

**PENGARUH *SELF-ESTEEM* DAN KEHARMONISAN KELUARGA TERHADAP
KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF-INJURY* PADA REMAJA DI KOTA
TANGERANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada:

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Guna Memenuhi Persyaratan Dalam
Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi



Disusun Oleh:

Anggi Indriyani

1807016121

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2023**

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : *PENGARUH SELF-ESTEEM DAN KEHARMONISAN KELUARGA TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU SELF-INJURY PADA REMAJA DI KOTA TANGERANG*

Penulis : Anggi Indriyani

NIM : 1807016121

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu psikologi.

Semarang, 11 Juli 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

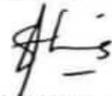


Dr. Widiastuti, M.Ag.
NIP 197503192009012003

Penguji II


Lucky Ade Sessiani, M.Psi.
NIP 198512022019032010

Penguji III


Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.
NIP 197502052006042003

Penguji IV


Lainatul Mudzkiyah, M.Psi., Psikolog.
NIP 198805032016012901

Pembimbing I


Wening Wihartati, S.Psi., M.Si.
NIP 197711022006042004

Pembimbing II


Lucky Ade Sessiani, M.Psi.
NIP 19851202201903201

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Pengaruh *Self-Esteem* dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-Injury* pada Remaja di Kota Tangerang" merupakan karya hasil yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali pada bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 19 Juni 2023



Anggi Indriyani

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Pengaruh Keharmonisan Keluarga Dan Self Esteem Terhadap
Kecenderungan Perilaku Self Injury Pada Remaja

Nama : Anggi Indriyani

NIM : 1807016121

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah proposal skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Semarang, 12 Juni 2023
Yang bersangkutan

Wening Wihartati, S.Psi, M.Si
NIP 19771102 200604 2 004

Anggi Indriyani
1807016121

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Pengaruh Keharmonisan Keluarga Dan Self Esteem Terhadap
Kecenderungan Perilaku Self Injury Pada Remaja

Nama : Anggi Indriyani

NIM : 1807016121

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah proposal skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Semarang, 12 Juni 2023
Yang bersangkutan

Lucky Ade Sessiani M.Psi.
NIP 1989512022019032010

Anggi Indriyani
1807016121

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat, berkah, dan hidayah yang telah diberikan kepada peneliti, sehingga skripsi yang berjudul “Pengaruh *Self-esteem* dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-injury* di Kota Tangerang” dapat terselesaikan dengan baik.

Penelitian ini tentu tidak akan berhasil tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, karena banyak hambatan dan rintangan yang harus peneliti lalui untuk bisa menyelesaikan penelitian ini. Maka dari itu, peneliti ingin mengungkapkan rasa terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajaran.
2. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajaran.
3. Ibu Wening Wihartati, S.Psi, M.Si, selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang sekaligus Pembimbing I yang telah berkenan telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing sekaligus memberikan motivasi kepada penulis hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Ibu Dr. Lucky Ade Sessiani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II sekaligus dosen wali yang yang berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Dosen-dosen beserta staf Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah membagikan ilmu, pengetahuan, dan segala bantuan lainnya.

Terimakasih sepertinya tidak akan pernah cukup membalas semua peran Bapak/Ibu dalam penelitian maupun perkuliahan. Maka dari itu peneliti berharap segala kebaikan dan bantuan akan dibalas oleh Allah SWT. Semoga skripsi ini memberi manfaat bagi banyak orang.

Semarang, 19 Juni 2023



Anggi Indriyani

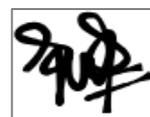
HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini peneliti persembahkan kepada:

1. Kepada diri penulis sendiri yaitu Anggi Indriyani yang terus mencoba menyelesaikan penulisan skripsi ini hingga akhir sekalipun sudah kewalahan menjalani hari-hari belakangan ini. Terima kasih sudah berjuang hingga saat ini.
2. Kedua orang tua penulis yang sangat penulis sayangi, Bapak Imron dan Ibu Maemunah yang tidak pernah berhenti memberikan dukungan semangat serta kasih sayang dan doa-doa, serta Dini Anggraeni dan Muhammad Agus selaku kakak dari penulis.
3. Kepada dr.Berlian Sukma Maharani selaku sahabat penulis sejak SMA dan Rachmat Andy Dwianto yang selalu menemani penulis melewati momen di kehidupan penulis dan tidak pernah pergi sekalipun penulis harus melalui hari hari tergelap penulis belakangan ini.
4. Kepada Metta, Ajiek, Lipii, Bunga, Dhea, Nopita, Murni yang sudah memberikan dukungan, warna warni serta canda tawa di kehidupan perkuliahan saya. Terimakasih banyak atas kebaikan dan momen-momen yang sudah kita lakukan bersama di bangku perkuliahan.
5. Teman-teman Psikologi C 2018 dan seluruh angkatan Psikologi 2018.
6. Kepada para remaja di Kota Tangerang yang telah berkenan menjadi subjek penelitian sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Sehingga, penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun demi kebaikan bersama, penulis juga berharap semoga skripsi ini mampu membawa manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Semarang, 19 Juni 2023



Anggi Indriyan

MOTTO

Hal yang terpenting adalah sudah berusaha dan sudah mencoba. Lebih baik menangis karena gagal ataupun hasil belum sesuai harapan daripada menyesal tidak mencoba, karena sejatinya rasa penyesalan seperti neraka di kehidupan dunia.

-Anggi Indriyani-

ABSTRACT

This study aims to empirically examine the effect of self-esteem and family harmony on the tendency of self-injury behavior in adolescents in Tangerang City. Tangerang City is one of the big cities in Banten Province. The sample in the study were 400 adolescents in the city of Tangerang aged 10-19 years using the method accidental sampling technique. The method used in this research is a quantitative method. There are three measurement tools used in this study, the self esteem scale, family harmony scale and self-injury scale. The data analysis method in this study uses the classic assumption test and hypothesis testing which consists of a simple regression test and multiple regression tests.

The results of the simple regression test show that there is an effect of self-esteem on the tendency of self-injury behavior in adolescents in Tangerang City with a significance value of 0.000 and effective contribution of 45.2%. The simple regression test results also show that there is an effect of family harmony on the tendency of self-injury behavior in adolescents in Tangerang City with a significance value of 0.000 and effective contribution of 54.5%. The results of multiple regression tests in this study showed that there was an effect of self-esteem and family harmony on the tendency of self-injury behavior in adolescents in Tangerang City with values a significance p 0.000 and an effective contribution of 66.5%. Based on the results of the study, it can be concluded that the higher the level of self-esteem and family harmony, the lower the tendency for self-injury behavior.

Keywords: family harmony, self-injury behavior, self-esteem.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh self esteem dan keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku self injury pada remaja di Kota Tangerang. Kota Tangerang merupakan salah satu kota besar dan maju di Provinsi Banten. Sampel dalam penelitian ini adalah 400 remaja di Kota Tangerang yang berumur 10-19 tahun dengan menggunakan metode teknik accidental sampling. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Terdapat tiga alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yakni skala self esteem, skala keharmonisan keluarga dan skala self injury. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi klasik dan uji hipotesis yang terdiri dari uji regresi sederhana dan uji regresi berganda.

Hasil uji regresi sederhana menunjukkan adanya pengaruh self esteem terhadap kecenderungan perilaku self injury pada remaja di Kota Tangerang dengan nilai signifikansi 0,000 dan sumbangan efektif sebesar 45,2%. Hasil uji regresi sederhana juga menunjukkan adanya pengaruh keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku self injury pada remaja di Kota Tangerang dengan nilai signifikansi 0,000 dan sumbangan efektif sebesar 54,5%. Hasil uji regresi berganda pada penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh self esteem dan keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku self injury pada remaja di Kota Tangerang dengan nilai signifikansi p 0,000 dan sumbangan efektif sebesar 66,5%. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-esteem* dan keharmonisan keluarga, maka kecenderungan perilaku *self-injury* akan semakin rendah.

Kata kunci : keharmonisan keluarga, perilaku *self-injury*, *self-esteem*.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING I	iii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING II	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
ABSTRACT.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	10
C. TUJUAN PENELITIAN.....	11
D. MANFAAT PENELITIAN.....	11
E. KEASLIAN PENELITIAN	12
BAB II.....	24
KAJIAN PUSTAKA.....	24
A. <i>SELF- INJURY</i>	24
1. Pengertian <i>Self- Injury</i>	24
2. Faktor – Faktor Penyebab <i>Self- Injury</i>	26
3. Karakteristik Pelaku <i>Self- Injury</i>	28
4. Tipe-Tipe <i>Self- Injury</i>	31
5. Bentuk-bentuk <i>Self- Injury</i>	32
6. <i>Self- Injury</i> dalam Perspektif Islam.....	33
B. <i>SELF- ESTEEM</i>	36
1. Pengertian <i>Self- Esteem</i>	36

2.	Faktor-Faktor <i>Self- Esteem</i>	38
3.	Aspek-Aspek <i>Self- Esteem</i>	41
4.	Karakteristik <i>Self- Esteem</i>	44
5.	<i>Self- Esteem</i> dalam Perspektif Islam	46
C.	KEHARMONISAN KELUARGA	48
1.	Pengertian Keharmonisan Keluarga.....	48
2.	Faktor-Faktor Keharmonisan Keluarga	52
3.	Aspek-Aspek Keharmonisan Keluarga.....	54
4.	Karakteristik Keharmonisan Keluarga.....	57
5.	Keharmonisan Keluarga dalam Perspektif Islam.....	60
D.	PENGARUH <i>SELF- ESTEEM</i> DAN KEHARMONISAN KELUARGA TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU <i>SELF- INJURY</i> PADA REMAJA .	62
E.	HIPOTESIS.....	65
BAB III	66
METODE PENELITIAN	66
A.	JENIS DAN PENDEKATAN PENELITIAN	66
B.	IDENTIFIKASI VARIABEL	66
C.	DEFINISI OPERASIONAL	67
1.	<i>Self- Injury</i> (Y).....	67
2.	<i>Self- Esteem</i> (X1)	68
D.	TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN.....	69
E.	SUMBER DAN JENIS DATA	69
F.	POPULASI DAN SAMPEL	69
1.	Populasi.....	69
2.	Sampel.....	70
3.	Teknik Sampling	71
G.	TEKNIK PENGUMPULAN DATA	71
H.	VALIDITAS DAN RELIABILITAS DATA.....	76
1.	Validitas Alat Ukur	76
2.	Reliabilitas	77
I.	TEKNIK ANALISIS DATA	78
1.	Uji Asumsi	78
2.	Uji Hipotesis	79

J. HASIL UJI COBA SKALA.....	80
1. Validitas alat ukur	80
2. Reliabilitas Alat Ukur	83
BAB IV	85
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	85
A. HASIL PENELITIAN.....	85
1. Deskripsi Subjek Penelitian	85
2. Kategori Data Penelitian	87
B. HASIL ANALISIS DATA.....	90
1. Uji Asumsi	90
a. Uji Normalitas.....	90
b. Uji Linieritas	91
c. Uji Multikolinieritas.....	93
2. Uji Hipotesis	94
C. PEMBAHASAN	100
BAB V	109
PENUTUP	109
A. KESIMPULAN.....	109
B. SARAN.....	109
REFERENCE.....	112
LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	xlviii

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Skala Likert	72
Tabel 3. 2 <i>Blue-print</i> aitem skala kecenderungan perilaku <i>self- injury</i>	73
Tabel 3. 3 <i>Blue-print</i> aitem skala <i>self- esteem</i>	74
Tabel 3. 4 <i>Blue-print</i> aitem skala keharmonisan keluarga.....	75
Tabel 3. 5 <i>Blueprint</i> skala Kecenderungan Perilaku <i>Self- Injury</i>	81
Tabel 3. 6 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self- Esteem</i>	82
Tabel 3. 7 <i>Blueprint</i> Skala Keharmonisan Keluarga.....	83
Tabel 3. 8 Tabel Reliabilitas Skala Kecenderungan Perilaku <i>Self- Injury</i>	83
Tabel 3. 9 Tabel Reliabilitas Skala <i>Self- Esteem</i>	83
Tabel 3. 10 Tabel Reliabilitas Skala Keharmonisan Keluarga	84
Tabel 4. 1 Data Subjek Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin.....	85
Tabel 4. 2 Data Subjek Penelitian berdasarkan Tingkatan Pendidikan	86
Tabel 4. 3 Data Subjek Penelitian berdasarkan Usia	86
Tabel 4. 4 Kategorisasi <i>Self- Esteem</i>	88
Tabel 4. 5 Kategorisasi Variabel Keharmonisan Keluarga	88
Tabel 4. 6 Kategorisasi Variabel <i>Self- Injury</i>	89
Tabel 4. 7 Uji Normalitas <i>Self- Esteem</i> , Keharmonisan Keluarga, dan <i>Self- Injury</i>	90
Tabel 4. 8 Uji Linearitas <i>Self- Esteem</i> dan <i>Self- Injury</i>	91
Tabel 4. 9 Uji Linieritas Keharmonisan Keluarga dan <i>Self- Injury</i>	92
Tabel 4. 10 Uji Multikolinearitas <i>Self- Esteem</i> dan Keharmonisan Keluarga	93
Tabel 4. 11 Uji Regresi Sederhana <i>Self- Esteem</i> dan <i>Self- Injury</i>	95
Tabel 4. 12 Prediktor <i>Self- Esteem</i> terhadap <i>Self- Injury</i>	95
Tabel 4. 13 Model Persamaan Regresi.....	96
Tabel 4. 14 Uji Regresi Sederhana Keharmonisan Keluarga dan <i>Self- Injury</i>	97
Tabel 4. 15 Prediktor Keharmonisan Keluarga terhadap <i>Self- Injury</i>	97
Tabel 4. 16 Model Persamaan Regresi.....	98
Tabel 4. 17 Uji Regresi Berganda <i>Self- Esteem</i> dan Keharmonisan Keluarga terhadap <i>Self- Injury</i>	99

Tabel 4. 18 Prediktor Self Esteem dan Keharmonisan Keluarga terhadap Self Injury	99
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian Sebelum Uji Coba.....	xv
Lampiran 2 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	xxvii
Lampiran 3 Skala Penelitian Setelah Uji Coba	xxxii
Lampiran 4 Hasil Data Deskriptif	xli
Lampiran 5 Hasil Uji Analisis	xliii

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Self- Injury adalah perilaku seseorang untuk melukai dirinya, menyakiti dirinya sendiri dengan berbagai cara tanpa memandang ada atau tidaknya niat dan keinginan untuk mati (NICE, 2015; WHO, 2015). *Self-Injury* merupakan kecenderungan perilaku melukai dirinya sendiri yang dilakukan dengan sengaja dan secara sadar tanpa ada maksud untuk bunuh diri. Perilaku menyakiti diri sendiri ini dilakukan dengan menyayat bagian kulit tubuh dengan pisau atau silet, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh tertentu, menarik rambut dengan keras, bahkan memotong bagian tubuh tertentu akan tetapi hal ini dilakukan tanpa adanya maksud untuk bunuh diri (Shabrina, 2011). Menurut Knigge (1999) menyebutkan bahwa perilaku *self-injury* adalah suatu perbuatan menyakiti diri sendiri dengan tujuan untuk mengurangi atau menghilangkan sakit yang individu tersebut rasakan secara emosional. Hal ini selaras dengan pernyataan (Romas, 2012) yang menyatakan bahwa perilaku *self-injury* dilakukan oleh seorang individu bukan dengan tujuan bunuh diri akan tetapi digunakan agar individu dapat melampiaskan emosi yang sedang dirasakan. *Self-injury* adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan oleh seorang individu yang memiliki tujuan untuk mengatasi rasa sakit yang mereka rasakan, rasa sakit yang tidak mampu mereka ungkapkan dengan kata-kata.

Self- Injury sering ditemukan terjadi pada seorang individu yang sedang dalam tahapan perkembangan remaja. Pendapat ini sesuai juga dengan pernyataan Hartanto (2010) yang mengatakan bahwa seorang remaja sering disebut sebagai orang yang sering melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Kecenderungan perilaku *self-injury* sering terjadi pada perkembangan masa remaja karena tahapan perkembangan remaja merupakan salah satu periode yang membuat seorang individu mengalami perubahan yang bergejolak secara fisik maupun psikis. Masa periode remaja adalah masa transisi dari

periode anak-anak ke periode dewasa, periode ini dianggap sebagai masa yang sangat penting dan rentan dalam kehidupan seseorang. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Santrock (2003: 26) menjelaskan bahwa seorang individu yang memasuki masa remaja (*adolescence*) diartikan individu tersebut sedang dalam masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Perubahan transisi tersebut akan membuat periode remaja bagi beberapa orang individu sangat bergejolak, perubahan pada periode remaja juga dapat memicu munculnya konflik mengenai dirinya sendiri, keadaan maupun lingkungan.

Saat menghadapi tantangan dan permasalahan-permasalahan di periode perkembangan ini, remaja akan rentan menghadapi kecemasan, stres bahkan sampai putus asa karena merasa tidak mampu menghadapinya. Keadaan tersebut akan membawa remaja yang tidak mampu mengekspresikan emosinya dan menyelesaikan permasalahannya di tahapan ini, akan rentan membawa remaja untuk melakukan kecenderungan perilaku *self-injury*. Perilaku ini dapat dikatakan pada umumnya lebih banyak terjadi pada rentan usia remaja karena remaja dianggap masih belum mampu untuk mengambil keputusan dengan baik. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Radham dan Hawton (dalam Whitlock, 2009: 2) menunjukkan bahwa hasil penelitian survey yang sudah dilakukan di sekolah ada sekitar 13% sampai 25% dari remaja dan dewasa merupakan pelaku *self-injury*. Selaras dengan hal tersebut, Khalifah (2019) melakukan penelitian mengenai dinamika *self-harm* pada remaja menjelaskan bahwa ketiga informan remaja mengatakan melakukan perilaku menyakiti dirinya sendiri karena ingin menyalurkan emosi negatif yang dirasakan oleh informan. Ketiga informan memiliki latar belakang permasalahan keluarga, asmara dan permasalahan dengan teman-temannya, tidak hanya itu ketiga informan memiliki latar belakang korban *bullying* di sekolah. Sehingga informan merasa depresi, stress, kesal dalam menghadapi masalahnya sehingga informan memutuskan untuk menyakiti dirinya sendiri sebagai bentuk

penyaluran emosi yang terpendam dan melihat sebagai satu-satunya cara solusi dalam permasalahan informan. Hal itu sejalan dengan salah satu survei yang dilakukan oleh YouGov Omnibus pada 1018 orang di Indonesia dimuat dalam artikel web YouGov.id (24 Februari 2022) menghasilkan bahwa lebih dari sepertiga (36%) masyarakat Indonesia sudah pernah melukai diri sendiri. Hal tersebut terutama ditemukan di kalangan masyarakat Indonesia yang masih muda, dengan lebih dari dua dari lima orang pernah melukai diri sendiri (45%). Dan di kalangan anak muda Indonesia, data menunjukkan bahwa 7% anak muda Indonesia sering melukai diri sendiri. Selaras dengan hal tersebut ditemukan dalam penelitian yang berjudul “Affect Regulation and Addictive Aspects of Repetitive Self-Injury in Hospitalized Adolescents (Nixon, M. K., Cloutier, P. F., & Aggarwal, 2002) menyebutkan bahwa kejadian perilaku menyakiti diri sendiri (SIB) pada pasien rawat inap psikiatri remaja telah dilaporkan setinggi 61%, namun sedikit data yang ada tentang karakteristik dan peran fungsional SIB dalam populasi ini. Dikutip dari artikel mainmain.id (25 Februari 2022) menjelaskan bahwa terdapat data yang diperoleh dari seorang dokter spesialis kesehatan jiwa di RSUD dr Soetomo, Dr.dr. Yunias Setiawati SpKJ (K) menyampaikan bahwa dalam seminggu rata-rata terdapat 10 pasien remaja datang dalam kondisi sudah melakukan perilaku melukai diri sendiri dalam berbentuk bermacam-macam yaitu menggores tangan, mencakar, ataupun membenturkan diri ke tembok dan para remaja tersebut rata-rata berusia 13-15 tahun (Ginancar, 2019) Kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri dilakukan oleh seorang individu umumnya pertama kali saat individu sedang dalam periode umur remaja yang di mulai pada usia remaja 13-14 tahun. Klonsky.,dkk (2013: 231) menyatakan bahwa para pelaku perilaku melukai diri sendiri berada di usia remaja dan dewasa awal, dengan tingkat prevalensi 36.9-50%.

Penulis sudah melakukan studi pendahuluan dengan 7 orang remaja dengan tingkatan sekolah yang berbeda di Kota Tangerang melalui metode wawancara. Kedua remaja tersebut berumur 13-14 tahun yang sedang duduk di bangku sekolah tingkat SMP, ketiga remaja lainnya berumur 15-17 tahun

yang sedang duduk di bangku sekolah tingkat SMA dan 2 orang remaja lainnya berumur 17-19 tahun yang sedang menempuh pendidikan di bangku kuliah tingkat semester satu. Wawancara dilakukan pada 8 Januari 2022 dan 5-10 November 2022.

Hasil dari studi pendahuluan tersebut adalah 6 dari 7 remaja tersebut sudah pernah melakukan perilaku *self- injury* dan 1 dari remaja tersebut belum pernah melakukan perilaku *self- injury* akan tetapi pernah berpikir untuk melakukan tindakan tersebut. Sejumlah enam responden mengaku bahwa mereka pernah melakukan perilaku *self- injury* dengan menggoreskan pecahan kaca ke tangan, menjambak rambut nya sendiri, memukul kepala berulang kali, sengaja untuk tidak makan sehari-hari hingga ada responden yang mengaku pernah meminum obat tidur dengan jumlah yang banyak. Semua responden yang mengaku pernah melakukan *self- injury* mengatakan bahwa saat melakukan tindakan tersebut mereka merasa puas dan merasa rasa sakit yang mereka tidak bisa katakan atau permasalahan yang mereka hadapi dapat berkurang. Salah satu responden menyebutkan bahwa saat melihat darah yang mengalir di tangannya, responden bukan merasa kesakitan akan tetapi merasakan rasa puas dan rasa lega.

Sejumlah responden mengaku masih aktif melakukan perilaku *self- injury* hingga saat ini dan beberapa sudah mengurangi kecenderungan perilaku *self- injury*. Beberapa responden mengaku bahwa masa remaja adalah masa yang sangat berat karena mereka merasa bingung harus menghadapi permasalahan bagaimana, beberapa responden juga mengaku jika menceritakan masalah kepada keluarga terkadang mendapatkan respon yang kurang baik seperti tidak didengarkan atau memandang permasalahan responden tidak besar. Sejumlah lima responden juga mengatakan bahwa mereka melakukan perilaku *self- injury* diawali dengan permasalahan keluarga yang mereka alami seperti kedua orang tua yang sering bertengkar, perceraian orang tua hingga ada responden yang merasa menjadi tempat pelampiasan amarah kedua orang tua sehingga membuat responden merasa terpojok dan responden merasa bahwa apa yang terjadi dan permasalahan

yang terjadi adalah kesalahan responden. Responden merasakan sangat stress dan bingung harus menghadapi hal tersebut, sehingga membuat responden sering menyalahkan diri mereka sendiri dan berujung dengan menyakiti diri mereka sendiri agar mereka merasa puas dan lega. Beberapa responden juga mengaku bahwa permasalahan lain seperti di *bully* di sekolah, belum pernah mencapai prestasi seperti teman-teman lain nya, tidak mampu menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi, responden merasakan tidak mengerti apa kemampuan yang dimiliki atau merasakan seperti tidak memiliki kemampuan apapun membuat responden merasa kesal dan benci pada diri mereka sendiri. Beberapa responden merasa memang diri mereka tidak berguna sehingga pantas mendapat perlakuan tersebut dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sekitar, responden merasa bahwa dirinya tidak berharga karena tidak bisa melakukan apapun dengan baik. Hal tersebut juga diakui beberapa responden mendorong responden untuk semakin menyakiti diri mereka sendiri.

Beberapa responden yang mengaku sudah mengurangi perilaku *self-injury* yaitu dengan cara ketika responden mengalami permasalahan, responden mulai menahan diri untuk melakukan hal tersebut dengan berpikir hal-hal baik tentang diri sendiri. Responden mulai merasa bahwa diri mereka tidak layak untuk diperlakukan seperti itu, responden masih terus belajar untuk menerima diri dan menghargai apa saja yang ada di dalam diri responden. Satu responden yang mengaku belum pernah melakukan perilaku *self-injury* juga mengatakan bahwa saat stres dan merasa tidak berguna, responden selalu memikirkan untuk melukai dirinya akan tetapi responden tidak sampai melakukan hal tersebut karena merasa takut, merasakan takut untuk membahayakan dirinya sendiri, takut merasakan sakit, takut kehilangan nyawa, merasa bahwa dirinya berharga sekalipun responden masih memiliki kekurangan dan kesalahan. Responden juga mengatakan bahwa diri nya sangat di sayangi oleh keluarga, teman dekat serta orang-orang di lingkungan nya sehingga membuat responden mengurungkan niat untuk melukai dirinya sendiri.

Fenomena kecenderungan perilaku *self- injury* yang dilakukan oleh seorang remaja sangat erat kaitannya dengan keluarga dan rasa menghargai akan diri mereka sendiri, hal tersebut dapat penulis simpulkan dari hasil wawancara bersama responden. Selaras dengan hal tersebut Sutton (2005: 155) menjelaskan salah satu faktor yang mempengaruhi kecenderungan perilaku *self- injury* adalah *self- esteem*. Menurut Coopersmith (1967) menjelaskan bahwa *self- esteem* sendiri memiliki pengertian yaitu evaluasi yang dibuat oleh seorang individu dan berhubungan dengan bagaimana individu melihat atau memandang penghargaan diri pada dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan dapat menunjukkan dimana tingkat seorang individu meyakini dirinya sendiri untuk mampu, penting, berhasil dan berharga. Lebih lanjut Baron, R.A., Branscombe, N.R., & Byrne (2008) mendefinisikan *self- esteem* sebagai tingkat dalam penerimaan diri secara positif maupun negatif terhadap semua sikap diri individu. Harga diri sangat responsif terhadap peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari individu, dan peristiwa atau fenomena yang terjadi tersebut dapat mempengaruhi tingkatan harga diri yang dimiliki individu dan dapat juga mempengaruhi cara individu melihat gambaran tentang dirinya sendiri.

Self- esteem sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian seorang individu, dan bagaimana seorang individu melihat dirinya sendiri juga. Saat seorang individu melihat dirinya sendiri dengan baik, individu akan terlindungi dari cara penyelesaian masalah yang kurang tepat. Individu dengan *self- esteem* yang rendah lebih baik dalam mengingat suatu peristiwa yang tidak menyenangkan untuk mempertahankan sebuah evaluasi diri yang negatif (dalam Baron dan Bryne, 2004). Hal ini tentu membuat seorang individu tidak dapat melihat dirinya dengan positif sehingga jika mengalami peristiwa buruk atau permasalahan cenderung akan melakukan perilaku yang merugikan dirinya karena pandangan negatif yang mereka miliki terhadap dirinya sendiri. Ulum dkk (2019) menyebutkan bahwa individu yang memiliki *self- esteem* yang tinggi cenderung akan memiliki kepercayaan

terhadap dirinya sendiri dan mampu menerima dirinya sendiri, hal tersebut akan membuat seorang individu menjauhi perilaku kecenderungan perilaku *self- injury*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Leary dan MacDonald (dalam (Rahmadina, A., Nashori, F., & Andrianto, 2020) *self-esteem* dapat membentuk serta mempengaruhi keadaan emosional seseorang. Individu dengan tingkatan *self-esteem* kategori tingkatan rendah cenderung akan menjadi individu yang emosional dan memiliki keadaan emosi negatif lainnya. Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi akan dapat mengelola berbagai emosi sehingga cenderung dapat meminimalisir kecenderungan perilaku *self- injury* karena memiliki rasa harga diri dan rasa percaya yang mereka berikan kepada diri mereka sendiri. Putri dan Nusontoro (2020:147) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa harga diri yang dapat diartikan juga yaitu *self-esteem* memiliki hubungan yang negatif signifikan dengan kecenderungan perilaku *self- injury*. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi tingkat harga diri (*self-esteem*) yang dimiliki individu maka akan semakin rendah kecenderungan perilaku *self- injury* yang terjadi, begitu pula sebaliknya.

Di samping adanya faktor internal yaitu *self-esteem* diri sendiri pada setiap individu, terdapat faktor lain yang dapat dimaknai dari hasil wawancara yang sudah dilakukan penulis bersama responden yaitu menghasilkan bahwa salah satu faktor lain dari perilaku *self- injury* adalah faktor keluarga. Beberapa responden menyebutkan bahwa jika cerita permasalahan kepada pihak keluarga terkadang mendapat respon yang tidak baik, responden lain mengatakan sering melihat orang tua bertengkar dan terkadang merasa menjadi tempat pelampiasan amarah orang tua, responden juga mengaku bahwa terjadi perceraian antara kedua orang tuanya. Selaras dengan penelitian Karimah, K (2021:376) tentang remaja keluarga tidak harmonis dengan perilaku menyakiti diri sendiri yang menghasilkan bahwa empat remaja yang menjadi responden penelitian memiliki latar belakang tumbuh dengan keadaan keluarga kacau balau, kurang kasih sayang, kurang komunikasi, dan pernah mengalami kekerasan dalam keluarga. Martison (1999: 1) salah satu

penyebab kecenderungan perilaku *self-injury* yaitu faktor keluarga seperti kurangnya peran model pada masa kecil dalam mengekspresikan emosi, kurangnya komunikasi antar anggota keluarga. Penulis memaknai bahwa kejadian tersebut yang terjadi dalam sebuah keluarga berkaitan dengan keharmonisan sebuah keluarga. Hawari (dalam Wulandari, 2017:22) menyatakan bahwa keharmonisan keluarga sesungguhnya dimana terdapat hubungan yang erat antar anggota keluarga, misalnya hubungan ayah dengan ibu, hubungan orang tua dengan anak dan hubungan antar anak. Keharmonisan keluarga dimana keadaan seluruh anggota keluarga merasa bahagia, ditandai oleh berkurangnya ketegangan, kekecewaan pada anggota keluarga. Anggota keluarga puas terhadap keseluruhan keadaan dan keberadaan dirinya (eksistensi dan aktualisasi diri), meliputi semua aspek dari aspek fisik, mental, emosi hingga sosial (S. D. Gunarsa, 1999)

Epstein NB *et al* (2003: 581) mengatakan bahwa individu yang berada dalam lingkungan keluarga harmonis cenderung memiliki kesehatan fisik dan emosional yang baik. Hal tersebut karena saat individu tumbuh dalam keluarga yang harmonis terjadinya pemenuhan fungsi keluarga yaitu interaksi yang ada di dalam keluarga, rasa sayang antar keluarga, rasa peduli dan rasa menghargai antara anggota keluarga. Menurut Ni'Mah, N (2018:63) bahwa keharmonisan keluarga memiliki pengaruh yang tinggi terhadap kesehatan mental seorang anak. Seorang anak yang memiliki kesehatan mental yang baik cenderung memiliki pandangan yang positif, optimis dan memiliki kebermaknaan hidup sehingga membuat seorang anak mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan. Keluarga yang memiliki keharmonisan juga memiliki aspek-aspek seperti terdapat rasa kasih sayang antar anggota, komunikasi yang baik antar anggota, dan adanya rasa saling mengerti antar anggota keluarga (Kartono, 2004:48). Aspek-aspek tersebut akan mendukung seorang individu tumbuh dengan baik secara emosi, memiliki kemampuan komunikasi yang baik, dan merasa aman dan disayangi serta berharga sehingga membuat individu cenderung memiliki penyaluran emosi yang baik, pemecahan masalah yang baik.

Saptari, T (2022:15) dalam penelitiannya menyebutkan terdapat hubungan signifikan antara keberfungsian keluarga dengan perilaku *self-injury* pada remaja. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi keberfungsian keluarga yang dimiliki individu maka akan semakin rendah kecenderungan perilaku *self-injury*, begitu pula sebaliknya. Keberfungsian keluarga merupakan salah satu konsep dimana suatu keluarga dapat dikatakan memiliki keharmonisan, keluarga dituntut agar menjalankan fungsi dengan baik sebagai bentuk upaya mencapai tujuan keharmonisan dalam keluarga (Hafsah, 2009). Penelitian lain yang relevan juga dilakukan oleh Raihani *et al* (2022:7) yang menyebutkan bahwa salah satu penyebab klien melakukan *self-injury* karena kurang dukungan positif dari keluarga karena ketika menceritakan kondisinya, ayah dan saudara klien hanya menganggap klien lebay, kurang beriman dan dicibir karena menarik diri dari keluarga besar. Klien dirasa kurang kasih sayang dari sang ayah, dan kehidupan keluarga yang kurang harmonis. Respon dari lingkungan keluarga menunjukkan kurangnya komunikasi antar anggota keluarga, kurangnya dukungan positif dari keluarga, dan tidak terdapat rasa saling menghargai dan memahami dalam kasus klien tersebut. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa keluarga klien tidak memenuhi aspek-aspek keluarga yang memiliki keharmonisan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas menggambarkan pentingnya melakukan pembahasan tentang fenomena *self-injury*. Fenomena kecenderungan perilaku *self-injury* sudah saatnya diperhatikan lebih serius untuk dikaji dan diteliti lebih dalam menurut penulis, karena fenomena ini dapat mengganggu aspek-aspek kepribadian dan kehidupan seorang individu. Jumlah pelaku yang ditemukan di Indonesia dan negara lainnya selalu mengalami kenaikan kasus di setiap tahunnya yang dapat memberi dampak merugikan hingga kematian untuk pelaku. Hal tersebut diperkuat oleh BBC (2010) yang menyatakan bahwa terdapat kenaikan jumlah lebih dari 50% dibandingkan 2005 pada orang muda di Inggris yang terdeteksi masuk rumah sakit setelah sengaja melukai diri mereka sendiri. Kasus di Indonesia sendiri

di tahun 2018 tercatat ada 152 siswa SMP yang berasal dari kota-kota besar seperti Surabaya, Lampung, Pekanbaru melakukan *self- injury* dengan menyayat tangan mereka sendiri. Penulis juga sudah melakukan penelitian terdahulu di salah satu kota besar di Indonesia yaitu Kota Tangerang, hasil dari penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa enam dari tujuh remaja sudah melakukan *self- injury* dan beberapa responden masih aktif melakukan perilaku tersebut. Hal ini juga dapat diperkuat dengan hasil penelitian Sugianto, F (2020:62) yang menyatakan bahwa remaja Kota Tangerang memberikan sumbangsih 26.5% atau sejumlah 53 subjek untuk penelitian tersebut yang mengkaji mengenai *self- injury*. Remaja Kota Tangerang menjadi urutan kedua tertinggi dari seluruh Jabodetabek. Uraian di atas juga dapat di simpulkan bahwa salah satu faktor penyebab perilaku *self-injury* yaitu faktor keluarga dan faktor *self-esteem*, hal tersebut di dukung oleh penelitian terdahulu Karimah, K (2021:376) yang menghasilkan bahwa semua subjek memiliki permasalahan dan latar belakang keluarga yang kurang harmonis. Penelitian lain juga dilakukan oleh Putri dan Nusontoro (2020:147) menghasilkan bahwa harga diri yang dapat diartikan juga yaitu *self- esteem* memiliki hubungan yang negatif signifikan dengan kecenderungan perilaku *self- injury*.

Berangkat dari hal tersebut, penulis tertarik meneliti dan mengkaji lebih dalam lagi mengenai fenomena kecenderungan perilaku *self- injury*. Pembahasan sebelumnya mengenai kontribusi *self- esteem* dan keharmonisan keluarga terhadap *self- injury* membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian **“Pengaruh *Self- Esteem* dan Keharmonisan Keluarga terhadap Kecenderungan Perilaku *Self- Injury* pada Remaja di Kota Tangerang”**.

B. RUMUSAN MASALAH

Penulis merumuskan masalah penelitian sesuai dengan latar belakang yang telah diuraikan, diantaranya:

1. Adakah pengaruh keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang?

2. Adakah pengaruh *self- esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang?
3. Adakah pengaruh keharmonisan keluarga dan *self- esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang?

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris:

1. Pengaruh keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja.
2. Pengaruh *self- esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja.
3. Adakah pengaruh keharmonisan keluarga dan *self- esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Dari segi teoritis, penelitian ini berguna untuk pengembangan konsep-konsep ilmu pengetahuan terutama bidang ilmu Psikologi tentang Keharmonisan Keluarga dan *Self- Esteem* terhadap Kecenderungan Perilaku *Self- Injury* yang dilakukan oleh Remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi orang tua

Penelitian ini dapat menjadi sarana bagi orang tua mengetahui fenomena perilaku *self- injury* dan menerapkan cara-cara agar terjadinya keharmonisan dalam keluarga yang akan membuat keluarga lebih harmonis dan hangat. Ketika hal tersebut terpenuhi dapat membuat anggota keluarga termasuk anak merasa terlindungi dan penuh kasih sayang akan dirinya, keluarga dan lingkungannya sehingga cenderung terhindar dari perilaku *self- injury*.

b. Bagi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam dunia pendidikan dan menjadi sarana bagi tenaga pendidik untuk memperdalam mengenai bagaimana seorang remaja yang masih duduk di bangku sekolah dapat memiliki kecenderungan perilaku *self-injury*.

c. Bagi Pelaku

Pelaku dapat menyadari lebih dalam lagi bagaimana bahayanya kecenderungan perilaku *self-injury* dan menerapkan kiat-kiat agar dapat perlahan mengurangi kecenderungan perilaku tersebut dan keluar serta berhenti dari perilaku kecenderungan *self-injury*.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Sebelum peneliti melakukan penelitian terkait dengan tema *self-injury*, penulis berusaha menelaah beberapa penelitian yang relevan dengan tema tersebut sehingga dapat dijadikan sebagai panduan dalam penelitian kedepannya sebagai berikut:

1. Pada penelitian pertama, Shofia (2018) mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 dengan judul: Hubungan Kematangan Emosi dengan Kecenderungan melakukan *Self-Injury* pada Remaja. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kecenderungan *self-injury* (Y) dengan kematangan emosi (X) pada remaja di SMPN 1 Kesamben Jombang. Hal ini menunjukkan bahwa jika siswa memiliki kematangan emosi yang tinggi, maka kecenderungan melakukan *self-injury* rendah. Sebaliknya, semakin rendah kematangan emosi siswa, maka kecenderungan melakukan *self-injury* semakin tinggi.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis yaitu sama-sama membahas tentang fenomena perilaku *self-injury* pada remaja dan sama-sama menggunakan

pendekatan metode penelitian kuantitatif. Akan tetapi, dalam penelitian ini juga memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis yaitu dalam penelitian ini menggunakan metode analisis hubungan sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan metode analisis pengaruh, dalam penelitian ini juga memiliki perbedaan variabel independen dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu menggunakan variabel independen keharmonisan keluarga dan *self-esteem*. Adapun perbedaan subjek penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, jika penelitian ini menggunakan remaja pada tingkat SMP sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan subjek tingkatan umur remaja pada rentang 10- 19 tahun (WHO : 2014).

2. Pada penelitian kedua, Lutfi (2011) mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta dengan judul : Pengaruh Kematangan Emosi terhadap Kecenderungan Perilaku *Self- Injury* pada Remaja. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan kematangan emosi terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja sekolah SMA Negeri 11 Bekasi, variabel independen (kematangan emosi) memberikan sumbangsih sebesar 32.3% terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di SMA Negeri 11 Bekasi sedangkan 67.7% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis yaitu sama-sama membahas tentang fenomena kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja, menggunakan analisis penelitian pengaruh dan juga sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif. Akan tetapi, penulisan ini juga memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu perbedaan menggunakan variabel independen. Dalam

penulisan ini menggunakan variabel independent kematangan emosi sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan variabel independen berbeda yaitu keharmonisan keluarga dan *self-esteem*. Adapun perbedaan subjek penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, jika penelitian ini menggunakan remaja pada tingkat SMA sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan subjek tingkatan umur remaja pada rentang 10- 19 tahun (WHO : 2014).

3. Pada penelitian ketiga, Putri (2020) mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang dengan judul: Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-Injury* pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat harga diri berada pada kategori sedang sedangkan tingkat kecenderungan *self-injury* berada pada kategori sedang dan ditemukan hubungan yang negatif signifikan antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self-injury* pada siswa. Hal itu menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat harga diri seorang siswa, maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self-injury*. Sebaliknya, semakin rendah harga diri seorang siswa, maka semakin tinggi tingkat kecenderungan perilaku *self-injury*.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis yaitu sama-sama membahas tentang fenomena kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja, menggunakan pendekatan metode penelitian kuantitatif, sama-sama menggunakan analisis pengaruh, dan juga sama-sama menggunakan variabel independent harga diri walaupun penelitian yang akan dilakukan penulis menggunakan bahasa "*self-esteem*" tapi kedua tersebut memiliki makna yang sama. Akan tetapi, dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis juga memiliki perbedaan yaitu pada penelitian ini memiliki 3 variabel dengan menambahkan

1 variabel independen yaitu keharmonisan keluarga. Dalam penelitian ini juga memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis dalam segi subjek jika penelitian ini menggunakan subjek remaja pada tingkat SMP sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan subjek tingkatan umur remaja pada rentang 10- 19 tahun (WHO : 2014).

4. Pada penelitian keempat, Sugianto (2020) mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta dengan judul Pengaruh Disregulasi Emosi, Kesepian, dan Religiusitas terhadap Perilaku *Self-Injury* pada Remaja. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari disregulasi emosi, kesepian dan religiusitas terhadap perilaku *self- injury* remaja, khususnya pelajar SMP sementara dimensi lain seperti *intellect, ideology, public practice*, dan *experience* tidak memberikan dampak yang signifikan terhadap *self-injury*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi disregulasi emosi seorang individu, maka akan membuat perilaku *self- injury* semakin tinggi, begitupun sebaliknya. Jika individu memiliki tingkat kepekaan yang tinggi, maka akan membuat semakin tinggi perilaku *self- injury*, begitupun sebaliknya. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa hasil dari religiusitas yang memiliki pengaruh adalah *private practice* yang menunjukkan semakin rendah tingkat *private practice*, maka akan semakin tinggi perilaku *self- injury* dilakukan.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu sama-sama membahas tentang fenomena perilaku *self- injury* pada remaja, menggunakan pendekatan metode penelitian kuantitatif dan sama-sama menggunakan analisis pengaruh. Akan tetapi, dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis juga memiliki perbedaan seperti perbedaan variabel independen yang digunakan, pada penelitian ini menggunakan 3 variabel independen yaitu

disregulasi emosi, kesepian dan religiusitas sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan 2 variabel independen yaitu keharmonisan keluarga dan *self-esteem*. Penelitian ini juga menggunakan subjek remaja pada tingkat SMP sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan subjek tingkatan umur remaja pada rentang 10- 19 tahun (WHO : 2014).

5. Pada penelitian kelima, Nandela (2019) mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga dengan judul : Hubungan Dukungan Sosial secara online (*online social support*) dengan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (*Self--Harm*) pada Pengguna Media Sosial Twitter. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan secara online dan perilaku menyakiti diri (*self--harm*) dengan korelasi Spearman rho nilai p signifikan sebesar 0.015 namun kekuatan korelasi tergolong lemah dilihat dari nilai r yakni -0.122. Hal ini menunjukkan bahwa tinggi rendahnya dukungan sosial online yang diterima akan memiliki hubungan terhadap tinggi rendahnya pada perilaku menyakiti diri (*self--harm*) yang akan dilakukan oleh seorang individu, jika seorang individu mendapatkan banyak dukungan sosial online maka semakin kecil akan terjadinya perilaku menyakiti diri (*self--harm*) yang dilakukan oleh seorang individu begitupun sebaliknya.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu sama-sama membahas tentang fenomena menyakiti diri sendiri, menggunakan pendekatan metode penelitian yang sama yaitu kuantitatif. Akan tetapi, dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis juga memiliki beberapa perbedaan seperti pada penelitian ini menggunakan analisis hubungan sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan analisis pengaruh. Pada penelitian ini juga menggunakan variabel independen dukungan sosial online

sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan 2 variabel independen yaitu keharmonisan keluarga dan *self-esteem*, tidak hanya itu penelitian ini menggunakan subjek pengguna media sosial twitter sebagai populasi dan sampel sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan subjek tingkatan umur remaja pada rentang 10- 19 tahun (WHO : 2014).

6. Pada penelitian keenam, Leonardo (2020) mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dengan judul: Gambaran *Self-Compassion* sebagai Faktor Protektif Kecenderungan Perilaku *Self-Harm* pada Mahasiswa di Fase *Emerging Adulthood*. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa partisipan yang tidak memiliki dorongan untuk melakukan *self-harm* yaitu individu yang memiliki gambaran *self-compassion* yang positif, sedangkan partisipan yang memiliki pemikiran untuk melakukan perilaku *self-harm* dan partisipan yang telah melakukan *self-harm* yaitu individu yang memiliki gambaran *self-compassion* yang negatif. Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa partisipan dapat berubah pada gambaran *self-compassion*, ketika partisipan mendapatkan bantuan dari tenaga profesional. Adapun juga ditemukan dalam penelitian ini terdapat faktor yang mempengaruhi seorang individu rentan melakukan perilaku *self-harm* yaitu faktor hubungan dengan keluarga dan pemilihan coping strategy ketika merasakan emosi yang intens.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu sama-sama mengangkat tentang fenomena menyakiti diri sendiri. Akan tetapi, terdapat banyak perbedaan antara penulisan ini dengan penulisan yang akan dilakukan oleh penulis yaitu penelitian ini menggunakan pendekatan metode penelitian kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan pendekatan metode penelitian

kuantitatif, penelitian ini juga menggunakan desain narrative study dan analisis data kualitatif sedangkan penulisan yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan analisis pengaruh. Dalam penelitian ini juga mengkaji mengenai gambaran *self-compassion* dimana sebagai faktor protektif kecenderungan perilaku *self-harm* sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan melihat pengaruh variabel keharmonisan keluarga dan *self-esteem* pada kecenderungan perilaku *self-injury*. Penelitian ini juga menggunakan subjek mahasiswa di fase emerging adulthood sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan subjek berdasarkan tingkatan umur remaja pada rentang 10- 19 tahun (WHO: 2014).

7. Pada penelitian ketujuh, Karimah (2021) Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 9 No.2 Universitas Mulawarman yang berjudul: Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ditemukan kesamaan keempat subjek ditinjau dari aspek kesepian bahwa subjek merupakan orang yang memendam sendiri ketika ada masalah, tertekan, sedih, atau marah. Ketiga aspek dari kesepian memperkuat subjek merasa kesepian. Dari hasil keempat subjek didapatkan bahwa subjek melakukan menyakiti diri sendiri juga karena melihat dari media sosial dan lingkungan subjek seperti teman-teman dengan menggoreskan peniti ke tangan. Keempat subjek juga melakukan menyakiti diri sendiri saat mendapat *trigger* seperti melihat kedua orang tua bertengkar, keempat subjek juga memiliki kesamaan yaitu berada dalam lingkungan keluarga yang kacau balau dan tidak ada kedekatan hubungan antara anggota keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kesepian merupakan dampak dari latar belakang keluarga yang tidak harmonis, kesepian juga akan membuat remaja mengalami depresi sehingga menjadi *trigger* dalam melakukan

menyakiti diri sendiri pada remaja.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu sama-sama membahas tentang fenomena menyakiti diri sendiri pada remaja. Akan tetapi, dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis juga memiliki perbedaan seperti pendekatan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan metode penelitian kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan pendekatan metode penelitian kuantitatif. Dalam penelitian ini mengkaji tentang bagaimana gambaran kesepian dan kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri pada remaja yang memiliki latar belakang keluarga tidak harmonis sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis lebih akan mengkaji pengaruh keharmonisan keluarga ditambah dengan variabel independen lain yaitu *self-esteem* pada kecenderungan perilaku *self-injury*. Penelitian ini juga memiliki perbedaan dalam penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data observasi dan wawancara sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan skala kuesioner dan angket.

8. Pada penelitian kedelapan, Maidah (2013) mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang berjudul: (Studi Kasus Pada Mahasiswa Pelaku *Self-Injury*). Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat faktor pengaruh latar belakang keluarga dan lingkungan dalam perilaku *self-injury*, faktor pengaruh tersebut mempengaruhi pembentukan kepribadian yang berhubungan dengan perilaku *self-injury* yaitu kepribadian introvert, menganggap diri rendah, memiliki pola pemikiran yang kaku dan merasa sulit untuk mengkomunikasikan apa yang sedang dirasakan. Bentuk *self-injury* yang dilakukan dari menyayat pergelangan tangan dan mencabuti rambut secara paksa dalam jumlah yang banyak. *Self-injury* dilakukan oleh pelaku ketika sesaat

terjadinya peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan bisa terjadi akibat adanya proses *recalling* peristiwa yang menimbulkan emosi negatif pada situasi kesendirian.

Pada penelitian ini terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu mengkaji fenomena tentang perilaku *self- injury*. Akan tetapi, dalam penelitian ini memiliki perbedaan seperti penelitian ini yang lebih mengkaji gambaran *self- injury* pada mahasiswa yang dimana melihat dari bagaimana latar belakang keluarga dan lingkungan sosial pelaku, bagaimana perasaan pelaku sebelum dan sesudah melakukan perilaku tersebut, bentuk-bentuk studi kasus *self- injury* hingga penyebab serta dampaknya dan sampai mengkaji kepribadian yang mendekati perilaku *self- injury*. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh penulis lebih akan mengkaji *self- injury* dari pengaruh keharmonisan keluarga dan *self- esteem*. Penelitian ini juga memiliki perbedaan yaitu menggunakan pendekatan metode penelitian kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif. Dalam pengambilan teknik data juga memiliki perbedaan yaitu penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, perekam hingga pemeriksaan melalui alat tes psikologi sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis melakukan pengambilan data melalui skala angket, kuesioner dsb. Penelitian ini juga menggunakan subjek mahasiswa sedangkan penulisan yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan subjek perbedaan subjek penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, jika penelitian ini menggunakan remaja pada tingkat SMP sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan subjek tingkatan umur remaja pada rentang 10- 19 tahun (WHO: 2014).

9. Penelitian kesembilan, Khalifah (2019) mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

Surabaya yang berjudul: *Dinamika Self-Harm pada Remaja*. Berdasarkan hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa ketiga informan melakukan *self-harm* sejak usia 13 tahun dan sering melihat video yang berkaitan serta menunjukkan *self-harm*, ketiga informan juga memiliki hubungan keluarga yang keluarga harmonis atau memiliki masalah keluarga yang menjadi beban masing-masing informan, ketiga informan juga menjelaskan bahwa melakukan perilaku berulang ketika menghadapi permasalahan yang sama. Ketiga informan menjelaskan bahwa secara sadar melakukan hal itu dan melakukan itu agar tidak menyakiti orang lain serta bertujuan mengeluarkan emosi yang mereka rasakan, ketiga informan juga mengatakan bahwa tidak ada tujuan bunuh diri dan dilakukan hanya untuk membuat perasaan lega saja. Ketiga informan juga setelah diselidiki ternyata mendapatkan perilaku *bullying* oleh teman sebaya dan teman yang lebih tua dari mereka. Ketiga informan melakukan *self-harm* dengan menyayat dan menggores beberapa bagian tubuh, memukul diri sendiri dengan keras dan sebagainya. Hal itu menunjukkan bahwa bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan remaja yaitu dimulai dari 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-faktor yang menyebabkan seorang remaja melakukan perilaku *self-harm* adalah merasa stres hingga depresi, 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. Pada penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu mengangkat tema tentang fenomena menyakiti diri sendiri pada remaja. Akan tetapi, penelitian ini juga

memiliki perbedaan yaitu penelitian ini adalah studi kasus yang berfokus agar mengetahui faktor penyebab dan bentuk menyakiti diri sendiri sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu analisis pengaruh keharmonisan keluarga dan *self-esteem* pada kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri. Tidak hanya itu, perbedaan dalam penelitian ini juga terdapat pada pendekatan metode penelitian, jika penelitian ini menggunakan pendekatan metode penelitian kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif. Dalam pengambilan data penelitian ini menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan skala kuesioner, angket dan sebagainya.

10. Penelitian kesepuluh, Estefan, G., & Wijaya (2014) Jurnal Psikologi Volume 12 No.1 Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul yang berjudul: Gambaran Proses Regulasi Emosi pada Pelaku *Self-Injury*. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa subjek menghayati dan melihat masalah sebagai sesuatu yang sangat menyakitkan untuk subjek. Subjek menghayati permasalahan hidupnya dan memilih solusi yang bukan menjadi solusi akhir tetapi menjadi persoalan baru. Subjek melakukan perilaku menggoreskan luka fisik di beberapa bagian tubuhnya, hal tersebut dilakukan subjek sebagai rasa pelampiasan dan meredakan rasa sakit hati yang sedang dirasakannya. Hal tersebut yang kemudian membuat subjek melakukan fase terakhir perubahan respon dari proses regulasi emosi dengan cara yang *maladaptive*, yaitu melakukan *self-injury*. Pola asuh yang permisif diduga berperan menimbulkan perilaku *self-injury*.

Pada penelitian ini dapat dilihat bahwa memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu mengkaji tentang

fenomena *self- injury*. Akan tetapi, penelitian ini juga memiliki perbedaan yaitu di penelitian ini mengkaji berbentuk studi kasus dengan fokus melihat bagaimana gambaran regulasi emosi pada pelaku *self- injury* sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh penulis lebih berfokus menganalisis pengaruh keharmonisan keluarga dan *self- esteem* pada kecenderungan perilaku *self- injury*. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan metode penelitian kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis akan menggunakan pendekatan metode penelitian kuantitatif, teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan triangulasi sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan pengumpulan data skala angket, kuesioner dan sebagainya. Subjek dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis juga memiliki perbedaan, jika dalam penelitian ini menggunakan subjek remaja akhir-dewasa awal (17-25) tahun sebagai salah satu karakteristiknya. Penelitian yang akan dilakukan oleh penulis menggunakan subjek tingkatan umur remaja pada rentang 10- 19 tahun (WHO: 2014).

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *SELF- INJURY*

1. Pengertian *Self- Injury*

Self- injury adalah perilaku yang dilakukan oleh seorang individu untuk menyakiti dirinya sendiri. *Self- injury* juga dikenal dengan istilah lain yaitu seperti *self- mutilation*, *self- harm* dan ada juga yang mengatakan *self--inflicted violence* (SIV) walaupun beberapa istilah tersebut dianggap kurang tepat di kalangan masyarakat umum terutama di kalangan pelakunya. *The International Society for Study Self- Injury* (dalam (Whitlock, J dkk., 2009: 172) menjelaskan *Self- Injury* merupakan bentuk perilaku individu melukai dirinya secara sengaja yang mengakibatkan kerusakan langsung pada tubuh, hal tersebut dilakukan bukan dengan tujuan bukan sanksi sosial dan tanpa maksud bunuh diri.

Menurut Shabrina (dalam Romas, 2012:40) *Self- Injury* merupakan kecenderungan perilaku melukai dirinya sendiri yang dilakukan dengan sengaja dan secara sadar tanpa ada maksud untuk bunuh diri. Perilaku menyakiti diri sendiri ini dilakukan dengan menyayat bagian kulit tubuh dengan pisau atau silet, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh tertentu, menarik rambut dengan keras, bahkan memotong bagian tubuh tertentu akan tetapi hal ini dilakukan tanpa adanya maksud untuk bunuh diri. Individu yang melakukan *self-injury* tidak melakukan hal tersebut dengan tujuan bunuh diri, akan tetapi individu yang melakukan perilaku *self- injury* bertujuan untuk menyalurkan emosi yang sulit mereka ungkapkan sehingga menyakiti dirinya menjadi bentuk pelampiasan emosi tersebut. Hal tersebut

didukung oleh seorang ahli bernama Grantz pernah berpendapat bahwa perilaku *self- injury* sering dilihat sebagai cara mengelola seorang individu, individu cenderung tidak tahu bagaimana cara mengekspresikan perasaan yang terlalu menyakitkan atau keadaan yang sedang mereka hadapi (dalam Kanan, Linda & Best, 2008: 67).

Knigge (1999) mendefinisikan *self- injury* sebagai tindakan seorang individu dengan menyakiti dirinya sendiri untuk menghilangkan atau melampiaskan rasa sakit emosional yang mendalam ataupun keadaan yang sulit mereka hadapi. *Self- Injury* merupakan tindakan untuk mencoba mengubah suasana hati atau pikiran yang mereka rasakan dengan memberikan luka serta menimbulkan rasa sakit pada diri sendiri. Menurut Klonsky,dkk (2007: 1045) menjelaskan bahwa *self- injury* merupakan bentuk perilaku yang dilakukan oleh seorang individu bertujuan sebagai cara mengatasi rasa sakit yang kurasaan secara emosional, perilaku ini dilakukan individu secara sadar dan sengaja. Para pelaku *self- injury* tidak berniat untuk bunuh diri akan tetapi *self- injury* menjadi bentuk mekanisme pertahanan diri mereka yang digunakan sebagai cara untuk mengatasi rasa sakit yang mereka rasakan, emosi yang sulit mereka ekspresikan, kekosongan diri, kesepian, kehilangan, dan sebagai cara mereka untuk melampiaskan keinginan untuk melukai diri mereka sendiri.

Menurut Alderman (dalam Kurniawaty, 2012: 13) mengatakan bahwa *self- injury* dilakukan oleh seorang individu yang melakukan *self- injury* sebagai metode untuk mempertahankan hidup dan menjadi metode coping pelaku *self- injury* untuk menangani serta menghadapi keadaan yang bersifat emosional seperti saat mereka merasakan *stress*, kecemasan, merasa tidak berharga dan perasaan negatif lainnya.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa *self- injury* adalah perilaku menyakiti dirinya sendiri yang dilakukan oleh seorang individu sebagai bentuk cara mengatasi

masalah, penyaluran dan pelampiasan emosi, kesedihan, kecemasan, dan perasaan negatif lainnya. takut dan khawatir.

2. Faktor – Faktor Penyebab *Self- Injury*

Sutton (2005: 155) mengemukakan bahwa faktor penyebab individu melakukan perilaku *self- injury* yaitu karena faktor-faktor sebagai berikut:

- a. Individu merasakan bahwa ia tidak mampu untuk menahan emosi dan merasa terjebak.
- b. Individu mengalami frustrasi, *stress* dan depresi.
- c. Individu merasa hidup sangat sulit.
- d. Individu memiliki tingkatan *self- esteem* dalam kategori tingkatan yang rendah.
- e. Individu tidak mampu mengekspresikan ataupun mengungkapkan perasaan.
- f. Individu mengalami perasaan hampa dan kosong.
- g. Adanya perasaan tertekan di dalam batin seorang individu, perasaan yang dirasakan tersebut merupakan bentuk perasaan yang bersifat tidak bisa ditolerir seperti perasaan yang muncul saat individu mengalami kejadian ditinggalkan oleh seseorang yang ia sayang.
- h. Individu memiliki tujuan untuk mendapatkan sebuah perhatian dari orang yang ia sayang.
- i. Individu memiliki perasaan putus asa dan merasakan perasaan tidak berharga serta tidak berguna.
- j. Individu cenderung tidak sanggup menghadapi realita.

Martison (1999: 1) juga mengemukakan pendapat mengenai faktor penyebab individu melakukan perilaku *self- injury*, faktor-faktor tersebut dijelaskan sebagai berikut:

- a. Faktor Keluarga

Saat masa kecil dalam keluarga terdapat kekurangan sosok peran

model dalam mengungkapkan emosi, dengan kata lain hal ini membuat seorang individu sulit mengekspresikan dan mengungkapkan perasaan dan emosinya. Selain itu, kurangnya komunikasi yang terjalin antar anggota keluarga.

b. Faktor Pengaruh Biokimia

Individu yang melakukan perilaku *self-injury* memiliki masalah yang spesifik dalam sistem serotonergik otak sehingga membuat meningkatnya impulsivitas dan agresivitas.

c. Faktor Psikologis

Individu merasakan adanya kekuatan emosi yang tidak nyaman dan tidak mampu mengatasi emosi dan perasaan tersebut.

d. Faktor Kepribadian

Individu yang memiliki tipe kepribadian *introvert* memiliki kecenderungan *self-injury* lebih tinggi dibandingkan individu yang memiliki tipe kepribadian *ekstrovert* ketika menghadapi suatu masalah. Pelaku *self-injury* memiliki pola perilaku yang bergantung pada *mood* individu. Selain itu adanya harga diri (*self-esteem*) yang rendah, terdapat pola pikir individu yang kaku dan memiliki kesulitan dalam mengkomunikasikan perasaan menjadi faktor penunjang bagi individu untuk melakukan perilaku *self-injury*.

Menurut penelitian dalam buku *Self-Injury Disorders* juga dijelaskan beberapa faktor beresiko yang menyebabkan perilaku *self-injury* yaitu sebagai berikut:

1) Faktor Risiko Biologis

- a. Usia biasanya dimulai selama masa remaja ketika emosi paling tidak stabil.
- b. Memiliki masalah terkait gangguan mental seperti gangguan kepribadian ambang, depresi, gangguan stress pasca trauma.
- c. Memiliki kecenderungan genetic terhadap reaksi emosi yang tinggi.

Terdapat Riwayat keluarga bunuh diri, cedera diri dan perilaku-perilaku destruktif lainnya.

2) Faktor Lingkungan

- a. Individu mengalami penyalahgunaan atau pengabaian emosional.
- b. Individu mengalami pelecehan fisik dan seksual.
- c. Memiliki lingkungan keluarga yang bermusuhan.
- d. Individu mengalami isolasi sosial dan hidup sendirian, memiliki kondisi kehidupan yang tidak stabil seperti pekerjaan, perceraian, kematian orang yang dicintai (Park, 2011: 44).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan seorang individu melakukan perilaku *self-injury* adalah terdapat faktor individu tau dari dalam dirinya sendiri seperti mengalami stress dan depresi, tertekan, *self-esteem* rendah, putus asa, masalah terkait gangguan mental, merasa tidak mampu mengatasi masalah, kerusakan biologis dalam otak. Selain itu terdapat faktor lingkungan dan keluarga yang juga berpengaruh seperti lingkungan yang kurang baik, trauma masa kecil, kurangnya komunikasi antar anggota keluarga, lingkungan keluarga yang bermusuhan, serta kurangnya dukungan dan perhatian dari lingkungan serta keluarga saat individu memiliki masalah.

3. Karakteristik Pelaku *Self-Injury*

Knigge (1999: 2) mengemukakan bahwa pelaku perilaku *self-injury* memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Sangat memiliki rasa peka terhadap penolakan.
- b. Memiliki rasa yang sangat besar dalam tidak menyukai diri mereka sendiri.
- c. Berulang-ulang marah dan menyalahkan diri mereka sendiri.
- d. Cenderung untuk menekan kemarahan.
- e. Memiliki tingkat agresif yang tinggi.

- f. Kurang memiliki impuls control.
- g. Dalam bertindak cenderung mengikuti suasana hati mereka yang dirasakan saat itu.
- h. Cenderung tidak merencanakan masa depan.
- i. Mengalami depresi dan *self-destructive*.
- j. Cenderung mudah marah.
- k. Terus menerus menderita kecemasan.
- l. Merasa diri mereka tidak mampu mengatasi masalah dan merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah.

Menurut Klonsky, E.D., & Muehlenkamp (2007: 1045) mengemukakan pendapat bahwa pelaku *self-injury* memiliki beberapa aspek karakteristik sebagai berikut:

- a. Emosionalitas negatif

Klonsky menegaskan bahwa seorang individu yang memiliki emosi negatif cenderung lebih mudah untuk melakukan tindakan-tindakan yang dapat menyakiti dirinya sendiri.

- b. Kesulitan dalam mengekspresikan emosi

Individu yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi cenderung memiliki kemungkinan lebih tinggi melakukan *self-injury*, hal tersebut terjadi karena individu tidak dapat memahami emosi dan mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi emosi mereka.

- c. Hukuman atau Kemarahan Pada Diri

Klonsky menyatakan bahwa seorang individu yang melakukan *self-injury* dimotivasi oleh salah satu hal yang ada pada diri individu tersebut, hal tersebut seperti kemarahan. Individu memiliki motivasi kemarahan pada dirinya sendiri sehingga melakukan hukuman seperti menyakiti diri mereka sendiri.

Menurut Eliana (dalam Apriliawati, 2017) menjelaskan bahwa para pelaku *self-injury* memiliki beberapa karakteristik sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan kepribadian pelaku:
 - a. Individu mengalami kesulitan dalam mengendalikan impuls di berbagai area, yang terlihat dalam masalah gangguan seperti gangguan makan ataupun adiksi terhadap zat adiktif.
 - b. Individu yang menjadi pelaku *self- injury* cenderung memiliki *self-esteem* yang kurang atau rendah, hal tersebut juga membuat para pelaku cenderung membutuhkan dorongan yang kuat untuk mendapatkan cinta dan penerimaan orang lain.
 - c. Individu sebagai pelaku memiliki pola pemikiran yang kaku, cara berpikir yang harus mencapai suatu tujuan atau tidak sama sekali.
- 2) Berdasarkan lingkungan keluarga pelaku:
 - a. Individu memiliki trauma pada masa kecil atau kurangnya peran salah satu atau kedua orangtua, menimbulkan kesulitan-kesulitan menginternalisasi kan perhatian positif.
 - b. Individu mengalami ketidakmampuan atau ketidakmauan untuk mengurus diri sendiri dengan baik.
- 3) Berdasarkan lingkungan sosial pelaku:
 - a. Individu kurang memiliki kemampuan dalam membentuk dan menjaga hubungan yang stabil.
 - b. Individu sebagai seorang pelaku *self- injury* biasanya takut akan perubahan, baik perubahan dalam bentuk apapun seperti perubahan kegiatan sehari-hari, pengalaman baru, orang-orang dan sebagainya.

Eliana (dalam Walsh, 2012) juga mengemukakan situasi-situasi umum yang ditemui dalam keluarga para pelaku *self- injury* sebagai berikut:

- 1) Terjadi kehilangan yang traumatis, sakit keras, atau terjadi ketidakstabilan dalam kehidupan keluarga.
- 2) Terjadi pengabaian dan penganiayaan dalam keluarga, baik berupa fisik, seksual maupun emosi.
- 3) Kehidupan keluarga cenderung dipenuhi keyakinan agama yang kaku, nilai-nilai yang dogmatis, akan tetapi semua itu diterapkan dalam cara

munafik dan tidak konsisten.

4) Terjadinya peran terbalik dalam keluarga.

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa karakteristik individu yang melakukan perilaku *self-injury* yaitu individu yang cenderung memiliki perasaan tidak menyukai diri mereka sendiri, berulang-ulang sering marah dan menyalahkan dirinya sendiri, cenderung menekan kemarahan, mengalami depresi dan stress berat, memiliki *self-esteem* yang kurang atau rendah, memiliki pola pikir yang kaku, takut akan perubahan, emosional negatif, kesulitan dalam mengekspresikan emosi, bentuk kemarahan dan hukuman diri sendiri serta memiliki trauma pada lingkungan keluarga dan masa kecil.

4. Tipe-Tipe *Self-Injury*

Strong (dalam Corporate, 2004) mengemukakan bahwa perilaku *self-injury* memiliki 3 tipe *self-injury* yaitu:

- a. *Major Self--Mutilation* merupakan tipe *self-injury* yang dilakukan oleh seorang individu secara signifikan membuat kerusakan yang sangat fatal dan tidak bisa diperbaiki seperti keadaan semula. Perilaku ini cenderung dilakukan pada organ-organ besar seperti memotong tungkai dan mencungkil mata, tipe *self-injury* ini cenderung merupakan seorang yang menderita psikosis.
- b. *Stereotypic self-injury* dapat diartikan sebagai tipe *self-injury* yang dianggap tidak terlalu parah akan tetapi dilakukan secara intens dan berulang. Pelaku dalam tipe *self-injury* biasanya melakukan dengan cara membenturkan badan terutama bagian kepala ke tembok. Pelaku dalam tipe ini cenderung merupakan individu yang mengalami gangguan neurologis, seperti autisme atau sindrom Tourette.
- c. *Moderate/superficial self--mutilation* merupakan tipe perilaku *self-injury* yang sering ditemui dan dilakukan oleh individu. Dalam tipe

moderate/superficial self--mutilation juga masih terbagi menjadi tiga sub tipe yaitu episodik, repetitif, dan kompulsif. Sub tipe kompulsif merupakan sub tipe yang dilakukan oleh pelaku bukan untuk mencapai pelampiasan namun lebih sebagai kompulsi, oleh karena itu sub tipe ini cenderung kurang disadari oleh pelakunya. Sedangkan sub tipe repetitif dan episodic bervariasi pada banyak cara.

5. Bentuk-bentuk *Self- Injury*

Pelaku *self- injury* melakukan beberapa cara serta bentuk untuk menyakiti dirinya sendiri, seperti yang dikemukakan oleh bahwa terdapat bentuk-bentuk *self- injury* yaitu sebagai berikut:

- a. Individu menyakiti dirinya sendiri dengan menggores atau mengiris suatu benda tajam ke bagian tubuh terutama lengan.
- b. Tidak membiarkan luka cepat pulih sampai mengutak atik luka yang sudah pulih.
- c. Memukul dirinya sendiri.
- d. Membuat bagian tubuhnya sendiri merasakan panas atau luka bakar dengan menyudut atau membakar di bagian tubuh nya sendiri.
- e. Individu membenturkan anggota tubuh di bagian kepala.
- f. Bentuk-bentuk lainnya adapun seperti individu mengkonsumsi (makan) benda tajam, menguliti bagian wajah, menjambak rambut dan memasukan benda.

Menurut Favazza dan Siemeon (dalam Takwati, 2019: 208) menjelaskan bahwa perilaku *self- injury* atau menyakiti diri sendiri terbagi menjadi dua kategori, yaitu impulsif dan kompulsif.

- a. Perilaku *self- injury* dalam kategori impulsif adalah perilaku yang terjadi karena dorongan yang didasarkan oleh keinginan pemuasan baik secara sadar maupun tidak sadar yang dapat diartikan dengan kategori serius. Perilaku tersebut seperti mengiris, membakar,

membenturkan anggota tubuh, dan menyayat.

- b. Perilaku *self-injury* dalam kategori kompulsif adalah perilaku tersebut biasanya dilakukan berulang-ulang dengan tujuan mengurangi kecemasan dan dapat diartikan dengan kategori ringan.

Perilaku tersebut seperti mencakar, menggigit kuku, menggaruk badan sampai timbul luka.

Berdasarkan uraian pendapat yang sudah dikemukakan oleh beberapa para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa *self-injury* juga terdapat berbagai bentuk dari serius dan ringan. Bentuk perilaku *self-injury* dapat disimpulkan meliputi menggoreskan benda tajam ke bagian tubuh, membakar bagian tubuh tertentu, menjambak rambut, membenturkan bagian tubuh terutama bagian kepala, dan perilaku lainnya seperti mencakar atau perilaku yang membuat diri seorang individu terluka.

6. *Self-Injury* dalam Perspektif Islam

Self-Injury merupakan bentuk perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh seorang individu bertujuan sebagai cara mengatasi rasa sakit yang ia rasakan secara emosional, perilaku ini dilakukan individu secara sadar dan sengaja. Perilaku ini juga dilakukan sebagai bentuk pengekspresian dan pelampiasan emosi, perasaan sakit akan masalah yang dihadapi ataupun penghukuman diri sendiri.

Ketika Nabi Shallallahu ‘alaihi wa sallam berhijrah ke Madinah, Ath-Thufail bin ‘Amr juga berhijrah, bersama dengan seorang laki-laki dari sukunya (Daus). Kemudian mereka tidak suka tinggal di Madinah. Laki-laki tersebut sakit dan menjadi gelisah. Dia mengambil anak panah miliknya, lalu memotong sendi-sendi jarinya. Kedua tangannya mengalirkan darah lalu dia mati. Kemudian Ath-Thufail bin ‘Amr bermimpi melihat kawannya itu dengan keadaan yang baik, namun dia menutupi kedua tangannya. Maka Ath-Thufail bin ‘Amr bertanya

kepadanya: “Apa yang telah dilakukan oleh RabbMu kepadaMu?”

Dia menjawab: “Dia telah mengampuni ku dengan sebab hijrah ku kepada Nabi-Nya Shallallahu ‘alaihi wa salam.” Kemudian Ath-Thufail bertanya lagi: “Kenapa aku melihat mu menutupi kedua tanganmu?” Dia menjawab: Ada yang mengatakan kepadaku, “Kami tidak memperbaiki bagian (tubuh) mu yang telah kamu rusakkan (sendiri)”. Kemudian Ath-Thufail menceritakan mimpinya kepada Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam, maka Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa salam berdoa: “Wahai Allah Azza wa Jalla, ampunilah juga kedua tangannya”. (HR. Muslim)

Dari cerita dan penjelasan Hadits diatas menjelaskan bahwa Allah SWT tidak menyukai perilaku yang berbentuk menganiaya diri sendiri dalam bentuk apapun. Manusia yang menganiaya dan melukai diri mereka seperti merusak bagian tubuhnya sendiri, Allah SWT tidak memberikan pengampunan dalam bentuk tidak memperbaiki bagian yang telah manusia rusak sendiri. Hal diatas sejalan dengan beberapa hadits dan didukung oleh beberapa hadits lainnya, Dari Tsabit bin Dhahhak RA, bahwa Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda:

“Siapa yang membunuh dirinya dengan sesuatu di dunia, maka dia disiksa dengan (alat tersebut) pada hari kiamat.” (HR. Bukhari dan Muslim).

Dari Jundub bin Abdullah berkata, Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda:

“Dahulu pada umat sebelum kalian, ada seorang lelaki yang terluka. Dia tidak sabar, kemudian dia mengambil pisau dan ia potong sendiri tangannya. Belum lagi darahnya kering, orang itu pun meninggal dunia. Kemudian Allah taala berkata: hamba-Ku telah mendahului Aku dengan nyawanya, maka aku haramkan baginya surga.” (HR. Al-Bukhari dan Muslim).

Hadits diatas menjelaskan bahwa Allah mengancam perilaku-perilaku yang mendahului Kuasa Nya, Allah SWT bahkan menjanjikan

perbuatan-perbuatan yang menganiaya dirinya sendiri akan mendapat balasan di hari kiamat. Allah SWT mengharamkan perilaku-perilaku yang berbentuk menyakiti diri sendiri karena termasuk melanggar hak dan melakukan aniaya pada diri manusia tersebut sendiri. Sesungguhnya Allah SWT membenci perilaku melanggar hak dan melakukan aniaya pada orang lain maupun diri sendiri, Allah SWT bahkan mengancam umat manusia yang melanggar hak dan melakukan aniaya dengan menjanjikan neraka.

Dari hadits diatas mengajarkan kita agar menghindari perilaku untuk menganiaya diri sendiri dalam bentuk apapun karena sesungguhnya Allah SWT membenci dan tidak menyukai perilaku tersebut. Sesungguhnya Allah SWT mengetahui bahwa di dunia setiap umat manusia menghadapi cobaan dan sesungguhnya Allah SWT tidak memberikan cobaan kepada manusia di luar kemampuan manusia itu.

Allah SWT berfirman dalam (Q.S Al-Baqarah: 286):

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِ

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir.” (Q.S Al-Baqarah: 286)

Ayat diatas mengajarkan kita bahwa setiap cobaan yang datang di kehidupan kita tidak akan diberikan oleh Allah SWT jika kita dianggap oleh Allah SWT tidak mampu dalam menghadapi cobaan yang diberikan. Hal tersebut jika ditanamkan dalam diri kita akan membuat kita mungkin terhindar dari perilaku yang tidak disukai oleh Allah jika mendapatkan cobaan, dengan mempercayai hal tersebut mengajarkan kita percaya akan pertolongan Allah SWT dan memberikan kita dapat melihat hikmah dari suatu cobaan dan mampu menghadapi cobaan dengan cara yang baik. Sesungguhnya Allah SWT memberikan cobaan serta cara menghadapinya dengan berdoa, bersabar, meminta pertolongan kepada Allah dan cara-cara baik yang dianjurkan. Sehingga perbuatan yang tidak baik dalam bentuk apapun untuk menyelesaikan masalah, Allah SWT sesungguhnya tidak menyukai perbuatan tersebut.

B. *SELF- ESTEEM*

1. Pengertian *Self- Esteem*

Self- Esteem merupakan hal yang penting untuk setiap pertumbuhan individu, *self- esteem* dimaknai sebagai evaluatif terhadap penilaian diri dan kebermaknaan diri. Menurut Coopersmith (dalam Sa'diyah, 2012: 7) menjelaskan bahwa *self- esteem* adalah hasil evaluasi seorang individu terhadap dirinya sendiri yang diterapkan dalam bagaimana menyikapi dirinya sendiri. Evaluasi ini berisi bagaimana suatu sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa besar seorang individu memiliki rasa percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil dan berharga menurut standar dan nilai pribadinya. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Rosenberg (dalam Kaloeti, D., & Ardhani, 2020: 59) menjelaskan pengertian *self- esteem* yaitu bentuk sikap positif atau negatif individu mengenai dirinya sendiri. *Self- esteem* merupakan suatu konsep yang dibuat oleh seorang individu tentang dirinya sendiri (Abdel Khalek, dalam Kaloeti, D., & Ardhani, 2020)

Minchinton (dalam Adila, 2010: 31) menjelaskan bahwa *self-esteem* adalah sebuah penilaian atau perasaan mengenai diri individu sendiri sebagai manusia dan makhluk sosial baik berdasarkan dari penerimaan akan diri dan tingkah laku sendiri, maupun dilihat berdasarkan keyakinan akan bagaimana diri kita. Hal ini memiliki pengaruh pada bagaimana kita berhubungan dengan orang lain di sekitar kita dan aspek-aspek lain dalam kehidupan, Adapun pendapat dari Damian & Robins (dalam yang mendefinisikan *self-esteem* adalah suatu perasaan yang bernilai tentang diri sendiri dan perasaan bagaimana individu menerima dirinya sendiri, yang sifatnya berkembang dan menetap, sebagai konsekuensi dari kesadaran akan kompetensi diri yang ditambah dengan umpan balik dari luar.

Ummet (dalam Rahardjo, W., & Mulyani, 2020: 30) menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan suatu bentuk penerimaan seorang individu terhadap dirinya sendiri, bentuk penilaian dan penghargaan pada dirinya sendiri. *Self-esteem* juga dapat disebut sebagai evaluasi dari perbedaan bagaimana seorang individu memandang dirinya sendiri dan membandingkan dengan dirinya yang sesuai keinginan individu tersebut. Adapun pendapat yang dikemukakan oleh Maslow (dalam Alwisol, 2002: 218) mengatakan bahwa *self-esteem* merupakan hal yang dibutuhkan manusia, hal ini memerlukan pemenuhan dan pemuasan untuk dilanjutkan ke tingkat kebutuhan yang lebih tinggi. Kebutuhan pada *self-esteem* terbagi menjadi dua menurut Maslow yaitu penghargaan diri dan penghargaan dari orang lain. Seseorang individu yang merasa dicintai dan memiliki rasa (*sense of belonging*), maka mereka akan mengembangkan juga kebutuhan untuk penghargaan (Maslow, dalam Schultz: 1981). Menurut Dariuzk (2004: 10) menjelaskan *Self-esteem* merupakan bentuk penilaian seorang individu bahwa dirinya akan mampu menghadapi tantangan hidup dan mendapat kebahagiaan. Sementara itu, menurut Zaprulkhan (2018) berargumen bahwa *self-esteem* menjadi sumber energi yang menentukan tingkat percaya diri dan antusiasme individu.

Terdapat banyak sekali pendapat dan teori menurut para ahli mengenai pengertian *self- esteem*, dari beberapa teori peneliti diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa *self- esteem* merupakan penilaian dan evaluasi yang dilakukan oleh seorang individu mengenai diri mereka sendiri. *Self- esteem* merupakan bagaimana seorang individu percaya akan dirinya, penerimaan dirinya serta penilaian akan dirinya dimulai dari keberhargaan dirinya, kemampuannya dan sebagainya. Penilaian ini juga berpengaruh terhadap sikap, emosi dan kehidupan sehari-hari seorang individu.

2. Faktor-Faktor *Self- Esteem*

Menurut pendapat Coopersmith (dalam Maharsi Anindyajati, 2004: 58) mengemukakan bahwa *Self- esteem* dipengaruhi oleh empat faktor, yaitu sebagai berikut:

a. Penerimaan atau penghinaan terhadap diri.

Jika seorang individu mampu merasa dirinya berharga akan membuat individu tersebut memiliki penilaian yang lebih baik atau positif terhadap dirinya dibandingkan dengan individu yang tidak mampu merasakan hal tersebut atau mengalami hal tersebut. Saat individu memiliki harga diri yang baik akan mampu membuat seorang individu memiliki penghargaan terhadap dirinya sendiri dengan kata lain individu dapat menghargai dirinya sendiri, mampu menerima dirinya sendiri, tidak memiliki anggapan bahwa dirinya rendah, melainkan seorang individu tersebut memiliki kemampuan untuk mengenali keterbatasan dirinya sendiri dan memiliki sebuah harapan untuk terus bergerak maju serta mampu memahami potensi yang dimiliki individu tersebut. Sebaliknya, jika seorang individu memiliki harga diri dalam kategori tingkatan rendah cenderung individu tersebut akan menjauh dari hubungan persahabatan atau menghindarkan dirinya dari hubungan persahabatan, individu juga

akan cenderung memilih menyendiri, memiliki rasa tidak merasa cukup atau puas terhadap dirinya sendiri, tetapi jika dilihat dari sisi lain akan dapat kita lihat dan pahami bahwa seorang individu yang memiliki tingkatan harga diri yang rendah adalah mereka individu yang sesungguhnya juga memerlukan dukungan.

b. Kepemimpinan atau popularitas

Sebuah penilaian atau keberartian diri seorang individu dapat diperoleh ketika seorang individu dapat berperilaku sesuai dengan aturan atau tuntutan yang ada di lingkungan sosialnya yaitu merujuk kepada kemampuan seseorang untuk membuat perbedaan antara dirinya dengan orang lain atau lingkungannya. Pada situasi ini sering disebut situasi persaingan, seorang individu dalam situasi ini akan menerima dirinya dan yang paling utama membuktikan seberapa besar pengaruh dan kepopulerannya. Dalam keadaan situasi ini akan menghasilkan pengalaman, lalu pengalaman dalam situasi seperti ini dapat membuktikan individu lebih mengenal dirinya, mampu berani menjadi seorang pemimpin, atau menghindari persaingan.

c. Keluarga dan orang tua

Peran keluarga dan orang tua sangat memiliki porsi terbesar yang mempengaruhi *self-esteem*, hal tersebut dikarenakan keluarga dan orang tua menjadi modal atau tahapan pertama dalam proses imitasi. Adapun alasan lain yaitu karena perasaan dihargai yang dirasakan seorang individu serta didapatkan dalam lingkungan keluarga merupakan menjadi pengaruh awal yang sangat penting dalam konteks harga diri.

d. Keterbukaan dan kecemasan

Seseorang individu dapat memiliki kecenderungan terbuka dalam menerima sebuah keyakinan, nilai-nilai, sikap, moral dari sudut pandang orang lain maupun lingkungan lainnya jika individu tersebut merasa dirinya diterima dan dihargai. Sebaliknya, jika individu ditolak lingkungannya sehingga individu tersebut kecewa.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-esteem* cukup banyak dikemukakan oleh beberapa ahli salah satunya oleh Santrock (dalam Hardiyanti, 2019: 16) yang mengemukakan pendapat bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *self-esteem* seorang individu yaitu sebagai berikut:

a. Jenis Kelamin

Dalam penelitian Robins dkk. (dalam Santrock, 2007) menunjukkan hasil penelitian bahwa *self-esteem* pada seorang pria tingkatnya lebih tinggi jika dibandingkan pada seorang perempuan pada hampir keseluruhan rentang usia.

b. Inteligensi

Seorang individu memiliki *self-esteem* yang tinggi cenderung akan dapat mencapai prestasi yang tinggi juga. Seorang individu yang memiliki skor intelegensi yang baik cenderung memiliki *self-esteem* yang tinggi karena mereka memiliki taraf aspirasi lebih baik dan selalu berusaha keras.

c. Penampilan Fisik

Pada penelitian Harter (dalam Santrock, 2007) menunjukkan bahwa adanya hubungan penampilan fisik dengan *self-esteem* sepanjang masa pertumbuhan kehidupan. Seseorang individu yang memiliki penampilan fisik cenderung memiliki *self-esteem* yang tinggi dibandingkan individu dengan penampilan fisik yang kurang menarik.

d. Penerimaan Keluarga

Menurut Coopersmith (dalam Santrock, 2007) menjelaskan bahwa atribusi dari orang tua yang meliputi ekspresi afeksi, menunjukkan perhatian, rumah tangga yang harmonis, partisipasi dalam kegiatan keluarga, pola asuh demokratis dan menetapkan aturan yang adil dapat membuat seorang individu memiliki *self-esteem* yang tinggi.

Tidak hanya itu, dukungan sosial dan persetujuan sosial juga dapat mempengaruhi tingkatan *self-esteem* yang dimiliki seorang individu. Seorang individu yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung

memiliki latar belakang keluarga yang bermasalah atau pernah mengalami kekerasan dan merasa ditelantarkan sehingga tidak memiliki dukungan emosional.

e. Respon terhadap Masalah

Ketika seorang individu memiliki permasalahan, individu yang mengambil sikap dengan menghadapi dan mencoba mengatasi masalah cenderung akan membuat *self-esteem* juga akan meningkat dibandingkan individu yang memilih sikap dengan menghindari permasalahan yang ada. Ketika individu memilih mencoba menghadapi dan mengatasi masalah akan membuat individu akan bersikap realistis, jujur dan tidak defensif. Hal tersebut akan membuat seorang individu dapat hasil evaluasi diri yang baik, yang akan menghasilkan persetujuan (*self-generated approval*) yang akan meningkatkan *self-esteem*. Sebaliknya hasil evaluasi diri yang buruk terjadi pada individu yang memiliki *self-esteem* rendah. Evaluasi yang buruk kemudian akan membuat seorang individu melakukan penyangkalan, menipu diri, hingga lari dari masalah yang pada akhirnya akan menghasilkan ketidaksetujuan diri (*self-generated disapproval*).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-Esteem* yaitu penerimaan diri, keterbukaan, faktor lingkungan dan keluarga, jenis kelamin, inteligensi serta penampilan fisik dan respon individu terhadap masalah.

3. Aspek-Aspek *Self-Esteem*

Coopersmith (1967) mengemukakan bahwa *self-esteem* memiliki empat aspek yaitu sebagai berikut:

a. Kekuasaan

Dalam hal ini kekuasaan diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu yang bertujuan untuk mengontrol

tingkah laku diri sendiri dan orang lain.

b. Keberartian

Individu dapat memiliki keberartian atau merasa dirinya berarti ketika menerima kepedulian, perhatian dan afeksi yang diterima dari orang lain. Hal tersebut dianggap sebagai penghargaan dan minat dari orang lain dan sebuah pertanda penerimaan dan popularitas nya.

c. Kebajikan

Kebajikan dalam hal ini merupakan ketaatan seorang individu dalam mengikuti kode moral, etika dan prinsip-prinsip keagamaan. Hal tersebut dapat dilihat serta ditandai dengan ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang dilarang, selain itu dapat juga melakukan tingkah laku yang diperbolehkan oleh moral, etika dan agama.

d. Kemampuan

Seorang individu sukses memenuhi tuntutan prestasi, hal tersebut dapat dilihat saat individu berhasil mengerjakan tugas dengan baik dari level yang tinggi dan usia yang berbeda.

Heatherton, T.F., & Polivy (1991: 895) mengemukakan bahwa terdapat beberapa aspek-aspek *self-esteem* yaitu sebagai berikut:

a. *Performance Self-Esteem*

Dalam aspek ini dimaksudkan mengenai segala hal yang berhubungan dengan kompetensi umum individu yaitu seperti kemampuan intelektual, prestasi akademik, kapasitas diri, percaya diri, *self-efficacy* dan *self-agency*.

b. *Social Self-Esteem*

Aspek ini merupakan segala sesuatu dalam kehidupan individu yang berhubungan dengan bagaimana seorang individu dapat mempercayai pandangan orang lain menurut mereka. Aspek ini juga berpengaruh terhadap tingkatan *social self-esteem* seorang individu, ketika orang lain terutama masyarakat menghargai mereka maka akan membuat

seorang individu cenderung memiliki *social self-esteem* yang tinggi. Sedangkan saat seorang individu merasa orang lain tidak menghargai dia, individu cenderung akan membuat seorang individu memiliki *social self-esteem* yang rendah. Hal tersebut juga akan membuat seorang individu cenderung merasakan kecemasan saat sedang berada di publik dan cenderung merasa sangat khawatir mengenai image mereka dan bagaimana orang lain memandang mereka saat berada di publik.

c. *Physical Appearance*

Aspek ini merupakan aspek yang berhubungan dengan bagaimana seorang individu melihat bagian fisik mereka meliputi skills, penampilan menarik, dan body image.

Aspek-aspek *self-esteem* juga dikemukakan oleh Rosenberg (dalam Tafarodi, R.W & Milne, 2002: 443) yaitu sebagai berikut:

a. *Self-Competence*

Aspek ini adalah bagaimana seorang individu memiliki penilaian terhadap diri mereka sendiri. Penilaian tersebut dapat meliputi bagaimana mereka menganggap dirinya mampu, memiliki potensi, efektif dan dapat dikontrol serta diandalkan.

Aspek ini bukan aspek yang muncul dengan sendirinya, tetapi aspek ini merupakan hasil dari keberhasilan memanipulasi lingkungan fisik maupun sosial yang berhubungan dengan realisasi pencapaian tujuan. Seorang individu yang memiliki *self-competence* yang positif akan cenderung merasa memiliki kemampuan yang baik dan merasa puas dengan kemampuan diri sendiri.

b. *Self-Liking*

Aspek ini merupakan perasaan berharga individu akan dirinya sendiri dalam lingkungan sosial, apakah dirinya merupakan seorang yang baik atau seorang yang buruk.

Hal ini mengacu pada penilaian sosial individu dalam menetapkan dirinya sendiri, terlepas dari bagaimana individu tersebut berpikir mengenai orang lain melihat dirinya.

Aspek-aspek yang sudah dipaparkan di atas juga selaras dengan apa yang dikemukakan oleh Felker (1974 dalam Fakhrurozi, 2008) yang mengatakan bahwa *Self-Esteem* memiliki beberapa aspek sebagai berikut:

- a. *Feeling of Belonging* adalah perasaan seorang individu yang merasakan bahwa dirinya adalah bagian dari suatu kelompok dan antar anggota kelompok dapat saling menerima dan menghargai sehingga membuat individu juga merasa dihargai dan diterima dalam kelompok tersebut. Kelompok ini dapat berupa kelompok kecil maupun kelompok besar, kelompok keluarga maupun kelompok teman sebaya atau kelompok apapun. Individu yang merasakan perasaan seperti yang dijelaskan diatas akan membuat individu memiliki penilaian positif terhadap dirinya, sedangkan seorang individu juga dapat memiliki penilaian negatif saat merasa dirinya tidak diterima dalam suatu kelompok.
- b. *Feeling of Competence* adalah perasaan yang dirasakan oleh seorang individu dan keyakinan yang dimiliki seorang individu mengenai kemampuan yang ada pada dirinya sendiri mengenai keberhasilan dan kemampuannya.
- c. *Feeling of Worth* adalah suatu perasaan yang dirasakan oleh individu ketika merasa dirinya berharga atau tidak, seorang individu akan menampilkan perasaannya dengan pernyataan-pernyataan yang pribadi seperti cantik, sopan, pintar, dan lain-lain.

4. Karakteristik *Self-Esteem*

Self-Esteem merupakan suatu hal yang dimiliki oleh setiap individu dengan karakteristik yang berbeda-beda. Seperti yang dikemukakan oleh Coopersmith (1967) mengungkapkan karakteristik individu ditinjau dari tinggi rendahnya *self-esteem* yang dimiliki, yakni:

1) Karakteristik Individu dengan *Self- Esteem* Tinggi

- a. Individu akan menganggap dirinya adalah seorang individu yang berharga dan sama baiknya dengan orang lain, individu juga akan menghargai dan memandang orang lain sebagaimana cara dia menghargai dirinya.
- b. Individu memiliki kemampuan untuk mengontrol perilaku maupun tindakan yang di luar dari dirinya, selain itu individu cenderung akan mampu menerima saran dan kritik dengan baik.
- c. Individu tidak takut untuk melakukan tugas baru dan menantang, serta individu cenderung tidak cepat kehilangan arah atau berada dalam kebingungan ketika sesuatu tidak berjalan sesuai rencana.
- d. Individu cenderung berhasil atau berprestasi, aktif dan yang tidak kalah penting individu mampu mengekspresikan dirinya dengan baik.
- e. Individu memang memiliki rasa percaya diri tapi itu bukan berarti menganggap dirinya sempurna, akan tetapi individu mampu memahami serta mengetahui keterbatasan serta kelebihan yang ada pada dirinya. Individu juga mengharapkan untuk terjadi pertumbuhan dalam dirinya.
- f. Individu memiliki sikap serta nilai-nilai demokratis, dan individu cenderung mampu memiliki orientasi yang realistis.
- g. Individu tidak merasa tertekan dalam menghadapi tuntutan dari lingkungan, mereka cenderung menghadap hal tersebut dengan bahagia dan efektif.

2) Karakteristik Individu dengan *Self- Esteem* Rendah

- a. Individu cenderung menganggap bahwa dirinya adalah orang yang tidak berharga dan tidak sesuai serta tidak diinginkan. Perasaan tersebut akan membawa individu merasakan takut gagal jika melakukan hubungan sosial, hal ini juga membuat seorang individu tidak menerima dirinya dan menolak dirinya sendiri.
- b. Individu cenderung kurang mampu dalam menerima saran dan

kritik dari orang lain, serta individu kurang mampu mengontrol perilaku maupun tindakan pada dunia luar dirinya.

- c. Individu cenderung kurang menyukai jika bersangkutan dengan tugas atau hal baru, sehingga akan membuat individu juga cenderung sulit menyesuaikan diri untuk hal hal baru terutama hal yang belum jelas bag dirinya.
- d. Individu tidak memiliki keyakinan akan kemampuan atau pendapat yang dimiliki dirinya sendiri, serta individu kurang mampu mengekspresikan dirinya sendiri dengan baik.
- e. Individu akan menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan dan merasa segala sesuatu yang dia kerjakan mendapatkan hal yang buruk walau individu merasa sudah berusaha keras. Individu kurang dalam menerima perubahan yang terjadi dalam dirinya.
- f. Individu cenderung memiliki orientasi yang kurang realistis dan kurang dalam memiliki nilai serta sikap demokratis.
- g. Individu sering merasa khawatir serta ragu dalam menghadapi tuntutan dari lingkungan.

5. *Self- Esteem* dalam Perspektif Islam

Dalam penjabaran diatas kita dapat mengetahui bahwa *Self- Esteem* merupakan bentuk penilaian seorang individu bahwa dirinya akan mampu menghadapi tantangan hidup dan mendapat kebahagiaan. *Self- Esteem* mempengaruhi kehidupan sehari-hari individu di dunia ini, ketika seorang individu memiliki *Self- Esteem* hal tersebut juga akan membantu individu meningkatkan kemampuannya.

Self- Esteem adalah bagaimana evaluasi mengenai diri kita sendiri dan bagaimana cara diri kita melihat kemampuan dan percaya akan kemampuan dalam diri kita sendiri. Dalam pandangan Agama Islam, setiap makhluk hidup di bumi dianjurkan harus memiliki kepercayaan diri pada dirinya sendiri dan optimis dalam menjalani

kehidupannya sehari-hari. Hal tersebut juga dijelaskan di dalam Al-Qur'an pada Q.S. At-Tin: 4 yang berbunyi:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

“Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.” (Q.S. At-Tin: 4)

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah menciptakan manusia dengan sebaik-baiknya, oleh karena itu manusia dianjurkan untuk percaya terhadap dirinya dan memiliki *self-esteem* yang baik agar dapat meningkatkan kemampuan dalam kehidupan sehari-harinya. Allah SWT menjelaskan dalam ayat tersebut bahwa manusia diciptakan dengan derajat setinggi-tingginya oleh karena itu sebagai hamba Allah SWT yang baik kita tidak dianjurkan untuk memiliki evaluasi yang buruk terhadap diri kita dan tidak memiliki kepercayaan terhadap diri kita sendiri. Sebagai manusia ciptaan Allah SWT kita harus menghargai diri kita sendiri dimulai dari tubuh, kemampuan yang sudah Allah berikan. Hal itu juga menunjukkan bahwa kita menyayangi diri kita sendiri, bersyukur atas segala ciptaan Allah dan berusaha meningkatkan kemampuan yang kita miliki yang dititipkan serta diciptakan oleh Allah SWT.

Hal tersebut juga sejalan dengan firman Allah SWT dalam surat Al-Imran ayat 139 yang menjelaskan mengenai *self-esteem*:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

”Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.” (Q.S Al-Imran: 139)

Dari ayat di atas, didapatkan bahwa sesungguhnya Allah SWT menciptakan manusia dengan sebaik-baiknya. Ayat di atas menganjurkan

bahwa kita tidak boleh terus merasa rendah. Menjadi seseorang yang memiliki *self-esteem* dengan baik dianjurkan oleh Allah SWT karena merupakan sebagian menjadi orang beriman, dengan tidak melihat diri rendah mengartikan sebagai manusia kita tidak merasa derajat kita rendah hanya karena terpengaruh oleh evaluasi diri kita sendiri atau ketidakpercayaan akan kemampuan yang kita miliki. *Self-Esteem* akan menjadi dasar untuk menyayangi diri sendiri dan menjadi pondasi untuk meningkatkan kemampuan diri setiap harinya. Ketika hal tersebut dilakukan, kita sudah menjalankan kewajiban dan beriman kepada Allah karena menghargai setiap inch yang Allah SWT berikan kepada diri kita.

C. KEHARMONISAN KELUARGA

1. Pengertian Keharmonisan Keluarga

Dilihat dari segi bahasa, keharmonisan keluarga sendiri terdiri dari dua kata yaitu keharmonisan dan keluarga. Berikut di bawah ini akan diuraikan penjelasannya, yaitu:

a. Keluarga

Keluarga jika dilihat dari pengertian yang dikemukakan oleh Ki Hajar Dewantara, keluarga berasal dari bahasa Jawa yang berasal dari dua kata yaitu *kawula* dan *warga*. Kedua kata tersebut memiliki arti dalam bahasa Jawa kuno yaitu *kawula* yang memiliki arti hamba dan *warga* yang memiliki arti anggota. Keluarga dapat diartikan sebagai anggota hamba atau warga saya. Dari penjelasan tersebut, dapat diartikan bahwa setiap anggota dari kawula tersebut merasakan sebagai satu kesatuan utuh menjadi bagian dirinya sendiri dan dirinya juga menjadi bagian dari warga yang lainnya secara keseluruhan.

Menurut Gunarsa (1999) mengemukakan pendapat bahwa pengertian keluarga yaitu sebuah unit sosial yang paling kecil yang terdapat dalam kehidupan masyarakat akan tetapi memiliki peran yang besar sekali terhadap perkembangan sosial seorang individu, terutama

saat awal-awal perkembangan yang menjadi landasan atau tahap pertama untuk perkembangan kepribadian di tahap selanjutnya. Keluarga adalah kelompok sosial pertama dalam kehidupan masyarakat, keluarga menjadi tempat seorang individu belajar dan mulai menyatakan diri sebagai makhluk sosial dalam hubungan interaksi dengan kelompoknya (Gerungan, 2004: 195).

Sulaeman (1994: 17) yaitu mengatakan keluarga adalah kumpulan orang yang hidup bersama dan satu tempat tinggal, semua anggota keluarga merasakan masing-masing pertautan batin sehingga dapat membuat terjadinya saling mempengaruhi, saling memperhatikan dan saling menyerahkan diri. Pendapat tersebut juga sejalan dengan yang dikemukakan oleh Pujosuwarno & Sayekti (1994: 11) yang menyatakan bahwa keluarga merupakan suatu ikatan hidup yang terjadi karena perkawinan antara orang dewasa yang berlainan jenis lalu hidup bersama atau seorang individu perempuan maupun laki-laki yang sudah sendirian dengan memiliki seorang anak atau tanpa memiliki anak-anak, baik anak secara kandung maupun adopsi yang tinggal dalam sebuah rumah tangga.

Berdasarkan uraian pendapat yang dikemukakan oleh beberapa ahli di atas, dapat kita tarik kesimpulan bahwa pengertian keluarga adalah suatu hubungan seorang individu yang terjadi melalui perkawinan, tinggal bersama dalam sebuah binaan rumah tangga dan menjadi salah satu unit kelompok masyarakat yang kecil tapi sangat penting karena menjadi tempat belajar pertama seorang individu dalam kehidupan manusia untuk menyatakan diri sebagai makhluk sosial dengan cara berhubungan interaksi bersama kelompoknya.

b. Keharmonisan

Keharmonisan, secara terminologi berasal dari sebuah kata harmonis yang memiliki arti bersangkutan paut, seia ataupun sekata (KBBI). Keharmonisan adalah suatu keadaan dimana terjadinya keselarasan, keserasian yang terjalin. Wahid (1991: 90) menjelaskan

bahwa keharmonisan memiliki pengertian yaitu suatu ikatan relasi yang bersifat personal dan terjadinya kejiwaan yang selaras antara suami istri.

Hal tersebut membuat penegasan bahwa antara keduanya terdapat suatu ikatan yang kuat serta janji yang kokoh yang akan membawa mereka untuk semakin menumbuhkan perasaan mengasihi, menyayangi dan melindungi hubungan mereka agar tidak saling bermusuhan. Keharmonisan merupakan suatu keadaan yang selaras atau serasi antara anggota keluarga, meliputi: suami, istri, anak, dan cucu-cucu yang hidup bersama-sama di suatu tempat yang dikepalai oleh figur seorang kepala keluarga (Bouman).

Dari uraian pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian keharmonisan adalah suatu ikatan hubungan relasi yang selaras atau serasi antar anggota keluarga, hal tersebut dapat membuat keluarga akan semakin saling menyayangi, saling mengasihi dan saling melindungi bersama-sama.

c. Keharmonisan Keluarga

Menurut S. Gunarsa (2000: 31) mengemukakan bahwa keharmonisan keluarga merupakan suatu keadaan dimana seluruh anggota keluarga dapat merasakan kebahagiaan dan mengalami pengurangan ketegangan, rasa kecewa, serta dapat menerima seluruh keadaan dan keberadaan dirinya (eksistensi, aktualisasi diri) meliputi aspek fisik, mental maupun sosial. Adapun pendapat mengenai keharmonisan keluarga yaitu berkumpulnya unsur psikis dan psikis yang berbeda antara pria dan wanita sebagai pasangan suami istri, hal tersebut dapat terjadi karena dilandasi oleh berbagai unsur seperti saling memberi, menerima cinta kasih tulus dan memiliki nilai-nilai serupa dalam perbedaan (Walgito, 1991)

Hawari (dalam Wulandari, 2017: 22) mengemukakan bahwa keharmonisan keluarga terletak dimana terdapat sebuah keamatan tidaknya hubungan antar anggota keluarga, hubungan antar keluarga

tersebut dapat meliputi hubungan antara ayah dengan ibu, hubungan antara orang tua dengan anak, dan hubungan antar anak. Hal ini saling berkaitan dengan yang dijelaskan oleh Surya (2001) menyatakan bahwa keharmonisan adalah kondisi dimana hubungan interpersonal yang melandasi keluarga dapat bahagia.

Keharmonisan keluarga adalah keadaan yang terjadi ketika anggota keluarga tersebut dalam keadaan keluarga yang setiap anggota menjalankan hak serta kewajibannya masing-masing, terjalin kasih sayang, saling memiliki pengertian satu sama lain, interaksi dialog dan kerjasama yang baik antara anggota keluarga. Sehingga hal tersebut akan menciptakan kesejahteraan lahir dan batin yang dapat dirasakan oleh anggota keluarga (Daradjad, 2009: 37). Hal tersebut juga selaras dengan pendapat Nick (2002: 113) yang mengatakan bahwa keluarga harmonis akan menjadi tempat yang berdampak positif dan menyenangkan, hal itu terjadi karena anggota keluarga akan mudah dan dapat belajar dengan baik cara saling untuk memperlakukan dengan baik, masing-masing anggota keluarga mendapatkan dukungan, memiliki kasih sayang dan loyalitas. Dalam keluarga terjadi interaksi yang baik sehingga mereka dapat berbicara dan bercerita satu sama lain, saling menghargai dan menikmati waktu bersama.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa keharmonisan keluarga adalah kondisi pada suatu keluarga dimana di dalamnya memiliki ikatan atau relasi yang harmonis antar anggota keluarga. Terdapat sikap saling sayang, memiliki sikap saling pengertian, dukungan dan kerjasama antara anggota keluarga. Tidak hanya itu, antar anggota keluarga memiliki waktu dan komunikasi yang baik, terjadinya penurunan konflik, ketegangan serta rasa kecewa antara anggota keluarga.

2. Faktor-Faktor Keharmonisan Keluarga

Setiap keluarga yang memiliki keharmonisan di dalamnya tidak terjadi begitu saja, dalam suatu keluarga yang memiliki keharmonisan keluarga didukung oleh beberapa faktor pengaruh. Menurut Gunarsa (2000: 57) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang ada pada keharmonisan keluarga adalah sebagai berikut:

1) Suasana Rumah

Dalam keharmonisan suatu keluarga, faktor suasana rumah merupakan suatu keserasian antara pribadi-pribadi, kesatuan serasi antara orang-tua dan anak. Suasana rumah yang menyenangkan untuk anggota keluarga akan tercipta jika terjadi beberapa kondisi seperti:

- a. Seorang anak dapat merasakan bahwa hubungan ayah dan ibunya memiliki rasa saling pengertian dan kerjasama yang selaras serta terdapat rasa saling mengasihi antara satu dengan yang lainnya.
- b. Seorang anak dapat merasakan bahwa orang tuanya mau memahami, mengerti dan dapat menghayati pola perilakunya serta mampu memberikan kasih sayang secara sama rata dan bijaksana.
- c. Seorang anak mampu merasakan bahwa terdapat rasa saling memahami dan menghargai antara saudara-saudaranya, dan anak dapat merasakan hubungan dengan saudara-saudaranya saling mendukung serta saling memberikan kasih sayang.

2) Kondisi Ekonomi Keluarga

Kondisi ekonomi pada suatu keluarga juga akan memberikan pengaruh pada keadaan keluarga. Keluarga yang berada pada tingkat ekonomi rendah cenderung menjadi penyebab permasalahan dalam suatu keluarga, akibatnya permasalahan yang banyak karena kondisi keuangan akan cenderung membuat kondisi keluarga kurang harmonis.

Pendapat tersebut selaras dengan pendapat Hurlock (dalam Fauzi, 2014: 79) menjelaskan bahwa keharmonisan keluarga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu sebagai berikut:

a. Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal menjadi salah satu faktor dalam keharmonisan keluarga, hal tersebut karena komunikasi interpersonal yang membentuk seseorang dalam mengeluarkan pendapat dan pandangannya. Jika komunikasi dapat dilakukan dengan mudah dan baik akan membuat seseorang mudah memahami orang lain begitupun sebaliknya. Komunikasi yang kurang baik dan kurang lancar cenderung akan menyebabkan terjadi kesalahpahaman yang akan memunculkan konflik.

b. Tingkat ekonomi keluarga

Dalam suatu keharmonisan keluarga, tingkatan ekonomi keluarga disebut menjadi salah satu faktor suatu keluarga harmonis. Hal tersebut didukung penelitian yang dilakukan oleh Jorgensen yang menyatakan bahwa semakin tinggi sumber ekonomi suatu keluarga maka hal tersebut akan menjadi pendukung stabilitas dan kebahagiaan suatu keluarga, akan tetapi bukan sudah pasti rendahnya tingkat ekonomi keluarga merupakan tanda tidak terdapatnya kebahagiaan dalam suatu keluarga tersebut.

c. Sikap Orang Tua

Suatu keluarga akan harmonis jika sikap orang tua terhadap anak dapat positif dan demokratis, selain itu sikap orang tua memiliki pengaruh besar terhadap sikap dan perasaan seorang anak. Oleh karena itu ketika orang tua dapat bersikap positif dan demokratis terhadap anak, hal itu cenderung akan membuat anak mengarah terhadap perilaku positif serta berkembang ke arah yang lebih positif. Orang tua yang bersikap positif dan demokratis akan membuat seorang anak merasa kehadiran

orang tua nya tanpa orang tua tersebut memaksakan sesuatu maupun arahan terhadap anak tersebut.

d. Ukuran Keluarga

Suatu keluarga yang dalam keluarganya terdapat jumlah anggota keluarga sedikit cenderung memiliki kemungkinan lebih besar untuk bersikap secara demokratis terhadap anggota keluarga dan akan membangun kedekatan lebih baik antara anak dengan orang tua maupun anggota keluarga lainnya.

Berdasarkan uraian pendapat di atas dapat kita tarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang terdapat pada keharmonisan keluarga yaitu meliputi suasana keluarga. Kondisi ekonomi keluarga, komunikasi interpersonal dan ukuran keluarga.

3. Aspek-Aspek Keharmonisan Keluarga

DeFrain (1999:9) mengemukakan bahwa dalam keharmonisan keluarga terdiri dari beberapa aspek sebagai berikut:

a. Komitmen

Dalam suatu keluarga harmonis harus saling memiliki komitmen untuk saling menjaga dan memberikan waktu untuk keluarga. Masing-masing anggota keluarga harus melakukan tersebut agar terciptanya kesejahteraan dan kebahagiaan dalam keluarga tersebut

b. Apresiasi dan Afeksi

Suatu keluarga cenderung memiliki keharmonisan di dalam lingkungan keluarganya ketika antara anggota keluarga memiliki rasa kepedulian, anggota keluarga juga mampu memiliki dan menerapkan sikap saling menghargai satu sama lain, mampu memahami karakteristik pribadi antar anggota keluarga, dan mampu membuka serta memberikan rasa cinta secara terbuka.

c. Komunikasi yang positif

Keluarga yang harmonis cenderung memiliki komunikasi yang baik

dengan menghabiskan waktu bersama dan antar anggota keluarga menunjukkan sikap dengan mendengarkan satu sama lain di mulai dari hal-hal tidak terlalu penting sampai hal-hal yang penting. Komunikasi yang positif dapat membuat suatu keluarga mudah berkomunikasi jika memiliki suatu permasalahan dan dapat mencari jalan keluar bersama-sama dengan membahas permasalahan tersebut.

d. Mempunyai Waktu Bersama

Dalam suatu keluarga harmonis cenderung anggota keluarga saling memiliki waktu bersama seperti menyediakan waktu untuk berkumpul bersama. mengajak anak bermain, mendengar masalah dan keluhan yang sedang dirasakan anak, makan bersama dan lain-lain.

e. Adanya Penanaman Nilai-Nilai Agama

Keluarga dapat harmonis jika di dalam keluarga tersebut memegang teguh nilai-nilai spiritual dan nilai-nilai agama. Nilai-nilai tersebut diterapkan dalam kehidupan mereka setiap hari, karena di dalam nilai-nilai agama yang ditanamkan tersebut juga terdapat nilai-nilai moral dan nilai-nilai etika untuk menjalani kehidupan.

f. Kemampuan untuk Mengatasi Stres dan Krisis

Keluarga dapat harmonis ketika antar anggota keluarga dapat bekerja sama untuk menyelesaikan masalah dan juga dapat mencegah masalah yang belum terjadi. Hal tersebut merupakan salah satu kemampuan keluarga dalam pengelolaan *stress* yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dengan baik hingga krisis kehidupan.

Menurut Gunarsa (2000) yang menjelaskan bahwa dalam keluarga yang harmonis terdapat beberapa aspek yaitu:

- 1) Terdapat kasih sayang antar anggota keluarga, dalam hal ini masing-masing anggota keluarga dapat menunjukkan kasih sayang dengan cara

saling menghargai dan menyayangi sesama anggota keluarga. Setiap anggota keluarga harus saling memberi dan menerima penghargaan dan kasih sayang, karena hal tersebut akan membuat masing-masing anggota keluarga merasa diakui keberadaannya dan merasa dicintai.

- 2) Suatu keluarga harus menciptakan rasa saling pengertian terhadap sesama anggota keluarga, hal tersebut dapat meminimalisir terjadinya sebuah pertengkaran antara sesama anggota keluarga.
- 3) Terdapat dialog, diskusi dan komunikasi yang baik serta efektif yang terjalin dalam keluarga tersebut, setiap anggota keluarga memiliki kemampuan komunikasi yang baik dan waktu untuk berkomunikasi dengan sesama anggota keluarga. Adapun beberapa kaidah komunikasi yang baik agar terciptanya komunikasi yang efektif dalam keluarga harmonis sebagai berikut:
 - a. Menyediakan cukup waktu satu sama lain untuk melakukan komunikasi secara spontan maupun terencana sesama anggota keluarga. Komunikasi yang dilakukan secara spontan dan tidak kaku, misalnya berbicara, mengobrol dengan melakukan pekerjaan bersama. Komunikasi yang direncanakan, misalnya melakukan perjanjian atau merencanakan serta menentukan waktu yang tepat untuk berbicara serta berdiskusi.
 - b. Komunikasi antar anggota keluarga harus meningkatkan rasa saling pengertian dan masing-masing anggota keluarga harus menjadi pendengar yang aktif dan baik. Anggota keluarga mendengarkan dengan mencoba untuk tidak menghakimi, menilai, menyela anggota keluarga yang belum selesai berbicara, menolak dan sebagainya. Anggota keluarga juga dapat memberikan feedback.
 - c. Anggota keluarga harus saling mempertahankan kejujuran, masing-masing mau mengatakan apa yang sedang dirasakan, apa yang sedang dipikirkan, kebutuhan yang sedang dibutuhkan dan

lain-lain.

- d. Keluarga mempunyai waktu bersama dan kerjasama yang baik dalam keluarga, hal tersebut akan membuat kebersamaan diantara mereka akan menjadi sangat kuat.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa dalam keluarga harmonis memiliki beberapa aspek yaitu terdapat rasa kasih sayang, terdapat rasa saling pengertian, adanya komunikasi yang positif dan baik, seluruh anggota keluarga menyediakan waktu bersama, kemampuan pemecahan masalah, terdapat komitmen, terdapat apresiasi dan afeksi antar anggota keluarga, dan menanamkan nilai-nilai agama di dalam keluarga dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

4. Karakteristik Keharmonisan Keluarga

Gunarsa (1993: 53) menegaskan bahwa setiap keluarga harmonis dapat ditandai dengan memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Rasa Perhatian

Anggota keluarga yang ada di dalam keluarga harmonis cenderung memiliki sikap dan rasa perhatian antar sesama anggota keluarga. Bentuk perhatian ini ditunjukkan dengan berbagai cara sesuai masing-masing anggota keluarga, seperti orang tua yang membantu mencari akar permasalahan yang sedang terjadi terhadap anggota keluarga dan anggota keluarga yang menunjukkan sikap untuk berusaha memahami kejadian yang sedang menimpa salah satu saudara atau anggota keluarganya.

- b. Adanya Penambahan Pengetahuan

Masing-masing anggota keluarga perlu memperkaya pengetahuan dengan salah satunya menarik pelajaran yang dapat dipetik dari suatu kejadian atau mengambil makna dari kejadian atau fenomena di lingkungan luar.

- c. Perubahan Anggota Keluarga

Setiap anggota keluarga memiliki kepekaan jika terjadi kejadian dalam keluarga dan perubahan yang terjadi pada anggota keluarga, hal tersebut bertujuan agar antar anggota keluarga dapat saling mengetahui jika terjadi perubahan maupun perkembangan yang terjadi pada anggota keluarga lainnya

d. Pengenalan Diri

Pengenalan diri adalah cara anggota keluarga dapat mengenali diri pada lingkungan keluarga seperti pandangan, kemampuan pada diri.

e. Pengertian

Ketika anggota keluarga sudah mencapai pengenalan diri dan pengetahuan, maka anggota keluarga akan mudah fokus terhadap semua peristiwa di dalam keluarga. Permasalahan yang terjadi akan lebih cepat diidentifikasi dan mudah diatasi.

f. Penerimaan

Anggota keluarga memiliki sikap penerimaan, dimana setiap kelebihan, kekurangan maupun kesalahan yang pernah dilakukan oleh anggota keluarga harus tetap diterima di lingkungan keluarga. Rasa penerimaan yang dimiliki sejak awal akan mengurangi rasa kesal dan rasa kecewa terhadap kekurangan dan kesalahan yang dibuat anggota keluarga. Rasa kecewa dapat merusak suasana keluarga dan perkembangan lainnya, sehingga setiap anggota keluarga harus memiliki rasa penerimaan terhadap satu sama lain agar meminimalisir rasa kecewa yang muncul dari kekurangan dan kesalahan anggota keluarga.

g. Peningkatan Usaha

Di dalam keluarga diperlukannya peningkatan usaha sebagai bentuk mengembangkan kemampuan semua anggota keluarganya. Hal ini juga perlu dilakukan agar tidak mengalami kejadian yang cenderung membosankan.

h. Penyesuaian

Setiap anggota keluarga dapat mengikuti setiap tahapan yang terjadi

dalam kehidupan keluarga termasuk perubahan-perubahan. Perubahan yang mungkin terjadi dan butuh penyesuaian dimulai dari perubahan yang terjadi pada diri kita sendiri, perubahan hubungan antar anggota keluarga, dan perubahan di luar lingkungan.

Menurut Hawari (2004) menjelaskan bahwa suatu keluarga dapat dikatakan keluarga harmonis jika memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Keluarga yang sehat dan bahagia yang dimaksudkan adalah dalam keluarga tersebut adanya kehidupan yang beragam antar anggota keluarga.
- b. Anggota keluarga memiliki waktu bersama.
- c. Keluarga memiliki pola komunikasi yang baik antar anggota keluarga.
- d. Terdapat rasa saling menghargai antar anggota keluarga.
- e. Setiap anggota keluarga memiliki rasa keterikatan satu sama lain.
- f. Keluarga dapat menyelesaikan permasalahan keluarga secara konstruktif dan positif

Adapun pendapat yang dikemukakan oleh Wahyurini, Ma'shum (2014) bahwa setiap keluarga harmonis memiliki beberapa karakteristik sebagai berikut:

- a. Keluarga dapat dikatakan keluarga harmonis ditandai dengan bentuk komunikasi yang baik antar anggota keluarga, dimulai dari ibu dengan bapak, orang tua dengan anak dan anak-anak dengan saudaranya.
- b. Keluarga harmonis memiliki komunikasi dua arah, yaitu dimana bukan hanya orang tua yang memiliki kebebasan berpendapat dan berkomunikasi dengan anak akan tetapi anak juga memiliki kebebasan mengemukakan pendapat dan berkomunikasi.
- c. Dalam keluarga harmonis harus terdapat sikap terbuka serta jujur antar anggota keluarga.
- d. Terdapat rasa saling perhatian dan rasa saling sayang terhadap anggota keluarga.
- e. Terdapat sikap pelindung dan kehadiran orang tua agar anak merasa

terlindungi.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa suatu keluarga dapat dikatakan harmonis jika memiliki beberapa karakteristik yaitu terdapat rasa sayang, terdapat rasa perhatian, terdapat rasa pengertian, terdapat rasa penerimaan, terdapat penyesuaian, terdapat peningkatan usaha, terdapat memiliki waktu bersama antar anggota keluarga, terdapat komunikasi yang baik, terdapat sikap jujur dan terbuka dan terdapat sikap saling melindungi.

5. Keharmonisan Keluarga dalam Perspektif Islam

Keluarga harmonis dalam Islam dikenal dengan keluarga yang Sakinah, yaitu keluarga yang berasal dari perkawinan sah yang mampu memenuhi kebutuhan hidup lahir dan batin, spiritual begitu juga material yang layak. Dalam keluarga Sakinah terdapat suasana yang seimbang dan suasana saling cinta juga memberikan kasih sayang. Keluarga Sakinah juga menjalankan kehidupan sesuai nilai-nilai agama yang diajarkan. Keluarga Sakinah juga sesuai dengan firman Allah yang dijelaskan dalam Q.S Ar-Rum ayat 21:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

” Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan diantaramu rasa kasih dan sayang. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir.” (Q.S Ar-Rum: 21)

Ayat tersebut menjelaskan bahwa dalam suatu keluarga harmonis harus memiliki rasa kasih dan salin sayang. Allah SWT menganjurkan kita

manusia untuk membangun hubungan keluarga yang Sakinah, Mawaddah dan Warahmah. Keluarga yang harmonis dengan menciptakan rasa tentram, rasa bahagia, dan rasa nyaman yang dirasakan oleh seluruh anggota keluarga.

Membangun keluarga melalui pernikahan juga merupakan salah satu perintah Allah SWT sebagai salah satu bentuk menyempurnakan separuh agama. Pernikahan dan cara membangun keluarga harmonis bahkan dijelaskan dalam firman Allah SWT.

Salah satu firman Allah SWT mengenai pernikahan dan membangun keluarga harmonis terdapat pada Q.S At-Taubah: 71:

وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ
الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

” Dan orang-orang yang beriman, laki-laki dan perempuan, sebagian mereka menjadi penolong bagi sebagian yang lain. Mereka menyuruh (berbuat) yang ma'ruf, dan mencegah dari yang mungkar, melaksanakan shalat, menunaikan zakat, dan taat kepada Allah dan Rasul-Nya. Mereka akan diberi rahmat oleh Allah. Sungguh, Allah Maha Perkasa, Maha Bijaksana “(Q.S At- Taubah: 71)

Ayat diatas mengajarkan kita bahwa Allah sudah menciptakan perempuan dan laki-laki saling berpasangan. Perempuan dan laki-laki disatukan dalam sebuah keluarga melalui tali pernikahan dan membina keluarga yang harmonis. Allah SWT menjelaskan bahwa mereka akan menjadi saling penolong bagi satu sama lain dalam suatu keluarga yang Sakinah karena terdapat rasa kasih sayang. Keluarga Sakinah akan membawa kita untuk mendapatkan Rahmat dari Allah SWT dan menjaga keluarga kita dari hal-hal yang mungkar.

Oleh karena itu sungguh Allah SWT memberikan anjuran bagi kita semua untuk membina keluarga yang Sakinah, Mawaddah dan Wa Rahmah agar mendapatkan limpahan Rahmat yang melimpah dalam kehidupan ini. Allah SWT berfirman dalam Q.S Al-Balad : 17

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

“Kemudian, dia juga termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar serta saling berpesan untuk berkasih sayang” (Q.S Al-Balad: 17)

D. PENGARUH *SELF-ESTEEM* DAN KEHARMONISAN KELUARGA TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF-INJURY* PADA REMAJA

Periode remaja adalah salah satu fase yang akan dilewati oleh seorang individu sebagai manusia yang terus berkembang. Periode remaja merupakan fase yang krusial untuk seorang individu, karena di fase ini individu akan mengalami perubahan-perubahan secara emosional, psikologis, fisik maupun intelektual. Periode ini disebut menjadi periode badai dan tekanan, sehingga pada periode ini cenderung membuat seorang individu memiliki rasa tingkat kecemasan lebih tinggi, memiliki tingkat stress lebih tinggi, mengalami konflik pada diri sendiri maupun lingkungan, sampai membuat seorang individu merasa tidak mampu menangani permasalahan dan merasa putus asa. Ketika hal tersebut terjadi, beberapa remaja mencari cara sebagai bentuk ungkapan emosi yang sedang dirasakan, sebagai bentuk rasa ketidakmampuan yang mereka rasakan pada dirinya dengan melakukan hal-hal yang irasional seperti menyakiti dirinya sendiri (Fellasari, 2016).

Menyakiti diri sendiri atau dapat disebut *self-injury* merupakan bentuk perilaku individu melukai dirinya secara sengaja yang mengakibatkan kerusakan langsung pada tubuh, hal tersebut dilakukan

bukan dengan tujuan bukan sanksi sosial dan tanpa maksud bunuh diri. Terdapat banyak faktor seorang remaja melakukan *self- injury* tetapi yang dapat disoroti salah satunya adalah rasa terhadap diri seorang akan ketidakmampuan, cara seorang remaja menilai dan menganggap dirinya sendiri, hal itu dapat disebut dengan *self- esteem* yang dimiliki oleh setiap remaja.

Self- Esteem adalah evaluasi yang dibuat oleh seorang individu dan berhubungan dengan bagaimana individu melihat atau memandang penghargaan diri pada dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan dapat menunjukkan dimana tingkat seorang individu meyakini dirinya sendiri untuk mampu, penting, berhasil dan berharga. Pengaruh *Self- Esteem* terhadap Remaja yang memiliki kecenderungan *self- injury* dapat digambarkan sebagai berikut, ketika seorang remaja yang sedang dalam fase badai tidak memiliki *self- esteem* yang tinggi dalam dirinya hal itu akan cenderung membuat remaja tersebut kurang memiliki rasa percaya diri terhadap dirinya maupun kemampuannya. Remaja tersebut akan mengevaluasi dirinya secara kurang baik dan kurang menghargai dirinya, sehingga saat mengalami periode badai dan menghadapi konflik tersebut akan membuat remaja semakin meningkat rasa cemas dan stres nya. Hal itu akan berujung remaja akan menganggap dirinya buruk dan karena merasa dirinya buruk, remaja memiliki motivasi untuk menyakiti dirinya sendiri sebagai bentuk hukuman dan semua perasaan yang bergulat di dalam batinnya. Sedangkan kemungkinan yang terjadi akan berbeda ketika seorang remaja yang sedang mengalami periode badai, krusial dan menghadapi konflik tetapi memiliki *self- esteem* yang cukup pada dirinya. Hal tersebut akan membuat remaja cenderung melihat keberhargaan akan dirinya, memiliki rasa percaya diri terhadap kemampuan dan dirinya sehingga meminimalisir remaja melakukan *self- injury*.

Self- Esteem memiliki pengaruh terhadap kehidupan seorang individu karena *self- esteem* juga membentuk sikap-sikap pada kehidupan

sehari-hari. *Self- Esteem* yang cukup cenderung akan mampu membuat seorang remaja dari kecenderungan perilaku *self- injury*. *Self- Esteem* membantu mengarahkan seorang remaja untuk melihat dan mengevaluasi dirinya berharga. Pengaruh keluarga harmonis terhadap *self- esteem* dapat digambarkan sebagai berikut, seorang remaja yang memiliki latar belakang keluarga harmonis akan mendapatkan dukungan, rasa kasih sayang dari semua anggota keluarga. Keluarga juga merupakan tempat pertama seorang individu tumbuh dan berkembang, ketika seorang remaja tumbuh dari keluarga harmonis cenderung memiliki hubungan yang baik antar anggota keluarga seperti komunikasi yang baik, rasa saling melindungi, rasa kasih sayang sehingga membuat seorang individu cenderung akan tumbuh dengan rasa percaya diri serta positif pada dirinya. Tidak hanya itu, keluarga harmonis juga salah satu yang menjadi faktor dan aspek kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja. Keluarga harmonis memiliki pengaruh terhadap *self- esteem* dan juga kecenderungan perilaku *self- injury*,

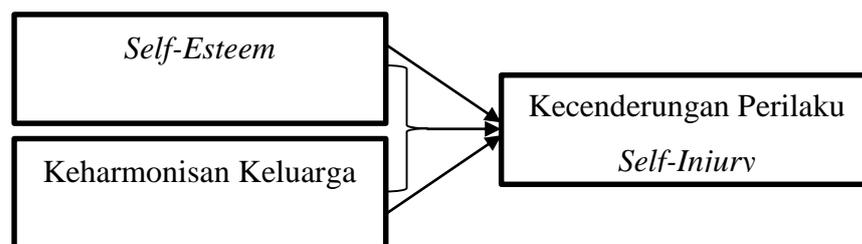
Jans T, Taneli Y (2012: 10) juga menyatakan bahwa faktor-faktor penyebab *self- injury* yaitu terdapat trauma psikologis pada individu saat masih kecil, individu memiliki latar belakang keluarga yang kurang komunikasi, tidak adanya keharmonisan dan kehangatan dalam keluarga, memiliki permasalahan atau gangguan yang terjadi di sekolah, permasalahan dalam hubungan percintaan, permasalahan dengan teman, kejadian buruk yang pernah dialami dan membuat individu stres dalam menjalani kehidupan. Saat seseorang individu tumbuh dengan keluarga harmonis yang meliputi komunikasi yang baik antar anggota keluarga, rasa saling menghargai, rasa kasih sayang dan aspek-aspek lainnya yang terdapat dalam keluarga harmonis akan memberikan pengaruh terhadap perkembangan *self- esteem* yang dimiliki seorang individu, demikian juga akan memberikan pengaruh untuk meminimalisir seorang remaja dalam melakukan perilaku *self- injury* karena individu akan merasa berharga terhadap dirinya, memiliki kemampuan mengkomunikasikan masalah

dengan keluarga, meminimalisir konflik seorang individu pada periode remaja.

Berdasarkan uraian yang sudah ada dimana keterhubungan serta pengaruh antara *self-esteem*, keharmonisan keluarga dengan kecenderungan perilaku *self-injury*. Maka kerangka pemikiran konseptual tentang bagaimana keterhubungan dengan faktor yang telah diidentifikasi sebagai permasalahan adalah sebagai berikut:

Gambar 1.1

Pengaruh *Self-Esteem* dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-Injury* di Kota Tangerang



E. HIPOTESIS

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan, landasan di atas maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- H1 : Ada pengaruh antara *self-esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja
- H2 : Ada pengaruh antara keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja
- H3 : Ada pengaruh antara *self-esteem* dan keluarga harmonis terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja

BAB III

METODE PENELITIAN

A. JENIS DAN PENDEKATAN PENELITIAN

Penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan pendekatan metode penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2009: 8) menjelaskan penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang dilakukan dengan berlandaskan pada filsafat *positivism* yang digunakan untuk meneliti pada populasi dan sampel, pengumpulan data dengan menggunakan sebuah instrumen penelitian, analisis data yang bersifat kuantitatif. Hal tersebut memiliki tujuan untuk menguji hipotesis yang telah diterapkan, menunjukkan hubungan antar variabel, menguji teori. Sedangkan jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif korelasi nal. Penelitian korelasi nal adalah penelitian yang memiliki tujuan agar dapat mengetahui hubungan antar variabel-variabel yang sudah ditetapkan dan diteliti tanpa dilakukannya intervensi terhadap variabel-variabel tersebut. Penelitian kuantitatif korelasional adalah penelitian yang menggunakan metode statistik yang mengukur pengaruh antar dua variabel atau lebih (Creswell, 2010).

B. IDENTIFIKASI VARIABEL

Dalam sebuah penelitian harus terdapat variabel yang akan menjadi bahan dalam penelitian tersebut, hal itu selaras dengan pendapat Arikunto (1998: 99) yang menjelaskan pengertian variabel penelitian adalah suatu objek penelitian atau apa yang menjadi suatu titik perhatian suatu penelitian Menurut Sugiyono (2008) variabel adalah semua hal yang berbentuk apapun yang ditetapkan oleh seorang peneliti dengan tujuan untuk dipelajari sehingga mendapatkan informasi tentang hal tersebut, kemudian menarik kesimpulan nya.

Sesuai pemaparan di atas, peneliti dalam melakukan penelitian ini juga sudah memutuskan untuk menggunakan variabel-variabel yang akan menjadi bahan dalam penelitian untuk dipelajari dan mendapatkan

informasi juga hasil yang akan ditarik kesimpulannya. Penelitian ini menggunakan tiga variabel yang terdiri sebagai berikut:

1. Variabel dependent (Y) : *Self- Injury*
2. Variabel Independen (X1) : *Self- Esteem*
3. Variabel Independen (X2) : Keharmonisan keluarga

C. DEFINISI OPERASIONAL

Menurut (Sugiyono, 2015) menjelaskan bahwa definisi operasional adalah suatu atribut, sifat atau nilai dari suatu objek yang memiliki variasi tertentu yang sudah ditetapkan oleh seorang peneliti dengan tujuan untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

1. *Self- Injury* (Y)

Shabrina (dalam Romas, 2012: 40) *Self- Injury* merupakan kecenderungan perilaku melukai dirinya sendiri yang dilakukan dengan sengaja dan secara sadar tanpa ada maksud untuk bunuh diri. Perilaku menyakiti diri sendiri ini dilakukan dengan menyayat bagian kulit tubuh dengan pisau atau silet, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh tertentu, menarik rambut dengan keras, bahkan memotong bagian tubuh tertentu akan tetapi hal ini dilakukan tanpa adanya maksud untuk bunuh diri. *Self- injury* sebagai tindakan seorang individu dengan menyakiti dirinya sendiri untuk menghilangkan atau melampiaskan rasa sakit emosional yang mendalam ataupun keadaan yang sulit mereka hadapi (Knigge, 1999).

Pengukuran kecenderungan perilaku *self- injury* dalam penelitian ini menggunakan skala penyesuaian diri yang mengacu pada aspek karakteristik perilaku *self- injury*. Peneliti memutuskan untuk menggunakan karakteristik perilaku *self- injury* mengacu pada teori Knigge (1999: 2). Berikut beberapa karakteristik perilaku *self- injury* yang sudah dipilih dan disesuaikan antara lain yaitu:

1. Memiliki perasaan tidak suka terhadap dirinya sendiri
2. Cenderung untuk menekan kemarahan
3. Mengalami *self- destructive* (depresi)
4. Terus menerus menderita kecemasan
5. Merasa diri mereka tidak memiliki kemampuan dalam menyelesaikan masalah

Penelitian ini akan menggunakan ketentuan jika semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi juga kecenderungan perilaku *self- injury* pada subjek. Sebaliknya, jika skor yang diperoleh semakin rendah maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self- injury* pada subjek.

2. Self- Esteem (X1)

Self- esteem merupakan penilaian dan evaluasi yang dilakukan oleh seorang individu mengenai diri mereka sendiri. *Self- esteem* merupakan bagaimana seorang individu percaya akan dirinya, penerimaan dirinya serta penilaian akan dirinya dimulai dari keberhargaan dirinya, kemampuannya dan sebagainya.

Pengukuran *self- esteem* dalam penelitian ini menggunakan skala yang mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Felker (1974 dalam Fakhrurozi, 2008). Aspek-aspek tersebut antara lain yaitu *Feelings of Belonging*, *Feelings of Competence*, dan *Feelings of Worth*. Adapun ketentuan dalam pengukuran skala ini yaitu jika skor yang diperoleh semakin tinggi maka menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat *self- esteem* yang tinggi, begitupun sebaliknya jika yang diperoleh skor semakin rendah hasil skor yang diperoleh maka menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat *self- esteem* yang rendah.

3. Keharmonisan Keluarga (X2)

Keharmonisan keluarga adalah kondisi pada suatu keluarga dimana di dalamnya memiliki ikatan atau relasi yang harmonis antar anggota

keluarga. Adanya sikap saling sayang, memiliki sikap saling pengertian, dukungan dan kerjasama antar anggota keluarga.

Pengukuran keharmonisan keluarga dukungan sosial dalam penelitian ini menggunakan skala yang sudah disusun oleh peneliti dengan mengacu aspek aspek yang dikemukakan oleh DeFrain (1999: 9). Menurut DeFrain (1999: 9) menjelaskan bahwa keharmonisan keluarga memiliki beberapa aspek diantaranya yaitu menanamkan nilai agama, komunikasi yang positif, mempunyai waktu bersama, apresiasi dan afeksi.

Penelitian ini dalam pengukuran skala nya akan menggunakan ketentuan yaitu jika semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi juga tingkat keharmonisan keluarga subjek, sebaliknya jika semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah juga tingkat keharmonisan keluarga subjek.

D. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan November 2022 di Kota Tangerang, Provinsi Banten.

E. SUMBER DAN JENIS DATA

Penelitian ini menggunakan jenis data primer, data primer adalah sumber data yang diperoleh peneliti secara langsung. Sumber data primer dalam penelitian ini diperoleh langsung oleh peneliti dari hasil kuesioner yang sudah disebar dan kuesioner tersebut menggunakan skala *self- injury*, *self- esteem* dan keharmonisan keluarga

F. POPULASI DAN SAMPEL

1. Populasi

Sugiyono (2015: 115) menjelaskan bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi dan terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lalu ditarik kesimpulannya. Sejalan

dengan pendapat Netra (1976) yang menjelaskan bahwa populasi merupakan suatu keseluruhan individu yang memiliki sifat general atau umum dan mempunyai karakteristik cenderung sama. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja dalam rentang batasan umur 10-19 tahun yang disesuaikan oleh batasan umur remaja menurut WHO (2014). Jumlah remaja dalam rentang batas umur 10-19 tahun di Kota Tangerang sendiri dikutip dari website resmi BPS Kota Tangerang (2018) adalah berjumlah 313.486 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018: 82). Jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin agar mendapatkan jumlah sampel yang dibutuhkan. Berikut rumus slovin yang digunakan:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = sampel

N = populasi

e = standar deviasi, dalam penelitian ini peneliti menggunakan persentase 5%

Jika menyesuaikan rumus di atas, dalam penelitian ini akan menggunakan sampel dengan jumlah:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{313.486}{(1 + 313.486 \cdot 0,05^2)}$$

$$n = \frac{313.486}{1 + 783,715}$$

$$n = 399,490$$

Berdasarkan perhitungan yang sudah dilakukan peneliti dengan menggunakan rumus slovin menghasilkan 399,490, peneliti membulatkan hasil tersebut menjadi 400 sehingga dalam penelitian ini akan menggunakan 400 orang Remaja di Kota Tangerang yang memiliki batasan rentang umur 10-19 tahun.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik Nonprobability Sampling. Teknik Nonprobability Sampling merupakan sebuah teknik dalam pengambilan sampel dimana tidak memberikan kesempatan atau peluang yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dijadikan sampel (Sugiyono, 2018: 84). Teknik *nonprobability sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *accidental sampling*. *Accidental sampling* adalah bagian teknik dari nonprobability sampling yang menggunakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja individu yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2018: 85).

G. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini juga menggunakan metode teknik skala, teknik pengumpulan data skala berisi pertanyaan atau pernyataan yang sudah terstruktur yang meliputi aspek-aspek yang sudah ditentukan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur pendapat, sikap, persepsi seorang individu maupun kelompok tentang suatu fenomena (Sugiyono, 2018: 93).

Skala dalam penelitian ini terdiri dari skala *self-esteem*, skala keharmonisan keluarga dan skala kecenderungan perilaku *self-injury*. Skala

menggunakan 4 skor jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Kemudian skala dikelompokkan berupa item pernyataan yang disukai (*favorable*) dan tidak disukai (*unfavorable*). Sistem penilaiannya adalah dengan menilai item yang disukai dari 4, 3, 2, dan 1, sedangkan item yang tidak disukai adalah 1, 2, 3, dan 4.

Tabel 3. 1 Skor Skala Likert

Jawaban	Pertanyaan	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Berikut skala yang akan digunakan dalam penelitian:

1) Skala Kecenderungan Perilaku *Self- Injury*

Skala *Self- Injury* yang dibuat dalam penelitian ini mengacu pada aspek karakteristik perilaku *self- injury* yang dikemukakan oleh Knigge (1999: 2). Karakteristik perilaku *self- injury* kemudian dipilih oleh peneliti untuk dijadikan skala dan sudah disesuaikan dengan penelitian. Berikut beberapa karakteristik yang perilaku *self- injury* yaitu:

1. Memiliki perasaan tidak suka terhadap dirinya sendiri
2. Cenderung untuk menekan kemarahan
3. Merasa tertekan dan melakukan hal yang merugikan diri sendiri
4. Terus menerus menderita akibat kecemasan
5. Merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah

Tabel 3. 2

Blue-print aitem skala kecenderungan perilaku self- injury

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Karakteristik Perilaku <i>Self-Injury</i>	1. Memiliki perasaan tidak suka terhadap dirinya sendiri	1, 2, 3, 4 5, 9, 12, 14	6, 7, 8, 10 11, 13, 15, 17	8 8
	2. Cenderung untuk menekan kemarahan	16, 18, 20, 22	19, 21, 23, 25	8
	3. Merasa tertekan dan melakukan hal yang merugikan diri sendiri	26, 28, 29, 30 27, 32, 38, 40	31, 34, 35, 36 33, 37, 39, 24	8 8
	4. Terus menerus menderita akibat kecemasan			
	5. Merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah.			
Jumlah aitem		20	20	40

2) Skala *Self- Esteem*

Skala *Self- Esteem* yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Felker (1974 dalam Fakhrurozi, 2008). Aspek-aspek Felker (1974 dalam Fakhrurozi, 2008) yang sudah disesuaikan dengan penelitian antara lain yaitu *Feelings of Belonging*, *Feelings of Competence*, dan *Feelings of Worth*.

Tabel 3. 3***Blue-print aitem skala self- esteem***

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Feeling of Belonging</i>	1. Merasa dapat diterima oleh lingkungan	1, 2, 3	6, 7, 9	6
	2. Menerima cinta, afeksi, perhatian dan kepedulian dari orang lain	4, 5, 8	11, 13, 15	6
<i>Feeling of Competence</i>	1. Memandang dirinya memiliki potensi dan kemampuan	12, 14, 16	19, 21, 23	6
	2. Memiliki pandangan terhadap dirinya akan berhasil	17, 18, 20	22, 24, 25	6
<i>Feeling of Worth</i>	1. Memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri	26, 27, 29	28, 30, 31	6
	2. Dapat merasa di hargai oleh orang lain	32, 34, 36	33, 35, 10	6
Jumlah aitem		18	18	36

3) Skala Keharmonisan Keluarga

Skala Keharmonisan Keluarga yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan DeFrain (1999: 9). Aspek-aspek yang sudah disesuaikan dengan penelitian antara lain yaitu apresiasi dan afeksi, komunikasi yang positif, mempunyai waktu bersama, menanamkan nilai agama.

Tabel 3. 4

***Blue-print* aitem skala keharmonisan keluarga**

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Menanamkan Nilai-Nilai Agama	1. Menjalankan perintah agama	1, 2	3, 4	4
	2. Mengkaji ilmu agama	5, 7	6, 8	4
Komunikasi yang Positif	1. Adanya keterbukaan antar anggota keluarga	10, 12 9, 15	11, 13 14, 32	4 4
	2. Menunjukkan sikap saling mendengar antar anggota keluarga, berdiskusi dan bertukar pikiran			
Memiliki Waktu Bersama	1. Meluangkan waktu untuk berkumpul bersama keluarga	17, 19 20, 21	16, 18 23, 25	4 4
	2. Kualitas ketika berkumpul bersama keluarga			
Apresiasi dan Afeksi	1. Saling memberikan perhatian antar anggota keluarga	22, 26	24, 27	4
	2. Dapat menunjukkan sikap saling menghargai antar anggota keluarga	28, 31	30, 29	4
Jumlah aitem		16	16	32

H. VALIDITAS DAN RELIABILITAS DATA

1. Validitas Alat Ukur

Validitas adalah suatu ketepatan interpretasi yang dibuat dari hasil penelitian, pengukuran atau evaluasi (Gronlund & Linn, 1990). Menurut Ghozali (2009) Uji Validitas bertujuan agar dapat mengetahui bahwa suatu kuesioner atau sebuah instrumen dalam penelitian tersebut sah dan valid. Instrumen yang dikatakan valid berarti dapat dikatakan bahwa alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid, valid disini dapat diartikan bahwa instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur dalam penelitian tersebut.

Uji validitas dalam penelitian sangat diperlukan agar hasil penelitian sesuai dan instrumen dapat dipertanggung jawabkan kelayakannya, oleh karena itu dalam penelitian ini melakukan uji validitas terhadap item skala dengan menggunakan uji validitas konstruksi (isi). Cara menguji validitas konstruksi dapat digunakan pendapat ahli atau dapat disebut dengan *judgements experts* (Sugiyono, 2018). Instrumen yang di konstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan mengacu teori tertentu, langkah selanjutnya adalah dikonsultasikan dengan para ahli. Para ahli akan diminta pendapatnya mengenai instrumen yang sudah disusun oleh peneliti, kemudian para ahli dapat memberikan keputusan terhadap instrument tersebut seperti dapat digunakan tanpa perbaikan, ada perbaikan dan ada juga kemungkinan para ahli meminta peneliti untuk merombak total instrument. Para ahli dalam penelitian ini untuk melakukan *judgements experts* adalah dua dosen pembimbing yang berasal dari Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Suatu penelitian yang memiliki validitas instrumen yang tinggi dapat dikatakan bahwa instrumen tersebut memiliki tingkat kebenaran yang akan digunakan dalam pengumpulan data penelitian tersebut.

Penelitian ini menggunakan bantuan SPSS untuk melakukan perhitungan tingkat validitas pada masing-masing butir pernyataan. Penilaian butir-butir item pernyataan dapat dilihat dari nilai yang sudah diolah menggunakan bantuan SPSS dengan metode koefisien korelasi *product* moment yang sudah teruji dari masing-masing butir item pernyataan. Kriteria yang digunakan untuk mengukur validitas dalam penelitian ini adalah jika koefisien korelasi dibawah 0.30 dapat dikatakan instrumen tersebut tidak valid sehingga perlu diperbaiki atau dibuang, sedangkan jika koefisien korelasi diatas 0.30 dapat dikatakan instrumen tersebut valid dan kuat (Azwar, 2002: 86).

2. Reliabilitas

Suryabrata (2004: 28) menjelaskan bahwa reliabilitas dapat menunjukkan sejauh mana hasil suatu pengukuran dengan alat tersebut dalam penelitian dapat dipercaya. Hasil pengukuran yang harus reliabel dapat diartikan dengan harus memiliki tingkat konsistensi dan kemantapan. Reliabilitas adalah sejauh mana sebuah pengukuran dari sebuah instrumen atau tes akan selalu tetap konsisten sekalipun setelah dilakukannya tes atau penelitian berulang-ulang terhadap subjek dan kondisi yang sama.

Pengujian reliabilitas suatu instrumen dapat menggunakan bantuan SPSS dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Azwar, 2015). Suatu instrumen sudah dapat dilihat reliabel nya dengan melihat skor yang berasal dari hasil *Alpha Cronbach* dengan kriteria jika hasil skor dibawah 0.6 dapat diartikan kurang baik, jika hasil skor 0.7 dapat diartikan masih dapat diterima, dan jika hasil skor diatas 0.8 dapat diartikan baik (Sugiyono, 2018).

I. TEKNIK ANALISIS DATA

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu pengujian yang dilakukan memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui dan menguji apakah dalam suatu model regresi, suatu variabel dependen (X) dan variabel independen (Y) berdistribusi normal atau tidak (Ghozali, 2009). Dalam penelitian ini dalam menguji distribusi variabel atau uji normalitas menggunakan bantuan program aplikasi SPSS dengan menggunakan teknik uji *kolmogorov-smirnov*.

Adapun kriteria dalam menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* yaitu suatu data dapat dikatakan berdistribusi secara normal jika menghasilkan nilai probabilitas (sig) >0.05 sedangkan data yang menghasilkan nilai probabilitas (sig) <0.05 dapat dikatakan tidak berdistribusi normal.

b. Uji Multikolinearitas

Multikolinearitas memiliki arti yaitu dimana suatu kondisi terjadi korelasi yang kuat antara variabel-variabel bebas(X) dalam penelitian yang diikutsertakan dalam sebuah pembentukan model regresi linear. Uji multikolinearitas memiliki tujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antara variabel bebas. Suatu model regresi dapat dikatakan baik jika model regresi memiliki model yang di dalamnya tidak terjadi korelasi antara variabel independen (Ghozali, 2018: 105).

Dalam melakukan uji linieritas, kita dapat melihat dari nilai *tolerance* dan *variance inflation* (VI). Menurut (Ghozali, 2018) menjelaskan bahwa dalam pengambilan keputusan terkait uji multikolinearitas memiliki kriteria sebagai berikut:

1. Jika nilai VIF menghasilkan <10 atau menghasilkan nilai *tolerance* >0.001 maka dapat dikatakan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.
2. Jika nilai VIF menghasilkan >10 atau menghasilkan nilai *tolerance* <0.01 maka dapat dikatakan bahwa terjadi multikolinearitas.
3. Jika koefisien korelasi masing-masing variabel bebas menghasilkan >0.8 maka dapat dikatakan bahwa terjadi multikolinearitas.
4. Jika koefisien korelasi masing-masing variabel bebas menghasilkan <0.8 maka dapat dikatakan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.

c. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan agar dapat mengetahui apakah variabel terikat (Y) dengan variabel bebas (X) memiliki hubungan linear atau tidak secara signifikan (Sugiyono, dan Susanto, 2015: 323). Dalam melakukan uji linearitas dapat dilakukan dengan teknik *test of linearity* dalam penggunaan aplikasi SPSS.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas juga memiliki kriteria yaitu jika variabel bebas dan variabel terikat memiliki hasil signifikansi >0.5 dapat dikatakan terdapat hubungan yang linear. Adapun jika variabel bebas dan terikat memiliki hasil signifikansi <0.5 dapat dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan linear dari kedua variabel tersebut.

2. Uji Hipotesis

Penelitian ini akan menggunakan uji hipotesis dengan teknik analisis regresi linier sederhana dan analisis regresi linier berganda. Menurut Sugiyono (2018) teknik analisis regresi linier sederhana adalah alat analisis yang digunakan dalam penelitian untuk mengukur pengaruh antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Dalam penelitian ini

teknik analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menguji hipotesis pertama dan kedua yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi linier berganda dalam penelitian ini digunakan untuk pengujian hipotesis ketiga. Hipotesis ketiga menggunakan teknik analisis regresi linier berganda karena dalam hipotesis ini mengkaji atau memiliki jumlah variabel bebas dua yaitu *self-esteem* dan keharmonisan keluarga. Teknik analisis linier regresi berganda dapat dilakukan ketika memiliki kriteria jumlah variabel bebasnya berjumlah minimal dua variabel (Sugiyono, 2018). Hal itu didukung juga oleh pendapat Ghozali (2018) yang menjelaskan bahwa teknik analisis linier berganda berguna untuk mengukur suatu pengaruh antara lebih dari satu variabel bebas terhadap variabel terikat.

Saat melakukan uji hipotesis ini juga dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS agar mempermudah serta dapat menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana dan analisis regresi berganda. Adapun kriteria dalam pengambilan keputusan untuk menentukan ada atau tidaknya pengaruh variabel bebas dan variabel terikat serta diterima atau tidaknya suatu hipotesis penelitian yaitu dengan melihat tingkat signifikansi. Jika tingkat signifikansi mencapai >0.005 maka dapat diartikan hipotesis dapat diterima sedangkan jika tingkat signifikansi <0.05 maka dapat diartikan bahwa hipotesis ditolak (Priyanto, 2014).

J. HASIL UJI COBA SKALA

1. Validitas alat ukur

a. Kecenderungan Perilaku *Self-Injury*

Skala kecenderungan perilaku *self-injury* yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 40 aitem. Penelitian yang dilakukan dalam uji coba skala ini menggunakan subjek remaja di Kota Tangerang dengan rentang umur 10-19 tahun berjumlah 30 orang. Berdasarkan hasil uji coba alat ukur yang sudah dilakukan oleh

peneliti, item yang dapat dikatakan valid terdapat 38 aitem, dan terdapat 2 aitem yang gugur dalam skala *self- injury*. Hasil tersebut didapatkan dari hasil *Corrected Item-Total Correlation* yang sudah dilakukan oleh peneliti dan sudah disesuaikan dengan kriteria uji koefisien korelasi validitas skala aitem, aitem yang gugur disebabkan oleh nilai $r \leq 0,30$ (Azwar, 2002: 86). Aitem yang gugur dalam skala ini adalah 13 dan 23.

Berikut adalah *blueprint* skala kecenderungan perilaku *self- injury* setelah dilakukan uji coba skala.

Tabel 3. 5

Blueprint* skala Kecenderungan Perilaku *Self- Injury

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Karakteristik Perilaku <i>Self- Injury</i>	1, 2, 3, 4, 5, 9,12,13 , 15, 17, 19, 21, 24, 26, 27, 28, 25, 30, 36, 38	6, 7, 8, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 23, 29, 32, 33, 34, 31, 35, 37, 22	38

b. *Self- Esteem*

Skala *self- esteem* yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 36 aitem. Penelitian yang dilakukan dalam uji coba skala ini menggunakan subjek remaja di Kota Tangerang dengan rentang umur 10-19 tahun berjumlah 30 orang. Berdasarkan hasil uji coba alat ukur yang sudah dilakukan oleh peneliti, item yang dapat dikatakan valid terdapat 35 aitem, dan terdapat 1 aitem yang gugur dalam skala *self- esteem*. Hasil tersebut didapatkan dari hasil *Corrected Item-Total Correlation* yang sudah dilakukan oleh peneliti dan sudah disesuaikan dengan kriteria uji koefisien korelasi

validitas skala aitem, aitem yang gugur disebabkan oleh nilai $r \leq 0,30$ (Azwar, 2002: 86). Aitem yang gugur dalam skala ini adalah skala nomor 36.

Berikut adalah *blueprint* skala kecenderungan perilaku *self- injury* setelah dilakukan uji coba skala :

Tabel 3. 6

Blueprint Skala Self- Esteem

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Feeling of Belonging</i>	1, 2, 3, 4, 5, 8	6, 7, 9, 11, 13, 15	12
2.	<i>Feeling of Competence</i>	12, 14, 16, 17, 18, 20	19, 21, 23, 22, 24, 25	12
3.	<i>Feeling of Worth</i>	26, 27, 29, 32, 34	28, 30, 31, 33, 35, 10	11
	Total			35

c. Keharmonisan Keluarga

Skala keharmonisan keluarga yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 32 aitem. Penelitian yang dilakukan dalam uji coba skala ini menggunakan subjek remaja di Kota Tangerang dengan rentang umur 10-19 tahun berjumlah 30 orang. Berdasarkan hasil uji coba alat ukur yang sudah dilakukan oleh peneliti, item yang dapat dikatakan valid terdapat 30 aitem, dan terdapat 2 aitem yang gugur dalam skala *self- injury*. Hasil tersebut didapatkan dari hasil *Corrected Item-Total Correlation* yang sudah dilakukan oleh peneliti dan sudah disesuaikan dengan kriteria uji koefisien korelasi validitas skala aitem, aitem yang gugur disebabkan oleh nilai $r \leq 0,30$ (Azwar, 2002: 86). Aitem yang gugur dalam skala ini adalah 4 dan 21.

Berikut adalah *blueprint* skala keharmonisan keluarga setelah dilakukan uji coba skala

Tabel 3. 7

***Blueprint* Skala Keharmonisan Keluarga**

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Menanamkan Nilai- Nilai Agama	1, 2, 4, 6	3, 5, 7	7
2.	Komunikasi yang Positif	9,11, 8, 14	10, 12, 13, 30	8
3.	Mempunyai Waktu Bersama	16, 18, 19	15, 17, 21, 23	7
4.	Apresiasi dan Afeksi	20, 24, 26, 29	22, 25, 28, 27	8
	Total			30

2. Reliabilitas Alat Ukur

a. Tabel Reliabilitas Skala Kecenderungan Perilaku *Self- Injury*

Tabel 3. 8

Reliability Statistics	
Cronbach 's Alpha	N of Items
.970	40

b. Tabel Reliabilitas Skala *Self- Esteem*

Tabel 3. 9

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.919	36

c. Tabel Reliabilitas Skala Keharmonisan Keluarga

Tabel 3. 10

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.947	32

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah populasi remaja di Kota Tangerang dengan kategori umur 10-19 Tahun yang berjumlah 313.486 orang. Sampel dalam penelitian ini ditentukan sesuai rumus Slovin dengan menggunakan taraf kesalahan sebesar 0.05. Hasil dari perhitungan tersebut menghasilkan bahwa sampel yang dapat digunakan dalam penelitian ini berjumlah 399,490, lalu di bulatkan oleh peneliti berjumlah 400 orang remaja di Kota Tangerang. Deskripsi sebaran subjek penelitian dilakukan dengan menggunakan bantuan pengukuran melalui SPSS.

Tabel 4. 1

Data Subjek Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-L	109	27.3	27.3	27.3
	Peremp	291	72.8	72.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel data Jenis Kelamin subjek diatas, dapat dilihat bahwa dari jumlah total subjek 400 orang remaja terdapat 109 yang berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 27,3% dan 291 yang berjenis kelamin perempuan dengan persentase 72,8%.

Tabel 4. 2

Data Subjek Penelitian berdasarkan Tingkatan Pendidikan

		Tingkat Pendidikan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bekerja	7	1.8	1.8	1.8
	MAHASISWA	53	13.3	13.3	15.0
	SD	13	3.3	3.3	18.3
	SMA	181	45.3	45.3	63.5
	SMP	146	36.5	36.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel tingkat pendidikan subjek diatas, dapat dilihat bahwa dari total 400 subjek remaja di Kota Tangerang yang berpartisipasi dalam penelitian ini terdapat sejumlah 13 remaja tingkat pendidikan SD dengan presentase 3,3%, terdapat sejumlah 146 orang remaja tingkatan SMP dengan persentase 36,5%, terdapat sejumlah 181 orang remaja tingkatan pendidikan SMA dengan persentase 45,3%, terdapat sejumlah 53 orang remaja tingkat pendidikan mahasiswa dengan persentase 13,3% dan terdapat sejumlah 9 orang remaja yang bekerja dengan presentase 1,8%,

Tabel 4. 3

Data Subjek Penelitian berdasarkan Usia

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11 Tahun	3	.8	.8	.8
	12 Tahun	9	2.3	2.3	3.0
	13 Tahun	29	7.2	7.2	10.3
	14 Tahun	76	19.0	19.0	29.3
	15 Tahun	57	14.2	14.2	43.5
	16 Tahun	60	15.0	15.0	58.5

	17 Tahun	66	16.5	16.5	75.0
	18 Tahun	48	12.0	12.0	87.0
	19 Tahun	52	13.0	13.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel usia subjek diatas, dapat dilihat bahwa dari total 400 subjek remaja di Kota Tangerang yang berpartisipasi dalam penelitian ini terdapat sejumlah 3 orang remaja yang berumur 11 Tahun dengan persentase 0,8%, terdapat sejumlah 9 orang remaja yang berumur 12 Tahun dengan presentase 2,3%, terdapat sejumlah 29 remaja berumur 13 Tahun dengan presentase 7,2%, terdapat sejumlah 76 orang remaja berumur 14 Tahun dengan persentase 19,0% , terdapat sejumlah 57 orang remaja berumur 15 Tahun dengan persentase 14,2 % , terdapat sejumlah 60 orang remaja berumur 16 Tahun dengan persentase 15,0 % , terdapat sejumlah 66 orang remaja berumur 17 Tahun dengan persentase 16,5%, terdapat sejumlah 48 orang remaja berumur 18 Tahun dengan persentase 12,0, dan terdapat sejumlah 52 orang remaja berumur 19 Tahun dengan persentase 13,0 % .

2. Kategori Data Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti mengkategorikan masing-masing variabel penelitian menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Peneliti akan menggunakan rumus kategorisasi data penelitian sebagai berikut untuk mendapatkan tingkat skor masing-masing variabel.

Rendah : $< M - 1SD$

Sedang : $M - 1SD \leq X < M + 1SD$

Tinggi : $M + 1SD \leq X$

Setelah penulis melakukan perhitungan berdasarkan rumus tersebut, maka peneliti mendapatkan tingkatan skor variabel *Self- Esteem* untuk tingkat rendah <70 , sedang $70 \leq x < 104.65$, dan tinggi ≥ 104.65 .

Tabel 4. 4

Kategorisasi *Self- Esteem*

kat_selfesteem					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	21	5.3	5.3	5.3
	sedang	131	32.8	32.8	38.0
	tinggi	248	62.0	62.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Berdasarkan data kategori diatas, maka dapat dilihat bahwa subjek remaja di Kota Tangerang yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini terdapat remaja yang memiliki tingkatan *Self- Esteem* rendah sejumlah 21 subjek dengan persentase 5,3%, remaja yang memiliki tingkatan *Self- Esteem* sedang sebanyak 131 subjek dengan persentase 32,8%, dan remaja yang memiliki tingkatan *Self- Esteem* tinggi sebanyak 248 subjek dengan persentase 62%.

Setelah penulis melakukan perhitungan berdasarkan rumus kategorisasi, maka peneliti mendapatkan tingkat skor variabel Keharmonisan Keluarga untuk tingkat rendah <60 , sedang $60 \leq x < 90$, dan tinggi ≥ 90 .

Tabel 4. 5

Kategorisasi Variabel Keharmonisan Keluarga

kat_KH					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	19	4.8	4.8	4.8
	sedang	139	34.8	34.8	39.5
	tinggi	242	60.5	60.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Berdasarkan data kategori diatas, maka dapat dilihat bahwa subjek remaja di Kota Tangerang yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini terdapat remaja yang memiliki tingkatan Keharmonisan Keluarga

rendah sejumlah 19 subjek dengan persentase 4,8%, remaja yang memiliki tingkatan Keharmonisan Keluarga sedang sebanyak 139 subjek dengan persentase 34,8%, dan remaja yang memiliki tingkatan Keharmonisan Keluarga tinggi sebanyak 242 subjek dengan persentase 260,5%.

Setelah penulis melakukan perhitungan berdasarkan rumus tersebut, maka peneliti mendapatkan tingkatan skor variabel *Self- Injury* untuk tingkat rendah <76 , sedang $76 \leq x < 114$, dan tinggi ≥ 114 .

Tabel 4. 6

Kategorisasi Variabel *Self- Injury*

kat_selfinjury

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	222	55.5	55.5	55.5
	Sedang	151	37.8	37.8	93.3
	tinggi	27	6.8	6.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Berdasarkan data kategori diatas, maka dapat dilihat bahwa subjek remaja di Kota Tangerang yang berpartisipasi dalam penelitian ini memiliki tingkatan kecenderungan perilaku *self- injury* tingkatan rendah berjumlah 222 orang dengan persentase 55,5%, remaja yang memiliki tingkatan sedang kecenderungan perilaku *self- injury* berjumlah 151 orang dengan persentase 37,8% dan remaja yang memiliki tingkatan tinggi kecenderungan perilaku *self- injury* berjumlah 27 orang dengan presentase 6,8%.

B. HASIL ANALISIS DATA

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Peneliti melakukan uji normalitas yaitu suatu prosedur dalam penelitian yang memiliki tujuan mengetahui apakah data dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak. Peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS dan menggunakan uji Uji Kolmogorov Smirnov. Menurut Santoso (2016: 171) dalam suatu penelitian data dapat dikatakan berdistribusi normal jika nilai residual memiliki memiliki nilai $p > 0,05$, apabila nilai $p < 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data tidak berdistribusi normal.

Tabel 4. 7

Uji Normalitas *Self- Esteem*, Keharmonisan Keluarga, dan *Self- Injury*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		400
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	11.08756482
Most Extreme Differences	Absolute	.033
	Positive	.025
	Negative	-.033
Test Statistic		.033
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Berdasarkan tabel diatas, hasil uji normalitas Kolmogorov Smirnov dapat dilihat pada nilai signifikansinya, nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,200 dan nilai $> 0,05$ menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Peneliti melakukan uji linieritas dengan tujuan untuk mengetahui apakah dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linear atau tidak. Peneliti melakukan uji linieritas dengan menggunakan aplikasi SPSS dengan teknik *Test For Linearity*.

Menurut Sugiyono dan Susanto (2015:323) suatu penelitian dapat dikatakan memiliki variabel bebas dan variabel terikat jika memiliki kriteria yang berlaku yaitu apabila baris *linearity* $p < 0,05$, dan nilai pada *deviation from linearity* $p > 0,05$.

Tabel 4. 8

Uji Linearitas *Self- Esteem* dan *Self- Injury*

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Self Injury * Self Esteem	Betw een Groups	(Combin ed)	80146.939	73	1097.903	5.393	.000
		Linearity	66217.964	1	66217.964	325.262	.000
		Deviatio n from Linearity	13928.975	72	193.458	.950	.593
	Within Groups		66368.171	326	203.583		
	Total		146515.110	399			

Dari hasil yang disajikan dalam tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada baris *linearity* adalah $0,000 < 0,05$, dan baris *deviation from linearity* juga dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $0,593 > 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut dapat

disimpulkan bahwa variabel bebas (*self-esteem*) dan variabel terikat (*self-injury*) memiliki hubungan yang linear.

Tabel 4.9

Uji Linieritas Keharmonisan Keluarga dan *Self-Injury*

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self Injury * Keharmonisan Keluarga	Betw een Grou ps	(Combi ned)	92379.5 50	69	1338.8 34	8.16 1	.000
		Linearit y	79902.3 50	1	79902. 350	487. 069	.000
		Deviati on from Linearit y	12477.2 01	68	183.48 8	1.11 9	.260
	Within Groups		54135.5 60	33 0	164.04 7		
	Total		146515. 110	39 9			

Dari hasil yang disajikan dalam tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada baris linearity adalah $0,000 < 0,05$, dan baris deviation from linearity juga dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $0,260 > 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel bebas (keharmonisan keluarga) dan variabel terikat (*self-injury*) memiliki hubungan yang linear.

c. Uji Multikolinieritas

Multikolinieritas adalah keadaan dimana terdapat hubungan yang kuat antara variabel independen dalam model regresi linier. Peneliti melakukan uji multikolinieritas dengan tujuan untuk melihat korelasi antar variabel independen dalam model regresi. Hal yang ideal adalah persamaan regresi tidak memiliki hubungan yang kuat pada variabel independennya (Riyanto & Hatmawan, 2020: 139). Menurut (Ghozali, 2018) menjelaskan bahwa dalam pengambilan keputusan terkait uji multikolinieritas memiliki kriteria yaitu jika nilai VIF menghasilkan <10 atau menghasilkan nilai *tolerance* >0.001 maka dapat dikatakan bahwa tidak terjadi multikolinieritas, dan jika nilai VIF menghasilkan >10 atau menghasilkan nilai *tolerance* <0.01 maka dapat dikatakan bahwa terjadi multikolinieritas.

Tabel 4. 10

Uji Multikolinieritas *Self- Esteem* dan Keharmonisan Keluarga

Model	Coefficients ^a						
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Tolerance	VIF
1 (Constant)	178.456	3.610		49.437	.000		
Self Esteem	-.385	.032	-.401	-11.922	.000	.744	1.344
Keharmonisan Keluarga	-.643	.040	-.535	-15.903	.000	.744	1.344

a. Dependent Variable: Self Injury

Berdasarkan data diatas dapat dilihat bahwa nilai *tolerance* $0,744 > 0,10$ dan nilai VIF $1,344 < 10$ maka dapat disimpulkan tidak ada gejala multikolinearitas.

2. Uji Hipotesis

Pada penelitian uji hipotesis ini peneliti melakukan uji hipotesis dengan melakukan uji analisis regresi sederhana dan regresi linear berganda. Analisis regresi linier sederhana adalah alat analisis yang digunakan dalam penelitian untuk mengukur pengaruh antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Dalam penelitian ini teknik analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menguji hipotesis pertama dan kedua yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Hipotesis ketiga menggunakan teknik analisis regresi linier berganda karena dalam hipotesis ini mengkaji atau memiliki jumlah variabel bebas dua yaitu *self-esteem* dan keharmonisan keluarga. Teknik analisis linier regresi berganda dapat dilakukan ketika memiliki kriteria jumlah variabel bebasnya berjumlah minimal dua variabel (Sugiyono, 2018)

Peneliti melakukan uji hipotesis ini juga dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS. Adapun kriteria dalam pengambilan keputusan untuk menentukan ada atau tidaknya pengaruh variabel bebas dan variabel terikat serta diterima atau tidaknya suatu hipotesis penelitian yaitu dengan melihat tingkat signifikansi. Jika tingkat signifikansi $< 0,01$ menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, sedangkan nilai signifikansi $> 0,01$ menunjukkan bahwa hipotesis ditolak.

a. Uji Regresi Sederhana

Tabel 4. 11

Uji Regresi Sederhana *Self- Esteem* dan *Self- Injury*

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regres sion	66217.964	1	66217.964	328.215	.000 ^b
	Residu al	80297.146	398	201.752		
	Total	146515.110	399			

a. Dependent Variable: Self Injury

b. Predictors: (Constant), Self Esteem

Tabel 4. 12

Prediktor *Self- Esteem* terhadap *Self- Injury*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.672 ^a	.452	.451	14.204

a. Predictors: (Constant), Self Esteem

Tabel 4. 13**Model Persamaan Regresi**

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	147.923	3.906		37.869	.000
	Self Esteem	-.646	.036	-.672	-18.117	.000

a. Dependent Variable: Self Injury

Berdasarkan hasil tabel diatas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansinya adalah $0,000 < 0,01$, serta terdapat nilai R Square sebesar 0,452 atau 45,2%. Hal tersebut dapat memberikan kesimpulan bahwa hipotesis pertama diterima, yakni terdapat pengaruh *self-esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja di Kota Tangerang sebesar 45.2%. Persamaan regresi dalam penelitian ini jika dilihat dari tabel 22 adalah $Y = 147,923 - 0,646 \text{ self-esteem}$. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa variabel bebas (*self-esteem*), maka nilai kecenderungan perilaku *self-injury* sebesar 147,923. Koefisien *self-esteem* $-0,646$ dapat berarti bahwa setiap penambahan satuan *self-esteem* akan menurunkan kecenderungan perilaku *self-injury* sebesar 0,646 atau 64,6%.

Tabel 4. 14

Uji Regresi Sederhana Keharmonisan Keluarga dan *Self-Injury*

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	79902.350	1	79902.350	477.403	.000 ^b
	Residual	66612.760	398	167.369		
	Total	146515.110	399			

a. Dependent Variable: Self Injury

b. Predictors: (Constant), Keharmonisan Keluarga

Tabel 4. 15

Prediktor Keharmonisan Keluarga terhadap *Self-Injury*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.738 ^a	.545	.544	12.937

a. Predictors: (Constant), Keharmonisan Keluarga

Tabel 4. 16**Model Persamaan Regresi**

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	159.126	3.754		42.391	.000
	Keharmonisan Keluarga	-.887	.041	-.738	-21.850	.000

a. Dependent Variable: Self Injury

Berdasarkan hasil tabel diatas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansinya adalah $0,000 < 0,01$, serta terdapat nilai R Square sebesar 0,545 atau 54,5%. Hal tersebut dapat memberikan kesimpulan bahwa hipotesis kedua diterima, yakni terdapat pengaruh keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang sebesar 54,5%. Persamaan regresi dalam penelitian ini jika dilihat dari tabel 25 adalah $Y = 159.126 - 0,887$ keharmonisan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa variabel bebas (keharmonisan keluarga), maka nilai kecenderungan perilaku *self- injury* sebesar 159.126. Koefisien keharmonisan keluarga $- 0,887$ dapat berarti bahwa

setiap penambahan satuan keharmonisan keluarga akan menurunkan kecenderungan perilaku *self- injury* sebesar 0,887 atau 88,7%.

b. Uji Regresi Berganda

Tabel 4. 17

Uji Regresi Berganda *Self- Esteem* dan Keharmonisan Keluarga terhadap *Self- Injury*

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	97464.407	2	48732.203	394.422	.000 ^b
	Residual	49050.703	397	123.553		
	Total	146515.110	399			

a. Dependent Variable: Self Injury
 b. Predictors: (Constant), Keharmonisan Keluarga, Self Esteem

Tabel 4. 18

Prediktor *Self-Esteem* dan Keharmonisan Keluarga terhadap *Self-Injury*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.816 ^a	.665	.664	11.115

a. Predictors: (Constant), Keharmonisan Keluarga, Self Esteem

Berdasarkan kedua tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa nilai signifikansinya adalah $0,000 < 0,01$, serta memiliki nilai R Square sebesar 0,665 atau 66,5%. Hal tersebut dapat berarti bahwa hipotesis ketiga diterima, yakni terdapat pengaruh *self- esteem* dan

keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang sebesar 66,5%.

Berdasarkan uji analisis data yang sudah dilakukan diatas maka dapat disimpulkan bahwa pertama, hipotesis pertama diterima artinya terdapat pengaruh *self- esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang. Kedua, bahwa hipotesis kedua diterima artinya terdapat pengaruh keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang. Ketiga, bahwa hipotesis ketiga diterima artinya terdapat pengaruh *self- esteem* dan keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang.

C. PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja di Kota Tangerang dengan populasi berjumlah 313.486 orang remaja dengan kriteria umur 10-19 tahun. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 400 orang remaja dengan menggunakan teknik teknik *accidental sampling*. Berdasarkan data distribusi subjek, diketahui sebanyak 109 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 291 berjenis kelamin perempuan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self- esteem* dan keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang. Dalam penelitian ini terdapat tiga pokok bahasan yaitu pengaruh *self- esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang, pengaruh keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang, dan pengaruh *self- esteem* dan keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang.

1. Pengaruh *Self- Esteem* terhadap Kecenderungan Perilaku *Self- Injury* pada Remaja di Kota Tangerang

Hipotesis pertama didapatkan nilai signifikansi 0,000 yang artinya lebih kecil daripada 0,01 serta memiliki R Square 45,2%. Hal ini menunjukkan variabel independen dapat memprediksi variabel dependen sebesar 45,2%, maka dengan begitu hipotesis diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara *self- esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang. Dengan kata lain, semakin tinggi *self- esteem* yang dimiliki, maka akan semakin rendah juga tingkatan kecenderungan terhadap perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang.

Penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Putri (2020) tentang pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020. Dari hasil penelitian tersebut ditemukan adanya hubungan yang negatif signifikan antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self- injury* pada siswa, dimana diperoleh R Square sebesar -0,417 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan yang negatif sebesar 0,417 antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self- injury*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, apabila semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self- injury*. Sebaliknya, semakin rendah harga diri, maka semakin tinggi pula kecenderungan perilaku *self- injury*. Penelitian lain yang juga membahas mengenai harga diri dan kecenderungan perilaku *self- injury* adalah penelitian milik Prasetyadi, I (2021) pada Remaja diperoleh adanya korelasi negatif antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self- injury* dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,483 dengan nilai $p < 0,01$. Maka dapat disimpulkan bahwa semakin rendah harga diri yang dimiliki seorang remaja, maka

semakin tinggi pula tingkat kecenderungan perilaku *self- injury*. Sebaliknya, semakin tinggi harga diri remaja, maka semakin rendah pula tingkat kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja.

Dalam penelitian milik Forrester et al., (2017) mengenai *self-esteem and non-suicidal self- injury in adulthood* disebutkan bahwa terdapat hubungan yang negatif yang signifikan antara *self- esteem* dengan *non-suicidal self- injury* dengan nilai $d = 0,59 - 1,17$. Artinya, menunjukkan bahwa terdapat *self- esteem* yang lebih rendah pada mereka yang mengalami pengalaman NSSI dibandingkan mereka yang belum pernah melakukan NSSI.

Penulis dalam penelitian ini menyebutkan bahwa *self-esteem* merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi tingkatan kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja. Hal itu sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Prasetyadi, I (2021) yang menyatakan bahwa harga diri memberikan sumbangsih efektif 23,3% terhadap perilaku *self- injury* pada remaja. Harga diri memiliki pengertian yang sama dengan *self- esteem* yaitu merupakan sebuah evaluasi pada seorang individu mengenai dirinya sendiri, bagaimana seorang individu menilai dirinya sendiri, mengungkapkan sejauh mana seorang individu memiliki rasa percaya akan kemampuan dirinya, pentingnya dirinya, layak dan tidak layak serta berhasil atau tidak berhasil (Coopersmith, 1985).

Tingkatan *self- esteem* dapat mempengaruhi seorang remaja dalam melakukan kecenderungan perilaku *self- injury*. Hal tersebut terjadi karena ketika seorang individu memiliki tingkatan *self- esteem* yang rendah ia akan cenderung memandang bahwa dirinya rendah, tidak berharga dan sebagainya. Pikiran buruk tersebut akan mempengaruhi kondisi psikologis menjadi negatif yang akan memicu tindakan seorang individu melakukan perilaku *self- injury*. Pikiran

tersebut diawali dengan individu membenci dirinya sendiri, tidak suka tentang dirinya serta merasa gagal sehingga ingin melukai dan menyakiti dirinya sendiri. Hal tersebut selaras dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Laye-Gindhu dan Schornet-Reichl (1989, dalam Cawood dan Huprich, 2011) yang melakukan penelitian *self-esteem* pada 424 remaja dan menghasilkan penelitian bahwa remaja yang melakukan *self-injury* dilaporkan memiliki *negative self-esteem* daripada teman-temannya yang bukan pelaku *self-injury*. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Gindhu, Reichl (2004) yang mana penelitian dilakukan pada 64 siswa sekolah menengah atas, 56 diantaranya menyatakan pernah melakukan *self-injury*. Terdapat 27 remaja menyatakan melakukan *self-injury* guna menghukum dirinya sendiri, jumlah remaja perempuan yang menyatakan ini ada 33 remaja dan yang laki – laki terdiri dari 8 remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh penulis juga membuktikan dan menguatkan teori Sutton (2005: 155) yang menyatakan bahwa salah satu faktor penyebab seorang individu melakukan *self-injury* yaitu individu memiliki tingkatan *self-esteem* dalam kategori tingkatan yang rendah. Selain itu, membuktikan juga teori yang dikemukakan oleh Martison (1999: 1) bahwa terdapat faktor kepribadian seperti kepribadian introvert yang cenderung memiliki kecenderungan *self-injury* lebih tinggi dibandingkan individu yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert dan juga individu yang memiliki harga diri (*self-esteem*) yang rendah.

2. Pengaruh Keharmonisan Keluarga terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-Injury* pada Remaja di Kota Tangerang

Hipotesis kedua didapatkan nilai signifikansi 0,000 yang artinya lebih kecil daripada 0,01 serta memiliki R Square 54,5%. Hal ini menunjukkan variabel independen dapat memprediksi variabel dependen

sebesar 54,5%., maka dengan begitu hipotesis diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang. Dengan kata lain, semakin tinggi keharmonisan keluarga yang dimiliki, maka akan semakin rendah juga tingkatan kecenderungan terhadap perilaku *self- injury* pada remaja di Kota Tangerang.

Penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Karimah (2021) tentang kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis. Penelitian ini menggunakan pengumpulan data dengan metode observasi dan wawancara. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa keempat subjek yaitu subjek SZ, ANK, SNM, dan ANA dalam penelitian ini merasakan kesepian terkait dengan kondisi keluarganya yang tidak harmonis dan melakukan perilaku menyakiti diri sendiri dengan latar belakang yang sama. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, apabila semakin tinggi keharmonisan keluarga, maka semakin rendah seorang individu dalam melakukan kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri. Sebaliknya, semakin rendah keharmonisan keluarga, maka semakin tinggi pula kecenderungan individu untuk menyakiti dirinya sendiri.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Rini (2022) tentang perilaku menyakiti diri sendiri: bentuk, faktor dan keterbukaan dalam perspektif perbedaan jenis kelamin dan diperoleh hasil bahwa faktor permasalahan keluarga dan tidak memiliki keluarga yang harmonis dialami oleh semua jenis kelamin pria maupun wanita dengan memberikan sumbangsih sebesar 8,05% sebagai faktor pemicu mereka melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa keharmonisan keluarga memiliki pengaruh terhadap kecenderungan perilaku *self- injury*. Hal tersebut juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Khalifah (2019) tentang dinamika

self-harm pada remaja yang menunjukkan bahwa faktor ketiga subjek dalam melakukan *self-harm* yaitu remaja melakukan perilaku *self-harm* 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

Menurut Daradjad (2009:37) suatu keluarga dapat dikatakan harmonis ketika anggota keluarga tersebut menjadi satu dan setiap anggota menjalankan hak dan kewajibannya masing-masing, anggota keluarga saling terjalin kasih sayang, saling pengertian, dialog dan kerjasama yang baik antara anggota keluarga. Keharmonisan keluarga merupakan memiliki peran penting untuk seorang individu agar seorang individu terhindar dari kecenderungan perilaku *self-injury*, hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa terdapat beberapa jumlah subjek dalam penelitian ini melakukan *self-injury* karena faktor permasalahan keluarga.

3. Pengaruh *Self-Esteem* dan Keharmonisan Keluarga terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-Injury* pada Remaja di Kota Tangerang

Hipotesis ketiga didapatkan nilai signifikansi 0,000 yang artinya lebih kecil daripada 0,01 serta memiliki R Square 66,5%. Hal ini menunjukkan variabel independen dapat memprediksi variabel dependen sebesar 66,5%. Berdasarkan hal tersebut maka hipotesis ketiga dalam penelitian ini diterima, yang berarti bahwa terdapat pengaruh *self-esteem* dan keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja di Kota Tangerang.

Individu yang memiliki *self-esteem* dan memiliki latar belakang keluarga yang harmonis cenderung akan terhindar dari perilaku

self- injury. Hal ini dikarenakan *self- esteem* akan membantu individu melihat dirinya sendiri dengan baik, berharga dan layak sehingga dapat mencegah individu melakukan hal-hal yang menyakiti dirinya sendiri jika sedang mengalami permasalahan atau keadaan yang sulit. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Leary dan MacDonald (dalam (Rahmadina, A., Nashori, F., & Andrianto, 2020) *self- esteem* dapat membentuk serta mempengaruhi keadaan emosional seseorang. Individu dengan tingkatan *self- esteem* kategori tingkatan rendah cenderung akan menjadi individu yang emosional dan memiliki keadaan emosi negatif lainnya. Individu yang memiliki *self- esteem* tinggi akan dapat mengelola berbagai emosi. Individu akan cenderung mampu menghadapi permasalahan yang terjadi di kehidupannya sehingga membuat individu cenderung jauh dari perilaku *self- injury*. *Self- esteem* yang tinggi akan membuat individu memandang bahwa perilaku *self- injury* dapat merugikan dirinya sendiri dan tidak dapat menyelesaikan keadaan atau permasalahan yang terjadi. Individu yang memiliki *self- esteem* yang tinggi cenderung akan berpikir ulang untuk melakukan perilaku *self- injury*. Hal tersebut juga didukung oleh Putri (2020) bahwa apabila semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self- injury*. Sebaliknya, semakin rendah harga diri, maka semakin tinggi pula kecenderungan perilaku *self- injury*

Di samping *self- esteem* yang dimiliki seorang individu terdapat juga latar belakang keluarga yang harmonis untuk mencegah individu melakukan perilaku *self- injury*. Keharmonisan keluarga akan memberikan pengaruh terhadap pertumbuhan seorang individu, keluarga harmonis akan membuat seorang individu memiliki mental yang sehat sehingga cenderung memiliki pandangan yang positif, optimis dan memiliki kebermaknaan hidup sehingga membuat seorang anak mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan (Ni'Mah, N, 2018:63). Kesulitan dan ketidakmampuan dalam bertahan cenderung membuat individu

melakukan perilaku *self- injury* (Sutton, 2005: 155). Pada intinya *self-esteem* dapat membantu seorang individu untuk memiliki pandangan dan penilaian yang berharga terhadap dirinya sendiri sehingga akan membuat individu merasa tidak pantas untuk menyakiti dirinya sendiri dan memiliki rasa percaya akan kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan dan permasalahan sehingga cenderung tidak mudah putus asa, sedangkan keharmonisan keluarga dapat membentuk seorang individu memiliki mental yang sehat sehingga dapat mengelola emosi dengan baik, pandangan yang positif dan dapat membuat seorang individu dapat bertahan menghadapi kesulitan dengan dukungan keluarga. Individu yang memiliki latar belakang keluarga harmonis cenderung juga akan memiliki *self-esteem* yang tinggi (Delamater dan Myers, 2018:51).

Penelitian ini sudah mencapai tujuannya yaitu untuk membuktikan dan menguatkan teori dengan kondisi lapangan yang terjadi yakni jika seseorang individu memiliki *self-esteem* yang tinggi, maka semakin rendah pula tingkat kecenderungan perilaku *self- injury* (Forrester et al., 2017). Penelitian ini juga membuktikan teori bahwa individu yang memiliki latar belakang keluarga tidak harmonis maka cenderung memiliki perilaku *self- injury* (Karimah, 2021). Sementara itu, belum ada penelitian mengenai ketiga variabel sekaligus yaitu variabel *self-esteem*, keharmonisan keluarga, dan kecenderungan perilaku *self- injury*. Maka dari itu, peneliti melakukan penelitian menggunakan ketiga variabel tersebut untuk pembaharuan penelitian.

Namun demikian, masih terdapat kelemahan dalam penelitian ini seperti peneliti belum maksimal dalam melakukan kontrol pada proses pengisian skala dikarenakan beberapa faktor eksternal maupun internal. Selain itu, peneliti kurang memperhatikan pemilihan karakteristik subjek dan kurang memilih subjek dengan melihat karakteristik karakteristik pelaku *self- injury* secara mendalam.

Saran berikutnya adalah untuk memperhatikan dalam pembuatan angket agar terdapat kolom pernyataan bahwa subjek pernah melakukan perilaku *self- injury* dan pemilihian subjek lebih mendalam sesuai dengan karakteristik pelaku *self- injury* serta menggunakan variabel lain yang juga mempengaruhi kecenderungan perilaku *self- injury* seseorang sehingga diharapkan dapat menghasilkan korelasi yang tinggi, seperti religiusitas, kecerdasan emosi, lingkungan, kualitas diri dan berbagai faktor lainnya, dan memperluas cakupan bahasan dengan mengganti metode penelitian menjadi jenis penelitian kualitatif untuk mengetahui lebih jauh lagi dinamika individu yang memiliki kecenderungan perilaku *self- injury*.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa: 1. Uji hipotesis pertama dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana, uji ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja di Kota Tangerang. Hasil uji hipotesis pertama diterima, yakni terdapat pengaruh *self-esteem* terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja di Kota Tangerang. Semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki individu maka akan semakin rendah tingkatan kecenderungan perilaku *self-injury* yang dirasakan individu. 2. Uji hipotesis kedua juga dilakukan dengan analisis regresi sederhana. Hasil uji hipotesis kedua juga diterima, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja di Kota Tangerang. Semakin tinggi keharmonisan keluarga yang dimiliki individu maka akan semakin rendah tingkatan kecenderungan perilaku *self-injury* yang dirasakan individu. 3. Uji hipotesis ketiga dilakukan dengan analisis regresi linier berganda. Hasilnya menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima, yakni terdapat pengaruh antara *self-esteem* dan keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja di Kota Tangerang.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, penulis memberikan saran kepada beberapa pihak dengan penelitian ini yakni :

1. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua semoga dapat menerapkan serta mewujudkan keberfungsian keluarga sehingga terciptanya keharmonisan dalam suatu lingkungan keluarga. Semoga orang tua dapat meningkatkan lagi

ikatan yang ada dalam anggota keluarga sehingga anggota keluarga termasuk anak tidak pernah merasakan sendirian.

Penulis berharap semoga semua orang tua di dunia ini senantiasa sehat dan tidak pernah lelah untuk menumbuhkan dan memupuk ikatan kasih sayang di dalam suatu lingkungan keluarga serta memiliki rasa lebih peka lagi terhadap anak yang sedang dalam masa perkembangan remaja, penulis berharap bahwa kita semua dapat memahami bahwa keluarga yang rusak bukan hanya mengenai perceraian di dalam keluarga, keluarga masih utuh yang terjadi ketidakberfungsian peran dalam suatu keluarga ataupun rasa nyaman serta keharmonisan keluarga dapat menjadi faktor bibit untuk kesedihan anggota keluarga.

2. Bagi Pendidikan

Bagi dunia pendidikan atau tenaga pendidikan semoga bisa menjadi rumah kedua yang nyaman untuk setiap anak yang sedang duduk di bangku sekolah dan dapat memberikan pertolongan terhadap anak didik yang memiliki indikasi kecenderungan perilaku *self-injury*.

3. Bagi Pelaku *Self-Injury*

Bagi pelaku *self-injury* yang mungkin masih melakukan kecenderungan perilaku *self-injury* dalam kategorisasi tingkat tinggi semoga perlahan sebisanya mungkin mengurangi kecenderungan perilaku *self-injury*. Semoga mampu mencoba dan berdamai dengan diri sendiri ataupun hal hal yang melatarbelakangi perilaku tersebut, mampu mulai menyadari perlahan secara perlahan bahwa jika diri sendiri layak dicintai dan sangat berharga. Mampu mencoba berpikir bahwa jika dunia cukup menyakitkan, artinya kita tidak perlu menambah untuk menyakiti diri kita sendiri. Mencoba perlahan berpikir bahwa tugas diri kita sendiri untuk mencintai diri sendiri sepenuh hati.

Bagi pelaku kecenderungan perilaku *self-injury* dalam kategorisasi tingkat rendah semoga tetapi bisa mempertahankan bahkan dapat meningkatkan rasa cinta terhadap dirinya sendiri dan dapat meningkatkan lagi pikiran bahwa dirinya sangat berharga agar dapat

menurunkan tingkat kecenderungan perilaku *self- injury* pada dirinya. Dan bagi subjek yang belum pernah melakukan perilaku *self- injury* semoga tetap selalu bisa mempertahankan perilaku tersebut dan memiliki tekad dan keyakinan yang tinggi terhadap dirinya agar cenderung terhindar dari perilaku *self- injury*.

Selain *self injury*, subjek harus memiliki *self esteem* dengan baik, karena mengingat *self esteem* merupakan salah satu hal yang penting dan harus dimiliki manusia dalam menjalani kehidupan. Diharapkan subjek dapat terus mempertahankan bahkan meningkat lebih baik tentang *self esteem* agar subjek dapat mengenali diri sendiri dan segala potensi yang dimiliki.

Lebih lanjut, keharmonisan keluarga turut berperan penting di kehidupan manusia. Keluarga adalah orang-orang pertama yang keberadaannya dapat terjangkau sehingga sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian seseorang. Besar harapan peneliti, agar subjek dan keluarga memiliki keharmonisan yang terjaga bahkan menjadi jauh lebih baik agar terbentuk segala positif yang akan berguna bagi kehidupannya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini juga dapat memberikan inspirasi bagi peneliti selanjutnya terkait dengan *self- esteem*, keharmonisan keluarga, dan *self- injury*. Saran untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik yang sama mengenai kecenderungan perilaku *self- injury* dapat memperluas pembahasan dengan menggunakan variabel lain yang mempengaruhi kecenderungan perilaku *self- injury* seperti tipe kepribadian, kecerdasan emosional, dukungan sosial, lingkungan keluarga, faktor psikologis dan berbagai faktor lainnya

REFERENCE

- Adila, M. D. (2010). *Hubungan self- esteem dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Alwisol. (2002). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press.
- Apriliawati, N. P. E. (2017). *DINAMIKA SELF- INJURY PADA REMAJA PUTUS CINTA*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Arikunto, S. (1998). *Prosuder Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. PT. Rineka Cipta.
- Baron, R.A., Branscombe, N.R., & Byrne, D. (2008). *Social Psychology Twelfth Edition*.
- Budianti, A. K. (2015). *Hubungan antara keharmonisan keluarga dengan harga diri pada remaja*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of Self--esteem*. W.H Freeman and Company.
- Corporate, B. (2004). *What School Counselors Should Know About Self- Injury Among Adolescents*. University of Wisconsin-Stout.
- Daradjad. (2009). *Psikologi Praktis : Anak, Remaja dan Keluarga*. Cipta Loka.
- Dariuzky, G. (2004). *Membangun Harga Diri*. Pioner Jaya.
- DeFrain, J. (1999). Strong families. *Family Matters*, 53, 6–13.
- E, N. (2002). *Psikologi Sosial Jilid 1* (Edisi 10). Erlangga.
- Epstein NB, Ryan CE, Miller IW, Keitner G I., U. D. S. (2003). *Model MacMaster: Pandangan fungsi keluarga yang sehat* (Prose keluarga biasa (ed.)). Guilford Press.
- Estefan, G., & Wijaya, Y. D. (2014). Gambaran proses regulasi emosi pada pelaku self injury. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 26–33.
- FAKHRUROZI, F. (2008). *Self--Actualization Of Elle Woods In Amanda Brown's Legally Blonde Movie Directed By Robert Luketic: A Humanistic Approach*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fauzi, R. (2014). Hubungan Keharmonisan Keluarga dengan Perkembangan Moral Siswa Kelas IV dan V di MI Darul Falah Ngarangkok Klampisan Kandangan

- Kediri. *Hubungan Keharmonisan Keluarga*, 2 (2), 76–93.
- Fellasari, F. (2016). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kematangan Emosi Remaja. *Jurnal Psikologi*, 12 (2).
- Gerungan. (2004). *Psikologi Sosial*. Refika Aditama.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS Edisi Kesembilan* (Edisi 9). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gunarsa. (2000). *Psikologi Praktis : Anak Remaja dan Keluarga*. BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. (2000). *Psikologi Praktis : Anak, Remaja dan Keluarga*. BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. D. (1999). *Psikologi untuk Keluarga*. BPK Gunung Mulia.
- Hardiyanti, S. (2019). *HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN HARGA DIRI PADA REMAJA YANG MENGALAMI OBESITAS*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Heatherton, T.F., & Polivy, J. (1991). Development and Validation of a Scale for Measuring State Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (6), 895–910.
- Jans T, Taneli Y, W. A. (2012). *Suicide and self-harming behaviour*. In Rey JM (ed), *IACAPAP e-Textbook of Child and Adolescent Mental Health*. International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions.
- Kaloeti, D., & Ardhiani, L. (2020). The effect of self-esteem, attitude towards the body, and eating habit on cognitive reactivity. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5 (1), 57–74.
- Kanan, Linda, J. F. and A. E., & Best, P. (2008). Self-Injury and Youth: Best Practices for School Intervention. *Journal of Mental Health*, 2, 67–69.
- Karimah, K. (2021). Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 367–380.
- Kartono, K. (2004). *Kenakalan Remaja*. Rajawali Pers.
- Khalifah, S. (2019). *Dinamika Self-Harm pada Remaja*. UIN Sunan Ampel

Surabaya.

- Klonsky, E. D., May, A. M., & Glenn, C. (2013). The relationship between nonsuicidal self-injury and attempted suicide: converging evidence from four samples. *Journal of Abnormal Psychology, 122*(1), 231.
- Klonsky, E.D., & Muehlenkamp, J. . (2007). Self-injury: A research review for the Practitioner. *Journal of Clinical Psychology, 63*, 1045–1056.
- Knigge, J. (1999). Self Injury for Teacers. *Article of Self- Injury*.
- Kurniawaty, R. (2012). Dinamika psikologis pelaku self-injury (Studi kasus pada wanita dewasa awal). *PPP-Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi, 1*(1), 13–22.
- Leonardo, E. (2020). *GAMBARAN SELF- COMPASSION SEBAGAI FAKTOR PROTEKTIF KECENDERUNGAN PERILAKU SELF- HARM PADA MAHASISWA DI FASE EMERGING ADULTHOOD*. Universitas Hasanuddin.
- Maharsi Anindyajati, C. M. K. (2004). Peran Harga Diri Terhadap Asertivitas Remaja Penyalahguna Narkoba (penelitian pada remaja penyalahguna narkoba di tempat-tempat rehabilitasi penyalahguna narkoba). *Jurnal Psikologi, 2*(1), 49–73.
- Maidah, D. (2013). Self injury pada mahasiswa (studi kasus pada mahasiswa pelaku self injury. *Developmental and Clinical Psychology, 2*(1), 6–13.
- Martison, D. (1999). *Self- Injury Fact Sheet*. Amazon.
- Muthia, E. N. dan D. S. H. (2015). Kesepian dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Juni, 2*(2), 185–198.
- Nandela, A. N. (2019). *Hubungan Dukungan Sosial Secara Online (Online Social Support) Dengan Perilaku Menyakiti Diri (Self--Harm) Pada Pengguna Media Sosial Twitter*. Universitas Airlangga.
- Nixon, M. K., Cloutier, P. F., & Aggarwal, S. (2002). Affect regulation and addictive aspects of repetitive self-injury in hospitalized adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 41*(11), 1333–1341.
- Priyanto, D. (2014). *pengolahan data terpraktis*. Andi Offset.
- Pujosuwarno, & Sayekti. (1994). *Bimbingan Konseling Keluarga*. Menara Mas

Offset.

- Putri, N. (2020). *PENGARUH HARGA DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU SELF- INJURY PADA SISWA SMP NEGERI DI KECAMATAN TEMBALANG TAHUN PELAJARAN 2019/2020*. Universitas Negeri Semarang.
- Rahardjo, W., & Mulyani, I. (2020). Instagram addiction in teenagers: The role of type D personality, self-esteem, and fear of missing out. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5 (1), 29–44.
- Rahmadina, A., Nashori, F., & Andrianto, S. (2020). The mediating effect of self-esteem on emerging adults' materialism and anxiety. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 1–14.
- Rizkiani, R., Hasanah, U., & GP, V. U. (2015). HUBUNGAN ANTARA INTERAKSI KELUARGA DENGAN SELF-ESTEEM REMAJA. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 2(1), 50–57.
- Romas, M. . (2012). Self injury remaja ditinjau dari konsep dirinya. *Jurnal Psikologi*, 8, 40–51.
- Sa'diyah, S. (2012). *Hubungan self- esteem dengan kecenderungan cinderella complex pada mahasiswi semester VI Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja* (Edisi ke-6). Erlangga.
- Shofia, I. (2018). *Hubungan kematangan emosi dengan kecenderungan melakukan self- injury pada remaja*. UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945.
- Sugianto, N. F. (2020). *Pengaruh disregulasi emosi, kesepian, dan religiusitas terhadap perilaku self--injury pada remaja*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sulaeman, M. . (1994). *Pendidikan dalam Keluarga*. Alfabeta.

- Suryabrata, S. (2004). *Psikologi Pendidikan*. PT Rajagrafindo Persada Stoner.
- Sutton, J. (2005). *Healing the Hurt Within 3rd Edition: Understand self--injury and self--harm, and heal the emotional wounds*.
- Tafarodi, R.W & Milne, A. . (2002). Decomposing Global Self Esteem. *Journal of Personality*, 70(4), 443–484.
- Takwati, L. S. (2019). Proses Regulasi Emosi Remaja Pelaku Self Injury. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 208–214.
- Wahid, M. A. (1991). *Manajemen Keluarga Sakinah*. DIVA Press.
- Wahyurini, Ma'shum. (2014). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Rineka Cipta.
- Walgito, B. (1991). *Psikologi Sosial : Suatu Pengantar*. Andi Offset.
- Walsh, B. (2012). *“Treating Self--Injury Second Edition A Practical Guide.”* The Guilford Press.
- Whitlock, J. L., Eells, G., Cummings, N., Purington, A. (2009). Non-suicidal self-injury on college campuses: Mental health provider assessment of prevalence and need. *Journal of College Student Psychotherapy*, 23 (3), 172–183.
- Wulandari, D. (2017). *PELATIHAN MANAJEMEN KONFLIK ANTARA SUAMI-ISTRI UNTUK PENINGKATAN KEHARMONISAN KELUARGA*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Skala Penelitian Uji Coba

Assalamualaikum wr.wb

Perkenalkan saya Anggi Indriyani mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Saya sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir (Skripsi) berjudul “Pengaruh *Self- Esteem* dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku *Self- Injury* pada Remaja di Kota Tangerang”

Dalam rangka penelitian yang akan saya lakukan, saya ingin meminta bantuan dan kerendahan hati teman-teman untuk menjadi responden dalam uji coba alat ukur penelitian.

Bagi teman-teman dengan kriteria sebagai berikut:

1. Remaja berumur 10-19 tahun
2. Tempat tinggal atau domisil di Tangerang

Apabila teman-teman memiliki kriteria di atas, saya mohon bantuan teman-teman untuk mengisi google form penelitian ini. Teman-teman dapat mengisi dengan bebas tanpa rasa takut maupun tekanan, teman-teman bisa mengisi sesuai dengan apa yang teman-teman rasakan. Segala identitas dan hasil jawaban dari teman-teman akan dijamin kerahasiannya, karena data hanya digunakan semata-mata untuk kepentingan penelitian.

Kesediaan dan bantuan dari teman-teman sangat berarti bagi penyelesaian tugas akhir ini, atas perhatian dan bantuan yang teman-teman berikan saya ucapkan terima kasih banyak.

Wassalamualaikum, wr.wb

Salam Hormat,

Anggi Indriyani

1. Skala Uji Coba Y (*Self- Injury*)

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				
2.	Saya melukai tangan saya ketika saya merasa jijik dengan diri saya sendiri				
3.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak berguna				
4.	Saya mencakar diri saya sendiri ketika saya merasa bersalah				
5.	Bagi saya melukai diri adalah cara yang paling ampuh jika saya sedang merasa kesal				
6.	Bila saya mengalami luka, saya ingin mengobati luka tersebut dan ingin luka itu cepat pulih				
7.	Saya melindungi diri saya dan anggota tubuh saya dari hal yang akan merugikan diri saya				
8.	Saya memiliki pandangan tentang diri saya bahwa diri saya berharga				
9.	Setiap saya kesal dan marah, saya melukai diri saya sendiri				

10.	Saya selalu memaafkan diri saya				
11.	Saya dapat mengatasi amarah saya dengan mengarahkan amarah saya pada kegiatan yang positif				
12.	Perasaan marah dan kesal saya berkurang setelah saya melukai diri saya sendiri				
13.	Saya cenderung memilih tidur ketika saya sedang kesal				
14.	Saya menggigit jari berulang kali ketika saya sedang marah				
15.	Orang tua saya berusaha menenangkan saya ketika saya marah				
16.	Melukai diri adalah hal yang normal bagi saya				
17.	Saya berbagi cerita kepada orang terdekat ketika saya sedang marah				
18.	Saat melukai diri sendiri, saya tidak merasa sakit				
19.	Melukai diri sendiri merupakan hal yang gila				
20.	Saya mengukir sebuah nama, tulisan atau bentuk tertentu ketika saya merasakan stress				
21.	Saya merasa sakit jika diri saya terluka atau mengalami luka di bagian tubuh				

22.	Ketika mengalami sedih yang mendalam, saya menarik- narik rambut saya sendiri				
23.	Melukai diri sendiri adalah tindakan yang irasional				
24.	Sejak saya kecil, orangtua mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan masalah saya sendiri.				
25.	Saya takut untuk melukai diri saya sendiri				
26.	Saya menyayat kulit saya dengan benda tajam ketika saya merasa tertekan				
27.	Bagi saya, melukai diri adalah satu-satunya jalan untuk menyelesaikan masalah				
28.	Saya berulang kali menampar diri saya sendiri saat sedang takut				
29.	Saat khawatir saya membenturkan kepala saya berulang kali				
30.	Saya menggigit bagian tubuh saya ketika saya merasa cemas dan panik				
31.	Melukai diri hanya akan membuat orang lain cemas				
32.	Melukai diri adalah cara untuk menangani permasalahan yang terbaik				

33.	Hanya orang yang berpikiran sempit yang mengatakan melukai diri sendiri dapat meringankan masalah				
34.	Saya cenderung mampu mengelola rasa takut saya dengan baik				
35.	Saya mampu menghadapi dan mengatasi rasa khawatir yang muncul pada diri saya dengan baik				
36.	Saya masih mampu menghadapi keadaan yang membuat saya panik dan cemas dengan baik				
37.	Teman dan berbagi cerita merupakan media yang tepat untuk mencari pertolongan dalam menyelesaikan masalah				
38.	Saat melukai diri, saya merasa masalah-masalah saya berkurang				
39.	Saya berdiskusi dengan orang tua saya sehingga saya mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik				
40.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik				

2. Skala Uji Coba X1 (*Self- Esteem*)

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa di sukai oleh teman-teman pergaulan				
2.	Orang sekitar saya menerima diri saya apa adanya				
3.	Orang-orang menyukai kehadiran saya				
4.	Saya merasa keluarga saya memahami perasaan saya				
5.	Saya merasa teman-teman dan lingkungan memahami perasaan saya				
6.	Orang lain lebih menyukai teman-teman saya di bandingkan diri saya				
7.	Saya merasa bahwa orang-orang mendekati saya bukan karena menerima saya apa adanya akan tetapi menginginkan sesuatu yang lebih dari saya				
8.	Orang-orang suka mendengarkan gagasan saya dan mengikuti gagasan saya				

9.	Ada atau tidak kehadiran diri saya di antara kumpulan teman-teman tidak ada bedanya dan bukan suatu masalah				
10.	Saya tidak dapat di andalkan				
11.	Saya merasa keluarga saya terlalu mengharapkan banyak dari saya				
12.	Saya yakin bahwa saya memiliki kemampuan yang tidak di miliki orang lain				
13.	Saya merasa tidak memiliki seorang teman yang benar mau menerima suka duka saya				
14.	Saya puas dengan kemampuan yang saya miliki				
15.	Saya merasa bahwa orang-orang jarang mendengar gagasan saya atau mengikuti gagasan saya				
16.	Saya mampu melakukan sesuatu seperti apa yang di lakukan oleh orang lain				
17.	Saya tidak takut akan kegagalan				
18.	Saya selalu optimis berhasil saat melakukan sesuatu				
19.	Saya merasakan banyak kekurangan pada diri saya				

20.	Saya mudah membiasakan diri dengan hal-hal baru				
21.	Segalanya dalam kehidupan saya sangat sulit				
22.	Di dalam segala hal, saya merasa selalu gagal				
23.	Saya sering merasa kecewa dengan hasil dari sebuah usaha yang sudah saya lakukan				
24.	Saya seringkali tidak yakin akan berhasil dengan apa yang saya lakukan				
25.	Saya mudah merasa putus asa				
26.	Saya merasa diri saya cukup berharga				
27.	Saya senang dengan diri saya beserta dengan keluarga dan teman-teman yang saya miliki				
28.	Saya sering merasa tidak berguna				
29.	Saya rasa ada banyak hal yang dapat di banggakan dari diri saya				
30.	Jika bisa di ubah, ada banyak hal yang ingin saya ubah dari diri saya				
31.	Saya sering membayangkan diri saya menjadi orang lain				
32.	Keluarga saya menghargai segala keputusan yang saya ambil				

33.	Saya berharap dapat lebih di hargai				
34.	Teman-teman saya sering mengajak saya berdiskusi dalam segala hal				
35.	Penampilan saya tidak semenarik penampilan orang lain				
36.	Saya sering di libatkan dalam kegiatan penting oleh orang-orang sekitar saya				

3. Skala Uji Coba X2 (Keharmonisan Keluarga)

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya menjalankan perintah agama dengan rutin				
2.	Saya menjauhi hal-hal yang berlawanan dengan perintah agama				
3.	Saya masih sering tidak menjalankan perintah agama secara rutin				
4.	Saya masih melakukan hal-hal yang bertentangan dengan perintah agama				
5.	Saya berusaha tekun dan terus belajar menambah ilmu agam untuk bekal saya di kehidupan yang akan datang				
6.	Saya tidak tertarik untuk mempelajari dan memperdalam ilmu agama				

7.	Orang tua mengajarkan ilmu agam dan pengetahuan agama sejak saya kecil				
8.	Keluarga tidak pernah berdiskusi tentang ilmu agama				
9.	Saya dan saudara saling bertukar pendapat dan memberikan saran ketika kami menghadapi masalah				
10.	Saya menceritakan masalah yang sedang di alami kepada orang tua maupun anggota keluarga yang lain				
11.	Saya menyimpan masalah saya sendiri				
12.	Kedua orang tua terbuka dalam segala hal				
13.	Kedua orang tua saya jarang berdiskusi				
14.	Saya merasa canggung untuk berdiskusi bersama anggota keluarga saya				
15.	Orang tua saya mau mendengarkan cerita saya dan memberikan respon yang baik				
16.	Orang tua sibuk sehingga susah untuk kumpul bersama keluarga				
17.	Orang tua saya masih menyisihkan waktu untuk kumpul bersama keluarga di tengah kesibukan pekerjaan mereka				

18.	Kami melakukan kegiatan sendiri-sendiri				
19.	Saya terbiasa makan bersama dengan keluarga				
20.	Orang tua saya menerapkan untuk tidak bermain hp saat berkumpul bersama keluarga				
21.	Orang tua dan anggota keluarga saling merencanakan dengan matang mengenai agenda berlibur bersama dengan keluarga				
22.	Saya sering bertanya mengenai kabar kepada seluruh anggota keluarga saya				
23.	Orang tua dan anggota keluarga sibuk dengan hp nya masing-masing ketika berkumpul bersama keluarga				
24.	Saya hanya peduli dengan diri saya sendiri				
25.	Keluarga kurang peduli mengenai kegiatan libur bersama keluarga				
26.	Orang tua dan anggota keluarga saya mudah peka jika saya sedang mengalami kesulitan dan selalu menawarkan bantuan				

27.	Orang tua kurang peka jika anggota keluarganya sedang mengalami kesulitan				
28.	Orang tua mau menghargai pendapat anak				
29.	Orang tua dan anggota keluarga saya memotong pembicaraan saya dan memberikan komentar negatif terhadap keputusan yang saya ambil				
30.	Saya tidak peduli pendapat orang tua saya karena sangat bertolak belakang dengan pendapat saya				
31.	Saya dan saudara saling menghargai pendapat masing-masing dan menghargai setiap keputusan yang di buat oleh anggota keluarga				
32.	Orang tua saya jarang memberikan fokus nya sepenuh nya ketika saya sedang bercerita dan meminta pendapat				

Lampiran 2

Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas *Self-Esteem*

No.	R-Hitung	R-Tabel	Kategori
1.	0,391	0,30	Valid
2.	0,613	0,30	Valid
3.	0,477	0,30	Valid
4.	0,301	0,30	Valid
5.	0,643	0,30	Valid
6.	0,683	0,30	Valid
7.	0,459	0,30	Valid
8.	0,421	0,30	Valid
9.	0,389	0,30	Valid
10.	0,749	0,30	Valid
11.	0,518	0,30	Valid
12.	0,541	0,30	Valid
13.	0,519	0,30	Valid
14.	0,661	0,30	Valid
15.	0,527	0,30	Valid
16.	0,338	0,30	Valid
17.	0,829	0,30	Valid
18.	0,646	0,30	Valid
19.	0,354	0,30	Valid
20.	0,504	0,30	Valid
21.	0,570	0,30	Valid
22.	0,626	0,30	Valid
23.	0,451	0,30	Valid
24.	0,641	0,30	Valid
25.	0,469	0,30	Valid
26.	0,400	0,30	Valid
27.	0,548	0,30	Valid
28.	0,755	0,30	Valid
29.	0,598	0,30	Valid
30.	0,338	0,30	Valid
31.	0,571	0,30	Valid
32.	0,422	0,30	Valid
33.	0,418	0,30	Valid
34.	0,389	0,30	Valid
35.	0,341	0,30	Valid
36.	0,285	0,30	Gugur

2. Validitas Keharmonisan Keluarga

No.	R-Hitung	R-Tabel	Kategori
1.	0,416	0,30	Valid
2.	0,593	0,30	Valid
3.	0,434	0,30	Valid
4.	0,097	0,30	Gugur
5.	0,352	0,30	Valid
6.	0,452	0,30	Valid
7.	0,619	0,30	Valid
8.	0,654	0,30	Valid
9.	0,768	0,30	Valid
10.	0,740	0,30	Valid
11.	0,480	0,30	Valid
12.	0,664	0,30	Valid
13.	0,669	0,30	Valid
14.	0,654	0,30	Valid
15.	0,807	0,30	Valid
16.	0,721	0,30	Valid
17.	0,514	0,30	Valid
18.	0,762	0,30	Valid
19.	0,807	0,30	Valid
20.	0,700	0,30	Valid
21.	0,284	0,30	Gugur
22.	0,679	0,30	Valid
23.	0,733	0,30	Valid
24.	0,371	0,30	Valid
25.	0,602	0,30	Valid
26.	0,763	0,30	Valid
27.	0,767	0,30	Valid
28.	0,790	0,30	Valid
29.	0,795	0,30	Valid
30.	0,524	0,30	Valid
31.	0,619	0,30	Valid
32.	0,679	0,30	Valid

3. Validitas *Self-Injury*

No.	R-Hitung	R-Tabel	Kategori
1.	0,727	0,30	Valid
2.	0,819	0,30	Valid
3.	0,866	0,30	Valid
4.	0,860	0,30	Valid
5.	0,839	0,30	Valid
6.	0,770	0,30	Valid
7.	0,667	0,30	Valid

8.	0,783	0,30	Valid
9.	0,803	0,30	Valid
10.	0,304	0,30	Valid
11.	0,649	0,30	Valid
12.	0,794	0,30	Valid
13.	-0,114	0,30	Gugur
14.	0,601	0,30	Valid
15.	0,344	0,30	Valid
16.	0,848	0,30	Valid
17.	0,407	0,30	Valid
18.	0,772	0,30	Valid
19.	0,616	0,30	Valid
20.	0,339	0,30	Valid
21.	0,641	0,30	Valid
22.	0,817	0,30	Valid
23.	0,216	0,30	Gugur
24.	0,645	0,30	Valid
25.	0,712	0,30	Valid
26.	0,771	0,30	Valid
27.	0,876	0,30	Valid
28.	0,881	0,30	Valid
29.	0,809	0,30	Valid
30.	0,705	0,30	Valid
31.	0,831	0,30	Valid
32.	0,843	0,30	Valid
33.	0,772	0,30	Valid
34.	0,565	0,30	Valid
35.	0,457	0,30	Valid
36.	0,619	0,30	Valid
37.	0,649	0,30	Valid
38.	0,863	0,30	Valid
39.	0,716	0,30	Valid
40.	0,769	0,30	Valid

4. Reliabilitas *Self-Esteem*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.919	36

5. Reliabilitas Keharmonisan Keluarga

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.947	32

6. Reliabilitas *Self-Injury*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.970	40

Lampiran 3

Skala Penelitian Setelah Uji Coba

Assalamualaikum wr.wb

Perkenalkan saya Anggi Indriyani mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Saya sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir (Skripsi) yang berjudul “Pengaruh *Self- Esteem* dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku *Self- Injury* pada Remaja di Kota Tangerang”

Dalam rangka penelitian yang akan saya lakukan, saya ingin meminta bantuan dan kerendahan hati teman-teman untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Bagi teman-teman dengan kriteria sebagai berikut :

1. Remaja berumur 10-19 tahun
2. Tempat tinggal atau domisil di Tangerang

Apabila teman-teman memiliki kriteria di atas, saya mohon bantuan teman-teman untuk mengisi google form penelitian ini. Teman-teman dapat mengisi dengan bebas tanpa rasa takut maupun tekanan, teman-teman bisa mengisi sesuai dengan apa yang teman-teman rasakan. Segala identitas dan hasil jawaban dari teman-teman akan dijamin kerahasiannya, karena data hanya digunakan semata-mata untuk kepentingan penelitian.

Teman-teman dapat mengisi bebas tanpa rasa takut dan sesuai apa yang teman-teman rasakan.

Petunjuk pengisian skala sebagai berikut :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Kesediaan dan bantuan dari teman-teman sangat berarti bagi penyelesaian tugas akhir ini, atas perhatian dan bantuan yang teman-teman berikan saya ucapkan terima kasih banyak.

Wassalamualaikum, wr.wb

Salam Hormat,

Anggi Indriyani

1. Skala Penelitian Y (*Self- Injury*)

No.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				
2	Saya melukai tangan saya ketika saya merasa jijik dengan diri saya sendiri				
3	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak berguna				
4	Saya mencakar diri saya sendiri ketika saya merasa bersalah				
5	Bagi saya melukai diri adalah cara yang paling ampuh jika saya sedang merasa kesal				
6	Bila saya mengalami luka, saya ingin mengobati luka tersebut dan ingin luka itu cepat pulih				
7	Saya melindungi diri saya dan anggota tubuh saya dari hal yang akan merugikan diri saya				
8	Saya memiliki pandangan tentang diri saya bahwa diri saya berharga				
9	Setiap saya kesal dan marah, saya melukai diri saya sendiri				
10	Saya selalu memaafkan diri saya				

11	Saya dapat mengatasi amarah saya dengan mengarahkan amarah saya pada kegiatan yang positif				
12	Perasaan marah dan kesal saya berkurang setelah saya melukai diri saya sendiri				
13	Saya menggigit jari berulang kali ketika saya sedang marah				
14	Orang tua saya berusaha menenangkan saya ketika saya marah				
15	Melukai diri adalah hal yang normal bagi saya				
16	Saya berbagi cerita kepada orang terdekat ketika saya sedang marah				
17	Saat melukai diri sendiri, saya tidak merasa sakit				
18	Melukai diri sendiri merupakan hal yang gila				
19	Saya mengukir sebuah nama, tulisan atau bentuk tertentu ketika saya merasakan stress				
20	Saya merasa sakit jika diri saya terluka atau mengalami luka di bagian tubuh				
21	Ketika mengalami sedih yang mendalam, saya menarik- narik rambut saya sendiri				
22	Sejak saya kecil, orangtua mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan masalah saya sendiri.				
23	Saya takut untuk melukai diri saya sendiri				

24	Saya menyayat kulit saya dengan benda tajam ketika saya merasa tertekan				
25	Bagi saya, melukai diri adalah satu-satunya jalan untuk menyelesaikan masalah				
26	Saya berulang kali menampar diri saya sendiri saat sedang takut				
27	Saat khawatir saya membenturkan kepala saya berulang kali				
28	Saya menggigit bagian tubuh saya ketika saya merasa cemas dan panik				
29	Melukai diri hanya akan membuat orang lain cemas				
30	Melukai diri adalah cara untuk menangani permasalahan yang terbaik				
31	Hanya orang yang berpikiran sempit yang mengatakan melukai diri sendiri dapat meringankan masalah				
32	Saya cenderung mampu mengelola rasa takut saya dengan baik				
33	Saya mampu menghadapi dan mengatasi rasa khawatir yang muncul pada diri saya dengan baik				
34	Saya masih mampu menghadapi keadaan yang membuat saya panik dan cemas dengan baik				
35	Teman dan berbagi cerita merupakan media yang tepat untuk mencari pertolongan dalam menyelesaikan masalah				

36	Saat melukai diri, saya merasa masalah-masalah saya berkurang				
37	Saya berdiskusi dengan orang tua saya sehingga saya mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik				
38	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik				

2. Skala Penelitian X1 (*Self- Esteem*)

NO.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa di sukai oleh teman-teman pergaulan				
2.	Orang sekitar saya menerima diri saya apa adanya				
3.	Orang-orang menyukai kehadiran saya				
4.	Saya merasa keluarga saya memahami perasaan saya				
5.	Saya merasa teman-teman dan lingkungan memahami perasaan saya				
6.	Orang lain lebih menyukai teman-teman saya di bandingkan diri saya				
7.	Saya merasa bahwa orang-orang mendekati saya bukan karena menerima saya apa				

	adanya akan tetapi menginginkan sesuatu yang lebih dari saya				
8.	Orang-orang suka mendengarkan gagasan saya dan mengikuti gagasan saya				
9.	Ada atau tidak kehadiran diri saya di antara kumpulan teman-teman tidak ada bedanya dan bukan suatu masalah				
10.	Saya tidak dapat di andalkan				
11.	Saya merasa keluarga saya terlalu mengharapkan banyak dari saya				
12.	Saya yakin bahwa saya memiliki kemampuan yang tidak di miliki orang lain				
13.	Saya merasa tidak memiliki seorang teman yang benar mau menerima suka duka saya				
14.	Saya puas dengan kemampuan yang saya miliki				
15.	Saya merasa bahwa orang-orang jarang mendengar gagasan saya atau mengikuti gagasan saya				
16.	Saya mampu melakukan sesuatu seperti apa yang di lakukan oleh orang lain				
17.	Saya tidak takut akan kegagalan				
18.	Saya selalu optimis berhasil saat melakukan sesuatu				

19.	Saya merasakan banyak kekurangan pada diri saya				
20.	Saya mudah membiasakan diri dengan hal-hal baru				
21.	Segalanya dalam kehidupan saya sangat sulit				
22.	Di dalam segala hal, saya merasa selalu gagal				
23.	Saya sering merasa kecewa dengan hasil dari sebuah usaha yang sudah saya lakukan				
24.	Saya seringkali tidak yakin akan berhasil dengan apa yang saya lakukan				
25.	Saya mudah merasa putus asa				
26.	Saya merasa diri saya cukup berharga				
27.	Saya senang dengan diri saya beserta dengan keluarga dan teman-teman yang saya miliki				
28.	Saya sering merasa tidak berguna				
29.	Saya rasa ada banyak hal yang dapat di banggakan dari diri saya				
30.	Jika bisa di ubah, ada banyak hal yang ingin saya ubah dari diri saya				
31.	Saya sering membayangkan diri saya menjadi orang lain				
32.	Keluarga saya menghargai segala keputusan yang saya ambil				

33.	Saya berharap dapat lebih di hargai				
34.	Teman-teman saya sering mengajak saya berdiskusi dalam segala hal				
35.	Penampilan saya tidak semenarik penampilan orang lain				

3. Skala Penelitian X2 (Keharmonisan Keluarga)

No.	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1	Saya menjalankan perintah agama dengan rutin				
2	Saya menjauhi hal-hal yang berlawanan dengan perintah agama				
3	Saya masih sering tidak menjalankan perintah agama secara rutin				
4	Saya berusaha tekun dan terus belajar menambah ilmu agama untuk bekal saya di kehidupan yang akan datang				
5	Saya tidak tertarik untuk mempelajari dan memperdalam ilmu agama				
6	Orang tua mengajarkan ilmu agama dan pengetahuan agama sejak saya kecil				
7	Keluarga tidak pernah berdiskusi tentang ilmu agama				

8	Saya dan saudara saling bertukar pendapat dan memberikan saran ketika kami menghadapi masalah				
9	Saya menceritakan masalah yang sedang di alami kepada orang tua maupun anggota keluarga yang lain				
10	Saya menyimpan masalah saya sendiri				
11	Kedua orang tua terbuka dalam segala hal				
12	Kedua orang tua saya jarang berdiskusi				
13	Saya merasa canggung untuk berdiskusi bersama anggota keluarga saya				
14	Orang tua saya mau mendengarkan cerita saya dan memberikan respon yang baik				
15	Orang tua sibuk sehingga susah untuk kumpul bersama keluarga				
16	Orang tua saya masih menyisihkan waktu untuk kumpul bersama keluarga di tengah kesibukan pekerjaan mereka				
17	Kami melakukan kegiatan sendiri-sendiri				
18	Saya terbiasa makan bersama dengan keluarga				
19	Orang tua saya menerapkan untuk tidak bermain hp saat berkumpul bersama keluarga				
20	Saya sering bertanya mengenai kabar kepada seluruh anggota keluarga saya				

21	Orang tua dan anggota keluarga sibuk dengan hp nya masing-masing ketika berkumpul bersama keluarga				
22	Saya hanya peduli dengan diri saya sendiri				
23	Keluarga kurang peduli mengenai kegiatan libur bersama keluarga				
24	Orang tua dan anggota keluarga saya mudah peka jika saya sedang mengalami kesulitan dan selalu menawarkan bantuan				
25	Orang tua kurang peka jika anggota keluarganya sedang mengalami kesulitan				
26	Orang tua mau menghargai pendapat anak				
27	Orang tua dan anggota keluarga saya memotong pembicaraan saya dan memberikan komentar negatif terhadap keputusan yang saya ambil				
28	Saya tidak peduli pendapat orang tua saya karena sangat bertolak belakang dengan pendapat saya				
29	Saya dan saudara saling menghargai pendapat masing-masing dan menghargai setiap keputusan yang di buat oleh anggota keluarga				
30	Orang tua saya jarang memberikan fokus nya sepenuh nya ketika saya sedang bercerita dan meminta pendapat				

Lampiran 4

Data Deskriptif

1. Deskripsi Subjek Penelitian

a. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-L	109	27.3	27.3	27.3
	Peremp	291	72.8	72.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

b. Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bekerja	7	1.8	1.8	1.8
	MAHASISWA	53	13.3	13.3	15.0
	SD	13	3.3	3.3	18.3
	SMA	181	45.3	45.3	63.5
	SMP	146	36.5	36.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

c. Usia

Usia					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11 Tahun	3	.8	.8	.8
	12 Tahun	9	2.3	2.3	3.0
	13 Tahun	29	7.2	7.2	10.3
	14 Tahun	76	19.0	19.0	29.3
	15 Tahun	57	14.2	14.2	43.5
	16 Tahun	60	15.0	15.0	58.5

	17 Tahun	66	16.5	16.5	75.0
	18 Tahun	48	12.0	12.0	87.0
	19 Tahun	52	13.0	13.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

2. Deskripsi Data Penelitian

a. Kategorisasi Variabel Penelitian

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	21	5.3	5.3	5.3
	Sedang	131	32.8	32.8	38.0
	Tinggi	248	62.0	62.0	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	19	4.8	4.8	4.8
	Sedang	139	34.8	34.8	39.5
	Tinggi	242	60.5	60.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	222	55.5	55.5	55.5
	Sedang	151	37.8	37.8	93.3
	tinggi	27	6.8	6.8	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

Lampiran 5

Hasil Uji Analisis dan Uji Hipotesis

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		400
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	11.08756482
Most Extreme Differences	Absolute	.033
	Positive	.025
	Negative	-.033
Test Statistic		.033
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

b. Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Self Injury * Self Esteem	Between Groups	(Combined)	80146.939	73	1097.903	5.393	.000
		Linearity	66217.964	1	66217.964	325.262	.000
		Deviation from Linearity	13928.975	72	193.458	.950	.593
	Within Groups		66368.171	326	203.583		

	Total		146515.110	399			
ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self Injury * Keharmonisan Keluarga	Between Groups	(Combined)	92379.550	69	1338.834	8.161	.000
		Linearity	79902.350	1	79902.350	487.069	.000
		Deviation from Linearity	12477.201	68	183.488	1.119	.260
	Within Groups		54135.560	330	164.047		
	Total		146515.110	399			

c. Uji Multikolinieritas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error				Tolerance	VIF
(Constant)	178.456	3.610		49.437	.000		
Self Esteem	-.385	.032	-.401	-11.922	.000	.744	1.344

Keharmonisan Keluarga	-.643	.040	-.535	-	.000	.744	1.344
				15.903			

a. Dependent Variable: Self Injury

2. Uji Hipotesis

a. Hipotesis pertama (Uji Regresi Sederhana *Self-Esteem* dan *Self-Injury*)

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	66217.964	1	66217.964	328.215	.000 ^b
	Residual	80297.146	398	201.752		
	Total	146515.110	399			

a. Dependent Variable: Self Injury

b. Predictors: (Constant), Self Esteem

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.672 ^a	.452	.451	14.204

a. Predictors: (Constant), Self Esteem

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	147.923	3.906		37.869	.000
	Self Esteem	-.646	.036	-.672	-18.117	.000

a. Dependent Variable: Self Injury

b. Hipotesis kedua (Uji Regresi Sederhana Keharmonisan Keluarga dan *Self-Injury*)

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	79902.350	1	79902.350	477.403	.000 ^b
	Residual	66612.760	398	167.369		
	Total	146515.110	399			

a. Dependent Variable: Self Injury

b. Predictors: (Constant), Keharmonisan Keluarga

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.738 ^a	.545	.544	12.937

a. Predictors: (Constant), Keharmonisan Keluarga

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	159.126	3.754		42.391	.000
	Keharmonisan Keluarga	-.887	.041	-.738	-21.850	.000

a. Dependent Variable: Self Injury

- c. Hipotesis ketiga (Uji Regresi Berganda *Self- Esteem* dan Keharmonisan Keluarga terhadap *Self- Injury*)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.816 ^a	.665	.664	11.115
a. Predictors: (Constant), Keharmonisan Keluarga, Self Esteem				

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	97464.407	2	48732.203	394.42	.000 ^b
	Residual	49050.703	397	123.553	2	
	Total	146515.110	399			
a. Dependent Variable: Self Injury						
b. Predictors: (Constant), Keharmonisan Keluarga, Self Esteem						

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Anggi Indriyani
Tempat Tanggal Lahir : Tangerang, 06 November 1998
Alamat : Periuk RT003/003 Kelurahan Periuk Kecamatan
Periuk Kota Tangerang 15131
No. HP : 089664705860
E-Mail : anggindryni@gmail.com
Riwayat Pendidikan : Formal
1. SD Negeri Periuk 5 : Lulus tahun 2010
2. SMPN 17 Tangerang : Lulus tahun 2013
3. SMAN 15 Tangerang : Lulus tahun 2016

Tangerang, 5 Juni 2023



Anggi Indriyani

1807016121