan Panitia Penguji Ujian Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada tanggal 25 Februari 2020 dan disahkan oleh panitia ujian.

PANITIA:

Ketua,

Dr. Edy Purwanto,M.Si.
NIP. 196301211987031001

Sekretaris,

Sunawan, Ph.D.
NIP. 197807012006041002

Penguji 1,

Muslikah, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 198611082014042002

Penguji 2,

Mulawarman, Ph.D.
NIP. 197712232005011001

Penguji 3,

Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons.
NIP. 196002051998021001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"You are what you think you are. If you don't believe in yourself, no one will do it for you"

Artinya: Kamu adalah apa yang kamu fikirkan. Jika kamu tidak percaya pada diri sendiri, tidak seorangpun akan melakukannya untukmu.

-Nadia Rachma Putri-

PERSEMBAHAN

Almamater Jurusan BK FIP UNNES

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **"Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury* pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020"**. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang negatif signifikan pada aspek-aspek harga diri yang meliputi kekuatan, kebajikan, keberartian, dan kemampuan terhadap kecenderungan perilaku *self injury* siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020. Skripsi ini diajukan kepada Panitia Ujian Skripsi FIP UNNES sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Khususnya dosen pembimbing yaitu Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons yang selalu memberikan pengarahan serta motivasi dalam penyelesaian skripsi. Selain itu, penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum. Rektor Universitas Negeri Semarang yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dr. Achmad Rifai Rc, M.Pd.Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Kusnarto Kurniawan, M.Pd., Kons Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian dan memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Muslikah, S.Pd., M.Pd. dan Mulawarman, Ph.D sebagai dosen penguji dalam sidang skripsi.
5. Dr. Suharso M.Pd., Kons Dosen Wali yang membimbing, memberikan arahan serta motivasi selama berkuliah di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.

6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
7. Kepala Sekolah dan Staf Tata Usaha SMP Negeri 17 Semarang, Kepala Sekolah dan Staf Tata Usaha SMP Negeri 29 Semarang, Kepala Sekolah dan Staf Tata Usaha SMP Negeri 33 Semarang, serta Kepala Sekolah dan Staf Tata Usaha SMP Negeri 42 Semarang yang telah memberikan ijin penelitian.
8. Guru BK SMP Negeri 17 Semarang, Guru BK SMP Negeri 29 Semarang, Guru BK Negeri 33 Semarang, dan Guru BK SMP Negeri 42 Semarang yang telah memberikan ijin penelitian serta membantu dalam proses penelitian.
9. Keluarga saya, Bapak Heriawan Novianto, Ibu Endah Fajarini, dan Adik Dewi Herinda Hapsari serta seluruh keluarga yang senantiasa memberikan dukungan.
10. Teman-teman Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2015 maupun teman-teman selain Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2015 yang selalu memberi semangat serta membantu dalam penelitian hingga penyelesaian penulisan skripsi.
11. Teman-teman dengan dosen pembimbing Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons
12. Ajeng Setyani, Bina Saptarina, dan Hanna Permata Hanifah yang bersedia membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi serta Almh. Fidya Ahlania yang selalu memberi semangat.
13. Fata Rafi'u Hakam yang membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi.
14. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca serta memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu Bimbingan dan Konseling.

Semarang, Februari 2020

Penulis

ABSTRAK

Putri, Nadia Rachma. 2020. *Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020***.** Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons

Penelitian ini dilakukan berdasarkan fenomena mengenai kecenderungan perilaku *self injury* yang terjadi dikalangan siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang. Melalui studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara Guru BK di masing-masing sekolah, terdapat siswa yang memiliki kecenderungan perilaku *self injury*. Masa remaja rentan terhadap perubahan perilaku dan pengaruh lingkungan yang dapat menimbulkan permasalahan pada remaja seperti stres, depresi, serta kurang mampu meregulasi emosinya**.** Beberapa tanda stres pada remaja yaitu melukai diri sendiri, percobaan bunuh diri, dan bunuh diri**.** Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 187 siswa yang tersebar di kelas VIII dan IX. Alat pengumpul data yang digunakan yaitu skala psikologis harga diri dan skala psikologis *self injury*. Analisis data yang digunakan pada uji hipotesis adalah uji korelasional regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat harga diri berada pada kategori sedang sedangkan tingkat kecenderungan *self injury* pada siswa berada pada kategori sedang dan ditemukan hubungan yang negatif signifikan antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa. Dari hasil tersebut dapat dipahami bahwa semakin tinggi tingkat harga diri siswa maka semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *self injury*. Berkaitan dengan hasil penelitian ini diharapkan guru BK dapat menindaklanjuti permasalahan siswa mengenai kecenderungan perilaku *self injury* dengan memberikan layanan konseling maupun melakukan kerja sama dengan berbagai lembaga.

Kata kunci: Harga diri, *Self Injury*

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**
PERSETUJUAN DOSEN ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ..... **iii**
PENGESAHAN ..... **iv**
MOTTO DAN PERSEMBAHAN ..... **v**
PRAKATA ..... **vi**
ABSTRAK ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
BAB I PEDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang Masalah 1
1.2 Rumusan Masalah 9
1.3 Tujuan Penelitian 9
1.4 Manfaat Penelitian 10
BAB II KAJIAN PUSTAKA **11**
2.1 Penelitian Terdahulu. 11
2.2 *Self injury*. 14
2.2.1 Pengertian *Self injury*, ... 14
2.2.2 Bentuk *Self injury* 15
2.2.3 Faktor Perilaku *Self Injury*. 16
2.2.4 Aspek Perilaku *Self Injury*. 21
2.3 Harga Diri 27
2.3.1 Pengertian Harga Diri. 27
2.3.2 Karakteristik Harga Diri. 29
2.3.2.1 Karakteristik Harga Diri Tinggi 29
2.3.2.2 Karakteristik Harga Diri Rendah 31
2.3.3 Faktor Yang Mempenagruhi Harga Diri. 34
2.3.4 Aspek Harga Diri. 35
2.4 Kerangka Berpikir. 39
2.5 Hipotesis 41
BAB III METODE PENELITIAN **43**
3.1 Jenis dan Desain Penelitian. 43
3.1.1 Jenis Penelitian 43
3.1.2 Desain Penelitian 43
3.2 Variabel dan Definisi Operasional Penelitian. 44
3.2.1 Identifikasi Variabel. 44
3.2.2 Hubungan Antar Variabel. 45
3.2.3 Definisi Operasional Variabel. 45
3.3 Populasi dan Sampel. 46
3.3.1 Populasi. 46

3.3.2 Sampel.....47
3.4 Metode dan Alat Pengumpul data.....49
3.5 Prosedur Penyusunan Instrumen.....50
3.5.1 Skala *Self Injury*.....51
3.5.2 Skala Harga Diri.....52
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....52
3.6.1 Uji Validitas Instrumen.....52
3.6.1.1 Hasil Uji Validitas Skala Harga Diri.....53
3.6.1.2 Hasil Uji Validitas Skala *Self Injury*.....54
3.6.2 Uji Reliabilitas Instrumen.....55
3.6.2.1 Hasil Uji Reliabilitas Skala Harga Diri.....56
3.6.2.2 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Self Injury*.....57
3.7 Teknik Analisis Data.....57
3.7.1 Analisis Deskritif Kuantitatif.....58
3.7.2 Uji Asumsi.....59
3.7.2.1 Uji Normalitas Data.....59
3.7.2.2 Uji Linearitas.....60
3.7.3 Uji Hipotesis.....60
3.7.3.1 Uji Regresi Sederhana.....60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....62
4.1 Hasil Penelitian.....62
4.1.1 Analisis Deskriptif Kuantitatif.....62
4.1.1.1 Analisis Deskriptif Tingkat Harga Diri Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Ajaran 2019/2020.....63
4.1.1.2 Analisis deskriptif Tingkat Kecenderungan Perilaku *Self Injury* Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Ajaran 2019/2020.....66
4.1.2 Uji Asumsi.....69
4.1.2.1 Uji Normalitas.....69
4.1.2.2 Uji Linearitas.....70
4.1.3 Uji Hipotesis Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury*Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Ajaran 2019/2020.....70
4.2 Pembahasan.....73
4.2.1 Tingkat Harga Diri Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Ajaran 2019/2020.....74
4.2.2 Tingkat Kecenderungan Perilaku *Self Injury* Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Ajaran 2019/2020.....76
4.2.3 Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury* pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020.....77
4.3 Keterbatasan Penelitian.....82
BAB V PENUTUP.....83
5.1 Simpulan.....83
5.2 Saran.....84

DAFTAR PUSTAKA.....85
LAMPIRAN.....89

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

3.1 Persebaran Peserta Didik SMP Negeri di Kecamatan Tembalang.....47
3.2 Perhitungan Jumlah Sampel dengan Taraf Kesalahan 5%.....48
3.3 Jumlah Subjek Penelitian 48
3.4 Kategori Skoring Jawaban Instrumen Skala Psikologis 49
3.5 Kisi-Kisi Instrumen Skala *Self Injury* Sebelum Try-Out 51
3.6 Kisi-Kisi Instrumen Skala Harga Diri Sebelum Try-Out.....52
3.7 Kisi-Kisi Instrumen Skala Harga Diri Setelah Try-Out.....54
3.8 Kisi-Kisi Instrumen Skala *Self Injury* Setelah Try-Out 55
3.9 Klasifikasi Realiabilitas 56
3.10 TeknikAnalisis Data.....57
3.11 Kategori Tingkat Hasil Instrumen Skala Piskologis 59
3.12 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....61
4.1 Kategori Tingkatan Variabel Harga Diri.....63
4.2 Tingkat Harga Diri Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang per-Indikator.....65
4.3 Kategori Tingkatan Variabel Kecenderungan Perilaku *Self Injury*.....66
4.4 Tingkat Kecenderungan Perilaku *Self Injury*Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang per-Indikator.....68
4.5 Hasil Uji Normalitas 69
4.6 Hasil Uji Linearitas 70
4.7 Hasil Uji Korelasi Regresi Sederhana Aspek Kekuatan 71
4.8 Hasil Uji Korelasi Regresi Sederhana Aspek Kebajikan 71
4.9 Hasil Uji Korelasi Regresi Sederhana Aspek Keberartian.....72
4.10 Hasil Uji Korelasi Regresi Sederhana Aspek Kemampuan 72

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

2.1 Kerangka Berfikir.....41
3.1 Skema Hubungan Antar Variabel 45
3.2 Prosedur Penyusunan Instrumen 50
4.1 Gambaran Harga Diri Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020.....64
4.2 Gambaran Harga Diri per-Indikator Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020 65
4.3 Gambaran Kecenderungan Perilaku *Self Injury*Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020.....67
4.4 Gambaran Kecenderungan Perilaku *Self Injury*per-Indikator Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020.....68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Studi Pendahuluan.....90
2. Skala *Self Injury* Sebelum Try Out 95
3. Skala Harga Diri Sebelum Try Out.....97
4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....99
5. Hasil Uji Asumsi.....103
6. Skala *Self Injury*Setelah Try Out.....104
7. Skala Harga Diri Setelah Try Out.....106
8. Tabulasi Instrumen.....107
9. Surat Ijin Penelitian.....121
10. Dokumentasi 126

BAB I

PENDAHULUAN

Pendahuluan merupakan bagian pertama skripsi yang memuat uraian mengenai: (1) latar belakang masalah, (2) rumusan masalah, (3) tujuan penelitian, dan (4) manfaat penelitian

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Monks (2006: 262) menyatakan bahwa umumnya rentang usia remaja berlangsung pada usia 12 hingga 21 tahun. Pada masa remaja banyak perubahan yang terjadi karena masa remaja rentan terhadap perubahan perilaku dan rentan terhadap pengaruh lingkungan pergaulan baik fisik, psikis maupun sosial. Adanya perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja tentunya menimbulkan berbagai permasalahan terlebih masa remaja merupakan masa pencarian jati diri. Perubahan ini muncul dari berbagai segi, seperti: fisik, kognitif, sosial, dan psikologis.

Rosenblum & Lewis (dalam Santrock, 2007) menyatakan bahwa masa remaja awal merupakan masa dimana terjadinya perubahan emosi yang berlangsung sering. Dalam kondisi seperti ini, remaja bisa merasa menjadi orang yang sangat bahagia kemudian merasa menjadi orang yang sangat sedih. Akan tetapi, perubahan emosi yang berlangsung sering tidak diikuti oleh mengekspresikan perasaan dengan jelas serta pengelolaan emosi yang baik. Akibatnya, banyak remaja yang rentan mengalami stress, depresi, kemarahan, serta kurang mampu meregulasi emosinya. Hal ini tentunya memicu munculnya

berbagai masalah seperti permasalahan akademik, penyalahgunaan obat, kenakalan remaja, atau gangguan makan. Kirchner, *et al.* (dalam Muthia,dkk., 2015) menyatakan bahwa beberapa tanda stres pada remaja yaitu melukai diri sendiri, percobaan bunuh diri, dan bunuh diri.

Pengelolaan emosi dapat disalurkan dengan cara yang positif maupun negatif. Emosi positif dapat disalurkan melalui kegiatan yang disuka seperti olahraga, pergi dengan teman-teman, pergi bersama keluarga, dan lain sebagainya. Sedangkan cara negatif untuk emosi negatif yaitu dengan mengkonsumsi obat terlarang, minum-minuman beralkohol bahkan melukai dirinya sendiri.

Humphreys, dkk. (2015) menyatakan bahwa perilaku melukai diri sendiri atau yang lebih dikenal dengan *self injury* termasuk dalam kategori *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) yang berarti bahwa tindakan untuk melakukan kerusakan atau penghancuran pada jaringan tubuh yang disengaja tanpa adanya niat bunuh diri. Walsh (dalam Humphreys, dkk., 2015) menyatakan bahwa *self injury* merupakan perilaku yang disengaja untuk menyakiti diri sendiri guna mengurangi penderitaan psikologis. Bentuk *self injury* yang umumnya terjadi yaitu seperti menggoreskan benda tajam pada tangan, menarik rambut, menggigit tangan/lengan sendiri, memukul diri sendiri, dan membenturkan kepala.

Pada umumnya perilaku *self injury* dilakukan pada masa remaja yang penuh dengan masalah dan perubahan besar, sehingga pelaku *self injury* pada masa tersebut memerlukan metode *coping* yang baru dan lebih berhasil. Fiona (daam Rizqi, 2011) menyatakan bahwa perilaku ini menjadi lebih sering dilakukan di awal usia 20 tahunan, karena terdapat banyak konflik kehidupan dan perubahan

tanggung jawab. Para pelaku *self injury* memiliki berbagai pandangan tentang perilaku mereka. Kebanyakan setuju bahwa perilaku itu merusak, tetapi mereka merasa tidak bisa berhenti karena rasa nyaman dengan hasil yang diperolehnya. Centerio (dalam Rizqi, 2011) menyatakan bahwa di sisi lain individu bukan pelaku *self injury* yang memiliki bekas luka merasa sangat malu dan berharap dapat menghilangkan bekas luka yang ada pada tubuh mereka, sedangkan beberapa pelaku *self injury* merasa bangga dari bekas luka yang ada pada tubuhnya.

Conterio dan Favazza (dalam Rizqi, 2011) menemukan bahwa 91% pelaku melakukan *self injury* setelah mengetahuinya dari orang lain atau membaca dari salah satu media sebelum memutuskan untuk terlibat dalam perilaku ini. Sebagian besar pelaku *self injury* mengatakan bahwa *self injury* dapat berkembang melalui proses observasi dengan memperhatikan dan mencontoh apa yang dilakukan orang lain. Banyak remaja menganggap *self injury* merupakan suatu perilaku yang luar biasa, unik dan perilaku ini menyebar di kalangan remaja.

Pada bulan Oktober 2018, tercatat ada 152 siswa SMP melakukan aksi sayat tangan yang terjadi dibeberapa daerah seperti Surabaya, Pekanbaru, dan Lampung Tengah. Di Surabaya terdapat 56 siswa yang melukai dirinya sendiri. Walikota Surabaya dalam lampung.tribunnews.com menyatakan bahwa peristiwa yang dialami oleh siswa SMP di Surabaya ini akibat depresi. Di Pekanbaru, KPAI bersama jajaran *cybercrime* kepolisian dalam metro.tempo.co menyampaikan sebanyak 55 siswa melakukan sayat tangan yang dipicu oleh tayangan video melalui media sosial sebagai stimulus negatif anak melakukan aktivitas sehingga

melukai diri mereka sendiri. Selain itu, pilarpkbijakteng.or.id menyatakan bahwa data *baseline Global Early Adoloscent Study* (*GEAS*) I pada tahun 2018 mengambil sampel pada sejumlah siswa siswi di enam SMP di Kota Semarang menunjukkan hasil bahwa sebanyak 16,3% siswa dan 16,8 siswi diantaranya pernah berfikir menyakiti diri.

Selain Pekanbaru, fenomena siswa yang melakukan *self injury* juga terjadi di Lampung Tengah dimana terdapat 41 siswa yang terdapat luka sayat ditangan yang diduga fenomenanya hampir sama dengan yang terjadi di Pekanbaru. Siswa mengaku puas setelah menirukan adegan video menyakiti diri sendiri yang tersebar di media sosial. Beberapa alasan siswa merasa puas melakukan hal tersebut karena mereka tidak bisa menyampaikan emosinya dengan baik seperti rasa dendam kepada teman, kurang diperhatikan oleh orangtua hingga merasa selalu gagal.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ulum, dkk. (2019), kurang lebih ada 30 siswa siswi yang melakukan tindakan *self injury*. Bentuk tindakan *self injury* yang dilakukan kebanyakan yaitu menyayat tangan. Alasan siswa melakukan tindakan *self injury* yaitu: 1) karena frustasi/ada masalah sebanyak 22%, 2) karena ikut-ikutan teman sebanyak 57%, dan 3) karena pengaruh media sosial sebanyak 21%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Claes, dkk. (2010), diketahui bahwa sebanyak 30,7% siswa melaporkan telah melakukan *self injury*. Perilaku yang paling umum dilakukan oleh pelaku *self injury* yaitu: 52% memotong bagian dirinya, 52,2% membenturkan kepala, 47,8% menggaruk parah, 41,3% memukul

dirinya sendiri. 71,6% mayoritas siswa yang melapor melakukan *self injury* menggunakan satu atau dua metode. Dalam penelitian ini, tidak ada perbedaan yang signifikan dalam proporsi pria dan wanita yang lapor telah melakukan *self injury*.

Rizqi (2011) menyatakan bahwa individu yang melakukan *self injury* memiliki beberapa karakteristik, yaitu: tidak dapat menyampaikan emosi atau perasaannya, sangat tidak menyukai dirinya sendiri, mengalami depresi atau stress berat, mengalami kecemasan kronis, tidak merasa memiliki kemampuan dalam mengatasi masalah, sangat peka terhadap penolakan.

Peneliti melakukan wawancara dengan beberapa Guru BK SMP Negeri di Kecamatan Tembalang yang dilakukan pada bulan Oktober 2020. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa Guru BK diketahui bahwa terdapat permasalahan yang dialami oleh siswa siswa mengenai tindakan *self injury*. Pada umumnya, yang melakukan tindakan *self injury* adalah perempuan dan tindakan yang biasanya dilakukan adalah menyayat tangannya. Sedangkan wawancara dengan beberapa siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang yang melakukan tindakan *self injury* menyatakan bahwa mereka sering melukai dirinya sendiri dan menyatakan bahwa hal tersebut merupakan perilaku yang normal bagi dirinya terlebih hal tersebut dianggap wajar dilakukan oleh anak usia remaja. 10 dari 36 siswa menyatakan bahwa tindakan melukai diri sendiri merupakan tindakan yang wajar dilakukan untuk melampiaskan emosi saat dirinya melakukan kesalahan.

Guru BK di salah satu SMP Negeri di Kecamatan Tembalang menyatakan bahwa fenomena *self injury* baru saja terjadi di sekolahnya. Fenomena tersebut

bermula terjadi pada 2 siswa perempuan dan laki-laki. Perilaku *self injury* muncul karena siswa merasa kecewa terhadap dirinya sendiri sehingga timbul rasa marah pada diri. Guru BK menemukan fenomena *self injury* di sekolah yaitu berdasarkan pengakuan langsung dari siswa yang melakukan tindakan *self injury*. Siswa menceritakan hal-hal yang sedang dialami sehingga muncul alasan penyebab ia melakukan *self injury*. Selain itu, Guru BK juga menemukan siswa yang terdapat goresan luka atau lebam di tanggannya dan setelah Guru BK mencari tahu penyebabnya ternyata hal itu dilakukan saat siswa sedang merasa depresi atau stres serta adanya ketertarikan siswa dalam melihat fenomena tersebut dari temannya yang telah melakukan.

Penanganan yang dilakukan oleh Guru BK saat menemukan siswa yang mengalami hal tersebut yaitu diberi sesi konseling individu untuk membantu anak dalam menyelesaikan permasalahannya. Jika dalam penanganannya terdapat permasalahan yang berasal dari keluarga, maka Guru BK juga melibatkan anggota keluarga seperti ayah/ibu/kakak. Tetapi tidak semua siswa yang mengalami hal tersebut mendapatkan sesi konseling secara individu karena tidak semua Guru BK mendapatkan informasi mengenai fenomena tindakan *self injury* yang dialami oleh siswa. Selain itu, tidak semua siswa yang melakukan *self injury* sukarela menceritakan permasalahan yang sedang dialami.

Perubahan yang terjadi pada masa remaja merupakan awal dari pembentukan harga diri yang sesuai dengan perkembangannya. James (dalam Baron, 2004) menyatakan bahwa harga diri merupakan evaluasi yang dibuat oleh setiap individu terhadap dirinya. Evaluasi atau penilaian terhadap diri yaitu pada

rentang dimensi positif hingga negatif maupun tinggi hingga rendah. Hal tersebut dapat berupa penilaian orang lain sebagai respon atas pandangan orang lain berupa penghargaan, penerimaan, perhatian, serta percaya terhadap kemampuan dalam rentang dimensi positif-negatif.

Harga diri bukanlah suatu sifat bawaan yang tidak dapat diubah. Harga diri dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti suasana jiwa, kondisi kesehatan, penerimaan, penolakan, dan lain sebagainya. Maslow (dalam Alwisol, 2004: 260) menyatakan bahwa individu dengan harga diri positif akan diterima, diapresiasi, dan mendapatkan penghargaan dari orang lain. Selain itu, ia memiliki kepuasan terhadap harga dirinya yang akan menimbulkan perasaan percaya diri, diri berharga, diri mampu, dan perasaan berguna. Sedangkan Story (dalam Baron dan Byrne, 2004) menyatakan bahwa seseorang dengan harga diri yang rendah mengingat peristiwa yang tidak menyenangkan dengan lebih baik untuk mempertahankan sebuah evaluasi diri yang negatif.

Brausch & Muehlenkamp, 2007; Ross et al., 2009 (dalam Claes dkk., 2010) telah menemukan bahwa tingkat ketidakpuasan pada diri yang tinggi dikaitkan dengan NSSI pada remaja. Tingginya tingkat ketidaksukaan diri remaja yang memiliki kecenderungan NSSI mendukung gagasan tersebut bahwa NSSI dapat menjadi sarana untuk menghukum diri sendiri dan mengubah kebencian diri pada tubuh seseorang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ulum, dkk. (2019) diketahui bahwa siswa korban *self injury* memiliki tingkat harga diri yang rendah. Hal ini ditandai dengan kurangnya rasa percaya diri, malu atau minder saat berada

di lingkungan sosial, memiliki rasa mudah putus asa, ragu-ragu dalam menentukan keputusan dan kurang mengetahui kelebihan serta kekurangan dalam dirinya.

Sehingga dapat dimaknai bahwa siswa yang memiliki kepercayaan terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima dirinya sendiri akan memiliki harga diri tinggi sehingga tingkat kecenderungan perilaku *self injury* rendah. Sedangkan bagi siswa dengan kurang rasa percaya diri dan malu atau minder saat berada di lingkungan sosial memiliki harga diri rendah sehingga tingkat kecenderungan perilaku *self injury* tinggi. Asumsi dalam penelitian ini adalah harga diri memiliki hubungan yang negatif dan signifikan dengan kecenderungan perilaku *self injury*.

Apabila harga diri memiliki hubungan yang negatif signifikan dengan kecenderungan perilaku *self injury*, maka hal ini dapat dijadikan masukan bagi Guru BK. Mengingat fungsi Guru BK di sekolah tidak hanya membantu siswa dalam mengentaskan permasalahan yang sedang dihadapi saja tetapi juga mencegah terjadinya suatu permasalahan pada siswa. Dibutuhkan peran dan keterlibatan secara aktif dari Guru BK dalam membimbing siswa untuk dapat mewujudkan siswa dengan harga diri yang tinggi sehingga dapat mengurangi resiko adanya kecenderungan perilaku *self injury*.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti memiliki ketertarikan untuk dapat mengetahui lebih mendalam mengenai keterkaitan antara harga diri dan kecenderungan perilaku *self injury*. Adapun penelitian ini diberi judul: “Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury* pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang pada penulisan penelitian ini, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana tingkat harga diri pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020?
2. Bagaimana tingkat kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020?
3. Bagaimana pengaruh harga diri berdasarkan aspek-aspeknya yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah tersebut, maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat harga diri pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020
2. Untuk mengetahui tingkat kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020
3. Untuk mengetahui pengaruh harga diri berdasarkan aspek-aspeknya yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan referensi dan tambahan ilmu pengetahuan sebagai bentuk pengembangan ilmu bimbingan dan konseling tentang pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan pengetahuan bagi pihak sekolah mengenai fenomena yang terjadi pada anak usia remaja. Sehingga penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk kebutuhan dalam membuat program layanan.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian dapat dijadikan referensi pengetahuan dan bahan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya. Terutama yang lebih mendalam mengenai fenomena *self injury*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini akan diuraikan mengenai tinjauan pustaka yang mendukung penelitian ini, yaitu: (1) penelitian terdahulu, (2) *self injury*, (3) harga diri, (4) kerangka berpikir, dan (5) hipotesis penelitian.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain yang berkaitan dengan topik atau variabel yang hendak diteliti. Penelitian terdahulu yang digunakan memiliki relevansi dengan penelitian yang hendak dilakukan. Sehingga melalui kajian empiris ini dapat digunakan sebagai acuan serta masukan bagi peneliti. Berikut adalah beberapa penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan variabel penelitian yang dilakukan peneliti. Berikut merupakan uraian dari hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan variabel penelitian ini:

Penelitian yang dilakukan oleh Rizqi (2011) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan mengenai kematangan emosi terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada remaja yang bersekolah di SMA Negeri 11 Bekasi. Kematangan emosi sebagai variabel *independent* memberikan sumbangsih sebesar 32,3% terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada remaja yang bersekolah di SMA Negeri 11 Bekasi. Pada penelitian ini, dua dari tujuh aspek variabel kematangan emosi yang memberikan sumbangsih yang signifikan yaitu kemampuan beradaptasi dan kemampuan menguasai amarah. Keterkaitan penelitian yang dilakukan oleh Rizqi dengan penelitian ini yaitu mengenai

kecenderungan perilaku *self injury*. Sedangkan perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Rizqi dengan penelitian ini yaitu terletak pada variabel *independen*. Penelitian yang dilakukan oleh Rizqi meneliti kematangan emosi sedangkan penelitian ini meneliti harga diri sebagai variabel *independent*. Selain itu, subjek penelitian yang digunakan pada penelitian Rizqi adalah siswa SMA sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah siswa SMP.

Penelitian yang dilakukan oleh Muthia dan Diana (2015) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kesepian dan keinginan melukai diri sendiri pada remaja. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi pula keinginan untuk melukai diri sendiri, begitu juga sebaliknya semakin rendah kesepian maka semakin rendah pula keinginan untuk melukai dirinya. Keterkaitan penelitian yang dilakukan oleh Muthia dan Diana dengan penelitian ini yaitu mengenai perilaku *self injury* atau melukai diri sendiri. Sedangkan perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Muthia dan Diana dengan penelitian ini yaitu terletak pada variabel *independen*. Penelitian yang dilakukan oleh Muthia dan Diana meneliti mengenai keterkaitan antara kesepian dan keinginan melukai diri sendiri. Selain itu, subjek penelitian yang digunakan pada penelitian Muthia dan Diana adalah siswa SMK dan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *accidental sampling*.

Penelitian yang dilakukan oleh Subekti dan Nurullya (2014) menyatakan bahwa dalam penelitian ini, kecerdasan emosional remaja tergolong dalam kategori tinggi sedangkan harga diri remaja sebagian besar memiliki harga diri rendah. Hasil dalam penelitian tersebut yaitu adanya hubungan yang signifikan

antara kecerdasan emosional dengan harga diri. Keterkaitan penelitian yang dilakukan oleh Subekti dan Nurullya dengan penelitian ini yaitu mengenai harga diri. Sedangkan perbedaan pada kedua penelitian ini yaitu Subekti dan Nurullya meneliti mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan harga diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Claes, dkk (2010) menyatakan bahwa siswa yang melakukan *self injury* tanpa ada niat untuk bunuh diri menilai diri mereka lebih rendah pada kecerdasan akademik, daya tarik fisik, keterampilan sosial dan stabilitas emosional dari pada teman-temannya yang tidak melakukan *self injury*. Keterkaitan penelitian yang dilakukan oleh Claes, dkk dengan penelitian ini yaitu mengenai harga diri dan perilaku *self injury*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Claes, dkk., mereka juga mengaitkan mengenai harga diri dan perilaku *self injury* dengan kenakalan teman remaja yang melukai dirinya sendiri. Sedangkan perbedaan pada kedua penelitian ini yaitu pada subjek penelitian yang digunakan yaitu siswa SMA.

Penelitian yang dilakukan oleh Jose Perez, dkk. (2012) menyatakan bahwa kesulitan dalam meregulasi emosi berkaitan dengan *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI). Hasil dari analisis regresi pada penelitian ini yaitu regulasi emosi menyumbang sebagian besar dalam NSSI. Perbedaan pada kedua penelitian ini yaitu pada subjek penelitian yang digunakan. Subjek dalam penelitian yang dilakukan oleh Jose Perez, dkk. adalah pasien remaja rawat inap di rumah sakit jiwa yang dirawat dengan alasan kejiawaan termasuk narkoba, detoksifikasi dan rehabilitasi alkohol.

2.2 *Self Injury*

Pada bagian ini akan dijelaskan mengenai harga diri yang meliputi: pengertian *self injury*, bentuk *self injury*, faktor perilaku *self injury*, dan aspek perilaku *self injury*.

2.2.1 Pengertian *Self Injury*

Chaplin (2004) dalam kamus psikologi menjelaskan bahwa *injury* berarti kerusakan atau cidera yang dilakukan secara sengaja. Humphreys, dkk. (2015) menyatakan bahwa *self injury* termasuk dalam kategori *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) yang berarti bahwa tindakan untuk melakukan kerusakan atau penghancuran pada jaringan tubuh yang disengaja tanpa adanya niat bunuh diri. Claes et al (dalam Humphreys, dkk., 2015) menyatakan bahwa *self injury* merupakan tindakan yang disengaja untuk melukai diri sendiri yang dilakukan pada seseorang tanpa ada niat untuk bunuh diri.

Walsh (dalam Humphreys, dkk., 2015) menyatakan bahwa *self injury* merupakan perilaku yang disengaja untuk menyakiti diri sendiri guna mengurangi penderitaan psikologis. Cutter (dalam Rizqi, 2011) menyatakan bahwa *self injury* merupakan salah satu gangguan depresif. Hal ini terkadang dikaitkan dengan penyakit mental, sejarah trauma dan pelecehan termasuk pelecehan emosional, seksual, gangguan makan, atau ciri-ciri mental seperti rendah diri atau perfeksionisme.

Klonsky (2007) menjelaskan bahwa bentuk yang umum termasuk dalam tindakan *self injury* yaitu pemotongan, menggaruk, membakar, dan memukul. Kebanyakan individu yang melakukan *self injury* telah menggunakan lebih dari

satu metode. berdasarkan studi yang dilakukan oleh Whitlock dkk (dalam Klonsky, 2007) menyatakan bahwa area tubuh yang paling memungkinkan terluka yaitu lengan, tangan, pergelangan tangan, paha, dan perut.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas mengenai *self injury*, dapat disimpulkan bahwa *self injury* merupakan perilaku yang sengaja dengan mengakibatkan kerusakan pada diri tanpa niat bunuh diri. Mereka yang melukai dirinya sendiri sering merasionalkan tindakan mereka sebagai tindakan yang perlu bahkan normal.

2.2.2 Bentuk *Self Injury*

Self injury merupakan perilaku yang disengaja dengan mengakibatkan kerusakan dan perubahan pada jaringan kulit bukan dengan tujuan untuk bunuh diri. Nock (2009) menyatakan bahwa metode yang paling umum digunakan untuk melukai diri sendiri (*self injury*) yang dijelaskan dihampir semua penelitian yaitu memotong atau mengukir diri dengan alat yang tajam seperti pisau atau pisau cukur. Selain itu, Klonsky (2007) menyatakan bahwa 70% bentuk yang paling umum dari perilaku *self injury* yaitu memotong atau menggoreskan kulit.

Simeon & Hollander, 2001; Walsh, 2006 (dalam Walsh, 2007) menyatakan bahwa bentuk cidera yang paling umum terjadi pada individu yang melakukan *self injury* yaitu pemotongan, menggaruk, mengukir, memukul diri sendiri, membakar diri sendiri, dan mengupas luka. Lloyd-Richardson, Perrine, Dierker, & Kelley (dalam Klonsky, 2007) menyatakan bahwa sebanyak 46% siswa kelas 9 dan 10 telah melakukan *self injury* dalam setahun terakhir, termasuk 14% siswa telah memotong atau mengukir kulit dan 12% yang membakar kulit. Shiels et al (dalam

Klonsky, 2007) menyebutkan beberapa metode umum *self injury* lainnya yaitu menggaruk atau mengikis kulit sampai berdarah, membakar kulit, dan memasukkan benda ke bawah kulit seperti peniti atau jarum.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Klonsky (2007) area tubuh yang paling mungkin terluka yaitu lengan, tangan, pergelangan tangan, paha, dan perut. Sependapat dengan penelitian Klonsky, Nock (2009) menyatakan bahwa sebagian besar cedera yang dilakukan oleh pelaku *self injury* terjadi di lengan, kaki, dan perut. Selain itu, Nock (2009) menyatakan bahwa metode lain yang digunakan pelaku *self injury* yaitu dengan menggunakan narkoba dan alkohol.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa tokoh mengenai bentuk-bentuk *self injury*, maka dapat disimpulkan bahwa bentuk *self injury* yang paling umum dilakukan yaitu menggoreskan benda tajam pada kulit hingga berdarah, memotong, dan membakar kulit. Hal ini menyebabkan beberapa bagian tubuh terluka seperti tangan, pergelangan tangan, kaki, dan perut.

2.2.3 Faktor Perilaku *Self Injury*

Klonsky (2007) mengemukakan beberapa faktor dari perilaku *self injury*, yang meliputi:

1) *Affect Regulation* (Regulasi Afek)

Regulasi afek atau emosi merupakan kemampuan seseorang untuk memodulasi atau mengubah keadaan emosi untuk secara adaptif memenuhi tuntutan lingkungan. Fungsi yang paling umum dari *self injury* yaitu regulasi afek atau regulasi emosi. *Self injury* merupakan strategi yang digunakan untuk meredakan emosi negatif yang hebat dan kuat. Emosi seperti marah, cemas, dan

frustasi hadir sebelum individu melakukan *self injury* dan kemudian diikuti oleh rasa lega atau tenang setelah melakukan *self injury*. Alasan yang umum diberikan individu untuk melakukan *self injury* yaitu untuk melepaskan tekanan yang menumpuk dalam diri, untuk menghentikan perasaan buruk, atau untuk mengelola stres.

2) *Interpersonal Influence* (Pengaruh interpersonal)

Keinginan untuk mempengaruhi oranglain dapat memotivasi individu untuk melakukan *self injury*. Hal ini dimaksudkan agar individu mendapatkan kasih sayang dari orang lain yang ada di lingkungannya. Alasan individu melakukan *self injury* untuk mempengaruhi orang lain yaitu untuk mencari perhatian dan dukungan dari orang lain, untuk mengendalikan perilaku orang lain, untuk mendapatkan bantuan dari orang lain, dan untuk menjalin ikatan dengan teman-teman.

3) *Antidissociation* (Antidisosiasi)

Disosiasi merupakan mekanisme pertahanan alam bawah sadar yang membantu seseorang melingungi aspek emosional dirinya dari peristiwa traumatis atau menakutkan dengan cara melupakan atau menjauhkan diri dari situasi atau memori yang menyakitkan. Beberapa individu yang melakukan *self injury* menyatakan bahwa terkadang mereka merasa tidak nyata atau tidak merasakan apapun. Alasan individu melakukan *self injury* yaitu untuk merasakan sesuatu bahkan jika itu adalah rasa sakit, untuk berhenti mati rasa, atau untuk merasakan rasa yang lebih nyata. Anti disosiasi mungkin terjadi sebagai akibat dari emosi intens yang dirasakan oleh individu yang melakukan *self injury*.

4) *Antisuicide* (Anti bunuh diri)

Beberapa alasan yang disampaikan oleh individu yang melakukan *self injury* yaitu untuk mencegah bertindak berdasarkan perasaan bunuh diri dan untuk menghentikan ide atau upaya untuk bunuh diri. Hal ini bagi individu yang melakukan *self injury* merasa dapat meringankan emosi negatif yang intes yang membuat individu merasa ingin bunuh diri.

5) *Sensation Seeking* (Mencari sensasi)

Bagi beberapa individu yang melakukan *self injury*, hal ini dijadikan sarana untuk menghasilkan kegembiraan. Alasan bagi individu yang melakukan *self injury* yaitu hal tersebut dirasa akan menyenangkan atau untuk kegembiraan. Individu yang melakukan hal ini dengan alasan untuk mencari perhatian biasanya dilakukan di sekitar teman. Berbeda dengan regulasi afek, hukuman diri, anti disosiasi, dan anti bunuh diri yang lebih mungkin dilakukan secara pribadi atau dirahasiakan.

6) *Interpersonal Boundaries* (Batas antar pribadi)

Bagi beberapa individu yang melakukan *self injury*, hal ini digunakan untuk menegaskan batas-batas diri. Menandai kulit, memisahkan individu dari lingkungan dan orang lain dapat membantu individu merasa lebih mandiri, otonom atau berbeda dari orang lain. Beberapa individu menggambarkan *self injury* sebagai sesuatu seperti individu memiliki kendali dan tidak ada orang lain yang bisa mengendalikannya.

Nock (2009) mengemukakan beberapa faktor dari bahaya perilaku *Self injury*, yang meliputi:

1) Pembelajaran sosial

Bandura 1977, 2006 (dalam Nock, 2009) menyatakan bahwa banyak perilaku yang dilakukan dengan mengamati orang lain di lingkungan sekitar. Keputusan individu untuk melakukan *self injury* kemungkinan besar dipengaruhi oleh apa yang telah diamati atau dipelajari mengenai perilaku dari orang lain.

2) Sikap implisit/Identifikasi implisit

Greenwald et al. (dalam Nock, 2009) menyatakan semakin banyak bukti yang menunjukkan bahwa asosiasi dan identifikasi implisit seseorang memegang prediksi perilaku selanjutnya, hal ini memungkinkan orang untuk memutuskan terlibat dalam *self injury* sebagai sarana emosi/kognitif atau regulasi sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Nocck & Banaji (dalam Nock, 2009) menyatakan bahwa orang yang memiliki riwayat *self injury* memiliki lebih banyak sikap implisit yang menguntungkan dan memiliki identifikasi implisit yang kebih kuat dengan *self injury* dibandingkan individu yang memiliki kontrol.

3) Pensinyalan sosial

Chaplin (2004) menjelaskan bahwa sinyal merupakan suatu tanda yang menguhubungkan seorang individu dengan individu lainnya. Individu menggunakan *self injury* sebagai metode atau alat untuk mengkomunikasikan atau menandakan kesulitan karena hal itu dianggap lebih efektif untuk mendapatkan bantuan dari orang lain. Conterio et al. 1998, Favazza 1996, Strong 1998, Walsh & Rosen 1988 (dalam Nock, 2009) menggambarkan bahwa *self injury* digunakan sebagai alat komunikasi dan pencarian bantuan. Selanjutnya Nock (2009) menggambarkan berbagai cara mengenai perilaku mana yang dapat memberikan

cara efektif dalam berkomunikasi dan mempengaruhi orang lain ketika kemampuan berbahasa tidak ada (Hauser 1996, Maynard Smith & Harper 2003), terbatas (lwata et al. 1994), atau merupakan cara yang tidak efektif untuk mengkomunikasikan kesulitan orang lain (Kleinman 1982, Nichter 1981).

4) Analgesia

Chaplin (2004) menyatakan analgesia yaitu tidak adanya rasa sakit. Nock & Prinstein (dalam Nock, 2009) menyatakan bahwa individu yang terlibat dalam *self injury* biasanya mengalami sedikit atau tidak ada rasa sakit selama melakukan *self injury*. Bohus et al. 2000, Kemperman et al. 1997, Russ et al. 1999 (dalam Nock, 2009) menjelaskan bahwa individu butuh waktu lebih lama untuk mengalami rangsangan sebagai rasa sakit dan individu dapat mentolerir rasa sakit lebih lama.

5) Pragmatis

Seseorang yang melakukan *self injury* karena strategi atas pengaturan diri lainnya karena hal itu dirasa cepat, efektif, dan mudah diimplementasikan. Dalam hal ini kemungkinan kecil remaja untuk memiliki keterampilan dalam mengatasi situasi yang penuh tekanan secara efektif, cenderung tidak terampil dalam menyampaikan kekhawatiran secara efektif, dan kemungkinan kecil memiliki akses regulasi afektif/kognitif.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas mengenai faktor yang mempengaruhi perilaku *self injury* dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku *self injury*, meliputi regulasi afek, hukuman diri, pengaruh interpersonal, antidisosiasi, anti bunuh diri, mencari sensasi, dan batas antar pribadi.

2.2.4 Aspek Perilaku *Self Injury*

Eliana dalam Walsh yang dikutip (Rizqi, 2011) mengemukakan beberapa aspek karakteristik dari perilaku *self injury*, yaitu:

1) Berdasarkan kepribadian pelaku

Para pelaku *self injury* cenderung memiliki harga diri yang rendah. Horney (dalam Alwisol, 2004: 179) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki harga diri rendah akan meremehkan, meragukan, mencemarkan, dan menghina dirinya sendiri sehingga menghambat kemajuan diri untuk berprestasi. Bednar, Wells, & Peterson (dalam Santrok, 2002) menyatakan bahwa individu yang menilai harga dirinya rendah akan menghindari masalah. Hal ini akan memicu adanya penolakan.

2) Berdasarkan lingkungan keluarga pelaku

Individu yang melakukan *self injury* karena memiliki trauma pada masa kecilnya, misalnya memiliki pengalaman yang tidak baik dalam keluarga atau kekurangan sosok salah satu atau kedua orangtua yang menimbulkan kesulitan-kesulitan menginternalisasikan perhatian positif. Linehan (dalam Fauziaty, 2015) menyatakan bahwa individu yang memiliki kecenderungan untuk melakukan*self injury* adalah individu yang pernah mengalami kekerasan dalam anggota keluarga.

Studi yang dilakukan Fennig et al., 2008, Glassman, Weierich, Hooley, Deliberto, & Nock, 2007 (dalam Claes dkk., 2010) juga telah menunjukkan bahwa tingkat mengkritik diri sendiri yang tinggi terkait dengan hubungan interpersonal yang terganggu. Siswa yang melukai diri sendiri dalam penelitian ini melaporkan hubungan yang kurang positif dengan orang tua mereka dan sesama jenis.

3) Berdasarkan lingkungan sosial pelaku

Individu yang melakukan *self injury* kurang memiliki kemampuan untuk membentuk dan menjaga hubungan dengan stabil. Maidah (2013) menyatakan bahwa individu yang melakukan *self injury* peka terhadap penolakan sehingga menimbulkan harga diri rendah. Myers (2011) menegaskan bahwa hal ini dapat mengakibatkan individu menganggap dirinya sebagai orang yang tidak berharga dan tidak sesuai sehingga takut gagal untuk melakukan hubungan sosial. Selain itu, individu akan takut pada perubahan dalam bentuk apapun. Brehm & Kassin (dalam Dayakisni, 2009) menyatakan bahwa biasanya individu tersebut menunjukan usaha yang tidak maksimal dan menghilangkan tantangan-tantangan dalam kehidupannya.

Klonsky (2007) mengemukakan beberapa aspek karakteristik dari perilaku *self injury*, yaitu:

1) Emosionalitas negatif. Klonsky (2007) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki emosi negatif akan lebih sering melukai diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari.
2) Kesulitan dalam mengekspresikan emosi. Lundh, Karim, & Quilisch; Zlotnick et al (dalam Klonsky, 2007) menyatakan bahwa individu yang melakukan*self injury* cenderung mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi atau memahami emosi mereka dan menjadi kurang sadar tentang emosi mereka dibandingkan dengan individu yang tidak melakukan*self injury*.

3) Hukuman atau Kemarahan Pada Diri. Klonsky (2007) menyatakan bahwa individu yang melakukan *self injury* mengidentifikasi motivasi yang berkaitan dengan hukuman diri atau kemarahan yang diarahkan pada diri sendiri.

Berikut akan dijelaskan lebih mendalam mengenai aspek karakteristik dari perilaku *self injury*, yaitu:

1) Kesulitan dalam mengekspresikan emosi

Gratz (dalam Klonsky, 2007) menyatakan bahwa individu yang melakukan *self injury* cenderung mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka dibandingkan dengan individu yang tidak melakukan*self injury*. Lundh, Karim, & Quilisch; Zlotnick et al (dalam Klonsky, 2007) menyatakan bahwa individu yang melakukan*self injury* cenderung mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi atau memahami emosi mereka dan menjadi kurang sadar tentang emosi mereka dibandingkan dengan individu yang tidak melakukan*self injury*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Gratz et al. (2002) dan Zlotnick et al. 1996 (dalam Klonsky, 2007) dijelaskan bahwa individu yang melukai diri sendiri lebih mungkin dalam mengalami periode disosiasi dimana individu mengalamani pengalaman emosi yang terganggu.

Hurlock (1980) menyatakan bahwa individu pada masa remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara meledak-ledak melainkan dengan menggerutu bahkan tidak mau berbicara. Individu yang mampu memahami emosi yang sedang dialami dan rasakan, akan lebih mampu mengelola emosinya secara positif. Sedangkan individu yang kesulitan dalam memahami emosi bergejolak

yang sedang dialami akan menjadi rentan dan terpenjara oleh emosinya sendiri individu tersebut akan bingung dan bimbang akan makna dari suasana emosi yang sedang dirasakan, Geldard (2014).

Nock (2009) menjelaskan dari pertanyaan alasan individu melakukan *self* injury sebagai sarana berkomunikasi dengan orang lain daripada menggunakan bahasa yang tidak berbahaya sebagai sarana berekspresi yaitu karena individu menggunakan *self injury* sebagai alat untuk mengkomunikasikan atau menandakan kesulitan karena hal ini dirasa lebih efektif dalam mendapatkan bantuan dari orang lain daripada bentuk komunikasi lainnya seperti menangis, berbiaca, atau berteriak. Nock (2009) menggambarkan berbagai cara mengenai perilaku mana yang dapat memberikan cara efektif dalam berkomunikasi dan mempengaruhi orang lain ketika kemampuan berbahasa tidak ada (Hauser 1996, Maynard Smith & Harper 2003), terbatas (lwata et al. 1994) , atau merupakan cara yang tidak efektif untuk mengkomunikasikan kesulitan pada orang lain (Kleinman 1982, Nichter 1981).

Self injury bukanlah hal yang baru akan tetapi banyak orang yang tidak menyadari adanya fenomena tersebut. Individu menjadikan*self injury* sebagai alat untuk mengekspresikan emosi ketika individu tersebut tidak bisa mengatur emosinya dengan baik sehingga lebih memilih untuk memendamnya daripada menyampaikannya.

2) Memiliki emosi negatif

Klonsky (2007) berpendapat bahwa individu yang memiliki emosi negatif memiliki resiko yang tinggi untuk melakukan*self injury*. Klonsky juga

menyatakan bahwa individu yang melukai diri sendiri telah ditemukan untuk skor tertinggi pada ukuran-ukuran tempramen negatif, disregulasi emosi, depresi, dan kecemasan. Pengalaman emosi negatif yang meningkat dapat menjadi alasan utama bagi individu untuk melakukan *self injury* untuk meringankan emosi sementara.

Santrock (2007) menyatakan bahwa banyak remaja yang tidak dapat mengelola emosinya secara efektif. Akibat dari remaja yang tidak dapat mengelola emosinya secara efektif yaitu rentan mengalami depresi, kemarahan, kurang mampu meregulasi emosi dan dapat memicu berbagai permasalahan seperti penyalahgunaan obat, kenakalan remaja, atau kesulitan akademis. Klonsky (2007) menjelaskan bahwa *self injury* adalah strategi yang paling sering digunakan untuk meredakan, mengatasi dan mengatur emosi negatif. Emosi seperti kemarahan, kecemasan, dan frustrasi cenderung hadir sebelum cedera diri, dan cedera diri sering diikuti oleh perasaan lega atau tenang.

Alderman dan Connors dalam Fiona yang dikutip (Rizqi, 2011) menyatakan bahwa*self injury* merupakan suatu metode *coping* terhadap keadaan emosional yang sulit seperti kecemasan, stres dan perasaan negatif lainnya untuk mempertahankan hidup. Alderman (dalam Kurniawaty, 2012) menyatakan bahwa individu melakukan *self injury* untuk membuang emosi negatif pada dirinya. Dampak yang dirasakan ketika individu merasakan emosi negatif yaitu sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustasi, marah, dendam, dan lain sebagainya.

3) Hukuman atau kemarahan pada diri

Klonsky (2007) menyatakan bahwa individu yang melakukan *self injury* mengidentifikasi motivasi yang berkaitan dengan hukuman diri atau kemarahan yang diarahkan pada diri sendiri. Alasan individu melakukan *self injury* yaitu untuk mengekspresikan kemarahan pada diri sendiri atau untuk menghukum diri sendiri. Bagi individu yang melakukan *self injury*, hal ini dapat dianggap untuk menenangkan diri saat menghadapi kesulitan. Klonsky juga menyatakan bahwa ketidaksukaan pada diri sendiri dapat menjadi motivasi individu untuk melakukan *self injury*.

Favazza 1996, Strong 1998, Walsh & Rosen 1988 (dalam Nock, 2009) menyatakan bahwa orang mungkin lebih memilih untuk terlibat dalam *self injury* dimana hal ini dijadikan sebagai sarana untuk mempengaruhi/regulasi kognitif dan pengaruh sosial karena secara bersamaan menyediakan media untuk menghukum diri sendiri karena beberapa kesalahan yang dirasakan pada diri sendiri atau penghinaan pada diri sendiri. Brehm & Kassin (dalam Dayakisni, 2009) menyatakan bahwa ketika individu dengan harga diri rendah mengalami kegagalan, maka ia akan menyalahkan diri mereka sendiri dan mengarahkan dirinya untuk merasa tidak kompeten lagi sehingga akan merasa rendah diri saat berhadapan dengan orang lain.

Klonsky (2007) menyatakan bahwa pada beberapa penelitian menguji potensi pengaruh harga diri dengan hasil: (a) pada penelitian Nock & Prinstein tahun 2004 menjelaskan harga diri merupakan alasan utama bagi individu untuk melakukan *self injury*, (b) dalam studi EMA (Nock et al. 2009) "kebencian diri"

dan "kemarahan pada diri sendiri" dilaporkan sebagai pencetus pikiran / perasaan hampir setengah dari episode *self injury*, dan (c) pada penelitian Glassman et al. Tahun 2007 individu yang terlibat melakukan *self injury* memiliki tingkat signifikan lebih tinggi dalam kritik diri sendiri dari pada individu yang tidak terlibat dalam *self injury*.

Berdasarkan penjelasan mengenai aspek karakteristik perilaku *self injury* dari beberapa tokoh, maka disimpulkan bahwa aspek karakteristik dari perilaku *self injury* yaitu: kesulitan dalam mengekspresikan emosi, memiliki emosi negatif dan hukuman atau kemarahan pada diri.

2.3 Harga Diri

Pada bagian ini akan dijelaskan mengenai harga diri yang meliputi: pengertian harga diri, karakteristik harga diri, faktor yang mempengaruhi harga diri dan aspek harga diri.

2.3.1 Pengertian Harga Diri

Harga diri (*self esteem*) merupakan salah satu unsur penting dalam menyusun diri (*self*). Santrock (2002) menyatakan bahwa harga diri merupakan dimensi evaluatif mengarah pada penilaian diri yang bersifat global. Harga diri sebagai acuan citra diri yang memandang diri sendiri berdasarkan kemampuan atau penampilannya. Tajfel (dalam Santrock, 2002) menyatakan bahwa citra diri terbagi atas identitas pribadi dan identitas sosial. Seorang individu dapat memperbaiki citra diri dengan cara meningkatkan identitas pribadi maupun identitas sosial.

James (dalam Baron, 2004) menyatakan bahwa harga diri merupakan evaluasi yang dibuat oleh setiap individu terhadap dirinya. Evaluasi atau penilaian terhadap diri yaitu pada rentang dimensi positif hingga negatif maupun tinggi hingga rendah. Memiliki harga diri yang tinggi berarti seseorang individu menyukai dirinya sendiri sedangkan individu dengan harga diri yang relatif rendah lebih mudah diprediksikan atau ditebak daripada individu dengan harga diri yang tinggi.

Worchel (dalam Dayakisni, 2009) menyatakan bahwa harga diri merupakan komponen evaluatif dari konsep diri tentang diri sendiri. Komponen evaluatif terdiri dari evaluasi positif dan evaluasi negatif. Seseorang yang memiliki evaluasi positif terhadap dirinya cenderung bahagia dan dapat menyesuaikan diri. Sedangkan seseorang yang memiliki evaluasi negatif terhadap dirinya cenderung menilai dirinya negatif seperti tertekan, cemas dan pesimis.

Dacey dan Kenny (dalam Desmita, 2017) menyatakan bahwa konsep diri untuk menjawab pertanyaan “Siapakah saya?” sedangkan harga diri untuk menjawab pertanyaan “Bagaimana perasaan saya tentang siapa saya?”. Sedangkan Coopersmith dalam karya klasiknya *The Antecedents of Self-Esteem* menyatakan bahwa *Self-Esteem* mengacu pada evaluasi yang dibuat individu secara khusus terkait dengan dirinya sendiri baik secara positif maupun negatif. Individu dengan harga diri yang positif akan menerima dan menghargai dirinya sendiri, sedangkan individu dengan harga diri yang negatif akan merasa dirinya tidak berguna dan berharga sehingga selalu menyalahkan dirinya atas ketidaksempurnaan diri.

Berdasarkan dari beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa harga diri merupakan bagian dari konsep diri yang melibatkan diri untuk melakukan penilaian yang dibuat mengenai diri sendiri baik penilaian secara positif dan negatif. Seseorang dengan harga diri rendah cenderung memandang dirinya dengan sudut pandang negatif dan selalu mengaitkan kegagalan yang dialami pada dirinya sendiri.

2.3.2 Karakteristik Harga Diri

Harga diri individu dibagi menjadi 2 tingkatan, yaitu harga diri tinggi dan harga diri rendah. Dalam setiap tingkatan harga diri memiliki karakteristik, yaitu:

2.3.2.1 Karakteristik Harga Diri Tinggi

Individu dengan harga diri yang positif akan menerima dan menghargai dirinya sendiri. Brehm & Kassin (dalam Dayakisni, 2009) menyatakan bahwa individu yang menilai dirinya positif cenderung merasa berhasil, sehat, bahagia, dan dapat menyesuaikan diri. Baron (2004) menyatakan jika individu yang mempertahankan memiliki evaluasi diri positif selalu mengingat peristiwa yang menyenangkan dengan lebih baik.

Dariuszky (2004) mengemukakan beberapa karakteristik individu dengan tingkat harga diri positif atau tinggi. Pertama, mereka yang memiliki harga diri tinggi tidak terlalu khawatir akan keselamatan hidupnya dan lebih berani dalam menghadapi resiko. Mereka bersedia bertanggung jawab atas segala kegagalan maupun kesalahan yang terjadi. Santrock (2002) menyatakan bahwa harga diri dapat meningkat jika individu mengalami suatu masalah dan menghadapinya. Berkaitan dengan pendapat Santrock, Dariuszky (2004) menyatakan bahwa

seseorang yang memiliki harga diri tinggi adalah orang yang optimis dan mampu mengendalikan situasi.

Kedua, mereka memandang dirinya sama dan sederajat dengan orang lain. Individu yang memiliki harga diri positif memandang dirinya yakin dan percaya diri atas kemampuan yang dimiliki. Maslow (dalam Alwisol, 2004: 260) menyatakan bahwa individu dengan harga diri positif akan diterima, diapresiasi, dan mendapatkan penghargaan dari orang lain. Selain itu, ia memiliki kepuasan terhadap harga dirinya yang akan menimbulkan perasaan percaya diri, diri berharga, diri mampu, dan perasaan berguna.

Ketiga, mereka relatif puas dan berbahagia dengan keadaan hidupnya serta memiliki kemampuan yang cukup bagus dalam menyesuaikan diri serta umumnya memiliki perasaan-perasaan yang positif. Alwisol (2004) menyatakan bahwa seseorang dengan harga diri yang positif dapat mengembangkan perasaan bangga terhadap kemampuan yang dimiliki pada diri sendiri. Calhoun dan Acocella (dalam Desmita, 2017) menyatakan bahwa individu dengan harga diri positif adalah individu yang menyukai dirinya sendiri dan menyukai segala sesuatu yang dikerjakan.

Coopersmith (dalam Irwansyah, 2018) mengemukakan beberapa karakteristik individu dengan tingkat harga diri positif atau tinggi. Pertama, individu yang memiliki harga diri positif adalah individu yang aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik serta dapat menerima kritikan dari orang lain. Coopersmith (dalam Rakhmawati, 2019) menyatakan bahwa individu dengan harga diri yang positif cenderung dominan dan asertif. Gibson (2010) individu

yang asertif memiliki kemampuan untuk mengkomunikasikan kepada orang lain mengenai apa yang diinginkan dan dipikirkan.

Kedua, percaya pada persepsi dan reaksi dirinya. Fitch (dalam Baron, 2004) menyatakan individu dengan harga diri positif dapat menunjukkan performa yang baik setelah mengalami kegagalan maupun keberhasilan. Sejalan dengan pendapat tersebut, Rosenberg (dalam Meliala, 2009) menyatakan jika individu dengan harga diri positif cenderung meningkatkan dan mengembangkan diri dengan memaksimalkan potensi. Individu tersebut tidak menilai dirinya lebih baik dari pada orang lain tetapi tidak menilai dirinya lebih buruk dari orang lain.

Ketiga, berhasil dalam bidang akademik serta mampu mengadakan hubungan sosial. Bednar, Wells, & Peterson (dalam Santrok, 2002) menyatakan bahwa prestasi dapat meningkatkan harga diri anak. Dayakisni (2009) menyatakan bahwa individu yang menilai dirinya positif cenderung berhasil dan dapat menyesuaikan diri.

Berdasarkan penjelasan karakteristik individu dari beberapa tokoh maka disimpulkan bahwa karakteristik individu yang memiliki tingkat harga diri positif atau tinggi, yaitu: berani mengambil resiko, tidak memandang dirinya lebih buruk dari orang lain, memiliki perasaan positif, dan mampu menjalin hubungan sosial yang baik.

2.3.2.2 Karakteristik Harga Diri Rendah

Coopersmith (dalam Irwansyah, 2018) mengemukakan beberapa karakteristik individu dengan tingkat harga diri negatif atau rendah. Pertama, individu dengan harga diri rendah menganggap dirinya sebagai orang yang tidak

berharga dan tidak sesuai sehingga takut gagal untuk melakukan hubungan sosial. Olmstead dkk. (dalam Baron, 2004) juga menyatakan bahwa evaluasi diri negatif dikaitkan dengan ketrampilan sosial yang tidak memadai. Hal ini dipertegas oleh Brehm & Kassin (dalam Dayakisni, 2009) yaitu ketika individu dengan harga diri rendah mengalami kegagalan, maka ia akan menyalahkan diri mereka sendiri dan mengarahkan dirinya untuk merasa tidak kompeten lagi sehingga akan merasa rendah diri saat berhadapan dengan orang lain.

Kedua, memiliki perasaan *inferior*. *Inferior* dalam kehidupan sehari-hari dikenal dengan sebutan minder. Swann (dalam Baron, 2004) menyatakan bahwa cara yang dilakukan individu untuk mempertahankan penilaian negatif dalam diri mereka yaitu dengan cara mencari pasangan atau orang yang mau memandang dirinya secara negatif, bertingkah laku untuk membangkitkan persepsi negatif serta mempersepsikan reaksi orang lain secara negatif walaupun sebenarnya reaksi tersebut tidak negatif. Maslow (dalam Alwisol, 2004: 260) menyatakan bahwa individu dengan harga diri negatif atau rendah akan memunculkan perasaan *inferior*, canggung, lemah, pasif, tergantung, penakut, tidak mampu mengatasi tuntutan hidup serta rendah diri dalam bergaul.

Ketiga, menganggap dirinya kurang sempurna dan segala sesuatu yang dikerjakan akan selalu mendapat hasil yang buruk. Horney (dalam Alwisol, 2004: 179) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki harga diri rendah akan meremehkan, meragukan, mencemarkan, dan menghina dirinya sendiri sehingga menghambat kemajuan diri untuk berprestasi.

Keempat, selalu merasa khawatir dan ragu-ragu dalam menghadapi tuntutan dari lingkungan. Hal ini dijelaskan oleh Brehm & Kassin (dalam Dayakisni, 2009) yaitu individu dengan harga diri rendah biasanya mengharapkan, menjadi cemas, menunjukan usaha yang tidak maksimal dan menghilangkan tantangan-tantangan dalam kehidupannya.

Dariuzsky (2004) mengemukakan beberapa karakteristik individu dengan tingkat harga diri negatif atau rendah. Pertama, sulit menemukan hal-hal yang positif dalam tindakan yang mereka lakukan. Individu dengan harga diri rendah memiliki bersikap negatif pada diri sendiri, tidak menyukai diri sendiri dan pesimis untuk menjadi orang yang diharapkan dalam lingkungannya. Story (dalam Baron, 2004) menyatakan bahwa individu yang menilai dirinya negatif selalu mengingat peristiwa yang tidak menyenangkan untuk mempertahankan evaluasi diri yang negatif.

Kedua, cenderung cemas mengenai hidupnya dan cenderung kurang berani mengambil resiko. Bednar, Wells, & Peterson (dalam Santrock, 2002) menyatakan bahwa individu yang menilai harga dirinya rendah akan menghindari masalah. Hal ini akan memicu adanya penolakan. Ketiga, cenderung kurang menghargai keberhasilan yang mereka raih. Santrock (2002) menyatakan bahwa individu dengan harga diri rendah cenderung tidak percaya diri dalam melakukan setiap tugas dan tidak yakin akan ide yang dimiliki.

Keempat, cenderung mudah terserang perasaan depresi, putus asa, dan niat bunuh diri. Dariuszky (2004) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki harga diri rendah dapat kehilangan orientasi dalam menghadapi realita sehingga

akan mudah merasa gelisah, sedih, tertekan, dan tidak mampu menggali potensi yang ada dalam dirinya.

Berdasarkan penjelasan karakteristik individu dari beberapa tokoh maka disimpulkan bahwa karakteristik individu yang memiliki tingkat harga diri positif atau tinggi, yaitu: Sulit menemukan hal-hal yang positif dalam diri, memiliki perasaan *inferior* serta tidak berani mengambil resiko.

2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

Coopersmith (dalam Rakhmawati, 2019) menyatakan beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri, meliputi:

1) Penghargaan dan penerimaan. Harga diri individu dipengaruhi oleh orang yang dianggap penting dalam kehidupan individu yang bersangkutan. Orangtua dan keluarga merupakan contoh dari orang-orang yang signifikan. Keluarga merupakan lingkungan tempat interaksi yang pertama kali dalam kehidupan individu.
2) Kelas sosial dan kesuksesan. Kedudukan kelas sosial dapat dilihat dari pekerjaan, pendapatan dan tempat tinggal. Individu yang memiliki pekerjaan yang lebih bergengsi, pendapatan yang lebih tinggi dan tinggal dalam lokasi rumah yang lebih besar dan mewah akan dipandang lebih sukses dimata masyarakat dan menerima keuntungan material dan budaya. Hal ini akan menyebabkan indvidu dengan kelas sosial yang tinggi meyakini bahwa diri mereka lebih berharga dari orang lain.
3) Nilai dan aspirasi individu dalam menginterpetasi pengalaman. Kesuksesan yang diterima oleh individu tidak mempengaruhi harga diri secara langsung

melainkan disaring terlebih dahulu melalui tujuan dan nilai yang dipegang oleh individu.

4) Cara individu dalam menghadapi devaluasi. Individu dapat meminimalisasi ancaman berupa evaluasi negatif yang datang dari luar dirinya. Mereka dapat menolak hak dari orang lain yang memberikan penilaian negatif terhadap diri mereka.

2.3.4 Aspek-Aspek Harga Diri

Coopersmith (dalam Yusuf, 2012) mengemukakan empat aspek harga diri. Pertama, kekuatan atau *power*. Arti dari kekuatan disini yaitu adanya kemampuan individu dalam mengatur dan mengontrol tingkah laku. Dengan adanya kemampuan tersebut, individu akan mendapat pengakuan atas tingkat laku tersebut dari orang lain.

Kedua, keberartian atau *significance*. Hal ini merujuk pada kepedulian, perhatian, afeksi dan ekspresi cinta yang diterima oleh seseorang dari orang lain yang menunjukkan adanya penerimaan dan popularitas individu dari lingkungan sosial. Keberartian berkaitan dengan seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, dan berharga menurut standar nilai dan pribadi.

Ketiga, kebajikan atau *virtue*. Hal ini merujuk pada adanya suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu harus menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diizinkan oleh moral, etika, dan agama. Keempat, kemampuan atau *competence*. Hal ini menunjuk pada adanya performansi yang tinggi untuk memenuhi

kebutuhan mencapai prestasi dimana level dan tugas-tugas tersebut tergantung pada variasi usia seseorang.

Rosenberg (dalam Efsa, 2014) mengemukakan beberapa aspek dalam harga diri individu. Pertama, *physical self esteem*. Aspek ini berhubungan dengan kondisi fisik yang dimiliki oleh seorang individu. Apakah seorang individu menerima keadaan fisiknya atau ada beberapa bagian fisik yang ingin diubah. Kedua, *social self esteem*. Aspek ini berhubungan dengan kemampuan individu dalam bersosialiasi. Seorang individu membatasi orang lain untuk menjadi teman atau menerima berbagai macam orang sebagai teman. Selain itu, aspek ini mengukur kemampuan individu dalam berkomunikasi dengan orang lain dalam lingkungannya. Ketiga, *performance self esteem*. Aspek ini berhubungan dengan kemampuan dan prestasi individu. Apakah seorang individu puas dan merasa percaya diri dengan kemampuan dirinya atau tidak.

Berdasarkan pendapat tokoh diatas mengenai aspek harga diri, dapat disimpulkan bahwa aspek yang terdapat dalam harga diri yaitu: kekuatan, keberartian, kebajikan, kemampuan. Berikut akan dijelaskan lebih mendalam mengenai aspek dari harga diri, yaitu:

1) Kekuatan

Kekuatan dalam aspek harga diri berarti adanya kemampuan individu. Chaplin (2004) menjelaskan bahwa kekuatan memiliki makna kemampuan atau otoritas individu dalam mengatur dan mengontrol tingkah laku orang lain. Dengan adanya kemampuan tersebut, individu akan mendapat pengakuan atas tingkat laku tersebut dari orang lain. Dodgson & Wood (dalam Baron, 2004) menyatakan

bahwa individu yang memfokuskan diri pada kekuatan yang dimiliki akan memiliki *self esteem* yang tinggi. Sebaliknya, bahwa individu yang memfokuskan diri pada kelemahan yang dimiliki maka akan akan memiliki *self esteem* yang rendah.

Dariuszky (2004) menjelaskan individu dengan harga diri positif ditandai dengan adanya keyakinan akan integrasi, kebebasan, emosi positif, kegairahan, dan semangat hidup. Selain itu, Dariuszky (2004) juga menjelaskan bahwa pengakuan merupakan unsur yang krusial dalam harga diri seseorang. Dengan adanya sebuah pengakuan maka individu tidak merasa ditolak. Horney (dalam Alwisol, 2004: 173) menyatakan bahwa individu memiliki kebutuhan untuk memperoleh penghargaan dari masyarakat.

2) Keberartian

Keberartian dalam aspek harga diri ini merujuk pada kepedulian, perhatian, afeksi dan ekspresi cinta yang diterima. Hal ini menunjukkan adanya penerimaan dan popularitas individu dari lingkungan sosial. Keberartian berkaitan dengan seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, dan berharga menurut standar nilai dan pribadi. Maslow (dalam Alwisol, 2004: 260-261) menyatakan bahwa individu memiliki kebutuhan aktualisasi diri dimana individu memiliki keinginan untuk memperoleh kepuasan. Kepuasan tersebut dicapai saat individu dapat mengembangkan potensi positif pada dirinya.

Harter (dalam Santrock, 2007) menyatakan bahwa dukungan emosional dan persetujuan sosial memiliki pengaruh yang kuat terhadap harga diri. Dalam studi

yang dilakukan Robinson (dalam Santrock, 2007), dukungan orangtua dan teman sebaya berkaitan dengan martabat diri remaja secara keseluruhan.

3) Kebajikan

Kebajikan dalam aspek harga diri ini merujuk pada adanya suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu harus menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diizinkan oleh moral, etika, dan agama. Dariuszky (2004) menjelaskan bahwa harga diri merupakan proses yang bisa meningkat atau merosot dan akan berlangsung secara terus menerus selama rentang kehidupan dan akan menjadi landasan untuk membangun harga diri anak.

Dariuszky (2004) menyatakan bahwa individu yang kehilangan harga diri akan kehilangan simbol-simbol harga dirinya. Simbol yang paling umum yaitu kekuasaan, status sosial, peran dalam kehidupan, karir, dan nilai-nilai yang dianut.

4) Kemampuan

Kemampuan dalam aspek harga diri ini merujuk pada performa yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan mencapai prestasi. Chaplin (2004) menjelaskan bahwa kemampuan berkaitan dengan tanggung jawab atas tindakan atau perbuatan individu. Individu yang memiliki harga diri positif memandang dirinya yakin dan percaya diri atas kemampuan yang dimiliki. Bednar, Wells, & Peterson (dalam Santrock, 2002) menyatakan bahwa harga diri juga sering meningkat saat individu mengalami permasalahan dan mencoba menghadapinya bukan malah menghindarinya. Dengan tidak menghindari permasalahan tersebut maka individu akan bersikap realistis, jujur, dan tidak defensif. Evaluasi diri yang tidak

menguntungkan akan memicu penolakan, penipuan, dan penghindaran dengan mengingkari kebenaran.

Sejalan dengan pendapat tersebut, Dariuszky (2004) menyatakan bahwa individu dengan harga rendah mudah merasa tidak berdaya dan putus asa ketika mengalami kesulitan. Lazarus (dalam Santrok, 2002) menambahkan bahwa harga diri pada individu akan meningkat apabila individu mencoba mengatasi permasalahan yang dihadapi. Maslow (dalam Alwisol, 2004: 260) menyatakan bahwa individu dengan harga diri positif akan diterima, diapresiasi, dan mendapatkan penghargaan dari orang lain. Selain itu, ia memiliki kepuasan terhadap harga dirinya yang akan menimbulkan perasaan percaya diri, diri berharga, diri mampu, dan perasaan berguna.

Dariuszky (2004) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki harga diri tinggi adalah orang yang optimis dan mampu mengendalikan situasi. Alwisol (2004) menyatakan bahwa seseorang dengan harga diri yang positif dapat mengembangkan perasaan bangga terhadap kemampuan yang dimiliki pada diri sendiri. Calhoun dan Acocella (dalam Desmita, 2017) juga berpendapat bahwa individu dengan harga diri positif adalah individu yang menyukai dirinya sendiri dan menyukai segala sesuatu yang dikerjakan.

2.4 Kerangka Berfikir

Masa remaja merupakan masa yang rentan terjadi perubahan perilaku dan pengaruh lingkungan pergaulan baik fisik, psikis maupun sosial. Adanya perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja tentunya menimbulkan

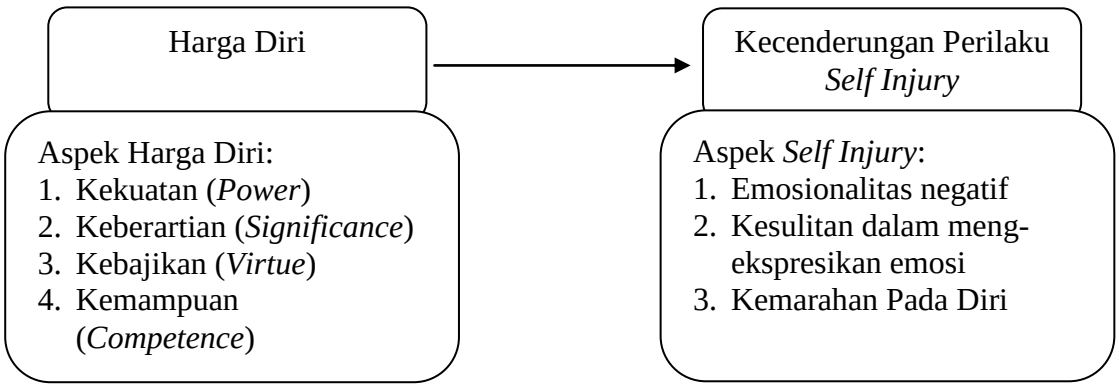
berbagai permasalahan. Akibatnya, banyak remaja yang rentan mengalami stress, depresi, kemarahan, serta kurang mampu meregulasi emosinya. Hal ini dapat memicu munculnya permasalahan pada remaja seperti permasalahan akademik, penyalahgunaan obat, kenakalan remaja, atau gangguan makan. Remaja yang mengalami tekanan dan stress dalam kehidupan sehari-hari dapat menyebabkan remaja melakukan perilaku negatif seperti melukai diri sendiri.

Melukai diri sendiri atau yang lebih dikenal dengan *self injury* merupakan suatu bentuk perilaku yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi rasa sakit secara emosional dengan cara melukai dirinya sendiri yang dilakukan dengan sengaja tanpa tujuan bunuh diri. Mereka yang melukai dirinya sendiri sering merasionalkan tindakan mereka sebagai tindakan yang perlu bahkan normal. Claes, dkk (2010) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa dimana resiko *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) mengalami peningkatan dalam rentang 14% - 39%.

Sutton (dalam Maidah, 2013) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor penyebab individu melakukan *self injury* yaitu merasa tidak kuat menahan emosi dan merasa terjebak, stress, harga diri yang rendah, tidak sanggup mengungkapkan perasaan, merasa hampa atau kosong, adanya perasaan tertekan, ingin mendapatkan perhatian, frustasi, dan depresi. Hodgson (dalam Claes, dkk., 2010) menemukan bahwa remaja yang melakukan *self injury* lebih sering mengkritik diri, menghina diri, dan memiliki harga diri yang lebih rendah dari pada remaja yang tidak melakukan *self injury*.

Perubahan yang terjadi pada masa remaja merupakan awal dari pembentukan harga diri yang sesuai dengan perkembangannya. Worchel (dalam Dayakisni, 2009) menyatakan bahwa harga diri merupakan komponen evaluatif dari konsep diri tentang diri sendiri yang terdiri dari evaluasi positif dan evaluasi negatif. Seseorang yang memiliki evaluasi positif terhadap dirinya cenderung bahagia dan dapat menyesuaikan diri. Sedangkan seseorang yang memiliki evaluasi negatif terhadap dirinya cenderung menilai dirinya negatif seperti tertekan, cemas dan pesimis.

Remaja yang memiliki harga diri yang baik akan mendorong siswa untuk mengurangi kecenderungan perilaku *self injury*. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan antara harga diri dengan perilaku *self injury*. Adapun skema alur kerangka berfikir pada penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

2.5 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara atas rumusan masalah penelitian yang telah dibuat peneliti dimana rumusan masalah penelitian dibuat dalam

bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2011). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu harga diri sebagai variabel independen (X) dan kecenderungan perilaku *self injury* sebagai variabel dependen (Y). Berdasarkan pada kajian teori di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu "terdapat pengaruh yang negatif signifikan antara harga diri berdasarkan aspek-aspeknya yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020".

BAB V

PENUTUP

Pada bab ini akan dijelaskan simpulan dari keseluruhan hasil penelitian yang telah dilakukan serta memberikan saran untuk penelitian lanjutan maupun pihak yang berkontribusi. Bab ini membahas tentang hasil akhir dari penelitian, yaitu: 1) simpulan dan 2) saran.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya mengenai pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Ditinjau dari harga diri, tingkat harga diri siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020 termasuk dalam kategori sedang yang berarti bahwa adanya penerimaan pada lingkungan sosial.
2. Ditinjau dari kecenderungan perilaku *self injury*, tingkat kecenderungan perilaku *self injury* siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020 termasuk dalam kategori sedang yang berarti bahwa mengalami kemarahan dan ketidaksukaan pada diri.
3. Terdapat hubungan yang negatif signifikan pada aspek-aspek harga diri yang meliputi kekuatan, kebajikan, keberartian, dan kemampuan terhadap kecenderungan perilaku *self injury* siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020 yang berarti bahwa semakin tinggi

tingkat harga diri maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self injury* dan sebaliknya semakin rendah tingkat harga diri maka semakin tinggi kecenderungan perilaku *self injury*.

5.2 Saran

Berdasarkan simpulan penelitian di atas, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1) Bagi Guru BK

Guru BK dapat memberikan layanan klasikal, layanan kelompok, maupun layanan individu untuk meningkatkan pemahaman siswa dan mengentaskan permasalahan siswa mengenai resiko perilaku *self injury* serta melakukan kerja sama dengan lembaga atau pihak-pihak yang memberikan informasi dan layanan ramah remaja seperti pilar pkbi dengan melakukan kegiatan seperti sosialisasi.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian terkait dengan perilaku *self injury*, peneliti dapat menggunakan variabel penelitian mengenai konformitas teman sebaya atau media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

_____. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

_____.(2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Alwisol. (2004). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.

Azwar. (2007). *Realiabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Baron, Robert A dan Donn Byrne. (2004). *Psikologi Sosial*. Jilid I Edisi X. Jakarta: Erlangga.

Chaplin. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo.

Claes, Laurance, dkk.. (2010). *Brief report: The association between non-suicidal self-injury, self-concept and acquaintance with self-injurious peers in a sample of adolescents. Journal of Adolescence*, 33 775-778

Dariuszky, Goran. (2004). *Membangun Harga Diri*. Bandung: Pionir Jaya.

Dayakisni, Tri. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.

Desmita. (2017). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Efsa, Muhammad A.A.. (2014). *Hubungan Sensationa Seeking Dengan Self Esteem Pada Cosplayer* (*Studi Korelasional Cosplayer Di Kota Bandung*). Universitas Pendidikan Indonesia.

Fauziaty, Nurgia. (2015). *Pengurangan Perilaku Self injury Menggunakan Prosedur Differential Reinforcement of Alternative Behavior pada Siswa Autistik di Sekolah Luar Biasa Citra Mulia Mandiri Yogyakarta*. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta.

Gibson, Robert L, dkk.. (2010). *Bimbingan Dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Geldard, Kathryn. (2014). *Konseling Remaja Intervensi Praktis Bagi Remaja Berisiko*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Humphreys, Krystal D, dkk.. (2015). *Non-Suicidal Self-Injury: Cutting Through the Pain*. Makalah di presentasikan pada *Texas Counseling Association Conference*, November, 5, *Corpus Christi, TX*.

Hurlock, Elizabeth. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga

Irwansyah. (2018). *Hubungan Harga Diri Dengan Perilaku Prososial Pada Remaja Masjid Di Kelurahan Denai*. Skripsi: Universitas Medan Area

Klonsky. (2007). *Self-Injury: A Reasearch Review for the Practitioner. Journal of Clinical Psychology*, Vol. 63(11), 1045–1056.

Kurniawaty, Ria. (2012). *Dinamika Psikologis Pelaku Slef-Injury (Studi Kasus Pada Wanita Dewasa Awal)*. Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi. Vol. 1, No. 1, Oktober.

Maidah, Destiana. (2013). *Self Injury Pada Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Pelaku Self Injury*. Skripsi: Universitas Negeri Semarang

Metro.tempo.co (2018, 6 Oktober). *KPAI Duga Aksi Puluhan Siswa Sayat Tangan Dipicu Tayangan Ini*. Diakses pada 24 Juli 2019, dari https://www.google.co.id/amp/s/metro.tempo.co/amp/1133633/kpai-duga-aksi-puluhan-siswa-sayat-tangan-dipicu-tayangan-ini

Meliala, Geo Doddy F. (2009). *Hubungan Citra Merek Terhadap Harga Diri Pada Remaja*. Skripsi: Universitas Sematera Utara.

Monks, F.J. (2006). P*sikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya.*Yogyakarta.Gadjah Mada University Press.

Muslimah, Alfiana Indah dan Nadiatul Wahdah. (2013). *Hubungan Antara Attachment Dan Self Esteem Dengan Need For Achievement Pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri 8 Cakung Jakarta Timur*. Jurnal Soul, Vol. 6, No. 1, Maret hlm 44-56

Muthia, Elda Nabiela dan Diana Savitri Hidayati. (2015). *Kesepian dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja*. Jurnal Ilmiah Psikologi Juni, Vol. 2., No. 2

Myers, Jane E, dkk.. (2011). *Promoting Self-Esteem in Adolescents: The Influence of Wellness Factors*. Journal of Counseling & Development. Hlm. 28-36

Nock, Matthew K. (2009). *Self-Injury*. Annu. Rev. Clin. Psychol. 2010. 6:15.1–15.25

Oktan, Vesile. (2017). *Self-Harm Behaviour in Adolescents: Body Image and Self-Esteem*. Journal of Psychologists and Counsellors in Schools. Volume 27.

Perez, Jose, dkk.. 2012. *The Difficulties in Emotion Regulation Scale: Factor Structure and Association with Nonsuicidal Self-Injury in Adolescent Inpatents*. J Psychopathol Behav Assess. 34:393–404

Pilarpkbijakteng. *Self Harm Pada Remaja*. Diakses pada 1 September 2019, dari Pilarpkbijateng.or.id/self-harm-pada- remaja/

Putra, Febrian A. Y.. (2015). *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Pengendara Motor Ninja Dan Motor Vespa*. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Rakhmawati, Siti Harni. (2019). *Harga Diri Siswa SMK Yang Menjadi Korban Bullying di Yogyakarta*. Skripsi: Universitas Ahmad Dahlan.

Rizqi, M Ilmi. (2011). *Pengaruh Kematangan Emosi terhadap Kecenderungan Perilaku Self injury pada Remaja*. Skripsi: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Romas, Muslimah Zahro. (2012). *Self-Injury Remaja Ditinjau dari Konsep Dirinya*. Jurnal Psikologi. Vol. 8, September hlm 40-51

Santrock, John W. (2002). *Life-Span Development*: *Perkembangan Masa Hidup*. Edisi V Jilid I. Jakarta: Erlangga

_____. (2007). *Remaja*.Jilid I. Jakarta: Erlangga

Saputra, Dinar, dkk.. (2019). *Penerapan Art Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (Self-Injurious Behavior) Pada Dewasa Muda Yang Mengalami Distress Psikologi*. Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol. 10 No. 1, Juli hlm 26-40.

Sholihah, Zumrotus dan Yulianti Dwi Astuti. (2014). *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Compulsive Buying Pada Remaja Di Pesantren*. Skripsi: Universitas Islam Indonesia

Sutoyo, Anwar. (2014). *Pemahaman Individu Edisi Revisi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: Alfabeta.

_____. (2013). *Statistika Untuk Penelitian.* Bandung: Alfabeta.

Subekti, Arif Tri dan Nurullya Rachma. *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Harga Diri Remaja di Pondok Pesantren Darut Tawa Semarang*.

TribunLampung.co.id. (2018, 9 Oktober). *Terbaru, kasus siswa SMP sayat tangan ditemukan di Bandar Lampung, wali kota ingatkan etika*. Diakses pada 17 Juli 2019 dari https://lampung.tribunnews.com/amp/2018/10/09/terbaru-kasus- siswa-smp-sayat-tangan-ditemukan-di-bandar-lampung-wali-kota-ingatkan-etika

Ulum, Terisa Sari, dkk.. (2019). *Layanan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Therapy Terhadap Harga Diri Siswa Korban Self Injury*. Oktober, Vol. 6 No. 2.

Walsh, Barent. (2007). *Clinical Assessment of Self-Injury: A Practical Guide*. *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 63 (11), 1057-1068

Yusuf, Lukman dan Chandra Bagus R. (2012). *Harga Diri Pada Remaja Menengah Putri di SMA Negeri 15 Kota Semarang*. Jurnal Nursing Studies. Vol. 1 No. 1, hlm 225-230.