

**KECENDERUNGAN *SELF INJURY* MAHASISWA
BIMBINGAN DAN KONSELING**

SKRIPSI

untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
BELLA MAHARANI S
NIM. 19006070

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

PERSETUJUAN SKRIPSI

KECENDERUNGAN *SELF INJURY* MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING

Nama : Bella Maharani S
NIM/BP : 19006070 / 2019
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 15 September 2023

Kepala Departemen

Disetujui Oleh

Pembimbing Akademik



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



Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.
NIP. 19810916 200912 2 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

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

Judul : Kecenderungan *Self Injury* Mahasiswa Bimbingan dan
Konseling
Nama : Bella Maharani S
NIM/BP : 19006070/2019
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 15 September 2023

Tim Penguji, NO	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.	1. 
2. Anggota 1	: Dr. Rezki Hariko, M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota 2	: Lisa Putriani, S.Pd., M.Pd., Kons.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Bella Maharani S
NIM/BP : 19006070 /2019
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Kecenderungan *Self Injury* Mahasiswa Bimbingan dan
Konseling

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, 15 September 2023

Saya yang menyatakan,



Bella Maharani S

NIM. 19006070

ABSTRAK

Bella Maharani S. 2023. Kecenderungan *Self Injury* Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. Skripsi. Departemen Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena yang terjadi pada mahasiswa yang memberikan penghayatan tidak tepat ketika dihadapkan pada suatu permasalahan. Mereka memberikan penghayatan pada masalahnya dengan cara menyakiti dirinya sendiri (*self injury*), dan cara ini diyakini mereka dapat memberikan ketenangan sesaat dan mampu membebaskan mereka dari rasa sakit secara psikologis yang dialaminya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan kecenderungan *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling ditinjau dari dimensi lingkungan, biologis, kognitif, perilaku dan afektif.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Sampel penelitian berjumlah 254 orang mahasiswa Departemen Bimbingan dan Konseling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner kecenderungan *self injury* yang sudah diuji valid dengan menggunakan rumus *Pearson Correlation* dan uji reliabilitas dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha*. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling pada umumnya berada pada kategori rendah yakni dengan hasil rata-rata 92,4 (42,95%), yang terdiri dari 1) Dimensi lingkungan berada pada kategori rendah dengan rata-rata skor 20,22 (44,93%); 2) Dimensi biologis berada pada kategori rendah dengan rata-rata skor 3,64 (36,41%); 3) Dimensi kognitif berada pada kategori rendah dengan rata-rata skor 17 (43,07%); 4) Dimensi perilaku berada pada kategori rendah dengan rata-rata skor 10 (40,63%); 5) Dimensi afektif berada pada kategori rendah dengan rata-rata skor 41,11 (43,27%). Berdasarkan penelitian ini, layanan Bimbingan dan Konseling yang dapat diberikan untuk menurunkan kecenderungan *self injury* adalah layanan informasi, layanan konseling individual dan layanan konseling kelompok.

Kata Kunci: *self injury*, mahasiswa, Bimbingan dan Konseling

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji dan syukur peneliti sampaikan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, karunia serta berkah-Nya kepada kita semua, khususnya kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kecenderungan *Self injury* Mahasiswa Bimbingan dan Konseling”.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang. Proses penyusunan skripsi ini menggunakan sejumlah sumber untuk membantu peneliti dalam menyelesaikannya. Berkat kesabaran dan ketekunan peneliti serta dorongan, nasihat dan bimbingan dari berbagai pihak akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada.

1. Ibu Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd., selaku pembimbing akademik, pembimbing skripsi, serta validator yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan berupa gagasan, saran, dan motivasi, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Dr. Rezki Hariko, M.Pd., Kons., dan Ibu Lisa Putriani, M.Pd., Kons., selaku dosen penguji dan tim penimbang instrument penelitian (*judgement*)

yang telah meluangkan waktu, memberi arahan, masukan serta saran demi kesempurnaan skripsi ini.

3. Ibu Soeci Izzati Adlya, S.Pd., M.Pd., selaku penimbang instrument (*judgement*) yang telah meluangkan waktu, memberi arahan, masukan serta saran demi kesempurnaan skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., selaku kepala Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.
5. Bapak dan Ibu dosen Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pembelajaran, dan pengalaman yang bermanfaat kepada peneliti selama masa perkuliahan.
6. Bapak Ramadi, selaku staff tata usaha Departemen Bimbingan dan Konseling FIP UNP yang telah memberikan pelayanan terbaik dan kelancaran administrasi selama masa perkuliahan.
7. Mahasiswa Departemen Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019, 2020, 2021 dan 2022 yang telah bersedia bekerjasama dan meluangkan waktunya untuk mengerjakan instrumen penelitian sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
8. Kedua orang tua, Ayahanda Roy Mas'ud dan Ibunda In serta adik Bunga yang selalu memanjatkan do'a, memberikan dukungan, serta menjadi motivasi terbesar peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Berkat ajaran, didikan serta tuntunan kedua orang tualah peneliti bisa sampai pada tahap ini.

9. Sahabat karib peneliti: Yosi Lestari, Shela Apriningtyas, S.Pd., dan Erlin Okarina Priastiwi yang telah berkenan menjadi sahabat dalam berpikir dan menemukan solusi bersama, pendengar yang baik dan tulus, memberikan dukungan serta motivasi kepada peneliti.
10. Sahabat seperjuangan peneliti: Dita Hany Stacia, Atika Khairunisa, Mila Hariyanti, Firdha Ainil Hakim, Atikah Zahra, Aulia Rahmi, Sari Matondi, Zahratul Aini, Suqqma Sukri Jarpis, Melani Putri Triana, dan tidak lupa Wahyu Abdillah, Reval dan Afdal Zikra yang telah memberikan warna dalam menemani perjalanan peneliti serta mendoakan, memberikan bantuan dan motivasi kepada peneliti hingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih telah berkenan menjadi teman diskusi serta pendengar yang baik di masa-masa perkuliahan.
11. Semua orang yang telah membantu peneliti dalam interaksi dan proses studi di Universitas Negeri Padang.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT, aamiin. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna, atas dasar itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaiki di masa yang akan datang.

Padang, September
2023
Peneliti

Bella Maharani S

NIM.19006070

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Asumsi Penelitian	9
F. Tujuan Penelitian	9
G. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORI	12
A. Kecenderungan <i>Self Injury</i>	12
1. Pengertian Kecenderungan <i>Self Injury</i>	12
2. Jenis-jenis <i>Self Injury</i>	14
3. Bentuk-bentuk <i>Self Injury</i>	15
4. Dimensi-dimensi <i>Self Injury</i>	17
5. Faktor-faktor Penyebab <i>Self Injury</i>	18
B. Implikasi dalam Bimbingan dan Konseling Kecenderungan.....	20
C. Penelitian Relevan	22
D. Kerangka Konseptual	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
A. Jenis Penelitian	27
B. Populasi dan Sampel	28
C. Jenis Data dan Sumber Data	30
D. Definisi Operasional	31

E. Instrumen dan Pengembangannya	31
F. Teknik Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
A. Deskripsi Hasil Penelitian	42
B. Pembahasan Hasil Penelitian	49
C. Upaya Konselor dalam Menurunkan Kecenderungan <i>Self Injury</i>	56
BAB V PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR RUJUKAN	62
LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Data Populasi Penelitian	28
Tabel 2.	Sampel Penelitian.....	30
Tabel 3.	Penskoran Jawaban Kecenderungan <i>Self Injury</i>	32
Tabel 4.	Kisi-kisi Instrumen Kecenderungan <i>Self Injury</i>	33
Tabel 5.	Kisi-kisi Instrumen Kecenderungan <i>Self Injury</i> setelah Uji Validitas	36
Tabel 6.	Reliabilitas Uji Kecenderungan <i>Self Injury</i> Mahasiswa	37
Tabel 7.	Kategori Skor Keseluruhan Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling	39
Tabel 8.	Kategori Skor Keseluruhan Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa Ditinjau dari Dimensi Lingkungan	40
Tabel 9.	Kategori Skor Keseluruhan Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa Ditinjau dari Dimensi Biologis	40
Tabel 10.	Kategori Skor Keseluruhan Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa Ditinjau dari Dimensi Kognitif	40
Tabel 11.	Kategori Skor Keseluruhan Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa Ditinjau dari Dimensi Perilaku	41
Tabel 12.	Kategori Skor Keseluruhan Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa Ditinjau dari Dimensi Afektif	41
Tabel 13.	Distribusi dan Presentase Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa (n=254).....	42
Tabel 14.	Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Kecenderungan <i>Self Injury</i>	43
Tabel 15.	Distribusi Frekuensi dan Persentase Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa ditinjau dari Dimensi Lingkungan	44
Tabel 16.	Distribusi Frekuensi dan Persentase Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa ditinjau dari Dimensi Biologis.....	45
Tabel 17.	Distribusi Frekuensi dan Persentase Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa ditinjau dari Dimensi Kognitif.....	46

Tabel 18.	Distribusi Frekuensi dan Persentase Kecenderungan <i>Self Injur</i> pada Mahasiswa ditinjau dari Dimensi Perilaku	47
Tabel 19.	Distribusi Frekuensi dan Persentase Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa ditinjau dari Dimensi Afektif.....	48

GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual 26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-kisi Instrumen	66
Lampiran 2. Instrumen Penelitian	68
Lampiran 3. Rekapitulasi Hasil <i>Judge</i> Instrumen	77
Lampiran 4. Data Hasil Uji Validitas Instrumen	88
Lampiran 5. Tabulasi Data Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling secara Keseluruhan	98
Lampiran 6. Tabulasi Data Kecenderungan <i>Self Injury</i> pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Berdasarkan Sub Variabel	103
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian.....	129

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Selama hidupnya, individu akan melalui beberapa periode perkembangan. Masing-masing periode memiliki tugas dan perkembangan yang berbeda-beda, namun terdapat masa dimana individu akan mengalami berbagai macam pergolakan emosi dan konflik. Pada masa ini, individu akan dihadapkan dengan sejumlah masalah terkait dengan tugas perkembangannya. Masa yang penuh konflik ini adalah masa remaja.

Masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Santrock, 2003). Monks, dkk (2000) memberi batasan usia remaja adalah 12 - 21 tahun. Sedangkan menurut Santrock (2003) usia remaja berada pada rentang 12 - 23 tahun. Berdasarkan batasan-batasan yang diberikan para ahli bahwa mulainya masa remaja relatif sama. Masa ini diawali ketika individu mengalami pubertas atau kematangan seksual dengan ditandai oleh perubahan atau peralihan baik dalam aspek hormonal, aspek kognitif, aspek fisik, maupun aspek psikososial (Santrock, 2009).

Lebih lanjut, menurut Hurlock (1980) masa remaja adalah masa perubahan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dan masa dewasa adalah puncak kematangan seseorang dalam hidupnya. Dalam menjalani masa transisi ini pasti akan ada konflik yang terjadi, konflik internal (konflik dalam dirinya) maupun konflik eksternal (konflik yang berasal dari luar). Walsh (2006) berpendapat bahwa konflik-konflik ini menyebabkan seseorang

menjadi tertekan secara emosional menimbulkan perasaan yang tidak nyaman pada dirinya. Netrawati, dkk (2018) juga mengungkapkan bahwa tekanan-tekanan sebagai akibat perkembangan fisiologis pada masa remaja, ditambah dengan tekanan akibat perubahan kondisi sosial budaya, serta perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang demikian pesat, seringkali mengakibatkan timbulnya masalah-masalah psikologis berupa gangguan penyesuaian diri atau gangguan perilaku.

Pada rentang usia remaja akhir menuju dewasa awal juga merupakan rata-rata usia mahasiswa dengan jenjang pendidikan strata satu (S1). Menurut Santrock (2011), mahasiswa yang sedang berada pada masa remaja akhir mengalami banyak kegiatan produktif karena pada masa ini merupakan tahap dimana individu lebih bereksplorasi dan bereksperimen terhadap lingkungannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Suharsono & Anwar (2020) memperoleh hasil bahwa pada masa ini mahasiswa juga mengalami banyak perubahan serta konflik yang bersumber dari tuntutan perkuliahan, penyesuaian terhadap sistem perkuliahan, hubungan atau siklus dalam pertemanan serta tanggung jawab dari kegiatan atau organisasi yang diikuti sehingga mahasiswa mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan baik. Mahasiswa yang sulit untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungannya menjadikan mahasiswa merasa lelah dan sering kali merasa sensitif terhadap orang lain, mudah tersinggung, dan mudah terpancing amarah.

Ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik perguruan tinggi dan kehidupan sebagai mahasiswa, berpotensi menyebabkan mahasiswa berada pada tingkat kebahagiaan yang rendah. Permasalahan-permasalahan yang timbul ini jika dialami terus menerus dan tidak dihadapi maka dapat memicu tekanan dan stres pada mahasiswa (Putra & Riko, 2023). Namun, sejatinya permasalahan yang dijumpai dalam kehidupan sehari-hari merupakan suatu pengalaman berharga yang dapat menjadikan individu lebih dewasa dalam bertindak. Keadaan ini menunjukkan bahwa individu di periode ini dituntut untuk bisa beradaptasi dengan baik dengan perubahan-perubahan melalui tugas-tugas perkembangan remaja yang harus dihadapi.

Individu sebaiknya merespon dengan baik segala emosi yang ditimbulkan dari permasalahan yang dihadapinya. Hal yang wajar jika seorang individu melakukan usaha untuk mengekspresikan berbagai macam emosi yang dirasakan, namun pengekspresian yang dimaksud sebaiknya dengan usaha yang tepat dan efisien. Respon baik yang dimaksud adalah respon perilaku yang adaptif sehingga tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain. Tetapi pada faktanya, ada beberapa individu yang justru memberikan penghayatan tidak tepat ketika dihadapkan pada suatu permasalahan. Mereka memberikan penghayatan pada masalahnya tersebut justru dengan cara menyakiti dirinya sendiri dan cara ini diyakini mereka dapat memberikan ketenangan sesaat dan mampu membebaskan mereka dari rasa sakit secara psikologis yang dialaminya. Menurut mereka, rasa sakit secara fisik yang ia dapatkan dari aktivitasnya melukai diri sendiri tersebut

menjadi tidak begitu berarti dan tidak sepadan dengan rasa sakit secara psikologis yang dirasakannya. Mereka ini disebut sebagai pelaku *self injury* (Estefan & Wijaya, 2014).

Self injury disebut juga *self harm* yang berarti perilaku menyakiti diri sendiri. *Self injury* adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi rasa sakit secara emosional dengan cara melukai dirinya sendiri, dilakukan dengan sengaja tapi tidak dengan tujuan bunuh diri (Klonsky, 2007). *Self injury* biasa dilakukan sebagai bentuk dari pelampiasan atau penyaluran emosi yang terlalu menyakitkan untuk diungkapkan dengan kata-kata (Hartanto, 2010). Senada dengan pendapat Klonsky (2007), *self injury* merupakan bentuk mekanisme pertahanan diri yang digunakan seseorang untuk mengatasi rasa sakit secara emosional, kesepian, kehilangan dan memuaskan keinginan untuk menghukum diri sendiri dengan membuat luka pada tubuhnya. Kendati demikian, *self injury* sendiri merupakan mekanisme *coping* yang tidak baik namun banyak orang yang melakukan karena memang mekanisme tersebut dianggap menjadi cara yang efektif bekerja dan bahkan bisa menyebabkan kecanduan (Alderman, 2000).

Berdasarkan data dari GSHS (*Global School-based Student Healthy Survey*) menunjukkan jika perilaku bunuh diri, ide untuk melakukan bunuh diri, rencana untuk melakukan bunuh diri, upaya untuk melakukan bunuh diri dan perilaku melukai diri sendiri yang mengarah pada perilaku bunuh diri merupakan masalah yang paling banyak terjadi pada usia remaja. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh firma riset pasar dan analitik data

berbasis internet internasional Inggris yaitu *YouGov Omnibus* pada tahun 2019, lebih dari sepertiga (36%) orang Indonesia pernah melukai diri sendiri. Ini terutama ditemukan di kalangan orang muda Indonesia, dengan lebih dari dua dari lima orang (45%) pernah melukai diri sendiri. Di kalangan anak muda Indonesia, data menunjukkan bahwa 7% sering melukai diri sendiri (Thesalonika & Apsari, 2021).

Faktor penyebab seseorang melakukan perilaku *self injury* karena faktor-faktor psikologis menurut Sutton (2005) yaitu merasa tidak kuat menahan emosi dan merasa terjebak, *stress*, *self esteem* yang rendah, tidak sanggup mengekspresikan atau mengungkapkan perasaan, merasa hampa atau kosong, adanya perasaan tertekan didalam batin yang tidak dapat ditolerir setelah kehilangan orang yang disayangi, ingin mendapatkan perhatian khusus dari orang yang disayangi, merasa putus asa, tidak sanggup menghadapi realita, merasa tidak berguna, merasa bahwa hidup semakin sangat sulit, frustrasi dan mengalami depresi. Adapun dimensi-dimensi yang melatarbelakangi perilaku *self injury* menurut Walsh (2006) terdiri dari dimensi lingkungan, dimensi biologis, dimensi kognitif, dimensi perilaku dan dimensi afektif.

Penelitian yang dilakukan oleh Khalifah (2019) menunjukkan bahwa bentuk perilaku *self injury* yang dilakukan remaja yang berusia sekitar 13-17 tahun menunjukkan perilaku mengukir, menggores, menyayat pada permukaan kulit, memukul diri sendiri, memukulkan badan pada benda keras dan padat hingga memar, dan tidak makan selama hampir satu minggu.

Faktor yang menyebabkan remaja melakukan perilaku *self injury* adalah merasa stres hingga depresi yang disebabkan oleh kurangnya kemampuan mengendalikan emosi negatif yang terpendam dalam diri individu karena beberapa permasalahan yang terjadi pada remaja seperti, tidak adanya keharmonisan dan kehangatan dalam hubungan keluarga, masalah dengan teman sebaya, *bullying* dan masalah asmara.

Kemudian, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Verenisa, dkk (2021) pada mahasiswa keperawatan di salah satu fakultas Universitas di wilayah Bandung menunjukkan bahwa 32,1% mahasiswa melakukan *self injury*. Tindakan yang paling banyak dilakukan yaitu memukul diri sendiri (9,7%) pada *self injury* minor dan mengikis kulit (2%) pada *self injury* sedang/berat, dilakukan 2-5 kali dalam setahun. Alasan yang paling banyak digunakan yaitu kelompok penguatan sosial pada *self injury* minor, dan kelompok penguatan otomatis pada *self injury* sedang/berat.

Setiap mahasiswa yang berasal dari jurusan apapun pasti memiliki masalah yang berbeda-beda, begitu pula cara penyelesaiannya. Sebagian individu mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik sementara beberapa dari individu tersebut terkadang tidak mampu menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Oleh karena itu, peneliti melakukan observasi di Universitas Negeri Padang dan pada mahasiswa Departemen Bimbingan dan Konseling diperoleh hasil bahwa terdapat mahasiswa tahun masuk 2021 memiliki bekas luka sayatan di lengannya, kemudian peneliti melakukan wawancara kepada mahasiswa tersebut dan ia menyatakan pernah melakukan *self injury*. Hal ini

menarik perhatian peneliti untuk lebih lanjut melakukan penelitian kepada mahasiswa Bimbingan dan Konseling (BK) dikarenakan mahasiswa BK merupakan mahasiswa yang telah dibekali ilmu dalam mengentaskan suatu permasalahan sehingga idealnya individu dapat berpikir secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, namun pada kenyataannya masih terdapat mahasiswa yang memilih mekanisme *coping* yang tidak tepat ketika dihadapkan dengan suatu permasalahan, salah satunya yaitu dengan melukai dirinya sendiri (*self injury*).

Pada tanggal 21 Januari 2023, peneliti melakukan survei yang dilakukan kepada mahasiswa aktif Departemen Bimbingan dan Konseling, FIP UNP tahun masuk 2019, 2020, 2021, serta 2022 dan diperoleh hasil sebanyak 22 orang mahasiswa menyatakan pernah melakukan *self injury* dengan bentuk tindakan paling banyak dilakukan (71,4%) adalah dengan menggaruk atau mencubit dengan kuku sampai terjadi pendarahan pada kulit. Bentuk perilaku kedua terbanyak (52,4%) yang dilakukan oleh pelaku *self injury* adalah menggigit bagian tubuh sampai berdarah atau meninggalkan bekas pada kulit. Banyaknya jumlah pelaku *self injury* pada mahasiswa BK juga turut menarik minat untuk diteliti lebih lanjut mengenai kecenderungan *self injury* pada mahasiswa BK secara keseluruhan.

Berdasarkan fenomena yang ditemui di lapangan dan melihat dari hasil penelitian terdahulu, peneliti ingin melihat lebih dalam lagi mengenai **“Kecenderungan *Self injury* Mahasiswa Bimbingan dan Konseling”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, perilaku *self injury* menurut Klonsky (2007) merupakan bentuk mekanisme pertahanan diri yang digunakan seseorang untuk mengatasi rasa sakit secara emosional, kesepian, kehilangan dan memuaskan keinginan untuk menghukum diri sendiri dengan membuat luka pada tubuhnya. Martinson (1999) menyebutkan faktor penyebab perilaku *self injury* diantaranya yaitu faktor keluarga, faktor pengaruh biokimia, faktor psikologis, dan faktor kepribadian. Pelaku *self injury* memandang bahwa perilaku menyakiti dirinya sendiri dapat mengatasi rasa sakit secara emosional yang dirasakannya. Hal ini dikuatkan oleh pendapat Alderman (2000) yang menyatakan bahwa *self injury* sendiri merupakan mekanisme coping yang tidak baik namun banyak orang yang melakukan karena memang mekanisme tersebut dianggap menjadi cara yang efektif bekerja dan bahkan bisa menyebabkan kecanduan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, peneliti membatasi masalah pada gambaran kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah, maka rumusan dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana deskripsi kecenderungan *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling?
2. Bagaimana deskripsi kecenderungan *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling ditinjau dari dimensi lingkungan?
3. Bagaimana deskripsi kecenderungan *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling ditinjau dari dimensi biologis?
4. Bagaimana deskripsi kecenderungan *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling ditinjau dari dimensi kognitif?
5. Bagaimana deskripsi kecenderungan *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling ditinjau dari dimensi perilaku?
6. Bagaimana deskripsi kecenderungan *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling ditinjau dari dimensi afektif?

E. Asumsi Penelitian

Penelitian ini berangkat dari asumsi sebagai berikut:

1. Mahasiswa berada pada masa transisi antara remaja akhir menuju dewasa awal yang rentan mengalami konflik.
2. Setiap individu memiliki mekanisme *coping* yang berbeda dalam mengatur perasaan emosional.
3. *Self injury* merupakan salah satu perilaku yang dilakukan oleh individu dalam melampiaskan emosi yang dirasakan.

F. Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling.
2. Mendeskripsikan kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling yang ditinjau dari dimensi lingkungan.
3. Mendeskripsikan kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling yang ditinjau dari dimensi biologis.
4. Mendeskripsikan kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling yang ditinjau dari dimensi kognitif.
5. Mendeskripsikan kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling yang ditinjau dari dimensi perilaku.
6. Mendeskripsikan kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling yang ditinjau dari dimensi afektif.

G. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian mencakup manfaat teoretis dan praktis.

Penjabarannya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teoretis dan konseptual terhadap perkembangan layanan bimbingan dan konseling, serta diharapkan penelitian ini akan memperkaya wawasan, informasi, dan mengembangkan pikiran serta ilmu pengetahuan kepada pihak lain.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi konselor, penelitian ini berguna untuk memberikan informasi terkait gambaran kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling sehingga dapat meningkatkan kualitas pemberian layanan bimbingan dan konseling dalam pencegahan dan pengentasan perilaku *self injury* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling.
- b. Bagi dosen, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui gambaran kecenderungan *self injury* mahasiswa Bimbingan dan Konseling.
- c. Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan mengenai gambaran kecenderungan perilaku *self injury* berdasarkan dimensi-dimensi yang melatarbelakanginya. Selain itu, diharapkan hasil penelitian ini dapat mencegah terjadi perilaku *self injury* khususnya dalam hal ini pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling sehingga kemudian tidak berkembang kearah percobaan bunuh diri secara nyata dan menjadikan generasi yang sehat mental
- d. Bagi orangtua, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan masukan kepada orangtua agar memperhatikan perilaku anaknya serta lingkungan sekitar agar anak-anak tidak terjerumus dalam tindakan *self injury*.

- e. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dalam memperkaya wawasan serta acuan referensi dalam penelitian yang akan dilakukan.