

**GAMBARAN *SELF-HARM* PADA REMAJA AKHIR**



Oleh:

**Shania Nabillah Septiani**

**1801620069**

**PSIKOLOGI**

**SKRIPSI**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2024**

**GAMBARAN *SELF-HARM* PADA REMAJA AKHIR**



Oleh:

**Shania Nabillah Septiani**

**1801620069**

**PSIKOLOGI**

**SKRIPSI**

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan  
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN  
PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

**“GAMBARAN *SELF-HARM* PADA REMAJA AKHIR”**

Nama Mahasiswa : Shania Nabillah Septiani  
NIM : 1801620069  
Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 16 Juli 2024

Pembimbing I

Ermita Zakiah, M.Psi., Psikolog  
NIP.198703242024212001

Pembimbing II

Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog  
NIP.198708182019032012

**Panitia Ujian Sidang Skripsi**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggung Jawab)*		31/7.2024
Dr. Gungum Gumelar F. R., M.Si (Wakil Penanggung Jawab)**		30/7.2024.
Dr. Lussy Dwiutami, M.Pd (Ketua Penguji)***		24 Juli 2024
Sri Juwita, M.Psi., Psikolog (Anggota)****		29.07.2024
Liza Yudhita, M.Psi., Psikolog (Anggota)****		25 Juli 2024

Catatan:

- \* Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi
- \*\* Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi
- \*\*\* Dosen Fakultas Pendidikan Psikologi
- \*\*\*\* Dosen Penguji Selain Pembimbing

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Shania Nabillah Septiani  
NIM : 1801620069  
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan Judul "**Gambaran Self-Harm pada Remaja Akhir**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Juli 2024.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 1 Agustus 2024  
Yang Membuat Pernyataan



Shania Nabillah Septiani



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Shania Nabillah Septiani  
NIM : 1801620069  
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi  
Alamat email : shanianabillah30@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi  Tesis  Disertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**Gambaran *Self-Harm* pada Remaja Akhir**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 5 Agustus 2024



( Shania Nabillah Septiani )

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

*“Indeed, Allah help is near”*

(Al-Baqarah: 214)

“Apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirmu, dan apa yang ditakdirkan untukmu tidak akan pernah melewatkanmu”

(Umar bin Khatab)

*“Never be ashamed of trying, effortlessness is a myth”*

(Taylor Swift)

*“If you can’t survive, just try”*

(The 1975)

### PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada diri saya sendiri yang telah berusaha dan berjuang menyelesaikannya sejauh ini. Saya persembahkan pula untuk almh. mama, ayah, para dosen, dan teman-teman yang telah membantu, mendukung, dan mendoakan saya dalam menyelesaikan skripsi. Semoga salah satu langkah kecil ini bisa mendorong langka-langkah lainnya.



SHANIA NABILLAH SEPTIANI

GAMBARAN *SELF-HARM* PADA REMAJA AKHIR

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2024

**ABSTRAK**

Perilaku *self-harm* cukup banyak terjadi terutama dikalangan remaja. Bahkan, *self-harm* kerap kali dikatakan sebagai fenomena remaja. Perubahan secara drastis pada masa transisi remaja dapat membuat mereka mengalami rasa sedih, konflik pada diri sendiri, dan konflik dengan lingkungan. Ketidakmampuan remaja untuk mengatasi masalahnya dapat menimbulkan emosi negatif dan ketika emosi negatif tersebut tidak terkendali, remaja dapat menyalurkannya dengan *self-harm*.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *self-harm* pada remaja. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe studi kasus. Data yang dianalisis diperoleh dari hasil wawancara dan observasi terhadap tiga orang partisipan pelaku *self-harm* yang telah melalui tahap *screening* menggunakan instrumen *Self-Harm Inventory* (SHI).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika keluarga yang bermasalah dapat menimbulkan emosi negatif yang signifikan, yang berkontribusi pada perilaku *self-harm* di antara ketiga partisipan. Selain itu, hubungan dengan pasangan juga memainkan peran penting dalam memicu perilaku *self-harm*. Intensitas perilaku *self-harm* yang tinggi pada dua dari tiga partisipan penelitian ini sangat dipengaruhi oleh dinamika dan konflik dalam hubungan mereka dengan pasangan.

**Kata Kunci : *Self-Harm*, Remaja, Kualitatif.**

**SHANIA NABILLAH SEPTIANI**

**AN OVERVIEW OF SELF-HARM IN LATE ADOLESCENTS**

Undergraduate Thesis

Jakarta: Major of Psychology, Faculty of Educational Psychology

State University of Jakarta

2024

**ABSTRACT**

Self-harm is a prevalent behavior, particularly among adolescents, and is often referred to as a phenomenon of adolescence. The drastic changes during the transitional period of adolescence can lead to feelings of sadness, internal conflict, and conflict with the surrounding environment. Adolescents' inability to manage these issues can result in negative emotions, which, if left unchecked, may be expressed through self-harm.

This study aims to provide an overview of self-harm in adolescents. It employs a qualitative approach with a case study design. The data analyzed were obtained through interviews and observations of three self-harming participants who had undergone screening using the Self-Harm Inventory (SHI).

The findings indicate that problematic family dynamics can generate significant negative emotions, contributing to self-harm behavior among the three participants. Additionally, relationships with partners also play a crucial role in triggering self-harm. The high intensity of self-harm behavior in two out of the three participants was strongly influenced by the dynamics and conflicts within their relationships with their partners.

**Keywords : Self-Harm, Adolescent, Qualitative.**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberi kemudahan serta kelancaran di setiap prosesnya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran *Self-Harm* pada Remaja Akhir”. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat kelulusan sebagai sarjana Psikologi di Universitas Negeri Jakarta. Selama menyusun skripsi ini, peneliti mendapatkan banyak pengalaman dan pengetahuan yang tidak ternilai. Pada penelitian ini, peneliti menyadari masih terdapat banyak kekurangan di dalamnya. Untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang berguna untuk membuat penelitian ini lebih baik lagi.

Pada kesempatan ini, peneliti ingin memberikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini, di antaranya:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Bapak Herdian Maulana, PhD selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Mira Ariyani, PhD selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Ernita Zakiah, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu di tengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan, dukungan, masukan, dan kritik yang membangun selama proses penelitian.
5. Ibu Santi Yudhistira, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu di tengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan, dukungan, dan masukan selama proses penelitian.
6. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu selama masa perkuliahan.
7. Seluruh staff administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan arahan dan bantuan selama masa perkuliahan.

8. Partisipan dan *significant others* partisipan yang sangat berjasa dan dengan tulus membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
9. Almh. Mama dan Ayah yang telah memberikan doa, motivasi, dan dukungannya selama ini.
10. Teman-teman satu bimbingan peneliti, khususnya Fitri, Felta, Rifka, Dijey yang telah membantu selama bimbingan maupun di luar bimbingan.
11. Viola, Shabrina, Reza, Rizka, Zulfa, Nayla, Fathim, Hani, Alya selaku teman-teman peneliti yang telah membantu, mendukung, dan menjadi teman peneliti selama masa perkuliahan.
12. Teman-teman lainnya yang tidak bisa disebutkan satu per satu, yang telah membantu peneliti menyebarkan informasi penelitian demi mendapatkan partisipan yang dibutuhkan.
13. Teman-teman Psikologi UNJ angkatan 2020 yang telah mewarnai bangku perkuliahan peneliti selama ini.
14. Perpustakaan beserta staff dan karyawan yang telah membantu dalam memfasilitasi buku-buku yang peneliti butuhkan untuk pengerjaan skripsi.
15. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah membantu peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
16. Terima kasih kepada diri peneliti sendiri yang telah berusaha menuntaskan perkuliahan dengan baik sampai akhir.

Peneliti menyadari bahwa penulis masih memiliki banyak keterbatasan, sehingga dalam penyusunan skripsi ini mungkin masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan kedepannya.

Jakarta, 12 Juli 2024

Shania Nabillah Septiani

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Perumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2. Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB II ACUAN TEORITIK.....</b>	<b>8</b>
2.1. <i>Self-Harm</i> .....	8
2.1.1. Definisi <i>Self-Harm</i> .....	8
2.1.2. Tipe-Tipe <i>Self-Harm</i> .....	9
2.1.3. Bentuk-Bentuk <i>Self-Harm</i> .....	10
2.1.4. Kriteria Perilaku <i>Self-Harm</i> .....	12
2.1.5. Faktor-Faktor Penyebab <i>Self-Harm</i> .....	13
2.2. Remaja.....	15
2.2.1. Definisi Remaja.....	15
2.2.2. Tahapan Perkembangan Remaja .....	16
2.2.3. Perubahan dalam Relasi Remaja.....	18
2.2.4. Tugas Perkembangan Remaja .....	19
2.3. Kajian Penelitian Relevan .....	19
2.4. Kerangka Berpikir .....	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
3.1. Subjek Penelitian .....	23
3.1.1. Karakteristik Partisipan Penelitian .....	23
3.1.2. Jumlah Partisipan Penelitian .....	24
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian .....	25
3.3. Pendekatan Metode Penelitian Kualitatif yang Digunakan.....	26
3.4. Metode Pengumpulan Data .....	27
3.4.1. Wawancara .....	27
3.4.2. Observasi.....	29
3.5. Prosedur Pengumpulan Data .....	29
3.5.1. Tahap Persiapan .....	29
3.5.2. Tahap Pelaksanaan .....	30

3.6.	Prosedur Analisis Data .....	31
3.7.	Pemeriksaan atau Pengecekan Keabsahan Data (Triangulasi) .....	33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>34</b>
4.1.	Deskripsi Subjek.....	34
4.1.1.	Gambaran Umum Partisipan I (NAA) .....	34
4.1.2.	Gambaran Observasi Partisipan I (NAA) .....	35
4.1.3.	Gambaran Umum Partisipan II (NNS).....	37
4.1.4.	Gambaran Observasi Partisipan II (NNS).....	38
4.1.5.	Gambaran Umum <i>Significant Others</i> Partisipan II (SHAU).....	40
4.1.6.	Gambaran Umum Partisipan III (HHS) .....	41
4.1.7.	Gambaran Observasi Partisipan III (HHS) .....	42
4.1.8.	Gambaran Umum <i>Significant Others</i> Partisipan III (WHR).....	44
4.1.9.	Profil Partisipan dan <i>Significant Others</i> .....	45
4.2.	Temuan Penelitian .....	46
4.2.1.	Temuan Penelitian Partisipan I (NAA) .....	46
4.2.2.	Temuan Penelitian Partisipan II (NNS) .....	62
4.2.3.	Temuan Penelitian <i>Significant others</i> Partisipan II (SHAU) .....	87
4.2.4.	Temuan Penelitian Partisipan III (HHS).....	91
4.2.5.	Temuan Penelitian <i>Significant others</i> Partisipan III (WHR) .....	108
4.2.6.	Analisis Perbandingan Temuan Penelitian Antar Partisipan .....	112
4.3.	Dinamika Psikologis.....	119
4.3.1.	Dinamika Psikologis Partisipan I (NAA).....	119
4.3.2.	Dinamika Psikologis Partisipan II (NNS) .....	120
4.3.3.	Dinamika Psikologis Partisipan III (HHS).....	122
4.4.	Pembahasan .....	123
4.4.1.	Pembahasan Partisipan I (NAA) dengan Acuan Teoritik .....	123
4.4.2.	Pembahasan Partisipan II (NNS) dengan Acuan Teoritik.....	125
4.4.3.	Pembahasan Partisipan III (HHS) dengan Acuan Teoritik .....	128
4.4.4.	Analisis Perbandingan Antar Partisipan.....	131
4.5.	Keterbatasan Penelitian .....	132
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>		<b>133</b>
5.1.	Kesimpulan.....	133
5.2.	Implikasi .....	134
5.3.	Saran .....	134
5.3.1.	Bagi Partisipan .....	134
5.3.2.	Bagi Penelitian Selanjutnya .....	135
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>136</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>142</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>		<b>347</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan I (NAA) .....	25
Tabel 3.2 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan II (NNS).....	25
Tabel 3.3 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan III (HHS) .....	26
Tabel 3.4 Tempat dan Waktu Penelitian SO Partisipan II (SHAU).....	26
Tabel 3.5 Tempat dan Waktu Penelitian SO Partisipan III (WHR).....	26
Tabel 4.1 Gambaran Umum Profil Partisipan.....	45
Tabel 4.2 Gambaran Umum Profil Significant Others Partisipan.....	46
Tabel 4.3 Analisis antar Partisipan.....	112
Tabel 4.4 Gambaran <i>Self-Harm</i> antar Partisipan .....	131



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Bagan Kerangka Berpikir..... 22





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara Partisipan .....	142
Lampiran 2 Pedoman Wawancara SO Partisipan .....	145
Lampiran 3 Lembar Observasi Pertemuan I Partisipan I.....	146
Lampiran 4 Lembar Observasi Pertemuan II Partisipan I.....	147
Lampiran 5 Lembar Observasi Pertemuan III Partisipan I .....	148
Lampiran 6 Lembar Observasi Pertemuan I Partisipan II.....	149
Lampiran 7 Lembar Observasi Pertemuan II Partisipan II .....	150
Lampiran 8 Lembar Observasi Pertemuan III Partisipan II.....	151
Lampiran 9 Lembar Observasi Pertemuan IV Partisipan II.....	152
Lampiran 10 Lembar Observasi Pertemuan I <i>Significant others</i> Partisipan II ...	153
Lampiran 11 Lembar Observasi Pertemuan I Partisipan III .....	154
Lampiran 12 Lembar Observasi Pertemuan II Partisipan III.....	155
Lampiran 13 Lembar Observasi Pertemuan III Partisipan III.....	156
Lampiran 14 Lembar Observasi Pertemuan I <i>Significant others</i> Partisipan III..	157
Lampiran 15 Verbatim Partisipan I Pertemuan I .....	158
Lampiran 16 Verbatim Partisipan I Pertemuan II.....	169
Lampiran 17 Verbatim Partisipan I Pertemuan II .....	181
Lampiran 18 Verbatim Partisipan II Pertemuan I.....	207
Lampiran 19 Verbatim Partisipan II Pertemuan II.....	223
Lampiran 20 Verbatim Partisipan II Pertemuan III .....	239
Lampiran 21 Verbatim Partisipan II Pertemuan IV .....	258
Lampiran 22 Verbatim SO Partisipan II .....	267
Lampiran 23 Verbatim Partisipan III Pertemuan I.....	275
Lampiran 24 Verbatim Partisipan III Pertemuan II .....	295
Lampiran 25 Verbatim Partisipan III Pertemuan III.....	318
Lampiran 26 Verbatim SO Partisipan III.....	331
Lampiran 27 Surat Validasi Instrumen .....	340
Lampiran 28 Surat Validasi Instrumen .....	341
Lampiran 29 <i>Informed Consent</i> Partisipan I .....	342
Lampiran 30 <i>Informed Consent</i> Partisipan II.....	343
Lampiran 31 <i>Informed Consent</i> Partisipan III .....	344
Lampiran 32 <i>Informed Consent</i> SO Partisipan II.....	345
Lampiran 33 <i>Informed Consent</i> SO Partisipan III .....	346