

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN KESEPIAN DENGAN  
PERILAKU *SELF HARM* REMAJA SMK**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Program Studi Psikologi Islam  
Jurusan Psikologi dan Psikoterapi  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
guna Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

**UMI PURWANTI**

**NIM : 181141093**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
JURUSAN PSIKOLOGI DAN PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**2023**

**VERA IMANTI, M.PSI., PSIKOLOG**

**PRODI PSIKOLOGI ISLAM**

**DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Hal : Skripsi Sdri. Umi Purwanti

Kepada Yth  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Di Tempat

*Assalamualaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, meneliti, mengkoreksi dan mengadakan perbaikan  
seperlunya terhadap skripsi saudara :

Nama : UMI PURWANTI

NIM : 18.11.41.093

Judul : HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN KESEPIAN  
DENGAN PERILAKU *SELF HARM* REMAJA

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui dan diajukan pada  
Sidang Munaqosyah Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan  
Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Surakarta, 7 Mei 2023

Pembimbing

  
Vera Imanti, M.Psi.Psikolog

NIK. 198110816 201701 2 172

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Umi Purwanti

NIM : 181141093

Tempat, Tanggal Lahir: Boyolali, 3 Januari 2000

Program Studi : Psikologi Islam

Jurusan : Psikologi dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Alamat : Bolo Kidul, RT.06, RW.02, Desa

Bolo, Kecamatan Wonosegoro,

Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah

Judul Skripsi : Hubungan Antara Harga Diri dan

Kesepian dengan Perilaku *Self Harm*

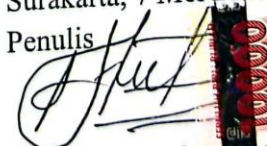
Remaja SMK

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar hasil karya sendiri, jika di kemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Demikian pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 7 Mei 2023

Penulis



**Umi Purwanti**


**NIM 18.11.41.093**



**HALAMAN PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN KESEPIAN**  
**DENGAN PERILAKU *SELF HARM* REMAJA SMK**

Disusun Oleh :  
**UMI PURWANTI**  
**NIM. 181141093**  
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Program Studi Psikologi Islam  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Pada hari Rabu, 14 Juni 2023  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat  
Guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Surakarta, 22 Juni 2023  
Penguji Utama

  
**Wakhid Musthofa, M.Psi. Psikolog**  
**NIP. 198611092018011002**

Penguji II/ Ketua Sidang


  
**Vera Imanti, M.Psi.**

**Psikolog**

**NIK. 198110816 201701**

**2 172**

Penguji II/ Sekretaris Sidang

  
**Triyono, S.Sos.I., M.Si**  
**NIP. 19821012 201701 1 170**

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
UIN Raden Mas Said Surakarta



**Prof. Dr. Islah, M.Ag**  
**NIP. 19730522 200312 1 001**

iii

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Puji syukur Alhamdulillah telah terselesaikannya skripsi ini. Saya ingin mempersembahkan karya saya kepada orang-orang yang saya hormati, sayangi dan yang selalu hadir mendukung saya. Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Ayah dan Ibuku tercinta. Bapak Sumardi dan Ibu Satini. Ucapan terimakasih yang tak pernah ada habisnya atas doa yang selalu terpanjatkan untuk peneliti, serta cinta, perhatian, perjuangan, dukungan, dan kasih sayang yang tiada tergantikan dan akan selalu tertanam dalam hati.
2. Keluarga besarku yang tak pernah henti memberikan dukungan dan doa terbaiknya.
3. Almamater UIN Raden Mas Said Surakarta

## **MOTTO**

*Salah satu bentuk rasa syukur untuk setiap hal yang sudah terjadi adalah dengan menerima, menghargai diri sendiri dan tidak menyakiti diri sendiri.*

**(Umi Purwanti)**

*"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya"*

**(Q.S Al-Baqarah, 2 : 286)**

## ABSTRAK

**Umi Purwanti, 181141093, *Hubungan antara Harga Diri dan Kesepian dengan Perilaku Self Harm Remaja SMK. Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah. Universitas Islam Negeri Surakarta. 2023.***

Remaja yang tidak mampu mengatasi masalah yang dimiliki dapat menimbulkan emosi negatif dan efek negatif. Ketika emosi negatif ini tidak terkendali, remaja sering kali cenderung melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri, termasuk melakukan *self harm* atau perilaku melukai diri sendiri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja.

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Populasi dari penelitian ini adalah siswa-siswi SMK “X” di Kabupaten Boyolali. Sampel penelitian ini berjumlah 55 orang yang dipilih melalui teknik *accidental sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan *Rosenberg Self Esteem Scale*, *de Jong Gierveld Loneliness Scale*, dan *Deliberate Self Harm Inventory*. Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian adalah analisis regresi berganda dengan bantuan aplikasi SPSS 29.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja SMK “X”. Kedua variabel memberikan sumbangsih sebesar 20,4% dengan nilai korelasi signifikan (p) sebesar 0,002 dan 0,001 dimana  $0,002 \text{ dan } 0,001 < 0,05$  ( $p < 0,05$ ). Implikasi penelitian ini adalah ketika remaja melakukan *self harm* maka dapat dikurangi dengan meningkatkan harga diri dan mengalihkan kesepian dengan berbagai kegiatan yang positif.

**Kata Kunci :** Harga Diri, Kesepian, Self Harm

## ABSTRACT

**Umi Purwanti. 181141093. *Correlation between Self Esteem and Loneliness with Adolescent Self Harm Behavior at SMK. Islamic Psychology. Faculty Ushuluddin and Dakwah. Raden Mas Said State Islamic University Surakarta. 2023.***

Teenagers who are unable to overcome the problems they have can cause negative emotions and negative effects. When these negative emotions are out of control, teenagers often tend to commit acts that are self-defeating, including self-harm or self-harm behavior. The purpose of this study was to determine the relationship between self-esteem and loneliness with adolescent self-harm behavior.

The type of research used is correlational quantitative. The population of this study were students of SMK "X" in Boyolali Regency. The sample of this research was 55 people selected through accidental sampling technique. Data collection techniques used the Rosenberg Self Esteem Scale, de Jong Gierveld Loneliness Scale, and the Deliberate Self Harm Inventory. The statistical analysis used in this research is multiple regression analysis with the help of the SPSS 29 application.

The results of the study showed that there was a significant relationship between self-esteem and loneliness with the self-harm behavior of adolescents at SMK "X". The two variables contributed 20.4% with significant correlation values (p) of 0.002 and 0.001 where  $0.002$  and  $0.001 < 0.05$  ( $p < 0.05$ ). The implication of this research is that when adolescents commit self-harm it can be reduced by increasing self-esteem and diverting loneliness with a variety of positive activities.

**Keywords:** Self-Esteem, Loneliness, Self-Harm



## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Wr. Wb.*

*Alhamdulillahirabbil'almin*, segala puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Self Esteem* dan *Loneliness* dengan Perilaku *Self Harm* Remaja SMK”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Penulis menyadari bahwa terselesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, baik secara materil maupun moril. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Mudhofir, S.Ag., M.Pd. selaku Rektor UIN Raden Mas Said Surakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Islah, S.Ag., M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta.
3. Ibu Dr. Retno Pangestuti, M.Psi. selaku Kepala Jurusan Psikologi dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta sekaligus sebagai penguji utama.
4. Bapak Triyono, S.Sos. I., M.Si. selaku koordinator Program Studi Psikologi Islam UIN Raden Mas Said Surakarta sekaligus sebagai Penguji II/Sekretaris sidang.
5. Bapak Wakhid Musthofa, M.Psi., Psikolog. selaku penguji utama.
6. Ibu Vera Imanti, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing.
7. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
8. Seluruh staf Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta yang telah memberikan pelayanan yang baik kepada penulis.
9. Teman-temanku Zalsa, Setia, Prapti, Aulia, Defi, Lia, Ulfa, Dek Mul, Nopek dan Anisa yang selalu membantu dan selalu memberikan semangat, serta dukungan.

10. Seluruh teman seperjuangan angkatan 2018, khususnya PI C yang telah menghiasi hari-hari dengan penuh cerita, kebersamaan, keceriaan, serta berbagai pengalaman yang tidak akan terlupakan.
11. Seluruh subjek serta seluruh pihak yang telah berjasa dalam menyelesaikan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan serta masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Somoga skripsi sederhana ini dapat memberikan manfaat bagi penyusun serta bagi pembaca. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat menjadi langkah awal bagi peneliti untuk meraih kesuksesan di masa yang akan datang.

*Aamiin Allahumma Aamiin.*

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Surakarta, 7 Mei 2023

Penulis



**Umi Purwanti**

**NIM.18.11.41.093**

## DAFTAR ISI

<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>MOTTO</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	11
C. Rumusan Masalah .....	11
D. Tujuan Penelitian .....	12
E. Manfaat Penelitian .....	12
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	14
A. Landasan Teori .....	14
1. Self harm .....	14
2. Harga Diri ( <i>Self Esteem</i> ).....	20
3. Kesepian ( <i>Loneliness</i> ) .....	26
B. Telaah Pustaka .....	31
C. Kerangka Berpikir .....	35
D. Hipotesis .....	37
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	39

A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	39
B. Identifikasi Variabel .....	39
C. Definisi Operasional Variabel .....	40
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	42
E. Teknik Pengumpulan Data .....	44
F. Teknik Validitas, Daya Beda Item dan Reliabilitas .....	49
G. Teknik Analisis Data .....	51
<b>BAB IV HASIL PENEITIAN .....</b>	<b>53</b>
A. Setting Penelitian.....	53
1. Orientasi Kancan penelitian.....	53
2. Gambaran Subjek Penelitian.....	54
3. Pelaksanaan penelitian .....	55
4. Uji coba alat ukur.....	57
5. Hasil uji coba skala .....	57
B. Hasil penelitian .....	59
C. Pembahasan .....	65
D. Keterbatasan penelitian .....	68
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>69</b>
A. Kesimpulan .....	69
B. SARAN .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>75</b>

## DAFTAR BAGAN

Bagan Kerangka Berfikir.....	37
------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Blueprint Rosenberg Self Esteem Scale.....	45
Tabel 2 Penentuan Skor Alternatif Jawaban Rosenberg Self Esteem Scale ....	45
Tabel 3 Blueprint de Jong Gierveld Loneliness Scale .....	46
Tabel 4 Penentuan Skor Alternatif .....	47
Tabel 5 Blueprint Skala Self Harm .....	47
Tabel 6 Penentuan Skor Alternatif Jawaban Deliberate Self Harm.....	48
Tabel 7 Nilai Indeks Daya Diskriminasi Item .....	50
Tabel 8 Karakteristik Usia Subjek .....	54
Tabel 9 Karakteristik Gender Subjek.....	55
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas .....	59
Tabel 11 Hasil Uji Linearitas .....	60
Tabel 12 Hasil Uji Hipotesis Model Coefficients .....	61
Tabel 13 Hasil Uji Hipotesis Model ANOVA .....	63
Tabel 14 Hasil Uji Hipotesis Model Summary .....	63
Tabel 15 Analisis Korelasi .....	64

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Uji Coba .....	75
Lampiran 2 Tabulasi Data Uji Coba Skala Harga Diri .....	80
Lampiran 3 Tabulasi Data Uji Coba Skala Kesepian.....	81
Lampiran 4 Tabulasi Data Uji Coba Skala Self Harm.....	82
Lampiran 5 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Harga Diri.....	83
Lampiran 6 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kesepian .....	85
Lampiran 7 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Self Harm .....	87
Lampiran 8 Skala Penelitian .....	89
Lampiran 9 Tabulasi Data Penelitian Skala Self Harm .....	94
Lampiran 10 Tabulasi Data Penelitian Skala Harga Diri.....	98
Lampiran 11 Tabulasi Data Penelitian Skala Kesepian .....	99
Lampiran 12 Output Uji Normalitas .....	100
Lampiran 13 Output Uji Linearitas .....	101
Lampiran 14 Output Uji Regresi Berganda .....	101
Lampiran 15 Output Analisis Koefisien Determinasi .....	102
Lampiran 16 Skala Kuisisioner .....	106
Lampiran 17 Daftar Riwayat Hidup.....	107

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan masa peralihan perkembangan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Pada masa ini, remaja mengalami perubahan-perubahan dalam dirinya baik secara fisik, psikologis dan emosi. Dalam menjalani masa transisi ini akan muncul konflik-konflik yang terjadi pada remaja. Menurut Hall (dalam Santrock, 2015) perasaan yang dirasakan remaja ini ditandai dengan adanya konflik dan perubahan suasana hati. Konflik tersebut dapat terjadi dari faktor internal ( konflik dalam dirinya ) maupun eksternal (konflik yang berasal dari luar). Konflik-konflik ini menyebabkan seseorang menjadi tertekan secara emosional menimbulkan perasaan yang tidak nyaman pada dirinya (Azizah, 2013). Konflik yang dirasakan setiap individu ini dapat diselesaikan dengan cara yang berbeda-beda. Individu ada yang mampu menyelesaikan konflik yang terjadi dalam hidupnya maupun ada yang tidak dapat menyelesaikan konfliknya. Individu yang tidak mampu menyelesaikan konfliknya ini dapat menimbulkan distress. Distress tersebut dapat menimbulkan emosi negatif atau afek negatif.

Menurut Maidah (2013) emosi itu dapat berupa sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dendam dan emosi- emosi negatif lainnya. Bentuk penyaluran emosi yang dirasakan individu dapat dilakukan secara positif, namun beberapa individu melakukan penyaluran emosi ini secara



negatif. Bentuk penyaluran emosi secara positif, misalnya dengan olahraga, nonton film, atau pergi bersama teman-temannya. Sedangkan penyaluran emosi secara negatif ini dilakukan dengan cara menyakiti diri sendiri, seperti mengurung dirinya di dalam kamar, tidak makan dan minum seharian, memukul-mukul kepala, mecakar tubuhnya, melukai tubuhnya dengan sengaja tanpa niat melakukan bunuh diri. Aryatmi (dalam Azizah, 2013) mengatakan bahwa remaja sering mengalami ketidakseimbangan emosi yang mengakibatkan emosi remaja yang mudah bergejolak dan tidak menentu. Akibat dari emosi tidak menentu ini dapat menimbulkan perasaan-perasaan negatif, seperti minder, merasa diri tidak berguna, ingin menang sendiri dan lain sebagainya yang dimanifestasikan dalam perilaku agresif. Perilaku menyakiti atau melukai diri tanpa berniat bunuh diri ini juga dilakukan dengan menyilet bagian tubuhnya (misalnya, pergelangan tangan). Perilaku ini disebut dengan perilaku *self harm*.

*Self harm* yang berarti perilaku menyakiti diri sendiri dimana individu sengaja melukai dirinya sendiri dan menimbulkan kerusakan langsung pada tubuhnya tanpa maksud bunuh diri yang tidak disetujui secara sosial maupun budaya (Asyafina & Salam, 2022). *Self harm* adalah mekanisme *coping* yang digunakan individu untuk mengatasi rasa sakitnya secara emosional dengan memberikan sensasi pada dirinya (Shofia, 2018). *Self harm* dilakukan dengan cara melukai diri sendiri dengan sengaja meliputi menyayat bagian kulit tubuh dengan pisau atau silet (*cutting*), memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh tertentu, menarik rambut dengan keras, bahkan sampai memotong bagian tubuh

tertentu, dan lain sebagainya (Whitlock et al., 2015). Pelaku *self harm* melakukan tindakan menyakiti diri sendiri secara sengaja dengan alasan untuk mengurangi ketegangan, agar merasa lebih tenang dari perasaan yang tidak nyaman akibat dari penolakan yang dirasakan. Pendapat ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kurniawaty, 2012), bahwa perasaan tenang tersebut hanya bersifat sementara, karena pada dasarnya tindakan menyakiti diri sendiri tidak menyelesaikan permasalahan. Individu yang melakukan *self harm* memiliki beberapa karakteristik, yaitu : tidak dapat menyampaikan emosi atau perasaannya, sangat tidak menyukai dirinya sendiri, mengalami depresi atau stres berat, mengalami kecemasan kronis, memiliki harga diri yang rendah, tidak merasa memiliki kemampuan dalam mengatasi masalah, sangat peka terhadap penolakan.

Fenomena *self harm* berdasarkan studi Radham & Hawton (dalam Maidah, 2013) ditunjukkan bahwa sekitar 13% sampai 25% dari remaja dan dewasa muda yang disurvei di sekolah merupakan perilaku *self harm*. Wibisono & Gunatirin (2018) mengatakan bahwa prevalensi perilaku self harm dilakukan lebih banyak oleh remaja perempuan dibandingkan oleh remaja laki-laki. Penelitian yang dilakukan negara barat, *self harm* dilihat sebagai perilaku feminim pada remaja perempuan berusia 15 sampai 19 tahun (Fadhila & Syafiq, 2020). Pada penelitian lainnya dilaporkan tidak adanya perbedaan gender pada remaja yang melakukan *self harm* (Paramita et al., 2020).

Remaja yang berperilaku *self harm* lebih banyak menyembunyikan perilakunya karena merasa malu dan takut akan tanggapan orang lain. Menurut

Hidayati (dalam Laila faried, IGAA Noviekayati, 2018) di Indonesia sendiri, belum ditemukan banyak data mengenai remaja dengan perilaku *self harm*, hal ini disebabkan karena fenomena menyakiti diri sendiri seperti fenomena gunung es, sehingga sulit diadakannya survei untuk memperoleh jumlah pelaku sebenarnya. Jumlah remaja yang diketahui memiliki perilaku *self harm* ini tidak menutup kemungkinan bisa bertambah. Perilaku *self harm* bisa menjadi sebuah tanda yang sangat jelas untuk percobaan bunuh diri (Gratz, 2001). Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (2019) yang menyelenggarakan survei kesehatan pada pelajar SLTP dan SLTA dengan rentang usia 12-18 tahun, dengan sampel survey berasal dari 75 sekolah di 68 kabupaten/kota di 26 provinsi. Ditemukan data keinginan untuk bunuh diri pada masa SLTP dan SLTA sebesar 4,3% pada laki-laki dan 5,9% pada perempuan.

Pada awal bulan September 2018, Tribun News melaporkan bahwa 56 pelajar di Surabaya menyayat tangannya sendiri (Zharo, 2018). Hal itu membuat Wali Kota Surabaya, Ibu Tri Rismaharini ikut turun tangan menangani fenomena tersebut. Beliau mengatakan bahwa *cutting* massal ini terjadi terkait masalah psikologis. Penelitian yang dilakukan Ulum, dkk (2019), kurang lebih ada 30 siswa-siswi yang melakukan tindakan *self harm*. Bentuk tindakan *self harm* yang dilakukan kebanyakan yaitu menyayat tangan. Alasan siswa melakukan tindakan self harm yaitu : 1) karena frustrasi atau banyak masalah sebanyak 22%, 2) karena ikut-ikutan teman sebanyak 57%, 3) karena pengaruh media sosial sebanyak 21%. Adapun juga penelitian yang dilakukan oleh (Shofia, 2018), diketahui bahwa sebanyak 30,7% siswa melaporkan telah

melakukan *self harm*. Perilaku yang paling umum dilakukan oleh pelaku *self harm* yaitu : 52% memotong bagian dirinya.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan seorang remaja berusia 17 tahun yang memiliki perilaku *self harm* mengatakan bahwa dirinya memiliki beberapa teman. Walaupun memiliki teman, ia merasa adanya kehampaan dalam hubungan sosialnya. Ketika ia merasakan kebersamaan dengan teman-temannya, ada perasaan kosong yang ia sendiri bingung. Apa yang ia lakukan ataupun masalah yang ia hadapi jarang sekali ia ceritakan pada temannya. Hubungan dengan keluarganya bisa dibilang tidak terlalu harmonis. Setiap ada permasalahan yang dialaminya ia jarang sekali menceritakan ke keluarganya, sesekali saja ia menceritakan keteman dekatnya. Biasanya ketika ada permasalahan yang dialaminya, menyayat pergelangan tangan menjadi pilihannya untuk meredakan perasaannya sejenak.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan remaja berusia 18 tahun dengan perilaku *self harm*. Ia mengatakan hubungannya dengan keluarga tidak terlalu dekat. Jarang sekali ia menceritakan apa yang ia rasakan. Hubungan sosial atau pertemanannya disekolah pun hanya biasa saja, tidak ada teman dekat. Setiap permasalahan yang dihadapinya, tidak ia ceritakan ke orang tua ataupun adiknya, bahkan tidak ke temannya. Permasalahan yang ia hadapi seringkali ia lampiaskan untuk melukai tangannya. Karena tidak adanya teman yang mampu membuatnya menceritakan masalah yang ia hadapi, seringkali ia hanya menyendiri di kamarnya. Ia merasa juga tidak adanya kepedulian dari orang-orang terdekatnya membuatnya merasa sendiri.

Alderman (dalam Kurniawaty, 2012) mengatakan bahwa *self harm* merupakan suatu metode pertahanan hidup, koping stres guna melepaskan emosi negatif seperti kekecewaan, kecemasan, rasa stres dan perasaan negatif lainnya. Pelaku melakukan *self harm* karena tidak mampu mengontrol atau mengendalikan perasaan negatifnya, perasaan ini tidak bisa lagi diluapkan atau diungkapkan dengan kata-kata, maka mereka melampiaskannya dengan rasa sakit. *Self harm* dilakukan karena perilaku ini merupakan bentuk penyaluran emosi negatif dari rasa sakit psikis yang terpendam, setelah melukai dirinya hingga menimbulkan luka, maka pelaku akan merasa puas, tenang dan nyaman selain itu mereka merasa telah menlenyapkan kondisi emosi tidak menyenangkan yang mereka rasakan pada saat itu. Keputusan, depresi, dan berbagai faktor psikososial merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku *self harm* dalam penelitian (Valentina & Oshel, 2014). Faktor psikososial ini ada kepuasan tubuh, gangguan makan, dukungan sosial dan yang terakhir adalah harga diri. Harga diri merupakan dasar kebutuhan bagi setiap manusia, karena hal ini dapat memberikan perasaan bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk berhasil meskipun memiliki kelemahan dan pernah mengalami kegagalan (Putri, 2020).

Clemes dan Bean (dalam Olva & Ibrahim, 2014) harga diri seseorang tergantung bagaimana dia menilai tentang dirinya yang dimana hal ini akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Penilaian individu ini diungkapkan dalam sikap-sikap yang dapat bersifat positif dan negatif. Cipta et al., (2019) mendefinisikan harga diri sebagai bentuk penilaian terhadap diri

sendiri yang dilakukan oleh remaja yang berkaitan dengan kondisi dirinya sendiri. Penilaian ini akan menghasilkan cerminan penerimaan diri atau penolakan diri, serta menunjukkan seberapa jauh remaja percaya terhadap dirinya sendiri, seberapa dirinya merasa mampu, penting dan berharga bagi diri sendiri maupun orang lain. Harga diri bukanlah suatu sifat bawaan yang tidak dapat diubah. Harga diri dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti suasana jiwa, kondisi kesehatan, penerimaan, penolakan, dan lain sebagainya. Maslow (dalam Alwisol, 2012) menyatakan bahwa individu dengan harga diri positif akan diterima, diapresiasi, dan mendapatkan penghargaan dari orang lain. Selain itu, ia memiliki kepuasan terhadap harga dirinya yang akan menimbulkan perasaan percaya diri, diri berharga, diri mampu, dan perasaan berguna.

Sedangkan Story (dalam Baron, 2004) menyatakan bahwa seseorang dengan harga yang rendah mengingat peristiwa yang tidak menyenangkan dengan lebih baik untuk mempertahankan sebuah evaluasi diri yang negatif. Menurut Bandura (dalam Khatib, n.d., 2006) harga diri adalah sebuah evaluasi positif terhadap diri sendiri. Hal ini didukung oleh Kohn (dalam Khatib, n.d., 2006) bahwa harga diri adalah penilaian yang baik pada diri sendiri tentang perilaku atau penilaian yang baik pada diri dan karakteristik yang dimiliki. Alwisol, (2012) mengatakan bahwa harga diri adalah keseluruhan dari rasa berharga dan kemampuannya.

Rosenberg (dalam Rahma, 2019) mengemukakan bahwa individu dapat lebih bahagia, sukses dan nyaman dalam berinteraksi dengan orang lain karena adanya harga diri. Harga diri merupakan kebutuhan yang dimiliki setiap

individu. Individu yang memiliki harga diri tinggi menunjukkan sejauh mana individu menerima keadaan dirinya sendiri sebagai orang yang berharga, sebaliknya individu dengan harga diri yang rendah memandang dirinya sebagai orang yang tidak berharga atau layak (Astuti & Kamsih, 2014). Harga diri yang rendah dapat mengganggu keberfungsian pada kehidupan yang dijalannya terutama hubungan antar individu. Harga diri juga dapat terbentuk dari hubungan sosial yang didalamnya ada perasaan dihormati dan dihargai. Timbulnya perasaan dihargai dan dihormati ini dapat terjalin dengan adanya rasa kepemilikan dalam hubungan sosial. Ketidakmampuan individu untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain, akan mudah menimbulkan perasaan kesepian (Agustin et al., 2019).

Kesepian merupakan kondisi tidak terpenuhinya kebutuhan berkomunikasi serta membina hubungan persahabatan yang akrab dan mendalam. Menurut Muthia et al., (2015), *self harm* pada kalangan siswa sekolah disebabkan oleh kesepian. Hal ini disebabkan karena kesepian melibatkan keadaan emosi dan juga kognitif. Peplau dan Perlman (dalam Sugianto, 2020) mendefinisikan kesepian sebagai akibat dari ketidakmampuan individu dalam menjalin hubungan sosial, yang merupakan pengalaman subjektif, serta adanya perasaan tidak menyenangkan maupun tertekan.

Kesepian membuat individu merasakan kekosongan atau kehampaan dalam diri karena merasa tidak menerima kepedulian dari orang lain. Kepedulian, perhatian, dan rasa hormat dari orang lain pada individu dapat membuat seseorang merasakan kenyamanan dalam suatu hubungan sosial. Hal ini

didukung oleh Perlman & Peplau (dalam Ronka, 2013) yang mengatakan kesepian dapat dirasakan bila tidak adanya rasa nyaman dalam hubungan sosial yang mereka jalani. Perasaan hampa ini juga dapat mengganggu keseimbangan dalam aspek kepribadian seorang individu.

Remaja lebih sering merasa kesepian ketika merasa ditolak, terasing dan tidak mampu memiliki peran dalam lingkungannya (Zuhra, 2017). Berdasarkan hasil penelitian Pretty (dalam Zuhra, 2017) terhadap 234 remaja berusia 13-18 tahun di Australia ditemukan bahwa *sense of community* dan *social support* mempengaruhi tingkat kesepian pada remaja. Keinginan remaja untuk menjadi bagian dalam sebuah komunitas sosial dan mendapatkan dukungan dari lingkungan sosialnya apabila tidak terpenuhi akan mempengaruhi tingginya tingkat kesepian pada remaja. Selain itu, dalam perkembangan sosialnya remaja mengalami perubahan hubungan. Perubahan tersebut adalah remaja mulai memisahkan diri dari orang tua menuju pada keintiman dengan teman-teman sebaya. Perubahan hubungan tersebut memerlukan kesinambungan, perubahan memisahkan diri dari orang tua tanpa disertai perubahan hubungan remaja menuju teman sebaya akan mengakibatkan remaja mengalami kesepian.

Penelitian King dan Merchan (dalam Dewi & Hamidah, 2013) menemukan bahwa salah satu variabel interpersonal sebagai faktor resiko bunuh diri pada remaja adalah kesepian. Apabila dihubungkan dengan perilaku melukai diri, terdapat sebuah hubungan yang signifikan diantara kesepian dengan perilaku tersebut, baik pada laki-laki dan perempuan, dimana perempuan memiliki tingkat melukai diri yang lebih tinggi daripada laki-laki dan laki-laki memiliki



tingkat bunuh diri yang tinggi dari pada perempuan. Salah satu penjelasannya dapat dilihat dari hubungan sosial yang bervariasi dan berubah-ubah ketika masa kanak-kanak dan remaja mereka sehingga mereka tidak memiliki suatu hubungan sosial yang bisa diandalkan dan susah beradaptasi sehingga tidak memiliki suatu orang *supportive* yang sangat penting untuk individu seusia mereka (Ronka, 2013). Tanpa orang yang *supportive* tersebut, remaja akan memiliki risiko lebih besar untuk melukai diri sendiri karena mereka tidak memiliki seseorang untuk membantu mereka mencari solusi permasalahan yang sehat. Oleh karenanya, ia kemudian mencari jalan lain untuk membantu mengeluarkan emosinya yang terpendam. Salah satu jalan untuk mengeluarkan emosi tersebut adalah dengan melukai diri (Maidah, 2013) agar ia dapat merasa puas setelah menghukum dirinya. Perilaku melukai diri mungkin akan terjadi setelah seseorang memiliki keinginan untuk melakukannya. Selain itu, karena beberapa faktor, misalnya takut dengan anggapan orang lain atau faktor budaya dan agama, ada juga beberapa yang mungkin tidak benar-benar melukai dirinya, melainkan hanya mencari kepuasan dengan hanya membayangkan atau memiliki keinginan untuk melukai dirinya sebagai jalan untuk mengeluarkan emosi.

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* pada remaja. Penelitian ini dilakukan pada remaja pertengahan yang bersekolah di SMK yang berada di Kabupaten

Boyolali. Dengan demikian, penelitian ini berjudul “Hubungan antara Harga Diri dan Kesepian dengan Perilaku *Self Harm* Remaja”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1. Berbagai konflik yang dialami pada masa remaja menyebabkan remaja menjadi tertekan secara emosional.
2. Perasaan negatif pada remaja dimanifestasikan dalam perilaku agresif sampai melukai diri tanpa berniat bunuh diri atau perilaku ini biasa disebut dengan perilaku *self harm*.
3. Individu dengan harga diri rendah memandang dirinya sebagai orang yang tidak berharga dan tidak layak.
4. Ketika remaja merasakan kekosongan atau kehampaan, merasa ditolak, terasing dan tidak mampu memiliki peran dalam lingkungannya para remaja lebih memilih untuk melampiaskan apa yang yang dirasakannya dengan melukai dirinya sendiri.
5. Remaja mencoba mengisolasi dirinya dan mencari jalan keluar lain untuk membantu meluapkan emosinya dengan melukai dirinya.

## **C. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan yang bermanfaat terhadap pengembangan ilmu psikologi khususnya dibidang psikologi klinis, pendidikan dan sosial yang berkaitan dengan perilaku *self harm* atau melukai diri sendiri yang terjadi pada remaja.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan informasi dan berguna dalam membantu remaja dengan perilaku *self harm* untuk membangun harga dirinya.

###### b. Bagi Orang Tua dan Guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan edukasi kepada orang tua, wali, pengasuh, guru mengenai pengaruh harga diri dan kesepian terhadap perilaku *self harm* pada remaja sehingga dapat menjadi bahan pembelajaran, baik dalam menangani maupun mencegah perilaku *self harm* dikalangan remaja.

###### c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan pengetahuan bagi masyarakat mengenai fenomena yang terjadi pada anak usia

remaja. Sehingga dapat memberikan wawasan dan kontribusi wacana bagi masyarakat luas mengenai pengaruh harga diri dan kesepian terhadap perilaku *self harm* pada remaja.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan pertimbangan untuk meneliti hal yang sama dipenelitian selanjutnya. Baik dari segi variabel, metode penelitian, sampai dengan subjek penelitian.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Landasan Teori**

##### **1. Self Harm**

###### a. Definisi *Self Harm*

*Self harm* memiliki istilah-istilah lainnya, seperti *self-injury*, *selfmutilation*, atau *self-wounding* (Favazza & Rosenthal, 2015). *Self harm* didefinisikan oleh Gratz (2001) sebagai tindakan pengrusakan atau pengubahan langsung pada tubuh tanpa niat untuk bunuh diri yang disadari dan jelas tetapi mengakibatkan luka pada kulit. Kusumadewi (2019) mendefinisikan *self harm* sebagai perilaku menyakiti diri secara disengaja untuk menghilangkan rasa sakit psikologis individu.

*Self harm* merupakan tindakan secara sengaja menyakiti atau merusak bagian tubuh tanpa adanya niatan untuk bunuh diri (dalam Tan et al., 2021). Lebih lanjut dijelaskan bahwa tindakan *self harm* ini merupakan upaya untuk mengurangi emosi negatif yang dirasakan begitu meluap serta untuk mengekspresikan kemarahan dalam diri individu. *Self harm* dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition-Text Revision* (DSM-IV-TR) merupakan salah satu gejala dari *borderline personality disorder* dan terkadang dikaitkan dengan beberapa gangguan jiwa lainnya misalnya, gangguan depresi, manik, bipolar, dan kecemasan. Menurut DSM-V ( dalam Zetterqvist, 2015) dijelaskan kriteria seseorang memiliki perilaku *selfharm*, yaitu : (1) Seseorang telah melakukan *selfharm*

selama 12 bulan terakhir, setidaknya dilakukan pada lima hari yang berbeda, dan (2) *Self harm* merupakan perilaku yang berbahaya, bukan merupakan hal yang sepele dan tidak merupakan bagian dari sebuah praktek yang diterima secara sosial.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut maka disimpulkan bahwa definisi *self harm* adalah tindakan atau perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan dengan cara disengaja tanpa ada maksud dan tujuan untuk melakukan tindakan bunuh diri tetapi bagi para pelakunya tindakan ini merupakan salah satu metode atau cara yang tepat dalam melampiaskan emosi negatifnya.

#### b. Aspek Perilaku *Self harm*

Klonsky et al., (2011) mengemukakan beberapa aspek karakteristik dari perilaku self harm, yaitu :

##### 1) Memiliki emosi yang negatif

Menurut Klonsky bahwa individu yang memiliki emosi negatif memiliki resiko yang tinggi untuk melakukan *self harm*. Klonsky juga menyatakan bahwa individu yang melukai diri sendiri telah ditemukan untuk skor tertinggi pada ukuran-ukuran tempramen negatif, disregulasi emosi, depresi, dan kecemasan. Pengalaman emosi negatif yang meningkat dapat menjadi alasan utama bagi individu untuk melakukan *self harm* untuk meringankan emosi sementara.

Menurut Santrock (2015) menyatakan bahwa banyak remaja yang tidak dapat mengelola emosinya secara efektif. Akibat dari remaja yang

tidak dapat mengelola emosinya secara efektif yaitu rentan mengalami depresi, kemarahan, kurang mampu meregulasi emosi dan dapat memicu berbagai permasalahan seperti penyalahgunaan obat, kenakalan remaja, atau kesulitan akademis. Klonsky menjelaskan bahwa *self harm* adalah strategi yang paling sering digunakan untuk meredakan, mengatasi dan mengatur emosi negatif. Emosi seperti kemarahan, kecemasan, dan frustrasi cenderung hadir sebelum cedera diri dan cedera diri sering diikuti oleh perasaan lega atau tenang. Alifiando et al., (2022) menyatakan bahwa individu melakukan *self harm* untuk membuang emosi negatif pada dirinya, dampak yang dirasakan ketika individu merasakan emosi negatif yaitu sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dendam dan lain sebagainya.

## 2) Kesulitan dalam mengekspresikan emosi

Agustin et al., (2022) menyatakan bahwa individu yang melakukan *self harm* cenderung mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi mereka dibandingkan dengan individu yang tidak melakukan *self harm*. Individu yang melakukan *self harm* cenderung mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi atau memahami emosi mereka dan menjadi kurang sadar tentang emosi mereka dibandingkan dengan individu yang tidak melakukan *self harm*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Gratz et al. dijelaskan bahwa individu yang melukai diri sendiri lebih mungkin dalam mengalami periode disosiasi dimana individu mengalami pengalaman emosi yang terganggu.

Hurlock E. B, (2015) menyatakan bahwa individu pada masa remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara meledak-ledak melainkan dengan menggerutu bahkan tidak mau berbicara. Individu yang mampu memahami emosi yang sedang dialami dan dirasakan, akan lebih mampu mengelola emosinya secara positif. Sedangkan individu yang kesulitan dalam memahami emosi bergejolak yang sedang dialami akan menjadi rentan dan terpenjara oleh emosinya sendiri individu tersebut akan bingung dan bimbang akan makna dari suasana emosi yang sedang dirasakan Arroisi, (2022).

Zakaria (2020) menjelaskan dari pertanyaan alasan individu melakukan *self harm* sebagai sarana berkomunikasi dengan orang lain daripada menggunakan bahasa yang tidak berbahaya sebagai sarana berekspresi yaitu karena individu menggunakan *self harm* sebagai alat untuk mengkomunikasikan atau menandakan kesulitan karena hal ini dirasa lebih efektif dalam mendapatkan bantuan dari orang lain dari pada bentuk komunikasi lainnya seperti menangis, berbicara, atau berteriak. Zakaria (2020) menggambarkan berbagai cara mengenai perilaku mana yang dapat memberikan cara efektif dalam berkomunikasi dan mempengaruhi orang lain ketika kemampuan berbahasa tidak ada, terbatas, atau merupakan cara yang tidak efektif untuk mengkomunikasikan kesulitan pada orang lain.

*Self harm* bukanlah hal yang baru akan tetapi banyak orang yang tidak menyadari adanya fenomena tersebut. Individu menjadikan *self*



*harm* sebagai alat untuk mengekspresikan emosi ketika individu tersebut tidak bisa mengatur emosinya dengan baik sehingga lebih memilih untuk memendamnya daripada menyampaikannya (Leuven, 2013).

### 3) Hukuman atau kemarahan pada diri

Individu yang melakukan *self harm* mengidentifikasi motivasi yang berkaitan dengan hukuman diri atau kemarahan yang diarahkan pada diri sendiri. Alasan individu melakukan *self harm* yaitu untuk mengekspresikan kemarahan pada diri sendiri atau untuk menghukum diri sendiri. Bagi individu yang melakukan *self harm*, hal ini dapat dianggap untuk menenangkan diri saat menghadapi kesulitan. Klonsky (dalam Simatupang, 2019) juga menyatakan bahwa ketidaksukaan pada diri sendiri dapat menjadi motivasi individu untuk melakukan *self harm*.

Favazza & Rosenthal, (2015) menyatakan bahwa orang mungkin lebih memilih untuk terlibat dalam *self harm* dimana hal ini dijadikan sebagai sarana untuk mempengaruhi atau regulasi kognitif dan pengaruh sosial karena secara bersamaan menyediakan media untuk menghukum diri sendiri karena beberapa kesalahan yang dirasakan pada diri sendiri atau penghinaan pada diri sendiri.

Penjelasan aspek-aspek perilaku *self harm* di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa perilaku *self harm* mempunyai aspek diantaranya adalah emosionalitas negatif, kesulitan dalam mengekspresikan emosi, dan hukuman diri atau kemarahan yang diarahkan pada diri individu.

#### c. Faktor-Faktor Penyebab *Self harm*

Seorang individu yang melakukan *self harm* bisa disebabkan karena beberapa faktor. Menurut Rahma (2019) faktor keluarga dan lingkungan pergaulan yang tidak sehat dapat menjadi penyebab individu melakukan *self harm*. Berikut akan dijelaskan lebih lanjut mengenai faktor penyebab *self harm*.

- 1) Individu berada dalam lingkungan keluarga yang tidak harmonis
- 2) Kurangnya mendapatkan kasih sayang atau perhatian dari orang sekitarnya
- 3) Adanya pengalaman kekerasan dalam keluarga
- 4) Komunikasi yang tidak berjalan baik dalam keluarga
- 5) Tidak adanya respon baik saat mengekspresikan pengalaman
- 6) Adanya respon tidak acuh yang diterima saat mengekspresikan perasaan menyakitkan

Berdasarkan penjelasan faktor-faktor penyebab *self harm* di atas maka dapat disimpulkan bahwa individu yang melakukan *self harm* disebabkan karena beberapa faktor yaitu masalah keluarga, teman sekolah dan lingkungan pergaulan yang tidak sehat.

#### d. Karakteristik Pelaku *Self harm*

Karakteristik pelaku *self harm* dikemukakan oleh Rahma (2019) akan dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Tidak menyukai diri mereka peka terhadap penolakan
- 2) Selalu marah terhadap diri mereka sendiri

- 3) Peka terhadap penolakan
- 4) Cenderung menekan kemarahannya
- 5) Individu yang melakukan *self-harm* setuju bahwa mereka memiliki tingkat agresif yang tinggi dan sering menekan atau mengarah pada diri
- 6) Kurangnya implus kontrol
- 7) Cenderung bertindak sesuai dengan suasana hati mereka saat itu
- 8) Cenderung tidak merencanakan masa depan
- 9) Mengalami depresi dan *self-destruktif*
- 10) Adanya kecemasan yang tidak henti-henti
- 11) Cenderung ke arah cepat marah
- 12) Merasa tidak mampu mengatasi masalah

Penjelasan karakteristik pelaku self harm di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pelaku self harm mempunyai karakteristik umum yaitu : sangat tidak menyukai diri mereka sendiri, sangat peka terhadap penolakan, terus menerus marah pada diri mereka sendiri, cenderung untuk menekan kemarahan, memiliki tingkat agresif yang tinggi, umumnya depresi atau stress berat, dan mengidap kecemasan kronis.

## **2. Harga Diri (*Self Esteem*)**

### **a. Definisi Harga Diri**

*Self-esteem* atau harga diri adalah evaluasi secara keseluruhan pada diri individu yang dibuat oleh individu itu sendiri dan juga yang mencerminkan sikap seseorang pada dirinya sendiri, baik secara positif atau negatif.

Rakhmawati (2019) mendefinisikan harga diri sebagai penilaian dan perasaan tentang diri individu yang dibuat oleh dirinya sendiri. Secara harfiah, harga diri adalah nilai yang ditempatkan oleh individu pada diri mereka sendiri (Astuti & Kamsih, 2014). Menurut Coopermith (dalam P Sandha, 2012) mengatakan bahwa harga diri merupakan hasil evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang di ekspresikan dalam sikap terhadap diri sendiri. Evaluasi ini menyatakan suatu sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, berharga menurut standar dan nilai pribadinya.

Menurut Santrock (2015), harga diri adalah evaluasi secara global pada diri individu bagaimana individu menilai dirinya sebagai salah satu pribadi yang memadukan banyak evaluasi spesifik. Sedangkan menurut Yuniar (2012) *self-esteem* atau harga diri adalah penilaian subjektif yang mengukur kualitas dari hubungan kita dengan orang lain. Kualitas ini menunjukkan bagaimana penilaian diri pada diri individu sendiri yang dilihat dari kualitas hubungan dengan orang lain.

Dalam islam, harga diri dapat diistilahkan dengan istilah *murū'ah* (Hamka dalam Arroisi, 2022). Para fuqoha memberikan definisi bahwa *murū'ah* adalah menunjukkan kepribadian seorang muslim yang membuatnya terhormat serta penolakan terhadap segala yang bisa merendahkan martabatnya (Arroisi, 2022). Harga diri dalam islam adalah pembahasan *murū'ah* yang konsepnya bersumber dari Al-Qur'an dan Sunnah dan yang memberikan indikator tambahan dalam pengukuran harga

diri. Dari kajian para ulama muslim klasik, penilaian harga diri tidak hanya bersifat egosentris, atau hanya menyetujui kesuksesan, pertimbangan empiris, reaksi emosional ataupun emosi positif, akan tetapi lebih mementingkan hubungannya dengan Allah.

Berdasarkan pemaparan definisi harga diri diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa harga diri adalah penilaian secara subjektif oleh individu baik positif atau negatif pada diri individu itu sendiri.

#### b. Aspek-aspek Harga Diri

Yuniar (2012) menyatakan bahwa harga diri memiliki dua aspek, yaitu penerimaan diri dan peggormatan diri. Kedua aspek tersebut memiliki lima dimensi yaitu : dimensi akademik, sosial, emosional, keluarga, dan fisik.

- 1) Dimensi akademik mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas pendidikan individu.
- 2) Dimensi sosial mengacu pada persepsi individu terhadap hubungan sosial individu.
- 3) Dimensi emosional merupakan hubungan keterlibatan individu terhadap emosi individu.
- 4) Dimensi keluarga mengacu pada keterlibatan individu dalam partisipan dan integrasi didalam keluarga.
- 5) Dimensi fisik yang mengacu pada persepsi individu terhadap kondisi fisik individu.

Menurut Coopersmith (dalam Yusuf et al., 2012) mengemukakan empat aspek dalam harga diri, yaitu :

- 1) *Power* (Kekuatan). Kemampuan untuk bisa mengatur dan mengontrol tingkah laku diri sendiri dan orang lain.
- 2) *Significance* (Keberartian). Kepedulian, perhatian, dan afeksi yang diterima individu dari orang lain, hal tersebut merupakan penghargaan dan minat dari orang lain dan pertanda penerimaan dan popularitasnya.
- 3) *Virtue* (Kebajikan). Ketaatan mengikuti kode moral, etika, dan prinsip-prinsip keagamaan yang ditandai oleh ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang dilarang dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan oleh moral, etika, dan agama.
- 4) *Competence* (Kemampuan). Dapat dilihat dari adanya performansi yang ditampilkan untuk mencapai prestasi dalam memenuhi tugas-tugas yang sesuai. Usaha yang sesuai dapat dilakukan individu dalam memenuhi tuntutan dan harapan, apabila usaha tersebut berhasil dapat membantu terbentuknya harga diri.

Berdasarkan beberapa pendapat dari berbagai ahli tersebut dapat dilihat bahwa aspek yang lebih tepat untuk penelitian ini yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri yang memiliki dimensi akademik, dimensi sosial, dimensi emosional, dimensi keluarga, dan dimensi fisik.

#### c. Faktor-faktor Harga Diri

Menurut Michener, Delamater & Myers (dalam Cipta et al., 2019) menyebutkan bahwa terdapat tiga faktor dari harga diri, yaitu *family experience*, *performance feedback*, dan *social comparison*.

- 1) *Family experience*, hubungan orang tua-anak dikatakan penting untuk perkembangan harga diri. Pengaruh keluarga terhadap harga diri menunjukkan bahwa *self-concept* yang dibangun mencerminkan gambaran diri yang dikomunikasikan atau disampaikan oleh orang-orang terpenting dalam hidupnya (*significant others*).
- 2) *Performance feedback*, umpan balik yang terus menerus terhadap kualitas performa kita seperti kesuksesan dan kegagalan, dapat mempengaruhi harga diri. Kita memperoleh harga diri melalui pengalaman kita sebagai tokoh yang membuat sesuatu terjadi di dunia, yang dapat mencapai cita-cita dan dapat mengatasi rintangan.
- 3) *Social comparison*, sangat penting untuk harga diri karena perasaan memiliki kompetensi tertentu didasarkan pada hasil performa yang dibandingkan baik dengan hasil yang diharapkan diri sendiri maupun hasil performa orang lain.

Menurut Arinda & Mansoer (2021) terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi harga diri, yaitu :

- 1) Penerimaan atau penghinaan terhadap diri. Individu yang merasa dirinya berharga akan memiliki penilaian yang lebih baik atau positif terhadap dirinya dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami hal tersebut. Individu yang memiliki harga diri yang baik akan mampu menghargai dirinya sendiri, menerima diri, tidak menganggap rendah dirinya, melainkan mengenali keterbatasan dirinya sendiri dan

mempunyai harapan untuk maju dan memahami potensi yang dimilikinya, sebaliknya individu dengan harga diri rendah umumnya akan menghindar dari persahabatan, cenderung menyendiri, tidak puas akan dirinya, walaupun sesungguhnya orang yang memiliki harga diri yang rendah memerlukan dukungan.

- 2) Kepemimpinan atau popularitas. Penilaian atau keberartian diri diperoleh seseorang pada saat individu tersebut harus berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan oleh lingkungan sosialnya yaitu kemampuan seseorang untuk membedakan dirinya dengan orang lain atau lingkungannya. Pada situasi persaingan, seseorang akan menerima dirinya serta membuktikan seberapa besar pengaruh dan kepopulerannya. Pengalaman yang diperoleh pada situasi itu membuktikan individu lebih mengenal dirinya, berani menjadi pemimpin atau menghindari persaingan.
- 3) Keluarga dan orang tua. Keluarga dan orang tua memiliki porsi terbesar yang mempengaruhi harga diri, ini dikarenakan keluarga merupakan modal pertama dalam proses imitasi. Alasan lainnya karena perasaan dihargai dalam keluarga merupakan nilai pentingnya dalam mempengaruhi harga diri.
- 4) Keterbukaan dan kecemasan. Individu cenderung terbuka dalam menerima keyakinan, nilai-nilai, sikap, moral dari seseorang maupun lingkungan lainnya jika dirinya diterima dan dihargai. Sebaliknya



seseorang akan mengalami kekecewaan bila ditolak oleh lingkungannya.

Berdasarkan beberapa pendapat dari berbagai ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, faktor yang dapat mempengaruhi harga diri adalah *family experience, performance feedback, dan social comparison*.

### **3. Kesepian (*Loneliness*)**

#### **a. Definisi Kesepian**

Kesepian atau *loneliness* adalah suatu keadaan mental dan emosional yang dicirikan dengan perasaan kehampaan, merasa sunyi, tidak memiliki teman, terisolasi dan tidak adanya seseorang yang memahami akibat dari ketidaksesuaian hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan kehidupan interpersonal yang menyebabkan terhambatnya atau berkurangnya hubungan sosial yang dimiliki seseorang. menurut Tan et al. (2021), kesepian merupakan bentuk kegelisahan subjektif yang dirasakan pada saat suatu hubungan sosial kehilangan ciri-ciri pentingnya baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Menurut Santrock (2015) kesepian adalah ketika merasa bahwa tidak ada seseorang pun memahaminya dengan baik, merasa terisolasi, dan tidak memiliki seseorang pun untuk dijadikan pelarian pada saat dibutuhkan atau saat stres.

Kesepian adalah sebuah kondisi menyedihkan secara emosional yang muncul ketika individu merasa ditolak, terasing, atau disalah pahami oleh orang lain dan ketika individu tidak memiliki teman untuk aktivitas sosial dan keakraban emosionalnya (Karimah, 2021). Kesepian didefinisikan lebih

lanjut sebagai sebuah situasi dimana pengalaman individu dalam kualitas hubungan ada keadaan yang tidak menyenangkan atau tidak diterima. Situasi ini termasuk didalamnya jumlah dari hubungan yang ada lebih kecil dari yang diinginkan, serta situasi dimana keakraban yang diinginkan belum tercapai (Russell et al., 1984).

Berdasarkan beberapa pengertian yang telah dipaparkan diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa kesepian adalah perasaan menyedihkan yang dirasakan individu secara emosional dikarenakan adanya perasaan menyedihkan atau tidak diterima dalam hubungan yang ada, serta jumlah hubungan dan kualitas hubungan yang diinginkan belum tercapai.

#### b. Dimensi Kesepian

Dimensi kesepian pada dasarnya memiliki tiga bentuk yang dibuat oleh beberapa ilmuwan sosial. Tiga dimensi ini dibuat berdasarkan diskusi tipe dari kesepian (De Jong Gierveld & Raadschelders dalam Perlman & Peplau, 1984). Dimensi kesepian ini terbagi ke dalam sifat positif atau negatif, bentuk dan durasi kesepian. Weiss (dalam Gierveld & Tilburg, 2010) membagi bentuk kesepian berdasarkan keterlibatan sosial dari individu, yaitu *emotional loneliness* (kesepian emosional) dan *social loneliness* (kesepian sosial).

- 1) Kesepian Emosional adalah perasaan kesepian yang terjadi karena tidak adanya hubungan pribadi atau keterikatan intim yang dijalani oleh seseorang. Kesepian juga terjadi ketika seseorang kehilangan sosok yang memiliki kelekatan pribadi. Kesepian emosional ini dapat terjadi

pada pasangan yang bercerai, orang dewasa lajang, atau seseorang yang ditinggal mati oleh keluarganya.

- 2) Kesepian Sosial adalah perasaan kesepian yang terjadi karena kurangnya relasi atau kurang adanya keterhubungan sosial dengan jaringan yang lebih luas pada lingkungan sekitar individu. Weiss (dalam Gierveld & Tilburg, 2010) mengkaitkan kesepian sosial dengan afiliasi. Afiliasi ialah hubungan yang terjalin antar individu, misalnya hubungan sosial seperti persahabatan atau hubungan kerja. Dengan tidak terjalinnya hubungan tersebut dapat menyebabkan seseorang merasa kesepian sosial.

Berdasarkan dimensi kesepian yang telah dipaparkan diatas, peneliti mengerucutkan dimensi kesepian berdasarkan tipologi yang didudun oleh Weiss, yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial.

### c. Faktor-Faktor Kesepian

Faktor yang mempengaruhi kesepian kemungkinan sangat banyak dan beragam. Perlman & Peplau (dalam Rahma, 2019) membagi faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian menjadi faktor pemicu dan faktor yang mempertahankan kesepian.

#### a) Faktor Pemicu Kesepian

Kesepian ini dapat terjadi karena adanya perubahan dalam hubungan sosial seseorang yang mengarah ke tingkat optimal interaksi sosial yang ingin dicapai. Menurut Perlman & Peplau faktor pemicu kesepian

adalah faktor-faktor pencetus yang dapat mendorong seseorang merasa kesepian, antara lain :

- 1) Berakhirnya hubungan emosional atau keintiman yang erat, seperti perceraian, janda, dan putusnya hubungan pacaran.
- 2) Pemisahan fisik dari keluarga atau teman dapat membuat individu memiliki resiko kesepian.
- 3) Perubahan status, seperti kepergian anak karena menikah, pensiun, pengangguran, atau promosi jabatan yang dapat mengurangi kontak sosial sehingga mendorong kesepian.
- 4) Kuarangnya kepuasan dalam kualitas dari satu atau lebih hubungan sosial yang ada.
- 5) Kesepian juga dapat terjadi ketika keinginan dalam hubungan sosial seseorang meningkat, namun tidak adanya perubahan yang sesuai dengan apa yang diinginkan dalam hubungan sosialnya.

#### b) Faktor yang Mempertahankan Kesepian

Perasaan kesepian dapat terjadi atau kemungkinan dapat meningkat karena karakteristik individu yang menyulitkan seseorang membangun atau mempertahankan hubungan sosial yang memuaskan. Karakteristik ini mempengaruhi kesepian dalam beberapa cara menurut Perlman & Peplau (dalam Rahma, 2019)

antara lain :

- 1) Karakteristik yang mengurangi keinginan sosial individu dapat membatasi kesempatan untuk memiliki hubungan

soial.

- 2) Karakteristik pribadi dapat mempengaruhi perilaku dan kesuksesan seseorang dalam situasi sosial.
- 3) Kualitas pribadi menentukan bagaimana seseorang bereaksi terhadap perubahan hubungan sosial yang ingin dicapai. Kualitas ini juga mempengaruhi seberapa efektif orang-orang dalam menghindari, meminimalkan, atau mengurangi kesepian.

Berdasarkan penjelasan faktor-faktor yang sudah dipaparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kesepian adalah berakhirnya hubungan emosional atau keintiman yang erat, pemisahan fisik dari keluarga atau teman, perubahan status, karakteristik pribadi dan kurangnya kepuasan dalam kualitas dari satu atau lebih hubungan sosial yang ada.

## B. Telaah Pustaka

1. Judul : Kesepian dan Keinginan Melukai Diri Sendiri (Muthia et al., 2015)  
Penelitian ini dilakukan pada remaja SMK di Kalimantan Timur. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 316 remaja laki-laki dan perempuan dimana sampel diambil menggunakan teknik non random sampling, yaitu accidental sampling. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kuantitatif korelasional. Instrumen kesepian yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur variabel kesepian adalah Emotional-Social Loneliness Inventory (ESLI). Instrumen yang digunakan dalam pengukuran variabel terikat adalah NSSI Ideation Questionnaire (NIQ), pilot study version oleh Wilson (2012). Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kesepian dan keinginan melukai diri sendiri pada remaja.
2. Judul : Gambaran Kesepian Pada Remaja Pelaku *Self Harm* (Lubis, 2020)  
Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat gambaran kesepian pada remaja yang melakukan *self harm*. Keterbatasan penelitian ini adalah dari sekian banyak masalah yang dihadapi remaja, peneliti akan membatasi masalah tersebut pada perilaku menyakiti diri sendiri dan lihat bagaimana gambaran kesepian pada remaja yang melakukannya. Penelitian ini dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Data yang dianalisis adalah hasil wawancara dan pengamatan dengan dua peserta remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari ketiga tema kesepian yang dikemukakan oleh Weiss, yaitu kesepian keluarga, kesepian

romantis, dan kesepian sosial, keduanya merupakan partisipan remaja yang mengalami kerugian diri memiliki perasaan kesepian dalam ketiga tema ini, dan kesepian keluarga memiliki peran terbesar remaja.

3. Judul : Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury* Pada Siswa SMP (Putri, 2020)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Kabupaten Semarang. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu skala psikologi dengan instrument skala harga diri sebanyak 24 item dan skala kecenderungan perilaku *self injury* sebanyak 34 item. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VIII dan XI SMP Negeri dikecamatan Tembalang dengan jumlah sampel sebanyak 187 siswa yang ditentukan secara *purposive*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri berpengaruh terhadap kecenderungan perilaku *self injury*.

4. Judul : Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja (Karimah, 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesepian dan kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri pada remaja. Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan metode fenomenologi. Metode yang pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara mendalam. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive*

*sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah empat orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subjek dalam penelitian ini merasakan kesepian. Kesepian tersebut dipengaruhi oleh beberapa aspek yaitu kepribadian, keinginan sosial, dan depresi. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku menyakiti diri sendiri yang paling dominan adalah tumbuh didalam keluarga yang kacau, kurang perhatian dan komunikasi yang kurang baik.

5. Judul : Hubungan Kesepian dan *Deliberate Self Harm* Pada Remaja (Agustin et al., 2019)

Penelitian ini ingin melihat apakah ada hubungan kesepian dengan dan perilaku *deliberate self harm*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah *UCLA Loneliness Scale Revised 3* (Russel, 1996) untuk mengukur kesepian dan *Deliberate Self Harm Inventory* (Gratz, 2001) untuk mengukur perilaku *deliberate self harm*. Jumlah partisipan penelitian ini adalah 174 dengan rentang usisa 14-20 tahun dengan metode pengumpulan sampel berbasis *internet self selected polls*. Hasil penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara kesepian dan *deliberate self harm* dengan nilai  $r = .221$ ,  $p < .05$ . Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kesepian semakin tinggi pula *deliberate self harm* pada remaja.

6. Judul : Perilaku *Self Harm* Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (Apsari, 2022)

Jurnal ini memberikan tinjauan pustaka tentang perilaku menyakiti diri sendiri atau melukai diri pada remaja dan faktor-faktor yang berpotensi



menyebabkan perilaku melukai diri. Metode penelitian yang digunakan dalam jurnal ini adalah tinjauan pustaka. Hasilnya adalah perilaku menyakiti diri lebih banyak dilakukan oleh remaja karena masa remaja merupakan masa yang penuh dengan konflik sehingga rentan untuk melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan remaja melukai dirinya yang dibahas pada jurnal ini adalah rasa kesepian, tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman negatif dan tingkat toleransi yang rendah terhadap masalah yang dihadapi, *emotion focus coping*, faktor eksternal dan internal.

7. Judul : Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku *Self Injury* Pada Remaja (Prasetyadi, 2021).

Hipotesis dari penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku *self injury* pada remaja. Subjek penelitian ini adalah remaja usia 15-24 tahun dan pernah melakukan *self injury*. Pengambilan sampelnya menggunakan teknik *snowball sampling*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala harga diri dan skala *self injury* pada remaja. Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis korelasi *Product-Moment* dari Pearson. Hasil korelasi penelitian mendapat hasil  $r_{xy} = -0,483$  dengan nilai  $p < 0,01$  yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima yaitu adanya hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku *self injury* pada remaja. Semakin rendah harga diri remaja maka semakin tinggi pula tingkat perilaku *self injury* pada remaja, begitu pula sebaliknya.

8. Judul : *Self Injury* Pada Remaja Kesepian Dan Keinginan Melukai Diri Sendiri (Soesilo, 2013).

Tujuan utama dari penelitian ini adalah menjelaskan hubungan antara kesepian dengan keinginan melukai diri sendiri sampai pemikiran yang dimiliki oleh remaja terkait dengan melukai dirinya. Dengan menggunakan accidental sampling, jumlah subyek penelitian adalah 316 remaja laki-laki dan perempuan diambil dari sebuah SMK di Balikpapan, Kalimantan Timur. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah ESLI (*Emotional-Social Loneliness Inventory*) dan NSSI Ideation Questionnaire. Hasil menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan diantara kedua variabel.

### **C. Kerangka Berpikir**

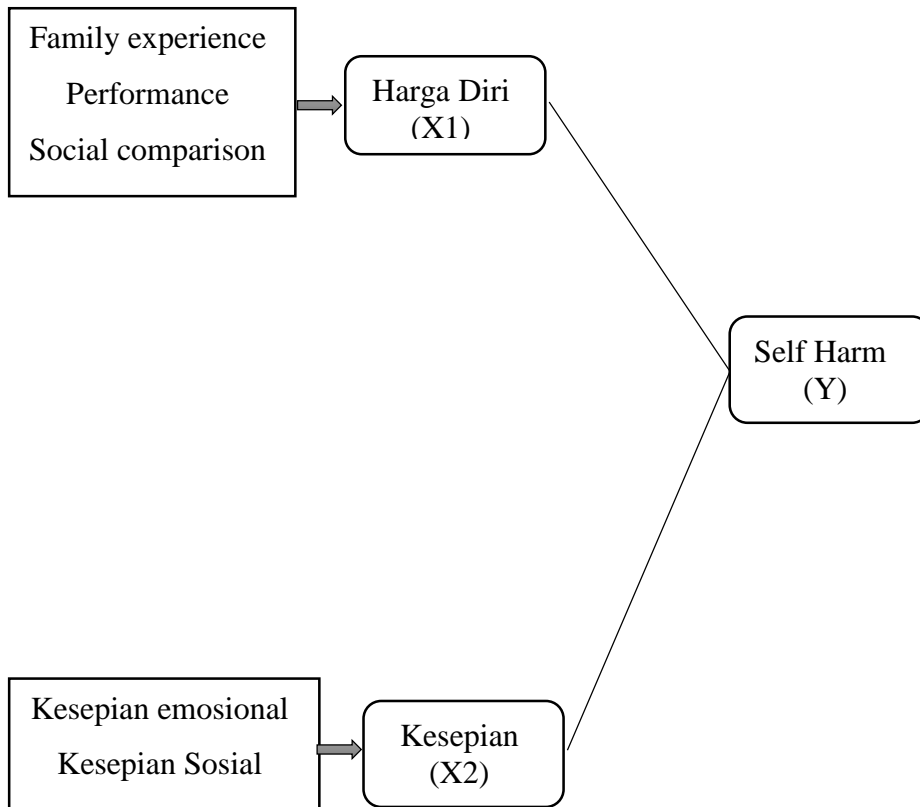
Remaja seringkali mengalami konflik-konflik dan perubahan susasana hati yang tidak menentu pada masa-masa remaja ini. Konflik-konflik yang mereka alami ini dapat menyebabkan beberapa remaja tertekan secara emosional dan timbulnya perasaan tidak nyaman dalam dirinya apabila tidak segera diselesaikan. Penyelesaian konflik untuk meredakan emosi negatif setiap individu memiliki caranya masing-masing, baik itu penyelesaian secara positif maupun secara negatif. Salah satu cara penyelesaian secara negatif dapat dengan menyakiti diri sendiri tanpa berniat bunuh diri atau disebut juga *self-harm*.

Perilaku *self-harm* bisa menjadi sebuah tanda yang jelas untuk percobaan bunuh diri salah satu faktor interpersonal sebagai faktor resiko bunuh

diri pada remaja adalah perasaan kesepian bahwa individu tidak dapat menyatu atau memiliki keterikatan pada suatu hubungan tertentu. Kesepian merupakan suatu perasaan negatif yang dialami individu ketika hubungan yang dijalaninya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Perasaan kesepian membuat individu merasakan kehampaan dalam dirinya karena merasa tidak adanya kepedulian yang diterima dari orang lain. Perasaan hampa yang terus menerus dialami tanpa diatasi dengan baik dapat mengganggu keseimbangan dalam aspek kepribadian seorang individu. Berbagai aspek kepribadian dalam individu nantinya akan menentukan bagaimana individu tersebut bertingkah laku. Salah satu aspek kepribadian yang akan menentukan tingkah laku seseorang adalah harga diri.

Harga diri adalah bagaimana seorang individu memandang dirinya, baik secara positif maupun secara negatif. Harga diri merupakan salah satu dari kebutuhan yang dimiliki oleh setiap individu. Individu dengan harga diri tinggi akan menunjukkan sejauh mana individu tersebut menerima keadaan dirinya sendiri, sebaliknya individu dengan harga diri yang rendah akan memandang dirinya seolah-olah tidak berharga.

## Bagan Kerangka Berpikir



#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan kerangka penelitian diatas, maka penelitian ini mengajukan hipotesis mayor dan hipotesis minor yang akan dijelaskan sebagai berikut :

1. Hipotesis mayor

“Ada hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja SMK”

2. Hipotesis minor

- a. Ada hubungan antara harga diri dengan perilaku *self harm* remaja SMK.
- b. Ada hubungan antara kesepian dengan perilaku *self harm* remaja SMK.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang digunakan untuk meneliti suatu variabel dengan berorientasi pada proses pengukuran (Saifuddin Ahmad, 2020). Berdasarkan karakteristik masalah penelitiannya, penelitian ini termasuk dalam penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah penelitian yang melihat adanya hubungan antara dua variabel atau lebih dan melihat seberapa jauh korelasi yang ada diantara variabel yang diteliti (Sangadji, 2010). Cara penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan penelitian *ex-post facto*. Berdasarkan pengertian oleh Sangadji (2010) penelitian *ex-post facto* adalah penelitian dengan keterkaitan antar variabel bebas atau antara variabel bebas dengan variabel terikat yang sudah terjadi sebelumnya.

#### **B. Identifikasi Variabel**

Dalam melakukan penelitian, ada hal yang akan diteliti atau diukur. Hal yang akan diteliti atau diukur tersebut ialah variabel. Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari individu, objek atau kegiatan yang mempunyai variabel tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian dibuat kesimpulannya

(Sugiyono, 2017). Variabel dalam penelitian terdapat beberapa jenis, diantaranya adalah variabel bebas (*independent variable*), variabel terikat (*dependent variable*).

1. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab timbulnya *dependent variable* (variabel terikat) (Sugiyono, 2017).

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Harga

Diri (*Self Esteem*) dan Kesepian (*Loneliness*)

2. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau akibat karena adanya *independent variable* (variabel bebas) (Sugiyono, 2017). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *Self Harm*.

### **C. Definisi Operasional Variabel**

Definisi Operasional adalah penjelasan dari variabel yang akan dirumuskan pada penulisan yang berdasar pada karakteristik variabel tersebut (Azwar, 2015). Berikut akan dijelaskan definisi operasional dari masing-masing variabel.

1. Definisi Operasional Harga Diri

Harga diri merupakan penilaian secara subjektif oleh individu itu baik positif atau negatif pada diri individu itu sendiri. Harga diri diukur berdasarkan skor total yang diperoleh dari instrument *Rosenberg Self Esteem Scale* yang di adaptasi dari Rosenberg (1989). Skala ini merupakan skala unidimensi yang artinya hanya mengukur berdasarkan satu dimensi,

yaitu harga diri. Semakin tinggi skor total yang diperoleh menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri yang dimiliki individu.

## 2. Definisi Operasional Kesepian

Kesepian adalah perasaan menyedihkan yang dirasakan individu secara emosional dikarenakan adanya perasaan kurang menyenangkan atau tidak diterima dalam hubungan yang ada, serta jumlah hubungan dan kualitas hubungan yang diinginkan belum dapat tercapai. Kesepian diukur berdasarkan skor total yang diperoleh dari instrumen *De Jong Gierveld Loneliness Scale* yang di adaptasi dari De Jong Gieverld & Van Tilburg (1990) . Skala ini merupakan skala unidimensional yang terdiri dari dua dimensi, yaitu kesepian sosial dan kesepian emosional. Semakin tinggi skor total yang diperoleh menunjukkan bahwa semakin kesepian yang dimiliki individu.

## 3. Definisi Operasional *Self Harm*

*Self harm* merupakan tindakan yang dilakukan secara sadar, tidak bermaksud untuk bunuh diri, dan tindakan yang dilakukan dengan melukai dirinya sendiri. Individu melakukan tindakan ini sebagai upaya sementara mereka untuk mengurangi emosi negatif yang begitu meluap serta untuk mengekspresikan kemarahan pada diri mereka sendiri. *Self Harm* diukur berdasarkan skor total yang diperoleh dari instrumen *Deliberate Self Harm Inventory* (DSHI) yang disusun oleh Gratz (2001).



## D. Populasi dan Sampel Penelitian

### a. Populasi

Populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi SMK "X" sebanyak 1173.

### b. Sampel

Sampel merupakan bagian dari karakteristik dan bagian dari populasi. Sampel yang digunakan dari populasi harus mampu untuk mewakili populasi. Penelitian ini menggunakan teknik *sampling Insidental atau Accidental sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data. Untuk menentukan sampel digunakan instrumen sreening, yaitu instrumen yang dapat melihat apakah subjek memiliki kriteria pelaku *self harm* atau tidak. Instrumen yang digunakan ialah *Deliberate Self Harm Inventory* (Gratz, 2001). DSHI dikembangkan oleh Kim L. Gratz (2001) untuk menilai *deliberate selfharm*. Instrumen ini berisi 17 item yang merupakan kuesioner berbasis perilaku. Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Remaja pertengahan berusia 15-18 tahun (laki-laki/Perempuan)

Alasan peneliti menggunakan sampel penelitian remaja pertengahan adalah disebabkan pada tahap ini remaja sangat berada kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih yang mana peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimistis, idealitas atau materialitas. Santrock (2013) menyatakan bahwa ketika individu memasuki masa remaja, maka individu tersebut akan mengalami perkembangan dalam aspek sosioemosional dimana individu mengalami perkembangan emosi yang berdasar dari perubahan lingkungan, hubungan dengan orangtua, dan hubungan dengan teman. Pada tahap ini remaja membutuhkan kawan-kawan, remaja senang jika banyak teman teman yang mengakuinya, kemudian adanya kecenderungan mencintai pada diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang sama dengan dirinya. Maka dari itu pemaparan alasan di atas sangat sesuai dengan variabel yang akan diteliti yaitu berkaitanya dengan harga diri dan kesepian pada remaja yang mempengaruhi terjadinya perilaku *self harm* dikalangan remaja pertengahan berusia 15-18 tahun.

2. Berdomisili di Boyolali

Alasan lokasi dalam penelitian ini bertempat di daerah Boyolali adalah karena dimana lokasi tersebut peneliti menemukan adanya informan yang sesuai dengan penelitian ini yaitu remaja yang melakukan perilaku *self harm*.

3. Pernah dan masih melakukan *self harm* kurang lebih selama 12 bulan terakhir. Alasan peneliti mengambil data dengan kriteria pernah dan masih melakukan *self harm* kurang lebih selama 12 bulan terakhir yaitu karena melukai diri sebelumnya harus disertai dengan setidaknya dua dari berikut : perasaan atau pikiran negatif, seperti depresi, kecemasan, ketegangan, kemarahan, kesedihan umum, atau kritik diri, terjadi pada periode segera sebelum tindakan *self harm* (Maidah, 2013).

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner. Sugiyono (2017) mengatakan bahwa angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi.

### **a. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu *Rosenberg Self Esteem Scale*, *de Jong Gieverld Loneliness Scale*, dan *Deliberate Self Harm Inventory* sebagai instrumen *screening* untuk mengklasifikasikan apakah responden melakukan *self harm* atau tidak dan melihat sudah berapa lama hal tersebut dilakukan.

#### **1. Instrumen Harga Diri**

Instrumen harga diri yang digunakan untuk mengukur harga diri penelitian ini adalah *Rosenberg Self Esteem Scale* (1965). Skala ini merupakan skala unidimensi yang artinya hanya memiliki satu dimensi

untuk pengukurannya, yaitu harga diri. Dari penelitian terdahulu menunjukkan bahwa reliabilitas dari skala ini adalah sebesar 0,810. Menurut kaidah Guilford skor 0,810 berada diantara skor 0,7 – 0,9 dimana instrumen ini dapat dikatakan reliabel.

*Tabel 1 Blueprint Rosenberg Self Esteem Scale*

Dimensi	Nomor Item	
	Favorable	Unfavorable
Harga Diri	1, 2, 3, 4, 6, 7	3, 5, 8, 9, 10

*Rosenberg Self Esteem Scale* terdiri atas 10 pernyataan yang terdapat item favorabel dan unfavorable. Instrumen ini memiliki 4 alternatif jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Penskoran dilakukan dengan menjumlahkan jawaban responden sesuai dengan masing-masing pernyataan yang ada. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan responden memiliki harga diri yang tinggi. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan rendahnya harga diri. Berikut ini akan disajikan tabel skor alternatif jawaban dari *Rosenberg Self Esteem Scale*.

*Tabel 2 Penentuan Skor Alternatif Jawaban Rosenberg Self Esteem Scale*

Alternatif jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3

Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4
---------------------------	---	---

## 2. Instrumen Kesepian

Instrumen kesepian pada penelitian ini diadaptasi dari skala yang sudah digunakan sebelumnya. Skor reliabilitas dari instrumen kesepian menunjukkan *Cronbach Alpha* berada pada skor 0,821.

*Tabel 3 Blueprint de Jong Gierveld Loneliness Scale*

Dimensi	Nomor Item	
	Favorable	Unfavorable
Kesepian Sosial		1, 4, 7, 7, 8, 11
Kesepian Emosional	2, 3, 5, 6, 9, 10	

*De Jong Gierveld Loneliness Scale* terdiri atas 11 pernyataan yang terdapat item favorable dan unfavorable. Instrumen ini memiliki 3 alternatif jawaban yaitu Tidak, Kadang-kadang, dan Ya. Penskoran dilakukan dengan menjumlahkan jawaban responden sesuai dengan masing-masing pernyataan yang ada. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan responden memiliki kesepian yang tinggi. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan rendahnya kesepian. Berikut ini akan disajikan tabel skor alternatif jawaban dari *de Jong Gierveld Loneliness Scale*.

*Tabel 4 Penentuan Skor Alternatif*

*Jawaban De Jong Gierveld Loneliness Scale*

Alternatif Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Ya	3	1
Kadang-kadang	2	2
Tidak	1	3

### 3. Instrumen *Self Harm*

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *self harm* adalah *Deliberate Self Harm* yang disusun oleh Gratz (2021). Alat ukur ini mengukur frekuensi, keparahan, durasi, dan jenis perilaku *self harm* yang merugikan diri sendiri. Alat ukur ini terdiri dari 17 item. Skala yang digunakan dalam alat ukur merupakan skala likert dengan 4 interval, yaitu : 1) pernah, 2) lebih dari sekali, 3) sering dan 4) tidak pernah. Pada item nomor 17, terdapat pertanyaan terbuka yang mengharuskan responden mengisinya dengan uraian singkat.

*Tabel 5 Blueprint Skala Self Harm*

Dimensi	Indikator	Nomor Item	
		Unfavorable	Favorable
<i>Self Harm</i>	Memotong atau menyayat kulit		12
	Membakar kulit		14
	Menggigit kulit hingga berdarah		2
	Menggaruk kulit hingga berdarah		1

Mengeksploitasi bagian tubuh untuk merasakan rasa sakit	4, 5, 7, 9
Mengukir tanda atau simbol pada kulit	10
Melekatkan jarum atau peniti pada kulit	11
Mencegah luka yang dimiliki dari proses penyembuhan	8
Memukul diri sendiri	3
Membenturkan kepala atau tangan kepada suatu benda	6, 13
Pertanyaan terbuka	15, 16, 17

*Tabel 6 Penentuan Skor Alternatif*

*Jawaban Deliberate Self Harm*

Alternatif jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Pernah	3	0
Lebih dari sekali	2	1
Sering	1	2
Tidak Pernah	0	3

## **F. Teknik Validitas, Daya Beda Item dan Reliabilitas**

### **1. Uji Validitas**

Validitas skala psikologi adalah salah satu syarat untuk menjadikan skor yang dihasilkan suatu skala psikologi dapat dipercaya dan berkualitas (Saifuddin Ahmad, 2020). Pengukuran dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menghasilkan data yang secara akurat memberikan gambaran mengenai variabel yang di ukur sesuai dengan tujuan pengukuran yang ditentukan.

Menurut (Ghozali, 2013) validitas berhubungan dengan suatu perubahan mengukur apa yang seharusnya diukur. Validitas dalam penelitian menyatakan tentang derajat ketepatan alat ukur penelitian terhadap isi sebenarnya yang di ukur. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud. Validitas skala dilakukan dengan mengkorelasikan antar skor masing-masing item dengan skor total. Rumus yang digunakan adalah teknik analisis korelasi *product momen Pearson*.

### **2. Uji Daya Beda Item**

Daya beda atau daya diskriminasi item adalah kemampuan suatu item dalam skala psikologi untuk membedakan setiap individu yang diukur atribut psikologisnya (Saifuddin Ahmad, 2020). Dengan kata lain, daya beda atau daya diskriminasi item adalah kemampuan item psikologi dalam



membedakan sampel dengan tingkat yang rendah, sedang, dan tinggi (Saifuddin Ahmad, 2020).

Menurut Periantalo (dalam Saifuddin, 2020) analisis kuantitatif ini bisa dilakukan dengan beberapa cara, misalkan dengan mencari korelasi item dengan skor total, atau dengan perbandingan pasangan, atau dengan perbandingan dengan konseptori, atau dengan indeks diskriminasi item dengan reliabilitas.

Dalam analisis kuantitatif ini peneliti menggunakan cara dengan mencari korelasi item dengan skor total. Skor korelasi item dengan skor total ini antara 0 sampai dengan 1. Semakin tinggi nilai korelasi item dengan skor total, maka mengindikasikan item tersebut memiliki daya beda yang baik. Sebaliknya, semakin rendah nilai korelasi item dengan skor total, maka menandakan bahwa item tersebut memiliki daya beda yang rendah.

*Tabel 7 Nilai Indeks Daya Diskriminasi Item*

<i>Nilai Correlated Item Total Correlation</i>	<i>Kategori/Makna</i>
>0,300	Daya beda item baik dan diterima
0,250 – 0,299	Daya beda item cukup dan dipertimbangkan
< 0,249	Daya beda item rendah dan tidak disarankan
- (minus)	Daya beda buruk dan ditolak

### 3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan dalam uji coba instrumen dalam penelitian ini dilakukan untuk melihat konsistensi, keterpercayaan alat ukur yang ada dan juga kecermatan dari pengukuran (Azwar, 2015). Reliabilitas dinyatakan dengan angka yang berada dalam rentang 0 sampai 1. Semakin tinggi reliabilitas atau mendekati 1, instrumen menunjukkan semakin tinggi reliabel. Sebaliknya koefisien yang rendah atau mendekati 0, reliabel dari instrumen semakin rendah. Metode yang digunakan dalam pengujian reliabilitas instrumen dalam penelitian ini adalah dengan metode penyajian data tunggal yang nantinya akan menghasilkan koefisien internal dengan skor alpha.

## **G. Teknik Analisis Data**

### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mendeteksi distribusi data pada satu variabel yang digunakan dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan menggunakan metode *One-Sample Kolmogrov-Smirnov Z* dari *SPSS 29 for windows*, dengan kriteria kenormalan sebagai berikut : signifikansi uji sebesar 0,05. Jika Sig. >0,05 , maka sampel berasal dari populasi berdistribusi normal, jika sig. <0,05 maka sampel bukan berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

### **2. Uji Linearitas**

Uji Linearitas dilakukan untuk mengetahui linearitas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat untuk mengetahui signifikansi penyimpangan dari linearitas hubungan tersebut. Jika penyimpangan tidak

signifikan ( $p > 0,05$ ) dan signifikansi linearitas signifikan ( $p < 0,05$ ) maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah linear.

### 3. Uji Hipotesis

Analisis data merupakan proses dalam menyusun hasil observasi, wawancara, catatan lapangan, dan berbagai informasi yang diperoleh sehingga dapat lebih mudah dipahami dan hasil temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain (Sugiyono, 2013). Analisis data penting untuk dilakukan dalam sebuah penelitian guna untuk mendapatkan informasi mengenai masalah dalam penelitian yang dilakukan.

Metode analisis data yang digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja adalah dengan menggunakan *Analisis Regresi*. Analisis regresi bertujuan untuk mencari korelasi antara variabel bebas X, atau lebih, dengan variabel terikat Y. Karena jumlah variabel bebas X lebih dari satu, maka analisis data menggunakan teknik Regresi Linear Berganda .

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Setting Penelitian**

##### **1. Orientasi Kancah Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja di SMK Negeri 1 Wonosegoro. SMK Negeri 1 Wonosegoro merupakan salah satu sekolah negeri yang berada di Kabupaten Boyolali, tepatnya terletak di jl. Raya Wonosegoro, Dusun II, Kecamatan Wonosegoro, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah 573862. SMK N 1 Wonosegoro memiliki lima jurusan atau program studi yang bisa disesuaikan dengan minat dan bakat siswa diantaranya yaitu Teknik Kendaraann Ringan, Multimedia, Teknik Elektronika Industri dan Teknik Bisnis Sepeda Motor. Peneliti memilih SMK Negeri 1 Wonosegoro sebagai lokasi penelitian dikarenakan peneliti menemukan kondisi dimana terdapat masalah terkait dengan *self harm* pada siswa atau remaja yang telah dijelaskan pada bagian pendahuluan. Adanya harga diri dan kesepian dalam diri siswa dinilai dapat menjadikan penyebab terjadinya *self harm* pada remaja. Maka dari itu, peneliti ingin mengetahui apakah harga diri dan kesepian yang dimiliki oleh remaja dapat mempengaruhi terjadinya perilaku *self harm*.

## 2. Gambaran Subjek Penelitian

Keberagaman dari subjek dapat diketahui melalui karakteristik subjek yang digunakan dalam sebuah penelitian. Melalui karakteristik responden, maka dapat diketahui gambaran yang jelas mengenai kondisi dari subjek yang digunakan dalam penelitian. Dalam penelitian ini, jika dilihat dari salah satu karakteristik subjek berdasarkan usia, maka dapat diketahui melalui tabel berikut :

*Tabel 8 Karakteristik Usia Subjek*

No	Usia	Jumlah siswa	%
1	15 tahun	14	25%
2	16 tahun	15	27%
3	17 tahun	14	25%
4	18 tahun	12	22%
	Jumlah	55	100%

Berdasarkan tabel diatas, sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pelajar SMK di kecamatan Wonosegoro berjumlah 55 orang. Mereka berusia 15 sampai 18 tahun, usia ini masuk ke dalam kategori remaja pertengahan dimana remaja pada masa ini masih mengalami kebingungan akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Berdasarkan 55

responden yang didapatkan, terdapat 12 responden berusia 18 tahun, 15 responden berusia 16 tahun, 14 responden berusia 17 tahun, dan 14 responden berusia 15 tahun.

Karakteristik subjek berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat dari tabel berikut :

*Tabel 9 Karakteristik Gender Subjek*

No	Jenis Kelamin	Jumlah siswa	%
1	Laki-laki	21	38%
2	Perempuan	34	62%
	Jumlah	55	100%

Dari persebaran data tersebut dapat diketahui bahwa sebesar 38% yaitu sebanyak 21 subjek dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki dan sisanya 62% yaitu sebanyak 34 subjek berjenis kelamin perempuan.

### **3. Pelaksanaan Penelitian**

Persiapan penelitian yang pertama kali dilakukan ialah mencari fenomena, baik itu dalam berita ataupun lingkungan. Fenomena yang ditemukan dan dirasa menarik bagi penulis ialah fenomena *self harm* yang saat ini banyak dilakukan oleh remaja. Penulis kemudian mencari referensi yang memperkuat topik fenomena dalam penelitian ini dalam beberapa jurnal yang telah dibaca, penulis menentukan variabel psikologi harga diri dan kesepian untuk diteliti. Setelah ditentukan variabel apa saja yang akan diteliti, kemudian penulis mencari berbagai referensi untuk dijadikan acuan

mengenai keterkaitan antar dua variabel tersebut. Selain itu, penulis melakukan sedikit wawancara dengan orang yang melakukan *self harm* untuk memperkuat fenomena.

Tahapan selanjutnya ialah menentukan sampel yang akan diteliti. Karena berdasarkan fenomena yang ada banyak digandrungi remaja, diputuskanlah remaja berusia 15 sampai 18 tahun sebagai sampel penelitian dan juga yang pernah dan masih melakukan *self harm* selama kurang lebih 12 bulan terakhir. Teknik pengumpulan data yang diputuskan berupa kuesioner dan analisis yang dilakukan ialah dengan analisis regresi.

Kemudian tahap berikutnya ialah mencari alat ukur atau instrumen yang sesuai dari masing-masing variabel penelitian. Instrumen *de Jong Loneliness Scale* menjadi pilihan penulis untuk mengukur kesepian yang dikembangkan oleh de Jong Gierveld & van Tilburg (1999). Instrumen *Rosenberg Self Esteem Scale* digunakan sebagai alat ukur variabel harga diri yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965). Kemudian yang terakhir, penulis menentukan adanya instrumen yang berguna untuk *screening* perilaku *self harm*. Dari beberapa instrumen yang ada penulis memilih *Deliberate Self Harm Inventory* (DSHI) yang dikembangkan oleh Gratz (2001).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini kemudian dimodifikasi oleh penulis dengan melakukan beberapa perubahan pada beberapa bahasa yang digunakan dalam instrumen tersebut agar lebih mudah dipahami. Tahapan selanjutnya, penulis melakukan uji coba

instrumen penelitian kepada 43 responden remaja. Dari data yang terkumpul, kemudian dianalisis untuk mengetahui item yang valid dan item yang gugur. Terdapat 3 item yang gugur dari instrumen *self harm*. Untuk instrumen harga diri terdapat 2 item yang gugur dan kesepian tidak ada item yang gugur.

#### **4. Uji Coba Alat Ukur**

Uji coba alat ukur bertujuan untuk mengetahui butir-butir item yang valid dan reliabel. Uji coba dilakukan dengan menyebarkan kuisioner secara online pada tanggal 10 Januari 2023 - 20 Februari 2023. Jumlah subjek dalam uji coba skala yaitu sebanyak 43 subjek. Jumlah item untuk skala harga diri sebanyak 10 pertanyaan, skala kesepian sebanyak 11 pertanyaan, dan skala self harm sebanyak 17 pertanyaan.

Skala disebar menggunakan *googleform* melalui media sosial seperti *WhatsApp* dan *Instagram*. Data yang diperoleh dari uji coba kemudian dianalisis dengan teknik statistik analisis menggunakan program SPSS 29 *for windows* yang bertujuan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas pada setiap item skala harga diri, skala kesepian dan skala self harm.

#### **5. Hasil Uji Coba Skala**

Data yang diperoleh dari *try out* kemudian diolah menggunakan program SPSS for windows untuk mengetahui validitas dan reliabilitas alat ukur yang digunakan sebagai alat ukur penelitian. Berdasarkan hasil yang telah diolah, diperoleh data sebagai berikut :



a. Skala Harga Diri

Hasil *try out* yang dilakukan pada skala harga diri menunjukkan bahwa dari 10 item pernyataan, terdapat 8 item yang valid dan 2 item yang gugur yaitu item pernyataan nomor 8 dan 10. Hasil korelasi *product moment pearson* menunjukkan bahwa pernyataan yang gugur memiliki nilai koresai item total sebesar 0,762 dan 0,172. Hasil dari pengujian skala harga diri diperoleh koefisien *Cronbach alpha* sebesar 0,794. Hal ini menunjukkan bahwa skala harga diri dapat dikatakan valid, memiliki daya beda dan reliabel.

b. Skala Kesepian

Hasil *try out* yang dilakukan pada skala kesepian menunjukkan bahwa dari 11 item pernyataan, terdapat 10 item yang valid dan 1 item yang gugur yaitu item pernyataan nomor 4. Hasil korelasi *product moment pearson* menunjukkan bahwa pernyataan yang gugur memiliki nilai korelasi item total sebesar 0,056. Hasil dari pengujian skala kesepian diperoleh koefisien *Cronbach alpha* sebesar 0,752. Hal ini menunjukkan bahwa skala kesepian dapat dikatakan valid, memiliki daya beda dan reliabel.

c. Skala *Self Harm*

Hasil *try out* yang dilakukan pada skala *self harm* menunjukkan bahwa dari 17 item pernyataan, terdapat 14 item yang valid dan 3 item yang gugur yaitu item pernyataan nomor 4, 16 dan 17. Hasil korelasi *product moment pearson* menunjukkan bahwa pernyataan yang gugur memiliki nilai korelasi item total sebesar 0,191, 0,147, dan 0,697. Hasil dari pengujian skala *self harm* diperoleh koefisien *Cronbach alpha*

sebesar 0,858. Hal ini menunjukkan bahwa skala *self harm* dapat dikatakan valid, memiliki daya beda dan reliabel.

## B. Hasil Penelitian

Pada bagian ini akan dijelaskan mengenai hasil data penelitian yang sudah dilakukan. Hasil analisis data ini terdiri dari :

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu upaya untuk mengetahui sebaran data penelitian terdistribusi secara normal dalam populasi penelitian yang diujikan. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan program SPSS 29. Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan dengan *Test of Normality Kolmogorof-Smirnof*, kriteria data yang berdistribusi normal ialah apabila  $p$  lebih besar dari taraf signifikansi ( $\alpha=0,05$ ). Hasil uji normalitas data pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

*Tabel 10 Hasil Uji Normalitas*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual	
N		55	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	4.16374275	
Most Extreme Differences	Absolute	.081	
	Positive	.081	
	Negative	-.045	
Test Statistic		.081	
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		.200 <sup>d</sup>	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>e</sup>	Sig.	.492	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.479
		Upper Bound	.505

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai dari *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar 0.200. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian terdistribusi normal, dikarenakan nilai  $0,200 > 0,05$ .

## 2. Uji Linearitas

Tujuan dilakukannya uji linearitas ialah untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Sebelum melakukan analisis korelasi, uji ini digunakan sebagai prasyarat. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan software SPSS 29 dengan membandingkan p taraf signifikan *deviation from linearity*  $> 0,05$ . Apabila p lebih besar dari taraf signifikansi ( $\alpha=0,05$ ) maka hubungan antar variabel dapat dikatakan linear (Rangkuti, 2017). Hasil uji linearitas antara variabel harga diri dan kesepian dengan perilaku self harm dapat dilihat pada tabel.

*Tabel 11 Hasil Uji Linearitas*

Variabel	P	A	Interpretasi
Harga diri dengan Self Harm	0,332	$>0,05$	Linear
Kesepian dengan Self Harm	0,651	$>0,05$	Linear

Berdasarkan tabel dapat diketahui hasil analisis hubungan antara variabel harga diri dengan self harm yaitu nilai p sebesar 0,332 lebih besar dari taraf signifikansi ( $\alpha=0.05$ ), maka hubungan antar variabel tersebut dapat dikatakan linear. Begitu juga dengan variabel kesepian dengan self harm diketahui p sebesar 0,651 lebih besar dari taraf

signifikansi ( $\alpha=0,05$ ), maka hubungan antar variabel tersebut dikatakan linear.

### 3. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji asumsi, langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis menggunakan metode analisis regresi berganda. Analisis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas (harga diri dan kesepian) terhadap variabel terikat (*self harm*). Perhitungan analisis regresi berganda didapatkan hasil *coefficient* regresi seperti pada tabel berikut :

*Tabel 12 Hasil Uji Hipotesis Model Coefficients*

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	24.851	6.210		4.002	<.001
	Harga Diri	.425	.195	.273	2.180	.034
	Kesepian	-.546	.169	-.404	-3.226	.002

a. Dependent Variable: Self Harm

Berdasarkan tabel coefficients di dapat hasil regresinya, yaitu :

$$Y = a + b_1 \cdot X_1 + b_2 \cdot X_2$$

$$Y = 24,851 + (0,425) \cdot X_1 + (-0,546) \cdot X_2$$

Keterangan :

Y = Self harm

a = Konstanta

$b_1$  .  $b_2$  = Koefisien regresi

$X_1$  = Harga diri

$X_2 = \text{Kesepian}$

Dari hasil regresi tersebut dapat dijelaskan bahwa hasil konstanta sebesar 24,851. Koefisien regresi variabel harga diri adalah 0,425. Artinya, jika variabel bebas lain nilainya tetap dan harga diri mengalami kenaikan 1 poin, maka *self harm* mengalami penurunan sebesar -0,425. Koefisien bernilai positif, artinya terdapat hubungan positif antara harga diri dengan perilaku *self harm*. Semakin tinggi harga diri, maka perilaku *self harm* semakin rendah.

Koefisien regresi variabel kesepian adalah sebesar -0,546. Artinya, jika variabel bebas lain nilainya tetap dan kesepian mengalami kenaikan 1 poin, maka kesepian mengalami penurunan sebesar 0,546. Koefisien bernilai negatif, artinya terdapat hubungan negatif antara kesepian dengan perilaku *self harm*. Semakin tinggi kesepian maka perilaku *self harm* semakin tinggi.

Berdasarkan tabel *coefficients* regresi didapat juga bahwa pengujian hipotesis pertama (H1) diketahui nilai Sig. untuk hubungan X1 dengan Y adalah sebesar  $0,034 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang berarti terdapat hubungan antara X1 dengan Y. Sedangkan untuk pengujian hipotesis kedua (H2) diketahui nilai Sig. untuk hubungan X2 dengan Y adalah sebesar  $0,002 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa H2 diterima yang berarti terdapat hubungan antara X2 dengan Y.

Untuk pengujian hipotesis yang ketiga H3 dapat dilihat pada tabel ANOVA sebagai berikut :

*Tabel 13 Hasil Uji Hipotesis Model ANOVA*

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	239.743	2	119.871	6.658	.003 <sup>b</sup>
	Residual	936.185	52	18.004		
	Total	1175.927	54			

a. Dependent Variable: Self Harm

b. Predictors: (Constant), Kesenian, Harga Diri

Berdasarkan output diatas diketahui nilai signifikansi untuk hubungan X1 dan X2 secara simultan dengan Y adalah sebesar  $0,003 < 0,05$  , sehingga dapat disimpulkan bahwa H3 diterima yang berarti terdapat hubungan X1 dan X2 secara simultan dengan Y.

Adapun hasil uji hipotesis model summary dapat dilihat dalam tabel berikut ini :

*Tabel 14 Hasil Uji Hipotesis Model Summary*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.452 <sup>a</sup>	.204	.173	4.243

a. Predictors: (Constant), Kesenian, Harga Diri

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai R Square sebesar 0,204 , hal ini menunjukkan bahwa hubungan variabel X1 dan X2 secara simultan dengan variabel Y adalah sebesar 20,4%.

Tabel 15 Analisis Korelasi

**Correlations**

		Harga Diri	Kesepian	Self Harm
Harga Diri	Pearson Correlation	1	-.224	.402**
	Sig. (2-tailed)		.099	.002
	N	55	55	55
Kesepian	Pearson Correlation	-.224	1	-.431**
	Sig. (2-tailed)	.099		.001
	N	55	55	55
Self Harm	Pearson Correlation	.402**	-.431**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	.001	
	N	55	55	55

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari tabel diatas didapatkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,002 (<0,05) maka bisa disimpulkan bahwa variabel harga diri memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel *self harm*. Sementara untuk variabel kesepian didapatkan nilai sebesar 0,001 hasil ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara variabel kesepian dengan perilaku *self harm* remaja. Berdasarkan hasil uji hipotesis dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima dengan menunjukkan adanya hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja. Semakin rendah harga diri remaja maka akan semakin tinggi perilaku *self harm* yang dilakukan, begitupun sebaliknya. Dan semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi pula perilaku *self harm* yang dilakukan remaja, begitupun sebaliknya.

### C. Pembahasan

Hasil temuan analisis di atas memberikan informasi bahwa ada hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* artinya semakin tinggi harga diri maka tingkat perilaku *self harm* cenderung rendah, begitupun sebaliknya apabila harga diri rendah maka tingkat perilaku *self harm* tinggi. Apabila kesepian tinggi maka tingkat perilaku *self harm* juga tinggi, begitupun sebaliknya apabila kesepian rendah maka tingkat perilaku *self harm* cenderung rendah.

Berdasarkan penelitian sebelumnya hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Prasetyadi (2021), yang menyatakan bahwa individu yang melakukan *self harm* memiliki beberapa karakteristik, yaitu tidak dapat menyampaikan emosi atau perasaannya, sangat tidak menyukai dirinya sendiri, mengalami depresi atau stress berat, mengalami kecemasan kronis, memiliki harga diri yang rendah, tidak memiliki kemampuan dalam mengatasi masalah dan sangat peka terhadap penolakan. Meskipun subjek pada penelitian tersebut berbeda namun tetap terbukti bahwa harga diri berhubungan dengan *self harm*.

Adanya hubungan yang signifikan antara variabel harga diri dengan perilaku *self harm* remaja ditunjukkan dengan hasil analisis korelasi  $r_{x1y}$  sebesar 0,402;  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ). Hubungan tersebut bersifat positif yang sangat signifikan. Artinya, semakin tinggi harga diri, maka perilaku *self harm* remaja semakin rendah. Perubahan yang terjadi pada masa remaja merupakan awal dari pembentukan harga diri yang sesuai dengan perkembangannya. Worchel



(dalam Ishaq et al., 2017) menyatakan bahwa harga diri merupakan komponen evaluatif dari konsep diri tentang diri sendiri yang terdiri dari evaluasi positif dan evaluasi negatif. Seseorang yang memiliki evaluasi positif terhadap dirinya cenderung bahagia dan dapat menyesuaikan diri. Sedangkan seseorang yang memiliki evaluasi negatif terhadap dirinya cenderung menilai dirinya negatif seperti tertekan, cemas dan pesimis.

Adanya hubungan yang signifikan antara variabel kesepian dengan perilaku *self harm* remaja dapat dilihat dari nilai  $r_{xy}$  sebesar -0,431;  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Hubungan tersebut bersifat negatif yang sangat signifikan. Artinya semakin tinggi kesepian, maka perilaku *self harm* remaja semakin tinggi. Berdasarkan hasil penelitian mengenai kesepian dan *deliberate self-harm* yang mempunyai hubungan positif, adanya hubungan antara kesepian dan *deliberate self-harm* juga diteliti oleh Costa et al., (2021) yang mengatakan jika remaja semakin kesepian maka semakin ada kemungkinan remaja tersebut menjadi pelaku *deliberate self-harm*. Selain itu Costa et al., (2021) juga mengatakan bahwa remaja yang cukup sering melakukan perilaku *deliberate self-harm* mempunyai skor kesepian yang lebih tinggi.

Ketika remaja merasakan kesepian, ia juga akan merasa bahwa ia sendirian dan tidak memiliki seseorang untuk berbagi atau membantunya mencari jalan keluar atas masalahnya. Oleh karenanya, ia kemudian mencari jalan lain untuk membantu mengeluarkan emosinya yang terpendam. Menurut Maidah (2013) salah satu jalan untuk mengeluarkan emosi tersebut adalah dengan melukai diri agar ia dapat merasa puas setelah menghukum dirinya. Perilaku melukai diri

mungkin akan terjadi setelah seseorang memiliki keinginan untuk melakukannya. Selain itu, karena beberapa faktor, misalnya takut dengan anggapan orang lain atau faktor budaya dan agama, ada juga beberapa yang mungkin tidak benar-benar melukai dirinya; melainkan hanya mencari kepuasan dengan hanya membayangkan atau memiliki keinginan untuk melukai dirinya sebagai jalan untuk mengeluarkan emosi.

Mengacu pada hasil analisis uji regresi dalam penelitian ini, ditemukan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja. Adapun pengaruh harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja sama-sama memberikan sumbangsih sebesar 20,4%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yurni (2015) bahwa individu yang mengalami kesepian cenderung memiliki harga diri yang rendah. Temuan ini juga didukung dari teori yang dikemukakan oleh Rubenstein dan Shaver (dalam Anderson, C. A, Miller, R. S, A. L., Dill, J. C & Sedikides, 2007) bahwa salah satu faktor yang dapat menyebabkan individu mengalami kesepian adalah perilaku interpersonal yang salah satunya adalah harga diri yang rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Ishaq et al., (2017) juga mengatakan bahwa harga diri memiliki hubungan yang signifikan terhadap kesepian pada remaja. Dalam penelitian ini, remaja *self-harm* yang memiliki harga diri rendah cenderung merasa kesepian dalam hidupnya. Kenapa seperti itu? Karena adanya pengalaman masa lalu yang membuat mereka terluka psikologis bahkan trauma. Misalnya : pernah mengalami pelecehan seksual, kekerasan orangtua terhadap anak, bullying baik disekolah, keluarga atau lingkungan sekitar,

kegagalan terus menerus, atau ditinggalkan oleh orang tua atau orang yang dicintainya. Pengalaman traumatis tersebut membuat luka dalam hati, sehingga muncul perasaan-perasaan negatif tersebut, sebagai salah satu cara untuk mengalihkan dan melampiaskan yang dirasakan saat itu seperti perasaan sedih yang mendalam, marah, kesal, tertekan, depresi dan emosi lainnya adalah dengan melakukan *self harm*.

Berdasarkan pembahasan diatas, maka peneliti dapat menjawab rumusan masalah dari penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja. Dari pemaparan yang telah disajikan diatas menunjukkan bahwa harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja memiliki hubungan.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Dalam penelitian ini memiliki keterbatasan dalam penelitiannya, yaitu :

1. Keterbatasan dalam penelitian ini ialah fenomena *self harm* dikalangan remaja tergolong sedikit dibahas dalam topik berita, sehingga preferensi mengenai remaja *self harm* masih sulit diketahui.
2. Responden dengan kriteria yang sudah didapatkan dalam penelitian ini masih tergolong sedikit.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil temuan analisis di atas memberikan informasi bahwa ada hubungan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self harm* remaja artinya semakin rendah harga diri maka tingkat perilaku *self harm* cenderung tinggi dan apabila kesepian tinggi maka tingkat perilaku *self harm* juga tinggi, sebaliknya apabila harga diri tinggi maka perilaku *self harm* cenderung rendah dan apabila kesepian rendah maka semakin rendah pula perilaku *self harm*. Penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri dan kesepian memberikan sumbangsih secara bersama-sama terhadap perilaku *self harm* yang dilakukan remaja. Jadi hipotesis pada penelitian ini diterima.

#### **B. Saran**

##### **1. Remaja**

Remaja dapat melakukan hal-hal positif berkaitan dengan hobi atau *passion* yang dimilikinya. Selain itu, remaja juga dapat mengembangkan lingkup pertemanan dengan menumbuhkan lagi rasa kepemilikan dalam hubungan sosialnya. Kemudian remaja yang melakukan *self harm* disarankan untuk melakukan penanganan secara psikologis kepada pihak profesional.

##### **2. Peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan responden penelitian yang lebih banyak lagi. Kajian teori dapat dilakukan secara mendalam dan bisa menggunakan teknik analisis pengolahan data dengan metode lain. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menganalisa faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi harga diri dan kesepian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D., Faradiba, T., Paramita, A. D., Psikologi, F., Pancasila, U., Psikologi, F., Pancasila, U., Psikologi, F., & Pancasila, U. (2022). *Hubungan Kesepian Dan Deliberate Self-Harm Pada Remaja. 2019*, 79–84.
- Agustin, D., Fatria, R. Q., & Febrayosi, P. (2019). *Analisis Butir Self Harm Inventory. 3*(2), 396–402.
- Alifiando, B. K., Pinilih, S. S., & Amin, M. K. (2022). Gambaran Kecenderungan Perilaku Self Harm Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Study. *Jurnal Keperawatan, 8*, 11–18.
- Alwisol. (2012). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press.
- Anderson, C. A, Miller, R. S, A. L., Dill, J. C & Sedikides, C. (1994). Behavioral and Characterological Attributional Atlyes as Predictors Of Depression And Loneliness. *Journal of Personality & Social Psychologi, 66*(3), 549–558.
- Apsari, N. C. (2022). Perilaku Self Harm Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja. *Jurnal Pekerjaan Sosial, 4*(2), 213–224.
- Arinda, O. D., & Mansoer, W. W. D. (2021). NSSI (Nonsuicidal Self Injury) Pada Dewasa Muda Di Jakarta. *Jurnal Psikologi, 8*(1), 123–147. <https://doi.org/10.24854/jpu150>
- Arroisi, J. (2022). Konsep Harga Diri : Studi Komparasi Perspektif Psikologi Modern dan Islam The Concept of Self-Esteem : Comparative Study of Modern and Islamic Psychol ogy Perspectives. *Psikologika, 27*(1), 89–106. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art7>
- Astuti, Kamsih, T. (2014). Hubungan Antara Harga Diri Dan Persepsi Pola Asuh Orang Tua. *Jurnal Ilmiah, 02*.
- Asyafina, N., & Salam, N. E. (2022). Fenomena Mahasiswa Pelaku Self Harm di Kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Tambusai, 6*, 13930–13936.
- Azizah. (2013). Kebahagiaan dan Permasalahan di Usia Remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 4*(2), 295–316.
- Baron, R. A. dan D. B. (2004). *Psikologi Sosial*. Erlangga.
- Cipta, H., Lindungi, D., Mengutip, D., Medan, U., Document, A., & From, A. (2019). *Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri Remaja*. Universitas Medan Area.
- Costa, R. P. de O., Peixoto, A. L. R. P., Lucas, C. C. A., Falcão, D. N., Farias, J.

- T. da S., Viana, L. F. P., Pereira, M. A. de A., Sandes, M. L. B., Lopes, T. B., Mousinho, K. C., & Trindade-Filho, E. M. (2021). Profile of non-suicidal self-injury in adolescents: interface with impulsiveness and loneliness. *Jornal de Pediatria*, 97(2), 184–190. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2020.01.006>
- Dewi, L. A. K., & Hamidah. (2013). Hubungan ANtara Kesepian dengan Ide Bunuh Diri dengan Orangtua Yang Bercerai. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 2(3).
- Fadhila, N., & Syafiq, M. (2020). Pengalaman Psikologis Self Injury Pada Perempuan Dewasa Awal. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(3).
- Favazza, R., & Rosenthal, J. (2015). *Diagnostic in Self-Mutilation. March 1993*. <https://doi.org/10.1176/ps.44.2.134>
- Gratz, K. L. (2001). Measurement of Deliberate Self-Harm : Preliminary Data on the Deliberate Self-Harm Inventory. *Journal of Psychopathology and And Behavioral Asesment*, 23(4).
- Hurlock E. B. (2015). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Hidup*. Erlangga.
- Ishaq, G., Solomon, V., & Khan, O. (2017). Relationship between self-esteem and loneliness among university students living in hostels. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 6(2). <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2017.1735>
- Karimah, K. (2021). *Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis*. 9(2), 367–380. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Khatib, S. A. Al. (n.d.). Exploring the Relationship among Loneliness , Self-esteem , Self- efficacy and Gender in United Arab Emirates College Students. *Journal Of Psychologi*, 8(1), 159–181. <https://doi.org/10.5964/ejop.v8i1.301>
- Klonsky, E. D., Muehlenkamp, J. J., Lewis, S. P., & Walsh, B. (2011). *Nonsuicidal Self-Injury*. Hogrefe Publishing.
- Kurniawaty, R. (2012). Dinamika Psikologis Pelaku Self-Injury. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 1(1).
- Kusumadewi. (2019). Self Harm Inventory. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 8(1).
- Laila faried, IGAA Noviekayati, S. S. (2018). Efektivitas Pemberian Ekspresif Writing Therapy Terhadap Kecenderungan Self Injury Ditinjau Dari Kepribadian Introvet. *Psikovidya*, 22(2), 114–125.
- Leuven, K. U. (2013). Non-Suicidal Self-Injury in Adolescence : Interplay between

Psychological Distress and Parenting. *Klinische Psychologie*.

- Lubis, I. R. (2020). *Gambaran kesepian pada remaja pelaku self-harm*. 9(April), 14–21.
- Maidah, D. (2013). *Self Injury Pada Mahasiswa*. 2(1), 6–13.
- Muthia, E. N., Hidayati, D. S., & Malang, U. M. (2015). *Kesepian dan keinginan melukai diri sendiri remaja*. 2 (5)(246), 185–198.
- Olva, H., & Ibrahim, Y. (2014). Hubungan Self-Esteem dengan Motivasi Belajar Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 2(2), 14–18.
- Paramita, A. D., Faradiba, A. T., & Mustofa, K. S. (2020). Adverse Childhood Experience dan Deliberate Self-Harm pada Remaja di Indonesia. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1).
- Prasetyadi, T. I. (2021). *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Self Injury Pada Remaja*.
- Putri, N. R. (2020). *Pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku self injury pada siswa smp negeri di kecamatan tembalang tahun pelajaran 2019/2020 skripsi*.
- Rahma, I. (2019). *Pengaruh Harga Diri Dan Social Connectedness Terhadap Kesepian Pada Remaja*.
- Rakhmawati, S. H. (2019). *Harga Diri Siswa SMK Yang Menjadi Korban Bullyng*.
- Rangkuti, A. A. (2017). *Statistka Inferensial Untuk Psikologi dan Pendidikan* (1st ed.). Kencana.
- Ronka. (2013). *Associations of deliberate self-harm with loneliness, self-rated health and life satisfaction in adolescence: Northern Finland Birth Cohort 1986 Study. 1*, 1–7.
- Rosenberg, M. (1989). Self Esteem And Adolescent Problems : Modeling Reciprocal Effects. *Journal American Sociological*, 54(Berg 1971), 1004–1018.
- Saifuddin Ahmad. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Prenada Media.
- Saifuddin Azwar. (2015). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Sangadji, S. (2010). *Metodologi Penelitian Pendekatan Praktis dalam Pnelitian*. Cv.Andi Offset.
- Santrock. (2015). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Kencana.



- Shofia, I. (2018). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Melakukan Self Injury Pada Remaja. *Journal Of Psychologi*, 1(1).
- Simatupang, L. O. G. (2019). *Gambaran kesepian pada remaja pelaku self harm*.
- Soesilo, A. (2013). *Perilaku Melukai Diri Sendiri*. November, 0–21.
- Sugianto, N. F. A. (2020). *Pengaruh disregulasi emosi, kesepian, dan religiusitas terhadap perilaku self-injury pada remaja*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Alfabeta.
- Tan, M. I., Esterina, N., Damayanti, A., & Amanda, R. L. (2021). *The Relationship Between Loneliness and Self-harming Action in COVID-19 Pandemic among University Students Mutiara*. 14(2), 121–127. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>.
- Valentina, T. D., & Oshel, L. (2014). *Self-esteem, Resilience, and Suicidal Behavior in Adolescents in Denpasar*. 2003.
- Whitlock, B. Y. J., Minton, R., Babington, P., & Ernhout, C. (2015). *The relationship between non-suicidal self-injury and suicide*. 1–3.
- Wibisono, B. K., & Gunatirin, E. Y. (2018). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Melukai Diri Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 7(2), 3675–3690.
- Yuniar, I. (2012). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Klinis*, 1(02), 110–117.
- Yusuf, L., R. C. B., Program, M., Ilmu, S., & Kedokteran, F. (2012). Harga Diri pada Remaja Menengah Putri di SMA Negeri 15 Kota Semarang. *Yusuf, Lukman & Bagus, Chandra*, 1(1), 225–230.
- Zakaria, Z. Y. H. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi*, 4(2), 85–90.
- Zetterqvist, M. (2015). The DSM - 5 diagnosis of nonsuicidal self - injury disorder : a review of the empirical literature. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 1–14. <https://doi.org/10.1186/s13034-015-0062-7>
- Zuhra, M. (2017). *Perbedaan loneliness pada remaja yang tinggal di panti asuhan dan tinggal dengan keluarga*.

## **LAMPIRAN**

*Lampiran 1 Skala Uji Coba*

*Assalmmualaikum Wr. Wb.*

Perkenalkan nama saya Umi Purwanti mahasiswi Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta. Pada kesempatan ini, saya sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir/skripsi. Untuk itu, saya memohon bantuan Saudara/i dengan kerendahan hati untuk kesediannya untuk mengisi skala penelitian yang telah disediakan.

Apabila saudara/i merupakan siswa atau siswi SMK Negeri 1 Wonosegoro Kabupaten Boyolali dengan usia 15-18 tahun, saya memohon kesediannya untuk memberikan partisipasinya dalam penelitian saya dengan mengisi survey ini.

Tidak ada jawaban benar atau salah dalam penelitian ini selama jawaban yang dipilih merupakan hal yang sesuai dengan keadaan Saudara/i saat ini. Oleh karena itu Saudara/i diharapkan untuk mengisi pernyataan dengan sebenar-benarnya jujur dan terbuka sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Anda tidak perlu khawatir karena segala respon yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila anda memiliki pertanyaan terkait penelitian ini, anda dapat menanyakan melalui email berikut : [umipurwanti03@gmail.com](mailto:umipurwanti03@gmail.com)

Terima kasih saya ucapkan atas kesediaan dan kesungguhan Saudara/i dalam pengisian skala ini. Semoga kebaikan Saudara/i mendapat balasan yang lebih dari Allah SWT dan hasil dari skala ini dapat bermanfaat untuk kita semua.

*Wassalamualaikum Wr. Wb.*

Peneliti



Umi Purwanti

**LEMBAR IDENTITAS DIRI**

Mohon isikan sesuai dengan identitas diri anda :

Nama (Boleh inisial) :

Kelas :

Usia :

Jenis Kelamin :

## PETUNJUK PENGISIAN

### SKALA 1

#### Petunjuk Pengisian

- a. Bacalah pernyataan yang diberikan dengan cermat
- b. Pilihlah jawaban yang paling menggambarkan diri anda, karena tidak ada jawaban benar ataupun salah dalam pernyataan yang diberikan
- c. Anda dapat memilih satu jawaban dari empat pilihan yang tersedia, yaitu :
  - 1) Tidak pernah
  - 2) Pernah
  - 3) Lebih dari sekali
  - 4) Sering

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Saya dengan sengaja menggaruk kulit saya sampai menimbulkan bekas luka atau berdarah				
2.	Saya dengan sengaja menggigit diri saya sampai merusak kulit				
3.	Saya dengan sengaja meninju atau memukul diri saya sampai terluka atau memar				
4.	Saya dengan sengaja menggosokkan amplas pada tubuh saya				
5.	Saya dengan sengaja membenturkan kepala saya sampai terluka atau memar				
6.	Saya dengan sengaja membenturkan kepala saya sampai terluka dan memar				
7.	Saya dengan sengaja menggunakan pemutih atau desinfektan untuk menggosok kulit saya				
8.	Saya dengan sengaja mencegah luka yang saya miliki untuk sembuh (contoh : mengopek luka)				

9.	Saya dengan sengaja menggosokkan kaca pada kulit saya				
10.	Saya dengan sengaja mengukir kata-kata, gambar, desain, atau tanda lain pada kulit saya				
11.	Saya dengan sengaja memasukkan benda tajam seperti jarum, peniti, staples ke kulit saya (tidak termasuk mentato tubuh, menindik telinga, memakai jarum bagi yang mengkonsumsi narkoba)				
12.	Saya dengan sengaja memotong atau menyayat pergelangan tangan, lengan atau bagian lain dari tubuh saya				
13.	Saya dengan sengaja mematahkan tulang saya				
14.	Saya dengan sengaja membakar diri saya menggunakan rokok atau korek api				
15.	Pernahkah anda melakukan hal lain untuk melukai diri sendiri yang tidak dinyatakan dalam pernyataan diatas?				
16.	Jika iya, apa yang anda lakukan?				
17.	Pernahkah anda dengan sengaja melukai diri sendiri menggunakan salah satu cara yang disebutkan diatas hingga menyebabkan rawat inap atau cedera yang cukup parah sampai membutuhkan perawatan medis?				

## SKALA 2

Pada bagian ini terdiri dari 10 pernyataan. Anda diminta untuk membaca dengan seksama dan mengisi pernyataan berikut sesuai dengan kondisi dan perasaan yang Anda rasakan. Ada empat alternatif jawaban yang diberikan dan Anda diminta untuk memberikan tanda checklist (√) untuk jawaban yang dipilih pada kolom yang disediakan dengan keterangan sebagai berikut :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya-tidaknya sama dengan orang lain.				
2.	Saya merasa banyak hal-hal baik dalam diri saya				
3.	Secara keseluruhan saya merasa orang yang gagal				
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain				
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya				
6.	Saya menerima keadaan diri saya seperti apa adanya				
7.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya				
8.	Saya berharap saya dapat lebih dihargai				
9.	Saya sering merasa tidak berguna				

10.	Kadang-kadang saya merasa bahwa diri saya tidak baik				
-----	--	--	--	--	--



### SKALA 3

Pada bagian ini terdiri dari 11 pernyataan. Anda diminta untuk membaca dengan seksama dan mengisi pernyataan berikut sesuai dengan kondisi dan perasaan yang Anda rasakan. Ada tiga alternatif jawaban yang diberikan, yaitu Ya, Kadang-kadang, dan Tidak. Anda diminta untuk memberikan tanda checklist (√) untuk jawaban yang dipilih pada kolom yang sudah disediakan.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban		
		Tidak	Kadang-kadang	Ya
1.	Ada orang yang dapat saya ajak bicara mengenai masalah saya setiap hari			
2.	Saya rindu memiliki teman yang sangat dekat			
3.	Saya merasakan ada kekosongan dalam diri saya			
4.	Saya merindukan kesenangan bersama orang lain			
5.	Saya merasa lingkaran teman dan kenalan saya terlalu terbatas			
6.	Ada banyak orang yang dapat saya andalkan ketika saya memiliki masalah			
7.	Ada banyak orang yang dapat saya percaya sepenuhnya			
8.	Saya dapat menghubungi teman kapanpun saya membutuhkannya			
9.	Ada cukup banyak orang yang saya rasa dekat			
10.	Saya mengharapkan selalu dikelilingi orang-orang terdekat			
11.	Saya sering merasa ditolak			

*Lampiran 2* Tabulasi Data Uji Coba Skala Harga Diri

3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	25
3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	22
3	2	2	2	2	3	1	2	1	2	20
3	3	3	3	4	3	3	1	4	3	30
3	2	1	2	1	2	2	2	1	1	17
3	2	3	4	3	4	3	2	1	2	27
3	1	3	2	2	3	2	1	2	1	20
3	3	3	3	2	3	3	1	1	1	23
3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	20
3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	25
3	2	1	3	1	1	1	1	1	2	16
3	3	2	3	2	2	2	1	2	1	21
3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	22
3	2	2	2	2	2	3	1	1	2	20
3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	18
3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	25
3	2	2	3	2	4	4	2	3	2	27
3	2	2	3	1	3	2	2	1	2	21
3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	22
3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	19
3	4	2	2	2	2	2	2	1	2	22
3	4	4	4	3	4	3	1	2	2	30
3	3	3	4	2	4	3	2	1	2	27
3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	22
3	2	1	3	2	3	2	1	1	2	20
3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	18
3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	22
3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	26
3	2	1	1	1	2	2	3	1	4	20
3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	20
3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	23
3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	21
3	3	4	4	1	4	4	1	4	1	29
3	3	4	3	3	4	3	2	2	1	28
3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	18
3	2	2	3	2	3	2	1	1	1	20
3	2	2	1	1	2	2	1	4	1	19
3	1	2	1	1	2	1	2	1	1	15
3	3	1	4	1	3	1	2	1	1	20
3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	19
3	2	2	3	2	3	2	1	2	1	21
3	4	4	3	3	3	2	1	2	1	26
3	3	3	4	3	4	2	1	4	3	30

*Lampiran 3* Tabulasi Data Uji Coba Skala Kesepian

2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	27
1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	25
2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	27
2	3	2	2	3	3	3	1	3	2	2	26
2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	28
1	2	2	1	3	1	1	1	3	1	1	17
2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	23
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	32
3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	30
2	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	26
2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	2	26
2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	28
2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	2	27
2	1	3	2	2	1	3	1	1	2	2	20
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	27
3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	31
2	2	3	2	2	3	3	3	1	2	2	25
2	1	3	3	2	3	3	2	1	2	3	25
2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	30
2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	20
1	2	2	1	3	2	1	1	2	1	2	18
2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	28
1	1	2	1	1	1	3	3	1	2	2	18
2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	27
2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	28
2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	28
1	2	2	1	3	3	1	1	2	2	1	19
1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	28
2	3	3	2	3	2	1	2	3	3	2	26
1	3	3	2	3	3	2	1	3	2	1	24
2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	30
1	2	2	2	2	1	3	1	3	2	2	21
2	3	1	1	3	2	1	2	3	2	2	22
2	1	3	3	2	1	3	3	1	2	3	24
2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	2	26
2	2	3	1	3	3	1	2	2	3	1	23
2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	31
3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	31
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
3	3	3	2	3	1	1	2	3	3	2	26
3	3	3	2	2	3	2	3	3	1	2	27
3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	29

*Lampiran 4 Tabulasi Data Uji Coba Skala Self Harm*

0	0	2	0	1	0	0	1	2	0	2	0	1	0	0	0	0	10
0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	6
0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	6
0	1	2	0	3	1	3	0	0	0	3	0	3	0	2	0	0	22
0	2	2	0	1	2	0	1	2	0	3	3	1	0	0	0	0	22
0	1	3	0	1	0	2	2	1	0	0	1	3	2	0	0	0	22
0	1	2	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	2	0	0	0	16
0	1	3	0	2	0	0	2	2	0	2	0	2	0	2	0	0	24
0	0	2	0	0	0	0	1	2	0	1	0	0	0	0	0	0	15
3	3	1	0	3	1	3	2	3	2	2	3	3	3	0	0	0	42
0	2	1	0	2	1	0	1	0	0	0	3	3	3	0	0	2	29
0	2	1	3	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	24
0	1	0	1	1	0	2	0	2	0	2	1	1	0	0	0	0	24
0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2	1	0	0	0	0	19
0	1	2	0	2	1	0	1	1	0	1	2	2	1	0	1	0	30
0	0	0	2	1	0	0	1	2	0	0	0	2	0	0	0	0	24
0	2	3	2	2	0	2	0	3	0	2	0	2	0	0	0	0	35
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	19
0	1	2	0	3	1	1	1	2	0	1	0	2	0	0	0	0	33
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	21
0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	25
0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	24
0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	28
0	2	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3	0	0	0	59
0	2	0	0	2	0	1	2	1	0	0	3	3	3	0	0	0	42
0	2	1	3	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	38
0	2	3	0	2	2	0	3	2	0	3	3	3	3	0	0	1	54
0	3	2	0	2	2	0	3	2	0	3	3	2	3	1	0	0	54
0	2	3	0	2	2	3	3	3	0	2	2	0	0	0	0	0	51
0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	0	0	0	37
0	1	3	0	2	2	0	3	2	0	1	1	1	0	0	0	0	47
0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	35
0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	37
0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	39
0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	39
0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	43
0	1	1	2	0	1	0	0	1	0	0	0	3	1	0	0	0	47
0	2	2	3	1	1	0	1	3	0	3	3	0	2	0	0	0	59
0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	2	0	0	0	45
0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	2	0	0	0	0	0	47
0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	2	2	3	1	0	0	54
0	1	2	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	50
0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	2	2	0	0	0	55

*Lampiran 5 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Harga Diri*

Item	Nilai P	Nilai Signifikansi	Keterangan
1	0,001	0,05	Valid
2	0,001	0,05	Valid
3	0,001	0,05	Valid
2	0,001	0,05	Valid
4	0,001	0,05	Valid
5	0,001	0,05	Valid
6	0,001	0,05	Valid
7	0,001	0,05	Valid
8	0,762	0,05	Tidak Valid
9	0,001	0,05	Valid
10	0,172	0,05	Tidak Valid

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.794	10

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	19.23	15.135	.719	.743
item2	19.40	17.245	.446	.779
item3	19.53	15.064	.699	.745
item4	19.23	15.802	.600	.759
item5	19.93	16.876	.529	.770
item6	19.21	15.408	.709	.746
item7	19.72	16.206	.623	.758
item8	20.35	20.947	-.176	.832
item9	20.16	16.378	.427	.783
item10	20.19	19.488	.056	.819

Lampiran 6 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kesepian

Item	Nilai P	Nilai Signifikansi	Keterangan
1	0,001	0,05	Valid
2	0,001	0,05	Valid
3	0,002	0,05	Valid
2	0,001	0,05	Valid
4	0,056	0,05	Tidak Valid
5	0,001	0,05	Valid
6	0,004	0,05	Valid
7	0,001	0,05	Valid
8	0,005	0,05	Valid
9	0,001	0,05	Valid
10	0,001	0,05	Valid
11	0,001	0,05	Valid

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.752	11

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	24.05	13.617	.565	.714
item2	23.65	13.709	.432	.729
item3	23.44	14.872	.337	.741
item4	23.81	12.822	.669	.697
item5	23.40	15.530	.158	.759
item6	23.65	13.471	.403	.734
item7	23.56	14.443	.246	.757
item8	23.86	13.837	.378	.737
item9	23.56	14.681	.259	.752
item10	23.70	13.787	.454	.726
item11	23.79	13.598	.565	.714



*Lampiran 7 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Self Harm*

Item	Nilai P	Nilai Signifikansi	Keterangan
1	0,011	0,05	Valid
2	0,001	0,05	Valid
3	0,001	0,05	Valid
4	0,191	0,05	Tidak Valid
5	0,001	0,05	Valid
6	0,001	0,05	Valid
7	0,001	0,05	Valid
8	0,001	0,05	Valid
9	0,001	0,05	Valid
10	0,001	0,05	Valid
11	0,011	0,05	Valid
12	0,001	0,05	Valid
13	0,001	0,05	Valid
14	0,001	0,05	Valid
15	0,001	0,05	Valid
16	0,147	0,05	Tidak Valid
17	0,697	0,05	Tidak Valid

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.858	17

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	11.70	65.359	.334	.856
X02	10.79	56.598	.799	.835
X03	10.49	58.732	.507	.849
X04	11.19	65.679	.083	.870
X05	10.65	56.518	.738	.837
X06	11.19	59.536	.643	.843
X07	11.26	59.147	.523	.848
X08	10.84	56.997	.658	.841
X09	10.72	56.920	.619	.843
X10	11.72	66.206	.351	.857
X11	10.81	56.679	.620	.843
X12	10.63	57.144	.566	.846
X13	10.40	58.959	.511	.849
X14	10.84	57.949	.494	.851
X15	11.63	66.525	.170	.860
X16	11.74	67.909	.043	.861
X17	11.70	66.835	.198	.860

### *Lampiran 8 Skala Penelitian*

*Assalmmualaikum Wr. Wb.*

Perkenalkan nama saya Umi Purwanti mahasiswi Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta. Pada kesempatan ini, saya sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir/skripsi. Untuk itu, saya memohon bantuan Saudara/i dengan kerendahan hati untuk kesediannya untuk mengisi skala penelitian yang telah disediakan.

Apabila saudara/i merupakan siswa atau siswi SMK Negeri 1 Wonosegoro Kabupaten Boyolali dengan usia 15-18 tahun, saya memohon kesediannya untuk memberikan partisipasinya dalam penelitian saya dengan mengisi survey ini.

Tidak ada jawaban benar atau salah dalam penelitian ini selama jawaban yang dipilih merupakan hal yang sesuai dengan keadaan Saudara/i saat ini. Oleh karena itu Saudara/i diharapkan untuk mengisi pernyataan dengan sebenar-benarnya jujur dan terbuka sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Anda tidak perlu khawatir karena segala respon yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila anda memiliki pertanyaan terkait penelitian ini, anda dapat menanyakan melalui email berikut : [umipurwanti03@gmail.com](mailto:umipurwanti03@gmail.com)

Terima kasih saya ucapkan atas kesediaan dan kesungguhan Saudara/i dalam pengisian skala ini. Semoga kebaikan Saudara/i mendapat balasan yang lebih dari Allah SWT dan hasil dari skala ini dapat bermanfaat untuk kita semua.  
*Wassalamualaikum Wr. Wb.*

Peneliti



Umi Purwanti

**LEMBAR IDENTITAS DIRI**

Mohon isikan sesuai dengan identitas diri anda :

Nama (Boleh inisial) :

Kelas :

Usia :

Jenis Kelamin :

## PETUNJUK PENGISIAN

### SKALA 1

#### Petunjuk Pengisian

- d. Bacalah pernyataan yang diberikan dengan cermat
- e. Pilihlah jawaban yang paling menggambarkan diri anda, karena tidak ada jawaban benar ataupun salah dalam pernyataan yang diberikan
- f. Anda dapat memilih satu jawaban dari empat pilihan yang tersedia, yaitu :
  - 1) Tidak pernah
  - 2) Pernah
  - 3) Lebih dari sekali
  - 4) Sering

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Saya dengan sengaja menggaruk kulit saya sampai menimbulkan bekas luka atau berdarah				
2.	Saya dengan sengaja menggigit diri saya sampai merusak kulit				
3.	Saya dengan sengaja meninju atau memukul diri saya sampai terluka atau memar				
4.	Ketika saya takut saya berulang kali menampar diri saya				
5.	Saya dengan sengaja membenturkan kepala saya sampai terluka atau memar				
6.	Saya dengan sengaja membenturkan kepala saya sampai terluka dan memar				
7.	Saya dengan sengaja menggunakan pemutih atau desinfektan untuk menggosok kulit saya				

8.	Saya dengan sengaja mencegah luka yang saya miliki untuk sembuh (contoh : mengopek luka)				
9.	Saya dengan sengaja menggosokkan kaca pada kulit saya				
10.	Saya dengan sengaja mengukir kata-kata, gambar, desain, atau tanda lain pada kulit saya				
11.	Saya dengan sengaja memasukkan benda tajam seperti jarum, peniti, staples ke kulit saya (tidak termasuk mentato tubuh, menindik telinga, memakai jarum bagi yang mengkonsumsi narkoba)				
12.	Saya dengan sengaja memotong atau menyayat pergelangan tangan, lengan atau bagian lain dari tubuh saya				
13.	Saya dengan sengaja mematahkan tulang saya				
14.	Saya dengan sengaja membakar diri saya menggunakan rokok atau korek api				
15.	Pernahkah anda melakukan hal lain untuk melukai diri sendiri yang tidak dinyatakan dalam pernyataan diatas?				
16.	Saya menelan sesuatu yang berbahaya ketika saya putus asa				
17.	Ketika saya marah saya berulang kali menggigit jari saya				

## SKALA 2

Pada bagian ini terdiri dari 10 pernyataan. Anda diminta untuk membaca dengan seksama dan mengisi pernyataan berikut sesuai dengan kondisi dan perasaan yang Anda rasakan. Ada empat alternatif jawaban yang diberikan dan Anda diminta untuk memberikan tanda cheklist (√) untuk jawaban yang dipilih pada kolom yang disediakan dengan keterangan sebagai berikut :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya-tidaknya sama dengan orang lain.				
2.	Saya merasa banyak hal-hal baik dalam diri saya				
3.	Secara keseluruhan saya merasa orang yang gagal				
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain				
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya				
6.	Saya menerima keadaan diri saya seperti apa adanya				
7.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya				
8.	Orang sekeliling saya dapat menerima kekurangan saya				
9.	Saya sering merasa tidak berguna				

10.	Saya benci diri saya sendiri				
-----	------------------------------	--	--	--	--

### SKALA 3

Pada bagian ini terdiri dari 11 pernyataan. Anda diminta untuk membaca dengan seksama dan mengisi pernyataan berikut sesuai dengan kondisi dan perasaan yang Anda rasakan. Ada tiga alternatif jawaban yang diberikan, yaitu Ya, Kadang-kadang, dan Tidak. Anda diminta untuk memberikan tanda checklist (√) untuk jawaban yang dipilih pada kolom yang sudah disediakan.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban		
		Tidak	Kadang-kadang	Ya
1.	Ada orang yang dapat saya ajak bicara mengenai masalah saya setiap hari			
2.	Saya rindu memiliki teman yang sangat dekat			
3.	Saya merasakan ada kekosongan dalam diri saya			
4.	Saya merindukan kesenangan bersama orang lain			
5.	Saya merasa lingkaran teman dan kenalan saya terlalu terbatas			
6.	Ada banyak orang yang dapat saya andalkan ketika saya memiliki masalah			
7.	Ada banyak orang yang dapat saya percaya sepenuhnya			
8.	Saya dapat menghubungi teman kapanpun saya membutuhkannya			
9.	Ada cukup banyak orang yang saya rasa dekat			



10.	Saya mengharapkan selalu dikelilingi orang-orang terdekat			
11.	Saya sering merasa ditolak			

*Lampiran 9* Tabulasi Data Penelitian Skala *Self Harm*

NO	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10
1	0	0	2	0	1	0	0	1	2	0
2	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0
3	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0
4	0	1	2	0	3	1	3	0	0	0
5	0	2	2	0	1	2	0	1	2	0
6	0	1	3	0	1	0	2	2	1	0
7	0	1	2	0	1	1	0	0	0	0
8	0	1	3	0	2	0	0	2	2	0
9	0	0	2	0	0	0	0	1	2	0
10	3	3	1	0	3	1	3	2	3	2
11	0	2	1	0	2	1	0	1	0	0
12	0	2	1	3	1	0	1	1	0	0
13	0	1	0	1	1	0	2	0	2	0
14	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0
15	0	1	2	0	2	1	0	1	1	0
16	0	0	0	2	1	0	0	1	2	0
17	0	2	3	2	2	0	2	0	3	0
18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
19	0	1	2	0	3	1	1	1	2	0
20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
21	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
22	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0
23	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
24	0	2	3	3	3	3	3	3	3	0
25	0	2	0	0	2	0	1	2	1	0
26	0	2	1	3	1	0	1	1	0	0
27	0	2	3	0	2	2	0	3	2	0
28	0	3	2	0	2	2	0	3	2	0
29	0	2	3	0	2	2	3	3	3	0
30	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0
31	0	1	3	0	2	2	0	3	2	0
32	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0
33	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0
34	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0

35	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
36	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0
37	0	1	1	2	0	1	0	0	1	0
38	0	2	2	3	1	1	0	1	3	0
39	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0
40	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0
41	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0
42	0	1	2	0	1	1	0	0	0	0
43	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0
44	0	0	3	1	0	1	0	0	1	1
45	0	0	2	0	0	1	0	0	1	1
46	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0
47	0	0	3	0	1	0	0	1	3	0
48	0	1	2	2	0	0	0	1	0	0
49	0	1	2	2	0	2	0	1	0	0
50	0	1	0	0	3	2	0	2	0	0
51	0	2	0	0	2	1	1	0	2	1
52	0	2	1	1	3	1	1	0	1	1
53	0	3	1	1	1	0	0	0	0	0
54	0	1	3	2	0	0	0	1	0	0
55	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0

Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Total
2	0	1	0	0	0	0	9
1	1	0	0	0	0	0	4
0	0	1	0	0	0	0	3
3	0	3	0	2	0	0	18
3	3	1	0	0	0	0	17
0	1	3	2	0	0	0	16
0	1	1	2	0	0	0	9
2	0	2	0	2	0	0	16
1	0	0	0	0	0	0	6
2	3	3	3	0	0	0	32
0	3	3	3	0	0	2	18
0	1	1	1	0	0	0	12
2	1	1	0	0	0	0	11
0	2	1	0	0	0	0	5
1	2	2	1	0	1	0	15
0	0	2	0	0	0	0	8
2	0	2	0	0	0	0	18
0	1	0	0	0	0	0	1
1	0	2	0	0	0	0	14
0	0	1	0	0	0	0	1
0	1	1	1	0	0	0	4
0	0	0	0	0	0	0	2
0	2	2	0	0	0	0	5
3	3	3	3	0	0	0	35
0	3	3	3	0	0	0	17
0	1	1	1	0	0	0	12
3	3	3	3	0	0	1	27
3	3	2	3	1	0	0	26
2	2	0	0	0	0	0	22
1	1	1	2	0	0	0	7
1	1	1	0	0	0	0	16
0	0	1	0	0	0	0	3
0	0	0	0	0	0	0	4
1	0	0	0	0	0	0	5
1	0	1	1	0	0	0	4

1	1	1	0	0	0	0	7
0	0	3	1	0	0	0	10
3	3	0	2	0	0	0	21
0	0	1	2	0	0	0	6
1	2	0	0	0	0	0	7
1	2	2	3	1	0	0	13
0	1	1	1	0	0	0	8
0	1	2	2	0	0	0	12
3	0	0	1	0	0	1	12
3	0	0	1	0	0	1	10
2	0	0	1	0	0	0	7
0	0	2	0	0	0	0	10
0	1	2	0	0	0	0	9
0	1	1	0	2	0	0	12
1	2	0	0	2	0	0	13
2	2	0	3	1	0	0	17
1	3	0	2	1	0	1	19
0	1	3	1	3	0	0	14
0	0	0	1	1	0	0	9
1	1	0	0	1	1	0	6

*Lampiran 10* Tabulasi Data Penelitian Skala Harga Diri

NO	X1	X1	X1	X1	X1	X1	X1	X1	X1	X1	Total
1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	25
2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	2	22
3	3	2	2	2	2	3	1	2	1	2	20
4	3	3	3	3	4	3	3	1	4	3	30
5	3	2	1	2	1	2	2	2	1	1	17
6	3	2	3	4	3	4	3	2	1	2	27
7	3	1	3	2	2	3	2	1	2	1	20
8	3	3	3	3	2	3	3	1	1	1	23
9	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	20
10	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	25
11	3	2	1	3	1	1	1	1	1	2	16
12	3	3	2	3	2	2	2	1	2	1	21
13	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	22
14	3	2	2	2	2	2	3	1	1	2	20
15	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	18
16	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	25
17	3	2	2	3	2	4	4	2	3	2	27
18	3	2	2	3	1	3	2	2	1	2	21
19	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	22
20	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	19
21	3	4	2	2	2	2	2	2	1	2	22
22	3	4	4	4	3	4	3	1	2	2	30
23	3	3	3	4	2	4	3	2	1	2	27
24	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	22
25	3	2	1	3	2	3	2	1	1	2	20
26	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	18
27	3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	22
28	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	26
29	3	2	1	1	1	2	2	3	1	4	20
30	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	20
31	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	23
32	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	21
33	3	3	4	4	1	4	4	1	4	1	29
34	3	3	4	3	3	4	3	2	2	1	28
35	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	18
36	3	2	2	3	2	3	2	1	1	1	20
37	3	2	2	1	1	2	2	1	4	1	19
38	3	1	2	1	1	2	1	2	1	1	15
39	3	3	1	4	1	3	1	2	1	1	20
40	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	19
41	3	2	2	3	2	3	2	1	2	1	21
42	3	4	4	3	3	3	2	1	2	1	26
43	3	3	3	4	3	4	2	1	4	3	30
44	3	3	2	2	2	3	2	1	1	1	20
45	3	2	2	2	2	3	2	1	1	1	19
46	3	1	1	1	2	4	2	1	1	1	17
47	3	4	1	1	1	4	3	1	2	1	21
48	3	3	4	2	1	2	3	3	2	3	26
49	3	3	3	2	3	1	4	3	3	2	27
50	3	2	2	1	4	1	1	2	4	2	22
51	3	2	1	1	2	1	1	3	1	1	16
52	3	1	1	4	2	2	3	4	1	4	25
53	3	1	1	2	1	3	2	2	3	1	19
54	3	4	2	3	2	4	4	3	1	1	27
55	3	2	2	3	1	2	1	1	4	1	20

## Lampiran 11 Tabulasi Data Penelitian Skala Kesepian

NO	X2	X2	X2	X2	X2	X2	X2	X2	X2	X2	X2	Total
1	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	27
2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	25
3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	27
4	2	3	2	2	3	3	3	1	3	2	2	26
5	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	28
6	1	2	2	1	3	1	1	1	3	1	1	17
7	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	23
8	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	32
9	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	30
10	2	3	3	2	3	1	3	2	3	2	2	26
11	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	2	26
12	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	28
13	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	2	27
14	2	1	3	2	2	1	3	1	1	2	2	20
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
16	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	27
17	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	31
18	2	2	3	2	2	3	3	3	1	2	2	25
19	2	1	3	3	2	3	3	2	1	2	3	25
20	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	30
21	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	20
22	1	2	2	1	3	2	1	1	2	1	2	18
23	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	28
24	1	1	2	1	1	1	3	3	1	2	2	18
25	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	27
26	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	28
27	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	28
28	1	2	2	1	3	3	1	1	2	2	1	19
29	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	28
30	2	3	3	2	3	2	1	2	3	3	2	26
31	1	3	3	2	3	3	2	1	3	2	1	24
32	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	30
33	1	2	2	2	2	1	3	1	3	2	2	21
34	2	3	1	1	3	2	1	2	3	2	2	22
35	2	1	3	3	2	1	3	3	1	2	3	24
36	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	2	26
37	2	2	3	1	3	3	1	2	2	3	1	23
38	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	31
39	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	31
40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
41	3	3	3	2	3	1	1	2	3	3	2	26
42	3	3	3	2	2	3	2	3	3	1	2	27
43	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	29
44	3	2	3	1	1	2	1	2	2	1	2	20
45	3	2	3	1	1	2	2	2	2	1	2	21
46	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	2	26
47	3	2	2	2	2	1	1	3	1	1	2	20
48	2	1	2	2	2	1	3	1	2	3	1	20
49	2	3	2	3	1	1	2	1	3	3	1	22
50	1	3	2	3	1	3	1	1	3	3	1	22
51	1	2	1	3	1	3	1	2	3	2	1	20
52	3	2	2	3	3	3	2	3	1	2	3	27
53	3	1	3	1	3	2	2	3	2	1	3	24
54	1	2	3	1	3	2	3	1	2	1	3	22
55	1	1	2	2	3	1	3	2	2	1	3	21

Lampiran 12 Output Uji Normalitas

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardize d Residual	
N		55	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	4.16374275	
Most Extreme Differences	Absolute	.081	
	Positive	.081	
	Negative	-.045	
Test Statistic		.081	
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		.200 <sup>d</sup>	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>e</sup>	Sig.	.492	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.479
		Upper Bound	.505

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

*Lampiran 13* Output Uji Linearitas

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self Harm * Harga Diri	Between Groups	(Combined)	317.043	12	26.420	1.292	.259
		Linearity	52.363	1	52.363	2.561	.117
		Deviation from Linearity	264.680	11	24.062	1.177	.332
	Within Groups	858.884	42	20.450			
Total			1175.927	54			

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self Harm * Kesepian	Between Groups	(Combined)	347.487	13	26.730	1.323	.240
		Linearity	154.169	1	154.169	7.630	.009
		Deviation from Linearity	193.318	12	16.110	.797	.651
	Within Groups	828.440	41	20.206			
Total			1175.927	54			

*Lampiran 14* Output Uji Regresi Berganda

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	24.851	6.210		4.002	<.001
	Harga Diri	.425	.195	.273	2.180	.034
	Kesepian	-.546	.169	-.404	-3.226	.002

a. Dependent Variable: Self Harm



*Lampiran 15* Output Analisis Koefisien Determinasi

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.452 <sup>a</sup>	.204	.173	4.243

a. Predictors: (Constant), Kesepian, Harga Diri

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	239.743	2	119.871	6.658	.003 <sup>b</sup>
	Residual	936.185	52	18.004		
	Total	1175.927	54			

a. Dependent Variable: Self Harm

b. Predictors: (Constant), Kesepian, Harga Diri

### Lampiran 17 Skala Kuisisioner

**Skala Penelitian**  
**"Hubungan Antara Self Esteem dan Loneliness dengan Perilaku Self Harm Remaja"**

Selamat Pagi/Siang/Sore/Malam

Perkenalkan saya Umi Purwanti mahasiswa Psikologi Islam UIN Rdaen Mas Said Surakarta yang sedang melakukan penelitian skripsi terkait dengan remaja self harm. Untuk itu, saya memohon kesediaan Anda untuk mengisi kuisisioner penelitian ini. Keterlibatan Anda pada penelitian ini dilakukan secara sukarela.

Terdapat 17 pernyataan yang akan dijawab di (bagian 1), 10 pernyataan berskala (bagian 2), dan 11 pernyataan berskala (bagian 3).

Adapun penjelasan dan petunjuk pengisian ialah sebagai berikut:

1. Kuisisioner ini bukanlah suatu ujian atau tes, sehingga tidak ada jawaban yang benar atau salah.
2. Anda diminta untuk menjawab seluruh data dengan jujur sesuai dengan keadaan diri Anda.
3. Berilah tanda checklist (✓) pada salah satu jawaban yang Anda pilih pada kuisisioner.

Bacalah pernyataan yang diberikan dengan cermat

Saya dengan sengaja mengaruk kulit saya sampai menimbulkan bekas luka atau berdarah. \*

Tidak Pernah  
 Pernah  
 Lebih dari sekali  
 Sering

Saya dengan sengaja menggigit diri saya sampai merusak kulit. \*

Tidak pernah  
 Pernah  
 Lebih dari sekali  
 Sering

Saya dengan sengaja meninju atau memukul diri saya sampai terluka atau memar. \*

Tidak Pernah

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****a. Data Pribadi**

Nama lengkap : Umi Purwanti  
Tempat, Tanggal Lahir : Boyolali, 3 Januari 2000  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Bolo, Wonosegoro, Boyolali  
No. HP : 082243636765  
Email : [umipurwanti@gmail.com](mailto:umipurwanti@gmail.com)

**b. Riwayat Pendidikan**

TK : TK Masyitoh Bolo  
SD : SD Negeri 2 Bolo  
SMP : SMP NU 2 Wonosegoro  
SMA : MA Banat Tajul Ulum Grobogan  
Perguruan Tinggi : UIN Raden Mas Said Surakarta