

**KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF-HARM* SISWA
PONDOK PESANTREN NURUL YAQIN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelara Sarjana Pendidikan (S1)*

**Pembimbing:
Prof. Ifdil, S.HI, S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons.**



**Oleh
CHAIRUNNISA NUR SALSABILA
NIM. 16006007**

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN SKRIPSI

KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF-HARM* SISWA PONDOK PESANTREN NURUL YAQIN

Nama : Chairunnisa Nur Salsabila
NIM/BP : 16006007/2016
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 28 Agustus 2023

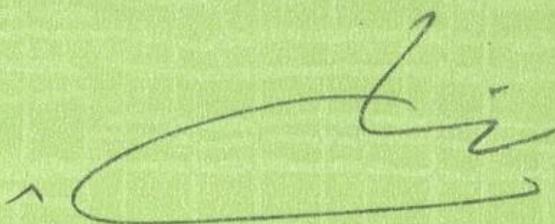
Disetujui oleh

Kepala Departemen



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001

Pembimbing Akademik



Prof. Ifdil, S.HI, S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons
NIP. 19811211 200912 1 002

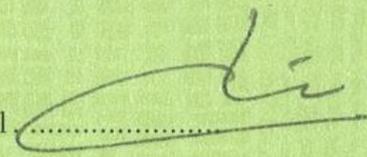
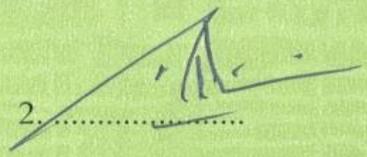
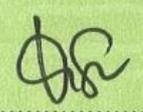
PENGESAHAN TIM PENGUJI

*Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang*

Judul : Kecenderungan Perilaku *Self-harm* Siswa Pondok
Pesantren Nurul Yaqin
Nama : Chairunnisa Nur Salsabila
Nim/BP : 16006007/2016
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 28 Agustus 2023

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons.	1. 
2. Anggota	: Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota	: Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd .	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Chairunnisa Nur Salsabila
NIM/BP : 16006007/2016
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Kecenderungan Perilaku *Self-harm* Siswa Pondok
Pesantren Nurul Yaqin

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 28 Agustus 2023

Saya yang menyatakan,



Chairunnisa Nur Salsabila

Chairunnisa Nur Salsabila
NIM. 16006007

ABSTRAK

Chairunnisa Nur Salsabila. 2023. Kecenderungan Perilaku *Self-Harm* Pondok Pesantren Nurul Yaqin. Skripsi. Departemen Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh fenomena yang terjadi pada remaja dimana perilaku melukai diri sendiri merupakan perilaku yang dilakukan untuk mengatasi gangguan emosi atau rasa sakit yang emosional dengan cara menyakiti diri sendiri tanpa ada niat untuk bunuh diri. Penelitian ini bertujuan untuk (1) Mendeskripsikan kecenderungan perilaku *self-harm* siswa Pondok Pesantren Nurul Yaqin secara keseluruhan, (2) Mendeskripsikan kecendrungan perilaku *self-harm* siswa Pondok Pesantren Nurul Yaqin pada aspek *direct self-injury*, (3) Mendeskripsikan kecendrungan perilaku *self-harm* siswa Pondok Pesantren Nurul Yaqin pada aspek *non-direct self-harm*.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini sebanyak 316 siswa dengan sampel 176 siswa yang merupakan santri dan santriwati di pondok pesantren nurul yaqin. Pengambilan sampel dengan teknik proportionate stratified random sampling. Instrument penelitian yaitu angket *self-harm* dengan pengukuran skala *likert*.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa pondok pesantren nurul yaqin mengalami kecenderungan perilaku *self-harm* pada umumnya berada pada kategori rendah sebanyak 102 siswa dengan persentase 57,95%. Sedangkan perilaku *self-harm* ditinjau dari aspek regulasi emosi berada pada kategori rendah, perilaku *self-harm* pada siswa ditinjau dari aspek menghukum diri sendiri berada pada kategori rendah, perilaku *self-harm* pada siswa ditinjau dari aspek pengaruh interpersonal berada pada kategori sedang, perilaku *self-harm* pada siswa ditinjau dari aspek pengaruh interpersonal berada pada kategori rendah, perilaku *self-harm* pada siswa ditinjau dari aspek anti disosial berada pada kategori rendah, perilaku *self-harm* pada siswa ditinjau dari aspek anti bunuh diri berada pada kategori rendah, perilaku *self-harm* pada siswa ditinjau dari aspek mencari sensasi berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil dari penelitian ini guru BK atau konselor dapat memberikan bantuan berupa layanan informasi, layanan konseling individual, layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok.

Kata Kunci: Perilaku *self-harm*, siswa.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT. Atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Kecenderungan Perilaku *Self-Harm* Siswa Pondok Pesantren Nurul Yaqin”. Dalam menyelesaikan Skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Prof. Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons. selaku Dosen pembimbing akademik yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk dapat membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd Kons. dan ibu Dr. Dina Sukma, S.Psi, S.Pd, M.Pd.selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, masukan serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Prof. Firman, MS., Kons. Selaku Ketua Departemen Bimbingan dan KonselingFIP UNP dan Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons selaku Sekretaris Departemen Bimbingan dan Konseling FIP UNP.
4. Bapak/ibu Dosen Departemen Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan sumbangan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat kepada peneliti selama perkuliahan.
5. Bapak Ramadi selaku staf administrasi Departemen Bimbingan dan Konseling FIP UNP yang telah membantu peneliti dalam proses administrasi selama perkuliahan.
6. Ungku Muhamad Rais, S.S TK Labai nan basa selaku kepala pimpinan lama di Pondok Pesantren Nurul Yaqin.
7. Ungku Drs. Idarussalam Tuanku Sutan Selaku Kepala pimpinan yang baru di Pondok pesantren Nurul Yaqin yang telah mengizinkan peneliti untuk Penelitian di Pondok Pesantren Nurul Yaqin.
8. Ungku Afdal Yusra TK. Rajo Timbalan, S.Pd selaku wakil pimpinan di Pondok Pesantren Nurul Yaqin yang telah membantu dalam proses penelitian dari awal hingga akhir penelitian.

9. Teristimewa untuk Kedua orangtua tercinta kepada Papa Ali Imran dan Mama Ema Suryani yang selalu menucapkan Do'a, memberikan nasehat dan bimbingan dalam setiap proses perjalanan yang peneliti arungi selama ini.
10. Kepada ayah Saldi, M selaku ayah sambung dari peneliti yang sabar dan memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti.
11. Dan kepada Keluarga peneliti : Kartika Suryani, Rahul Aulia Rahman, Rizky Pranata, M. Aidil Fajriadi dan Aisha Asyifa Salma yang selalu menjadi emotional dan financial support bagi peneliti, sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi
12. Kepada mama Nira susanti dan Briptu Muhammad Abith, KR selaku mama dan adik peneliti yang telah mensupport peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Sahabat karib peneliti : Juliadi candra, Dheni, Ruru okta Sudano, Welma Yulianti, dan Fahtiaty Mandhaita yang selalu memberikan dukungan, serta motivasi kepada peneliti.
14. Kepada Rahmi, Fahtya Syahadah, Sarbitah, Yunida anggriani dan Ayu Sasmika yang selalu menjadi teman seperjuangan di masa-masa perkuliahan dan selalu memberikan motivasi penuh kepada peneliti.
15. Kepada Annisaislami Khairati yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan bantuan kepada peneliti dalam proses penyelesaian skripsi dan lainnya.
16. Serta pihak-pihak yang tidak dapat peneliti tuliskan satu per satu yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan yang telah diberikan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Aamiin. Peneliti menyadari bahwa adanya kekurangan dalam skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti berharap adanya kritikan dan saran yang membangun demi kesempurnaan peneliti selanjutnya. Peneliti berharap skripsi ini nantinya dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Padang, September 2023

Chairunnisa Nur Salsabila

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
1. Teoritis	6
2. Praktis.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Landasan Teori	8
1. Perilaku <i>Self-Harm</i>	8
a. Pengertian perilaku <i>self harm</i>	8
b. Kriteria perilaku <i>self-harm</i>	9
c. Factor-faktor penyebab perilaku <i>self-harm</i>	11
d. Jenis-jenis perilaku <i>self-harm</i>	14
e. Tingkatan perilaku <i>self harm</i>	18
f. Aspek-aspek perilaku <i>self harm</i>	19
2. Pesantren	21
B. Penelitian Relevan	22
C. Kerangka Konseptual.....	24

BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian	26
B. Populasi dan Sampel Penelitian	26
C. Jenis Data dan Sumber Data	30
D. Definisi Operasional	30
E. Instrumen Penelitian	30
F. Teknik Analisis Data	33
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	35
A. Deskripsi hasil penelitian.....	35
B. Pembahasan hasil penelitian	41
C. Implikasi layanan bimbingan dan konseling	42
BAB V PENUTUP	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran	46
KEPUSTAKAAN	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian.....	27
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	29
Tabel 3. Skor Jawaban Responden	31
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen	32
Tabel 5. Distribusi dan persentase <i>Self-Harm</i> (N=176)	35
Tabel 6. Distribusi frekuensi dan persentase perilaku <i>self-harm</i> siswa berdasarkan aspek regulasi emosi	36
Tabel 7. Distribusi frekuensi dan persentase perilaku <i>self-harm</i> siswa berdasarkan aspek menghukum diri sendiri	37
Tabel 8. Distribusi frekuensi dan persentase perilaku <i>self-harm</i> siswa berdasarkan aspek pengaruh interpersonal	38
Tabel 9. Distribusi frekuensi dan persentase perilaku <i>self-harm</i> siswa berdasarkan aspek batas antar pribadi	38
Tabel 10. Distribusi frekuensi dan persentase perilaku <i>self-harm</i> siswa berdasarkan aspek anti disosial	39
Tabel 11. Distribusi frekuensi dan persentase perilaku <i>self-harm</i> siswa berdasarkan aspek anti bunuh diri	40
Tabel 12. Distribusi frekuensi dan persentase perilaku <i>self-harm</i> siswa berdasarkan aspek mencari sensasi	41

GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual Prilaku *Self-Harm*..... 24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-Kisi Instrument Penelitian	51
Lampiran 2. Instrument Penelitian	54
Lampiran 3. Tabulasi Perilaku <i>Self-harm</i> Secara Keseluruhan	64
Lampiran 4. Tabulasi Perilaku <i>Self-Harm</i> Berdasarkan Sub Variabel	68
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	81
Lampiran 6. Surat Balasan Penelitian	83

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa yang berpengaruh dalam kehidupan seseorang. Pada masa ini remaja berada pada fase transisi dari kanak-kanak ke dewasa (umur 11-18 tahun) yang mengalami perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Selain itu, remaja mengalami masa krisis identitas dan mereka memiliki posisi yang ambigu yang sedemikian menyebabkan remaja menjadi tidak stabil, agresif, konflik antara sikap dan perilaku kegoyahan emosional dan sensitif, terlalu cepat dan gegabah untuk mengambil tindakan yang ekstrim (Santrock, 2003).

Namun dalam menjalani kehidupan sehari-hari banyak tantangan dan tekanan yang diperoleh dari lingkungan sekitar yang dapat menyebabkan individu tidak dapat menyikapi tekanan itu dengan baik. Sehingga seringkali tanpa menyadari telah melakukan tindakan yang menyakiti diri sendiri atau sering dikenal dengan istilah *self-harm*.

Perilaku melukai diri sendiri atau *self-harm* merupakan suatu bentuk perilaku yang dilakukan untuk mengatasi tekanan emosional atau rasa sakit secara emosional dengan cara menyakiti dan merugikan diri sendiri yang mengakibatkan pendarahan, memar, dan rasa sakit yang ditujukan untuk menyebabkan kerusakan tubuh yang ringan tanpa bermaksud untuk melakukan bunuh diri (American Psychiatric Association, 2013; Jenny, 2016; Klonsky

dkk., 2011). Sehingga dapat dipahami bahwa *self-harm* ini akan merugikan diri sendiri bagi orang yang melakukan tindakan tersebut kepada dirinya.

Pada dasarnya ada beberapa jenis perilaku *self-harm*, sebagaimana yang dijelaskan Sutton (2007) bahwa ada dua jenis perilaku *self-harm* yaitu *direct self-injury* dan *non-direct self-harm*. Perilaku *self-harm* menjadi satu penyebab utama kematian dalam kondisi medis akut di Inggris. *Prevalensi self-harm* adalah sekitar 2,7% pada populasi umum dan meningkat 22% pada sampel perawatan primer (Woodley, 2020). Hasil survey YouGov Omnibus (dalam Sibarani, NIman, & Widintoro (2021) menunjukkan bahwa dewasa muda yang pernah melakukan *self-harm* 45% dan 7% diantaranya sering melakukan *self-harm* dengan frekuensi paling sering 2-5 kali. Dampak yang perlu diperhatikan dalam kejadian *self-harm non fatal* yaitu cenderung mengulangi tindakan sebesar (17,1%) (Verenisa, 2021).

Pada saat sekarang ini perilaku *self-harm* ini dapat terjadi pada siapa saja (Thesalonika & Apsari, 2021). Di Indonesia sendiri, dari 1.018 orang Indonesia yang mengisi survei yang dibuat YouGov Omnibus, sebanyak lebih dari sepertiga (36,9%) penduduk Indonesia pernah melukai diri sendiri seperti menggores tangan, mencakar, ataupun membenturkan diri ke tembok. Begitu juga halnya perilaku *self-harm* yang terjadi di Sumatera Barat yang merupakan salah satu provinsi dengan jumlah penduduk padat di Indonesia.

Berdasarkan hasil penelitian Primanita, Aviani, & Afriani (2020) bahwa dari jumlah partisipan 60 orang dari berbagai kota di Sumatera Barat, seperti di

Padang, Bukittinggi, Padang Panjang, Pariaman, Solok, Lima Puluh Kota, dan Agam diperoleh hasil bahwa tingkat *self-injury*nya berada pada kategori tinggi.

Selain itu, hasil penelitian Wahyudi & Netrawati (2022) yang meneliti tingkat perilaku *self-injury* siswa SMP kelas IX di Sumatera Barat diperoleh hasil bahwa perilaku *self-injury* siswa berada pada kategori tinggi dengan bentuk perilaku *self-injury* yang dilakukan adalah menggoreskan benda tajam pada pergelangan tangan, membenturkan kepala, meninju tembok, menjambak rambut secara berlebihan, menahan lapar, mengabaikan kesehatan, menganggap diri sendiri tidak mempunyai tujuan hidup dan menarik diri dari lingkungan, dari beberapa perilaku tersebut dilakukan dengan durasi yang bervariasi dengan intensitas yang dikategorikan tinggi yaitu tiga sampai empat kali dalam seminggu.

Selain itu, perilaku *self-harm* juga terjadi pada siswa yang bersekolah di pondok pesantren. Sebagaimana informasi yang penulis peroleh berdasarkan observasi dan wawancara di lapangan pada tanggal 11 Mei 2023 terhadap beberapa orang siswa yang bersekolah di Pondok Pesantren Nurul Yaqin diperoleh keterangan bahwa adanya siswa yang menjambak rambutnya karena tidak bisa memenuhi tuntutan orangtuanya, adanya siswa yang memukul dirinya atau melukai dirinya karena merasa gagal menjaga nama baik keluarganya, adanya siswa yang tidak memperhatikan kesehatan atau membiarkan dirinya sakit dikarenakan kesulitan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan guru, adanya siswa bergadang berlebihan tanpa alasan yang jelas dikarenakan stress dengan keadaan, adanya siswa yang membenturkan

kepala ke dinding, mencubit kulit sampai berdarah, menggigit kuku atau jari sampai berdarah karena karena stress sering dibanding-bandingkan keluarganya dengan orang lain yang menyebabkan tekanan emosional yang tidak terkendali.

Berdasarkan fenomena tersebut di atas dapat dipahami bahwa perilaku *self-harm* ini akan berdampak negatif yang merugikan diri orang yang melakukannya, sehingga hal tersebut yang membuat peneliti tertarik mendalami perilaku *self-harm* ini dengan judul penelitian “Kecenderung Perilaku *Self-Harm* pada siswa Pondok Pesantren Nurul Yaqin”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang sebelumnya, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Adanya siswa yang menjambak rambutnya karena tidak bisa memenuhi tuntutan orangtuanya.
2. Adanya siswa yang memukul dirinya atau melukai dirinya karena merasa gagal menjaga nama baik keluarganya.
3. Adanya siswa yang tidak memperhatikan kesehatan atau membiarkan dirinya sakit dikarenakan kesulitan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan guru.
4. Adanya siswa bergadang berlebihan tanpa alasan yang jelas dikarenakan stress dengan keadaan.
5. Adanya siswa yang membenturkan kepala ke dinding karena stress sering dibanding-bandingkan keluarganya dengan orang lain.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, penelitian ini dibatasi pada kecenderungan perilaku *self-harm* siswa Pondok Pesantren Nurul Yaqin.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana kecenderungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek regulasi emosi?
2. Bagaimana kecenderungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek menghukum diri sendiri?
3. Bagaimana kecenderungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek pengaruh interpersonal?
4. Bagaimana kecenderungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek batas antar pribadi?
5. Bagaimana kecenderungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek anti disosial?
6. Bagaimana kecenderungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek anti bunuh diri?
7. Bagaimana kecenderungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek mencari sensasi?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mendeskripsikan kecenderungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek regulasi emosi?
2. Mendeskripsikan kecendrungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek menghukum diri sendiri?
3. Mendeskripsikan kecendrungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek pengaruh interpersonal?
4. Mendeskripsikan kecendrungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek batas antar pribadi?
5. Mendeskripsikan kecendrungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek anti disosial?
6. Mendeskripsikan kecendrungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek anti bunuh diri?
7. Mendeskripsikan kecendrungan perilaku *self-harm* siswa ditinjau dari aspek mencari sensasi?

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini akan memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis yaitu:

1. Teoretis
 - 1) Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya tentang bimbingan dan konseling.
 - 2) Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pembaca mengenai perilaku *self-harm*.

2. Praktis

a. Bagi Guru Mata Pelajaran

Bagi Guru di sekolah lebih memperhatikan perilaku *self-harm* yang terjadi pada diri siswa serta mengatasinya.

b. Bagi Guru BK

Dapat mengarahkan perilaku *self-harm* siswa menjadi positif dalam kehidupan sehari-hari.

c. Bagi Siswa

Dapat menambah wawasan tentang perilaku *self-harm*.

d. Bagi orang tua

Sebagai bahan masukan untuk dapat menghindarkan siswa supaya tidak memiliki perilaku *self-harm* dan dapat diambil manfaatnya dalam mendidik generasi muda selanjutnya.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk menambah wawasan dalam menulis karya ilmiah khususnya meneliti tentang perilaku *self-harm* serta implikasinya dalam bimbingan dan konseling.