

Persepsi Siswa Tentang Perilaku Self Injury di SMA Swasta Pelita Raya Jambi

Students' Perceptions of Self-Injury Behavior at Pelita Raya Private High School in Jambi

Irham Fahmi ^{1*)}, Akmal Sutja ¹⁾, Hera Wahyuni ¹⁾

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi

* Email: irhampahmi99@gmail.com

Naskah diterima: **ABSTRAK**

01 Juli 2025

Naskah disetujui:

08 November 2025

Naskah diterbitkan:

28 November 2025

Penelitian ini dilatar belakangi oleh fenomena perilaku self-injury yang semakin sering ditemukan di kalangan remaja, termasuk di lingkungan sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan persepsi siswa terhadap perilaku self-injury di SMA Swasta Pelita Raya Jambi, serta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa mengenai dampak psikologis dan emosional dari perilaku tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Sampel penelitian berjumlah 60 siswa kelas XI, yang dipilih dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah angket skala Likert yang terdiri dari 28 item pernyataan, disusun berdasarkan tiga indikator persepsi: aspek kognitif, afektif, dan konatif. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment dan menghasilkan 28 item valid dari total 35 item. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,883, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas tinggi. Hasil analisis data menunjukkan bahwa persepsi siswa terhadap perilaku self-injury berada dalam kategori tinggi, dengan skor rata-rata sebesar 105,93 dari skor maksimal 116. Indikator afektif memiliki skor tertinggi dibandingkan indikator lainnya. Sebagian besar siswa berada pada kategori persepsi tinggi dan sangat tinggi. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa siswa memiliki tingkat pemahaman dan sikap yang cukup baik terhadap perilaku self-injury, serta menunjukkan empati dan kesadaran terhadap pentingnya bantuan dan dukungan dalam menangani masalah emosional. Penelitian ini merekomendasikan agar layanan bimbingan dan konseling di sekolah lebih proaktif dalam memberikan edukasi mengenai regulasi emosi dan pencegahan self-injury melalui pendekatan preventif dan kuratif.

Kata kunci: persepsi siswa, self injury, konseling

ABSTRACT

This research is motivated by the phenomenon of self-injury behavior that is increasingly observed among adolescents, including in school environments. The purpose of this study is to describe students' perceptions of self-injury behavior at Pelita Raya Private High School in Jambi, as well as to determine the extent of students' understanding regarding the psychological and emotional impacts of such behavior. This study employs a descriptive quantitative approach. The research sample consists of 60 eleventh-grade students, selected using total sampling technique. The instrument used is a Likert scale questionnaire consisting of 28 statement items, structured based on three perception indicators: cognitive, affective, and conative aspects. Validity testing was conducted using Pearson

Product Moment correlation, resulting in 28 valid items out of a total of 35 items. Reliability testing showed a Cronbach's Alpha value of 0.883, indicating that the instrument has high reliability. The results of the data analysis It shows that students' perceptions of self-injury behavior are in the high category, with an average score of 105.93 out of a maximum score of 116. The affective indicator has the highest score compared to other indicators. Most students are in the high and very high perception categories. Based on the research results, it can be concluded that students have a fairly good level of understanding and attitude towards self-injury behavior, and show empathy and awareness of the importance of help and support in dealing with emotional issues. This study recommends that guidance and counseling services in schools be more proactive in providing education on emotion regulation and self-injury prevention through preventive and curative approaches.

Keywords: students' perceptions, self injury, counseling

PENDAHULUAN

Masa remaja yakni masa transisi atau perubahan dialami individu ke arah tingkatan kedewasaan ataupun kematangan yang berjalan secara sistematis, progresif, dan konsisten. Remaja mengalami transisi dari anak-anak ke dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, psikososial, dan sosial emosional Santrock, dalam (Amira & Mastuti, 2021). Batasan usia remaja ialah antara usia 12-24 tahun, dan selama masa ini remaja butuh perkembangan perkembangan regulasi emosi pada diri anak (Thesalonika & Apsari, 2021).

Remaja mengalami pertumbuhan fisik yang sangat cepat dibandingkan masa dewasa atau usia lanjut. Untuk mengimbangi hal ini, remaja memerlukan asupan makanan dan tidur yang cukup. Perubahan seksual terlihat jelas pada laki-laki dan perempuan, yang beda dengan masa lalu. remaja mulai berpikir secara kausalitas secara kognitif, yaitu terhadap mempertimbangkan hubungan sebab-akibat serta berpikir kritis. Perubahan hormon juga memengaruhi emosi, membuat remaja dapat merasa sangat gembira atau sedih dalam waktu singkat. Masa remaja adalah periode pencarian identitas diri (Marwoko, 2019).

Perubahan yang terjadi pada masa

remaja sering kali menimbulkan berbagai masalah dan konflik. Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan.

Masalah dan konflik sering kali muncul sebagai akibat dari perubahan yang terjadi pada masa remaja, yang merupakan periode transisi yang ditandai dengan berubahnya fisik, emosi, serta sosial yang begitu signifikan. Oleh karena itu, remaja perlu mampu beradaptasi dengan perubahan-perubahan tersebut melalui pemenuhan tugas-tugas perkembangan yang ada. Tugas-tugas tersebut meliputi pengembangan identitas diri, pembentukan hubungan interpersonal yang sehat, serta pencapaian otonomi dan kemandirian. Namun, tidak jarang proses adaptasi ini menimbulkan tekanan atau stres, yang bisa memberikan dampak negatif terhadap kesehatan mental remaja (Thesalonika & Apsari, 2021).

Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi masalah atau tekanan yang mereka hadapi seringkali mengarah pada munculnya emosi negatif yang tidak terkendali, seperti kecemasan, kesedihan, atau frustrasi. Emosi-emosi tersebut, jika tidak dikelola dengan baik, dapat mendorong remaja untuk melaksanakan perilaku yang merugikan untuk diri sendiri dengan menemukan cara untuk

menangani perasaan yang mereka alami. Salah satu bentuk perilaku yang sering muncul adalah self-injury atau melukai diri sendiri, yang dapat berupa menyayat kulit, mengonsumsi obat secara berlebihan (overdosis), atau bahkan tindakan-tindakan menyimpang lainnya (Latipun & Notosoedirdjo, 2014).

Di Indonesia, fenomena perilaku self-injury semakin mendapat perhatian serius. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh YouGov Omnibus terhadap 1.018 orang, lebih dari sepertiga penduduk Indonesia (36,9%) mengaku pernah melukai diri sendiri. Dari jumlah tersebut, dua dari lima responden yang terlibat dalam survei tersebut mengaku telah melakukan tindakan tersebut, dengan angka tertinggi ditemukan di kalangan remaja. Fakta ini memperlihatkan jika perilaku yang menyakiti diri sendiri lebih banyak dijumpai kelompok usia muda, yang cenderung lebih rentan terhadap tekanan emosional dan sosial.

Fenomena ini juga diperkuat oleh pernyataan Dr. dr. Yunias Setiawati, SpKJ, seorang dokter spesialis kesehatan jiwa di RSUD dr. Soetomo, yang mengungkapkan setiap minggu, rata-rata sepuluh pasien remaja berusia 13 hingga 15 tahun sudah menggoreskan tangannya, mencakar diri sendiri, atau bahkan membenturkan kepala ke tembok sebagai bentuk pelampiasan emosional mereka (Epivania & Soetjningsih, 2023).

Perilaku self injury ini, meskipun terlihat sebagai bentuk pelampiasan sementara atas tekanan batin, sebenarnya merupakan tanda adanya masalah yang lebih dalam dalam diri remaja tersebut. Perubahan fisik, psikologis, serta sosial yang dialami pada masa remaja membutuhkan pemahaman lebih mendalam agar dapat memberikan dukungan yang tepat bagi mereka. Pengenalan terhadap faktor-faktor penyebab dan dampak dari perilaku ini begitu perlu dalam memberikan bantuan ke remaja agar bisa mengentaskan permasalahan yang sedang dirasakan secara lebih sehat dan

konstruktif.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti temukan di SMA Swasta Pelita Raya Jambi pada tanggal 11 januari 2024, penulis menemukan bahwa siswa di SMAS Pelita Raya mengalami perilaku self injury yaitu ditemukan siswa yang melakukan tindakan menyayat kulit dan mengonsumsi obat secara berlebihan atau overdosis. Kasus ini terungkap secara langsung ketika guru BK melihat adanya bekas sayatan pada lengan siswa.

Berdasarkan hasil wawancara lebih lanjut terhadap guru BK di SMAS Pelita Raya Jambi ditemukan bahwa siswa yang melakukan tindakan menyayat kulit akan melakukan hal ini secara berulang ketika mereka merasakan adanya tekanan. Tekanan yang dimaksud adalah permasalahan yang mendorong siswa untuk melakukan tindakan tersebut karena mereka tidak dapat melampiaskan emosinya sehingga mereka menyalurkan emosinya dengan menyayat kulit. Setelah di tanya bagaimana perasaan ketika usai melakukan tindakan tersebut mereka merasa dapat meluapkan emosinya.

Kemudian ditelaah lebih jauh mengenai apa yang mereka rasakan ketika menyayat kulit mereka melakukan hal tersebut secara tidak sadar dan tidak ada rasa takut untuk menggoreskan benda tajam dikulitnya, bahkan mereka beranggapan rasa sakit yang digoreskan tersebut tidak ada halnya dengan rasa sakit atau tekanan batin yang mereka rasakan. Hal ini hampir sama dirasakan untuk siswa lain yang melakukan tindakan menyakiti diri seperti membenturkan kepala ketembok, menjambak rambut, memotong rambut sendiri dengan asal, dan meminum obat secara berlebihan.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, dengan pendekatan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Pelita Raya Jambi

yang berjumlah 60 siswa. Teknik penarikan sampel penelitian ini ialah menggunakan teknik total sampling dengan jumlah responden sebanyak 60 siswa sebagai sampel dalam penelitian.

Penelitian menggunakan data primer dan sekunder, yaitu data yang di kumpulkan langsung oleh responden/sumber data dalam penelitian ini yakni data atau informasi yang dihasilkan oleh peneliti dari responden. Dalam penelitian ini, Teknik dan alat pengumpulan data yang dilaksanakan yaitu melakukan penyebaran angket, wawancara, serta hasil observasi yang dilakukan secara langsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan data hasil angket terhadap 60 responden mengenai persepsi siswa terhadap perilaku self-injury, diperoleh skor total keseluruhan sebesar 6.356 dengan nilai rata-rata 105,93, skor maksimal 116, dan skor minimal 98. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa secara umum siswa memiliki persepsi yang cukup tinggi terhadap perilaku self-injury, baik dari segi pengetahuan (kognitif), sikap (afektif), maupun kecenderungan perilaku (konatif). Jika membandingkan dengan skor ideal maksimum yang mungkin dicapai, yaitu 140 maka skor rata-rata 105,93 setara dengan 75,66% dari total skor ideal, yang dapat dikategorikan tinggi.

Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa sudah mempunyai kesadaran yang baik mengenai bahaya perilaku self-injury serta menunjukkan kecenderungan sikap dan perilaku yang cenderung menolak atau menghindari tindakan tersebut. Sebaran skor yang cukup rapat, yaitu antara 98–116, juga menunjukkan adanya konsistensi pemahaman dan sikap di antara para siswa, serta tidak ditemukan data yang menyimpang secara ekstrem (outlier). Dengan kata lain, persepsi siswa terhadap self-injury cenderung homogen dan berpola positif. Hasil ini ju

dapat dimaknai bahwa program edukasi atau layanan BK di sekolah mempunyai kontribusi yang baik untuk pembentukan pemahaman dan kesadaran terhadap isu self injury. Namun demikian, nilai skor minimum yang masih berada pada batas bawah (98) menunjukkan perlunya perhatian lebih lanjut terhadap sebagian kecil siswa yang kemungkinan memiliki pemahaman atau sikap yang kurang tepat terhadap perilaku ini.

Table 1. Hasil Angket Perilaku Self Injury

Res p	Skor	Res p	Skor	Res p	Skor
1	101	21	116	41	108
2	101	22	98	42	105
3	106	23	101	43	103
4	103	24	101	44	107
5	106	25	101	45	103
6	113	26	107	46	98
7	107	27	106	47	110
8	106	28	108	48	113
9	101	29	111	49	112
10	109	30	111	50	110
11	112	31	112	51	107
12	99	32	103	52	101
13	113	33	104	53	100
14	107	34	112	54	103
15	103	35	111	55	112
16	105	36	99	56	109
17	101	37	106	57	109
18	98	38	115	58	105
19	103	39	106	59	110
20	108	40	102	60	99
TOTAL					6356
RATA-RATA					105.93
SKOR MAKSIMAL					116
SKOR MINIMAL					98

1. Distribusi Frekuensi Skor Persepsi Siswa terhadap Perilaku Self Injury

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor Persepsi Siswa terhadap Perilaku Self Injur

No	Indikator	Jumlah Item	Skor Ideal Maks.	Sigma (Σ Skor)	Mean	Persentase (%)	Kategori
1	Kognitif	7	210	1542	25,7	73,43%	Tingg
2	Afektif	11	330	2521	42,02	76,39%	Tingg
3	Konatif	10	300	2293	38,22	76,43%	Tingg
	Jumlah/Total	28	840	6356	105,93	75,67%	Tingg

Berdasarkan distribusi frekuensi skor angket terhadap 60 responden siswa, diketahui bahwa mayoritas siswa berada pada kategori Sangat Tinggi dengan jumlah 22 siswa (36,67%), diikuti oleh kategori Sedang sebanyak 17 siswa (28,33%), dan Tinggi sebanyak 15 siswa (25%). Sementara itu, siswa yang berada pada kategori Rendah hanya berjumlah 6 orang (10%), serta tidak ada siswa yang masuk dalam kategori Sangat Rendah.

Hasil ini memperlihatkan sebagian besar siswa mempunyai persepsi yang positif dan tinggi terhadap perilaku self-injury, mencakup aspek kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan konatif (tindakan). Persepsi yang tinggi ini mengindikasikan bahwa siswa tidak hanya mengetahui bahaya dan bentuk self-injury, tetapi juga menunjukkan sikap empati dan kecenderungan untuk menjauhi serta membantu sesama yang mengalami kondisi tersebut.

Distribusi ini juga mencerminkan keberhasilan program pembinaan, edukasi, atau layanan konseling di sekolah dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental serta menghindari perilaku menyakiti diri sendiri. Meskipun demikian, keberadaan 10% siswa yang berada pada kategori rendah tetap perlu menjadi perhatian. Mereka berpotensi memiliki pengetahuan, sikap, atau kecenderungan yang belum sepenuhnya sesuai dengan pemahaman sehat tentang self-

injury. Dengan demikian, intervensi preventif dan pendekatan edukatif secara lebih menyeluruh dan berkelanjutan masih perlu dilakukan, terutama bagi siswa yang persepsinya masih rendah, agar tercipta lingkungan sekolah yang lebih peduli, aman, dan mendukung kesehatan mental semua warga sekolah.

2. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Persepsi terhadap Perilaku Self Injury Berdasarkan Indikator

Tabel 2. Deskripsi Rata-rata dan Persentase Persepsi terhadap Perilaku Self Injury

No	Indikator	Jumlah Item	Skor Ideal Maks.	Sigma (Σ Skor)	Mean	Persentase (%)	Kategori
1	Kognitif	7	210	1542	25,7	73,43%	Tinggi
2	Afektif	11	330	2521	42,02	76,39%	Tinggi
3	Konatif	10	300	2293	38,22	76,43%	Tinggi
	Jumlah/Total	28	840	6356	105,93	75,67%	Tingg

Hasil analisis data memperlihatkan secara umum, persepsi siswa terhadap perilaku self-injury berada kategori tinggi, dengan total skor sebesar 6.356 dari skor ideal maksimum 8.400, yang berarti rata-rata skor individu adalah 105,93 atau 75,67%. Ini mengindikasikan bahwa mayoritas siswa memiliki pemahaman, sikap, dan kecenderungan perilaku yang cukup baik terhadap isu self injury. Ditinjau berdasarkan indikator:

- Indikator Kognitif memperoleh total skor 1.542 dari skor ideal 2.100, dengan rata-rata 25,70 dan persentase 73,43%, yang tergolong dalam kategori tinggi. Ini memperlihatkan adanya siswa telah mempunyai pengetahuan dasar yang cukup mengenai bentuk, alasan, dan dampak self-injury, meskipun masih memerlukan penguatan untuk pemahaman yang lebih mendalam dan kritis.
- Indikator Afektif menunjukkan total skor 2.521 dari skor ideal 3.300, dengan rata-rata 42,02 dan persentase 76,39%, juga masuk kategori tinggi. Ini mencerminkan sebagian besar siswa memiliki sikap

emosional yang sehat, seperti merasa empati, prihatin, dan tidak nyaman terhadap tindakan self-injury yang dilakukan oleh orang lain.

- c. Indikator Konatif mencatat skor total 2.293 dari skor ideal 3.000, dengan rata-rata 38,22 dan persentase 76,43%, yang juga berada pada kategori tinggi. Hasil ini mengartikan adanya siswa yang tidak saja mempunyai sikap yang baik, namun memperlihatkan kecenderungan tindakan positif, seperti niat membantu teman, menolak meniru perilaku self-injury, dan bersedia mencari bantuan jika diperlukan.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa para siswa SMA Pelita Raya Jambi telah memiliki persepsi yang cukup baik terhadap perilaku self-injury, baik dari sisi pengetahuan, sikap, maupun tindakan. Meskipun demikian, aspek kognitif tampaknya masih menjadi indikator dengan capaian terendah, sehingga dapat direkomendasikan adanya penguatan dalam bentuk edukasi kesehatan mental yang lebih komprehensif, khususnya terkait pemahaman dampak dan penanganan self injury.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil Persepsi Siswa secara Umum terhadap Perilaku Self-Injury dari hasil rekapitulasi angket yang terdiri dari 28 item pernyataan serta diisi 60 responden, diketahui skor total yang didapatkan ialah 6.356 skor ideal 8.400, dengan skor rata-rata sebesar 105,93. Skor maksimal ialah 114 dan skor minimal ialah 98.

Persentase rata-rata persepsi siswa terhadap perilaku self-injury berada pada angka 75,67%, yang menunjukkan bahwa persepsi siswa tergolong tinggi. Distribusi frekuensi berdasarkan klasifikasi interval menunjukkan bahwa sebanyak 36,67% siswa dikategori sangat tinggi, diikuti 25% pada kategori tinggi, 28,33% kategori sedang, dan hanya 10% yang berada pada kategori rendah. Tidak ada responden yang berada

pada kategori sangat rendah. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pandangan yang cukup baik, baik dari segi pemahaman, sikap, maupun tindakan terhadap isu self-injury. Tingginya persepsi ini memberikan sinyal positif bahwa lingkungan sekolah sudah mulai membentuk kesadaran akan pentingnya kesehatan mental, serta kemungkinan adanya peran aktif guru bimbingan konseling, kegiatan pembinaan siswa, dan keterbukaan informasi melalui media sosial maupun pengalaman personal siswa. Berdasarkan Indikator Persepsi

a. Aspek Kognitif

Aspek kognitif berkaitan dengan pemahaman siswa tentang definisi, bentuk, dan dampak self-injury. Pada aspek ini diperoleh skor total 1.542 dari skor ideal 2.100, dengan persentase sebesar 73,43%, termasuk kategori tinggi. Hal ini memperlihatkan mayoritas siswa telah memahami self-injury meliputi perilaku menyakiti diri seperti menyayat, memukul diri sendiri, dan membakar tubuh secara sengaja untuk mengalihkan tekanan emosional. Mereka juga memahami bahwa perilaku ini tidak sama dengan upaya bunuh diri, melainkan sebagai bentuk pelarian emosional. Namun demikian, masih terdapat sejumlah kecil siswa yang belum mampu membedakan secara jelas antara self-injury dengan bentuk perilaku berisiko lain seperti penyalahgunaan zat. Sebagaimana diungkapkan dalam penelitian oleh Febriana dan Fatimah (2022), pemahaman remaja terhadap perilaku self-injury dipengaruhi oleh tingkat literasi kesehatan mental yang mereka miliki.

b. Aspek Afektif

Aspek afektif mencerminkan sikap emosional siswa terhadap self-injury, seperti empati, keprihatinan, dan ketidaksetujuan. Skor total pada aspek ini adalah 2.521 dari skor ideal 3.300, dengan persentase 76,39%, juga tergolong tinggi. Siswa menunjukkan rasa simpati dan empati terhadap teman yang melakukan self-injury, serta merasa khawatir

dan tidak nyaman terhadap perilaku tersebut. Perasaan tersebut mencerminkan adanya nilai kemanusiaan dan kepedulian sosial yang cukup kuat dalam diri siswa.

Penelitian oleh Marlina dan Herawati (2021) menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat empati yang tinggi cenderung memiliki respons penolakan terhadap tindakan self-injury yang dilakukan oleh orang terdekat, dan lebih memilih untuk memberikan dukungan emosional. Meskipun demikian, sebagian siswa masih merasa tidak nyaman ketika membicarakan isu self-injury secara terbuka. Hal ini menunjukkan bahwa topik ini masih dianggap sensitif atau tabu di lingkungan sekolah, sehingga dibutuhkan pendekatan yang bijak, seperti diskusi kelas dengan pendampingan guru BK, untuk membuka ruang dialog yang aman.

c. Aspek Konatif

Aspek konatif merefleksikan kecenderungan tindakan siswa dalam menghadapi isu self-injury, seperti keinginan membantu teman, tidak meniru perilaku tersebut, serta bersedia mencari bantuan profesional. Pada aspek ini diperoleh skor total 2.293 dari skor ideal 3.000, dengan persentase 76,43%, tergolong tinggi. Ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran untuk bertindak secara preventif dan tidak terdorong untuk meniru perilaku self-injury meskipun menghadapi tekanan.

Tingginya skor pada aspek konatif menjadi indikator bahwa siswa telah memiliki kontrol diri dan pemahaman nilai-nilai coping strategy yang sehat. Namun demikian, terdapat sebagian siswa yang merasa enggan untuk mencari bantuan meskipun mengalami tekanan emosional. Hal ini sejalan dengan temuan Wahyuningsih (2020) yang menyebutkan bahwa stigma sosial dan rasa takut menjadi penghalang utama bagi siswa dalam mencari bantuan profesional terkait kesehatan mental.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini yakni:

1. Persepsi siswa terhadap perilaku self-injury berada di kategori tinggi. Hasil didapatkan bahwa mayoritas siswa memiliki pengetahuan yang baik, sikap emosional yang empatik, serta kecenderungan perilaku yang positif dalam merespons isu self-injury. Rata-rata skor persepsi siswa adalah 105,93 dengan persentase 75,67%, yang mengindikasikan bahwa siswa secara umum memahami bahaya self-injury dan tidak mendukung perilaku tersebut.
2. Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi persepsi siswa terhadap perilaku self-injury. Faktor-faktor tersebut antara lain tingkat pengetahuan (aspek kognitif), sikap atau respons emosional (aspek afektif), dan kecenderungan perilaku untuk membantu atau menghindari perilaku tersebut (aspek konatif). Selain itu, lingkungan sekolah, akses terhadap informasi kesehatan mental, pengalaman pribadi atau sosial, serta dukungan guru atau teman sebaya juga turut memengaruhi persepsi siswa.
3. Siswa telah memahami dampak psikologis dan emosional yang ditimbulkan oleh self-injury. Hal ini tercermin dari tingginya skor pada indikator afektif dan konatif, di mana siswa menyatakan keprihatinan terhadap teman yang melakukan self-injury serta menyadari bahwa perilaku tersebut merupakan tanda seseorang membutuhkan bantuan. Pemahaman ini berperan penting dalam membentuk sikap preventif siswa dan meningkatkan solidaritas sosial untuk saling membantu antar sesama teman.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan. Peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada diri sendiri yang telah menyelesaikan penelitian ini dan masih

semangat hingga saat ini, selanjutnya peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada kedua orang tua tercinta yang telah memberikan doa, semangat serta dukungan kepada peneliti. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan serta masukan dalam menyelesaikan penelitian ini, juga kepada semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almaida, R., Gumelar, S. A., & Laksmiwati, A. A. (2021). Dinamika psikologis fangirl K-Pop. *Cognicia*, 9(1), 17-24.
- Amira, F. S., & Mastuti, Endah (2021). Hubungan antara Parent Attachment dengan Regulasi Emosi pada Remaja. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 837-843.
- Awalinni, A., & Harsono, Y. T. (2023). Hubungan antara kesepian dan perilaku non-suicidal self-injury pada mahasiswa psikologi di kota malang. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 14(1), 43-59.
- Aronson, E., Wilson, T. D., & Akert, R. M. (2016). *Social Psychology* (9th ed.). Boston: Pearson Education.
- Desi, D. P. (2023). Perilaku Self-Injury pada Remaja Pengidap Bipolar di Desa Purbalingga Lor (Doctoral dissertation, UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri).
- Epivania, V., & Soetjningsih, C. H. (2023). Kematangan emosi dan perilaku melukai diri pada mahasiswa. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(8), 7337-7344.
- Fitriani, N. (2021). Persepsi Siswa Terhadap Self-Injury Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua. *Jurnal Psikologi Insight*, 13(1), 45-56. <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.2021.1301.04>
- Guntur, A. I., Dewi, E. M. P., & Ridfah, A. (2021). Dinamika perilaku self-injury pada remaja laki-laki. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), 42-54.
- Insani, S. M., Psikologi, P. S., Pendidikan, F. I., Surabaya, U. N., Psikologi, P. S., Pendidikan, F. I., & Surabaya, U. N. (2023). Studi Kasus: Faktor Penyebab Perilaku Self-Harm Pada Remaja Perempuan Case Study: Causative Factor Self-Harm Behavior in Abstrak. *10(02)*, 439-454.
- Katodhia, L., & Sinambela, F. C. (2020). Efektivitas pelatihan emotional intelligence untuk meningkatkan resiliensi pada siswi smp yang melakukan self injury. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 114-131.
- Knigge, M. (1999). *Understanding Self-Injury*. Chicago: Mind Matters Press.
- Malumbot, C. M., Naharia, M., & Kaunang, S. E. (2020). Studi tentang faktor-faktor penyebab perilaku self injury dan dampak psikologis pada remaja. *Psikopedia*, 1(1).
- Marwoko, G. (2019). Psikologi perkembangan masa remaja. *Tasyri: Jurnal Tarbiyah-Syariah-Islamiah*, 26(1), 60-75.
- Melasti, K. Y., Ramli, M., & Utami, N. W. (2022). Self-Injury pada Kalangan Remaja Sekolah Menengah Pertama dan Upaya Penanganan Dalam Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 2(7), 686-695.
- Notosoedirdjo, M. Latipun. (2014). *Kesehatan mental*. UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang,

- Putri, S. R., & Dewi, F. (2020). Perilaku Self-Injury Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial pada Remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 9(2), 102–112. <https://doi.org/10.14710/jpkkm.v9i2.102-112>
- Rini, R. (2022). Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Bentuk, Faktor dan Keterbukaan Dalam Perspektif Perbedaan Jenis Kelamin. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 6(3), 115-123.
- Santoso, L. S., & Santoso, L. S. (2023). *Kematangan Emosi Pada Dewasa Awal dalam Upaya Mengatasi Kecenderungan Self Injury di Kota Bekasi (Doctoral dissertation, UIN Surakarta)*.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sutja, A., Herlambang, S., Nelyahardi, N., & Emosda, E. (2017). *Penulisan Skripsi untuk Prodi Bimbingan Konseling. Wahana Resolusi*.
- Thesalonika, T., & Apsari, N. C. (2021). Perilaku self-harm atau melukai diri sendiri yang dilakukan oleh remaja (Self-harm or self-injuring behavior by adolescent). *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4 (2). *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4(2).
- Yunita, E., & Karneli, Y. (2022). Efektifitas Teknik Dispute Cognitive Untuk Mengurangi Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (Studi Kasus Pada Mahasiswi Trauma). *Counsnesia Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 3(2), 45-53.