

STUDI KASUS PADA PENYINTAS PERILAKU SELF-INJURY



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

INDRIA MELIANA

1106620088

SKRIPSI

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

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

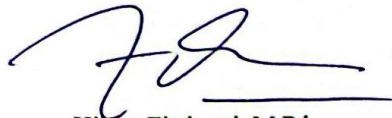
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

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

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

Judul : Studi Kasus Pada Penyintas Perilaku Self-Injury
Nama Mahasiswa : Indria Meliana
Nomor Registrasi : 1106620088
Program Studi : S1-Bimbingan dan Konseling
Tanggal Ujian : 23 Juli 2025
Pembimbing I Pembimbing II

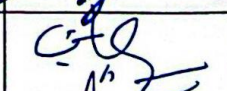
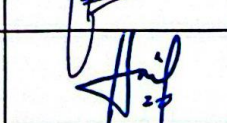

Hilma Fitriyani, M.Pd.

NIP. 198307082023212031


Dr. Dewi Justitia, M.Pd., Kons.

NIP. 197203252001122003

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Penanggungjawab)*		26-08-2025
Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D. (Wakil Penanggungjawab)**		26-08-2025
Dr. Karsih, M.Pd. (Ketua Penguji)***		11-08-2025
Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons. (Anggota)****		04-08-2025
Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons. (Anggota)****		11-08-2025

Catatan:

*Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

**Wakil Dekan I/Wakil Penanggungjawab

***Ketua Penguji/Koordinator Program Studi

****Dosen Penguji selain Pembimbing Skripsi dan Koordinator Program Studi

STUDI KASUS PADA PENYINTAS PERILAKU SELF-INJURY

Indria Meliana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi kehidupan individu secara mendalam, khususnya pada penyintas perilaku *self-injury* terkait bentuk, faktor penyebab, dampak (fisik, psikologis, sosial, emosional, dan akademik), serta faktor penghambat dan faktor pendukung perilaku *self-injury*. Penelitian ini melibatkan satu orang informan laki-laki yang dipilih berdasarkan pengalaman yang dialaminya sebagai individu penyintas perilaku *self-injury*. Selain memiliki pengalaman perilaku *self-injury*, informan juga merupakan seorang laki-laki yang menunjukkan karakteristik feminin dimana cara informan dalam mengekspresikan emosional yang dimiliki yaitu dengan melakukan perilaku *self-injury*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pendekatan yang digunakan yaitu dengan menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode peneliti studi kasus. Data dikumpulkan dengan menggunakan teknik wawancara dan observasi serta alat yang digunakan berupa pedoman wawancara dan pedoman observasi. Adapun teknik yang digunakan untuk pengecekan keabsahan data pada penelitian ini yaitu menggunakan teknik triangulasi sumber yang melibatkan tiga informan pendukung dari teman dekat informan utama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *self-injury* muncul akibat ketidakmampuan dalam menggunakan strategi koping adaptif dan kesulitan mengekspresikan perasaan yang dimiliki. Faktor psikososial dan tekanan internal maupun eksternal turut memicu perilaku tersebut. Bentuk *self-injury* yang dilakukan meliputi *cutting*, memukul diri, hingga mengisolasi diri, yang berdampak pada luka fisik, trauma psikologis, dan gangguan hubungan sosial. Informan lebih banyak menggunakan *emotion-focused maladaptive coping* yang menghambat proses pemulihan, dipengaruhi oleh trauma masa lalu, tekanan keluarga, dan kendala finansial. Namun, dukungan sosial, *self-talk positif*, koping spiritual, serta motivasi hidup menjadi faktor pendukung untuk keluar dari perilaku *self-injury* menuju koping yang lebih adaptif. Selain itu, penelitian ini juga menghasilkan 12 temuan tema yaitu terkait kondisi terkini informan, kondisi informan saat itu, fokus informan terhadap masalah, bentuk-bentuk *self-injury*, pandangan tentang diri sendiri, pandangan tentang orang lain, harapan yang dimiliki, perlakuan yang dialami, dampak perilaku *self-injury*, faktor penghambat informan, penilaian informan pendukung terhadap informan utama, dan faktor pendukung informan. Temuan ini menegaskan bila menemukan kecenderungan karakteristik dengan isu yang sama, maka guru BK dapat melakukan preventif dengan cara mengarahkan serta membantu siswa untuk mengenal dirinya dalam melakukan *coping stress* sesuai dengan kepribadian dirinya. Selain itu, guru BK juga dapat memberikan layanan seperti bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok yang bertemakan kesehatan mental.

Kata Kunci: *Self-injury*, Pengalaman Penyintas, Studi Kasus, Kesehatan Mental

CASE STUDY OF SELF-INJURY SURVIVORS

Indria Meliana

ABSTRACT

This study aims to explore the lives of individuals in depth, especially survivors of self-injury behavior related to the forms, causal factors, impacts (physical, psychological, social, emotional, and academic), as well as inhibiting and supporting factors of self-injury behavior. This study involved one male informant selected based on his experience as a survivor of self-injury behavior. In addition to having experience of self-injury behavior, the informant is also a man who shows feminine characteristics where the informant's way of expressing his emotions is by engaging in self-injury behavior. Sampling used a purposive sampling technique. The approach used was a qualitative approach with a case study research method. Data were collected using interview and observation techniques and the tools used were interview guidelines and observation guidelines. The technique used to check the validity of the data in this study was using source triangulation techniques involving three supporting informants from close friends of the main informant. The results of the study indicate that self-injury behavior arises due to the inability to use adaptive coping strategies and difficulty expressing one's feelings. Psychosocial factors and internal and external pressures also trigger this behavior. Forms of self-injury include cutting, hitting oneself, and isolating oneself, which result in physical injuries, psychological trauma, and disrupted social relationships. Informants predominantly use emotion-focused maladaptive coping that hinders the recovery process, influenced by past trauma, family pressure, and financial constraints. However, social support, positive self-talk, spiritual coping, and life motivation are supporting factors in moving away from self-injury behavior and toward more adaptive coping. In addition, this study also produced 12 thematic findings related to the informant's current condition, the informant's condition at that time, the informant's focus on the problem, forms of self-injury, views of oneself, views of others, expectations held, treatment experienced, the impact of self-injury behavior, factors inhibiting the informant, assessments of supporting informants towards the main informant, and factors supporting the informant. These findings emphasize that if there are tendencies of characteristics with the same issue, then the guidance and counseling teacher can take preventive measures by guiding and helping students to understand themselves in coping with stress according to their personality. In addition, BK teachers can also provide services such as classical guidance and group guidance with a mental health theme.

Keywords: Self-injury, Survivor Experiences, Case Studies, Mental Health

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Indria Meliana
No. Registrasi : 1106620088
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Studi Kasus Pada Penyintas Perilaku Self-injury” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan April – Juni 2025.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh 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 timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 11 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



(Indria Meliana)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: 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 : Indria Meliana
NIM : 1106620088
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling
Alamat email : indriameliana1205@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Studi Kasus pada Penyintas Perilaku Self - Injury

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 29 Agustus 2015

Penulis

(Indria Meliana)
nama dan tanda tangan

MOTTO

“Fa inna ma'al usri yusroo, Inna ma'al 'usri yusroo”

Artinya: “Maka Sesungguhnya Bersama Kesulitan Ada Kemudahan,
Sesungguhnya Bersama Kesulitan Ada Kemudahan.”

(Q.S Al-Insyirah: 5-6)

“Terlambat bukan berarti gagal, cepat bukan berarti hebat. Terlambat bukan menjadi alasan untuk menyerah, setiap orang memiliki proses yang berbeda-beda. Percaya akan PROSES itu yang paling penting karena Allah SWT telah mempersiapkan hal baik dibalik kata proses yang kamu anggap rumit”

(Edwar Satria)

“Tidak ada mimpi yang gagal, yang ada hanyalah mimpi yang tertunda. Cuma sekiranya kalau merasa gagal dalam mencapai mimpi, jangan khawatir karena mimpi-mimpi lain bisa diciptakan”

(Windah Basudara)

Intelligentia - Dignitas

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim...

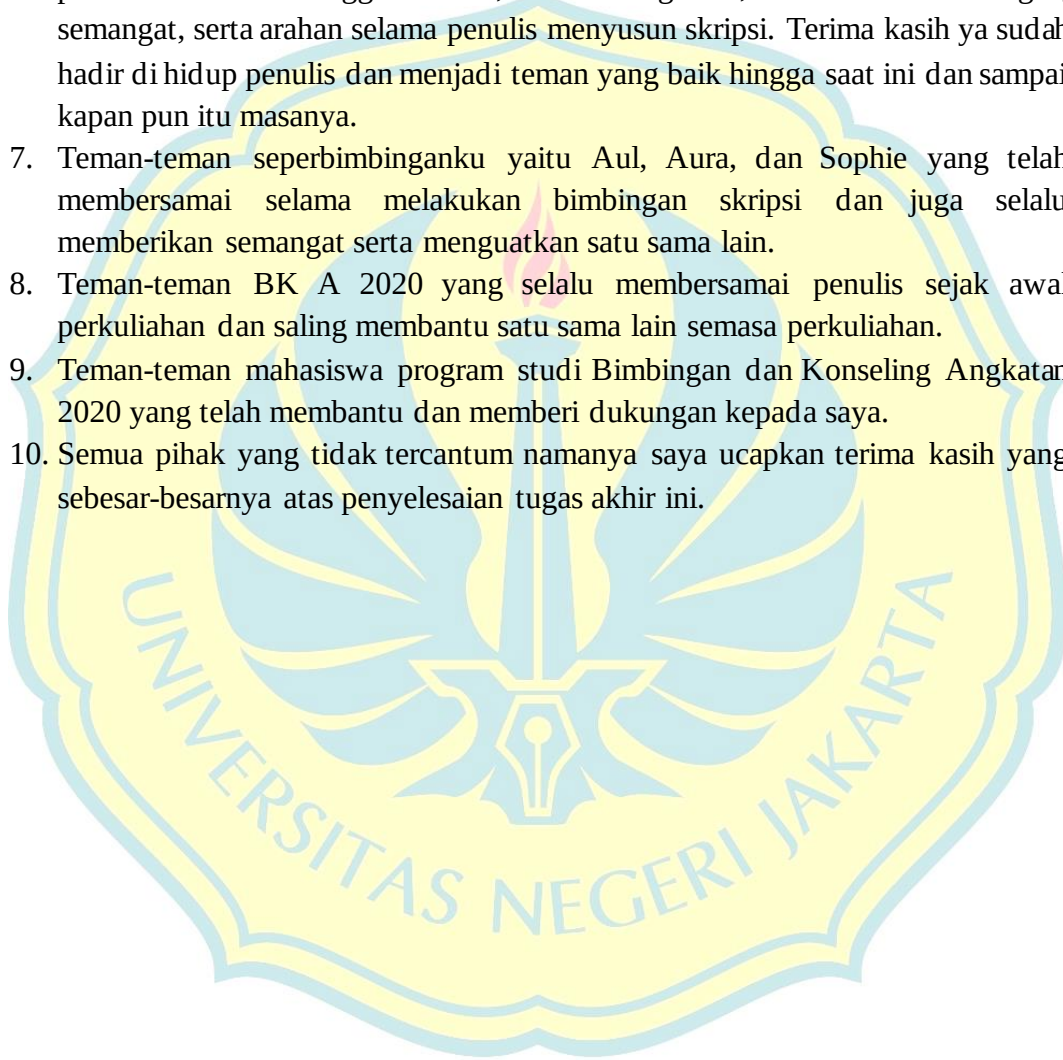
Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kerendahan hati dan kesabaran yang luar biasa.

Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai bantuan dan dukungan dari orang-orang terdekat yang berperan penting dalam hidup saya. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Teristimewa untuk kedua orang tuaku, dimana gelar sarjana ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya tercinta, yang selalu memberikan dukungan kepada penulis berupa moril maupun materil yang tak terhingga serta doa yang tidak ada putusnya untuk diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sarjana hingga selesai. Semoga rahmat Allah SWT selalu mengiringi kehidupanmu yang barokah, senantiasa selalu diberi kesehatan dan umur yang panjang, Aamiin...
2. Teristimewa untuk kakak perempuanku, dimana gelar sarjana ini juga saya persembahkan untuk kakakku tercinta yang selalu memberikan dukungan baik moril maupun materil, semangat, dan menjadi pengingat bagi penulis agar menyelesaikan studi hingga selesai.
3. Teristimewa untuk diriku sendiri, yang telah bertahan hingga saat ini disaat penulis hampir tidak percaya pada dirinya sendiri untuk menyelesaikan studi sarjana ini. Namun, penulis tetap percaya bahwa setiap langkah kecil yang telah diambil adalah bagian dari sebuah perjalanan, meskipun terasa sulit dan sedikit lambat. Terima kasih ya Ndri sudah berusaha keras untuk meyakinkan dan menguatkan diri sendiri bahwa kamu dapat menyelesaikan studi ini sampai selesai. *You did it*. Tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba ya, Ndri. Ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk dirimu sendiri. Semoga langkah kebaikan selalu menyertaimu dan mari selalu tetap berjuang untuk kedepannya...
4. Seluruh keluarga tercinta yaitu Kakek, Nenek, Tante, Bapak, Bunda, Paman, Om, dan lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Sahabat seperjuanganku tpt.jkt yaitu Sarah, Sitta, Riza, dan Putri yang selalu kebersamai selama penulis menempuh di bangku perkuliahan hingga saat ini serta membantu dalam kerumitan penyusunan skripsi. Terima kasih ya sudah hadir di hidup penulis dan menjadi teman yang baik, pendengar yang baik, dan selalu memberikan motivasi, dukungan, serta semangat sehingga penulis dapat

menyelesaikan skripsi hingga selesai. Ayo berteman selama-lamanya supaya kita dapat menyelesaikan misi kita untuk berkunjung ke semua taman yang ada di Jakarta wkwkwk...

6. Sahabat Jakarta-Padang (Qori dan Nadya), Sahabat Perempuan Kyuud (Ikoh, Yulia, dan Kania), Sahabat Pookie (Najwa dan Ega), Sahabatku Richard, dan Sahabat Ruang Indri (Joshua dan 14 orang lainnya) yang selalu kebersamai penulis dari SMP hingga saat ini, selalu menghibur, memberikan dukungan, semangat, serta arahan selama penulis menyusun skripsi. Terima kasih ya sudah hadir di hidup penulis dan menjadi teman yang baik hingga saat ini dan sampai kapan pun itu masanya.
7. Teman-teman seperbimbinganku yaitu Aul, Aura, dan Sophie yang telah kebersamai selama melakukan bimbingan skripsi dan juga selalu memberikan semangat serta menguatkan satu sama lain.
8. Teman-teman BK A 2020 yang selalu kebersamai penulis sejak awal perkuliahan dan saling membantu satu sama lain semasa perkuliahan.
9. Teman-teman mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2020 yang telah membantu dan memberi dukungan kepada saya.
10. Semua pihak yang tidak tercantum namanya saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas penyelesaian tugas akhir ini.



Intelligentia - Dignitas

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Studi Kasus Pada Penyintas Perilaku Self-injury” sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Aip Badrujaman, M. Pd. dan Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D. selaku Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan.
2. Dr. Karsih, M. Pd. selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling dan ketua penguji dalam menguji serta memberikan masukan kepada peneliti.
3. Hilma Fitriyani, M. Pd. selaku dosen pembimbing utama skripsi yang selalu membimbing, mengarahkan, serta memberikan dukungan dan semangat kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi.
4. Dewi Justitia, M. Pd., Kons. selaku dosen penasehat akademik yang selalu memberikan semangat dan masukan kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi.
5. Seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membimbing dan memberikan ilmu kepada peneliti selama masa perkuliahan di Universitas Negeri Jakarta.
6. Seluruh informan (informan utama dan informan pendukung) yang telah bersedia untuk berkontribusi pada penelitian ini.

Peneliti menyadari adanya keterbatasan dan kekurangan pada penelitian ini yang jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun.

Jakarta, 11 Juli 2025

Peneliti,

Intelligentia - Dignitas

Indria Meliana

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN / SIDANG SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Konteks Penelitian	1
B. Fokus Penelitian	9
C. Tujuan Umum Penelitian	9
D. Kegunaan Penelitian	10
BAB II	11
KAJIAN PUSTAKA	11
A. Kajian Pustaka Fokus Penelitian	11
B. Hasil Penelitian yang Relevan	27
C. Kerangka Berpikir	31
BAB III	33
METODOLOGI PENELITIAN	33
A. Tujuan Khusus Penelitian	33
B. Metode Penelitian	33
C. Latar Penelitian	34
D. Data dan Sumber Data	37
E. Prosedur Pengumpulan dan Perekaman Data	37
1. Wawancara	37
2. Observasi	38
F. Teknik Pemeriksaan atau Pengecekan Keabsahan Data	38
G. Teknis Analisis Data	39
BAB IV	41
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Deskripsi Data	41
B. Analisis Data	43
C. Temuan Penelitian	44
D. Pembahasan	73

E. Keterbatasan Penelitian	82
BAB V	84
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	84
A. Kesimpulan.....	84
B. Implikasi	85
C. Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN.....	93



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Waktu Pelaksanaan Penelitian.....	36
Tabel 4. 1 Profil Informan	43



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Siklus <i>Self-injury</i>	23
Gambar 2. 2 Kerangka Berpikir.....	32



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent dan Lembar Persetujuan Informan.....	94
Lampiran 2. Pedoman Wawancara Informan Utama (Individu Penyintas Perilaku Self-injury)	99
Lampiran 3. Pedoman Wawancara Informan Pendukung (Teman Individu Penyintas Perilaku Self-injury)	109
Lampiran 4. Lembar Observasi Informan Utama Pertemuan 1	110
Lampiran 5. Lembar Observasi Informan Utama Pertemuan 2	111
Lampiran 6. Lembar Observasi Informan Pendukung 1	112
Lampiran 7. Lembar Observasi Informan Pendukung 2	113
Lampiran 8. Lembar Observasi Informan Pendukung 3	114
Lampiran 9. Daftar Riwayat Hidup.....	115



Intelligentia - Dignitas