

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

PERILAKU SELF-HARM ATAU MELUKAI DIRI SENDIRI YANG DILAKUKAN OLEH REMAJA (SELF-HARM OR SELF-INJURING BEHAVIOR BY ADOLESCENTS)

Thesalonika¹, Nurliana Cipta Apsari²

¹Program Studi Sarjana Ilmu Kesejahteraan Sosial UNPAD,

²Pusat Studi CSR, Kewirausahaan Sosial dan Pemberdayaan Masyarakat FISIP UNPAD

thesalonika19001@mail.unpad.ac.id¹, nurliana.cipta.apsari@unpad.ac.id²

Submitted : 29 Desember 2020, Accepted : 6 Februari 2022, Published : 8 Februari 2022

ABSTRACT

Self-harm behavior is a form of behavior that done to deal with emotional distress or emotional pain by hurting him/herself without any intention of committing suicide. From various studies, adolescents are the one who have high intention of this behavior. There is still a few research for this issue because of the iceberg phenomenon. This issue rated as iceberg phenomenon because there is much number of cases that have not been revealed. This article provides a literature review on self-harm or self-injuring behavior in adolescents and the factors that have the potential to cause self-injury in adolescents. The research objective was to find out and get more information about self-harm behavior. The method that was used in this article is a literature review. The result is self-harm behavior mostly done by adolescent because adolescence is a period of time where there are full of conflicts so that they are vulnerable to doing self-harm. Potential factors to cause adolescents to injuring themselves which was discussed below are loneliness, high level of difficulty in responding to negative experiences and a low level of tolerance for the problem sat hand, emotional focus coping, external and internal factors, and communication patterns/style with parents.

Key word: *self-harm, self-injury, adolescents, behavior.*

ABSTRAK

Perilaku melukai diri merupakan salah satu bentuk perilaku yang dilakukan untuk mengatasi gangguan emosi atau rasa sakit emosional dengan cara menyakiti diri sendiri tanpa ada niat untuk bunuh diri. Dari berbagai penelitian, kalangan remaja memiliki intensi tinggi terhadap perilaku ini. masih sedikit penelitian mengenai masalah ini karena fenomena gunung es. Isu ini dinilai sebagai fenomena gunung es karena sangat banyak jumlah kasus yang belum terungkap. Artikel ini memberikan tinjauan pustaka tentang perilaku menyakiti diri atau melukai diri pada remaja dan faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan perilaku melukai diri. Metode penelitian yang digunakan dalam artikel 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 artikel ini adalah rasa kesepian, tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman negatif dan tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman yang negatif dan tingkat toleransi yang rendah terhadap masalah yang dihadapi, *emotion focus coping*, faktor eksternal dan internal, dan pola komunikasi dengan orang tua.

Kata kunci: *melukai diri, menyakiti diri, remaja, perilaku.*

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Santrock, 2003). Batasan usia remaja menurut WHO ialah 12—24 tahun (WHO, 2019). Masa ini diawali ketika individu mengalami pubertas atau kematangan seksual dengan ditandai oleh perubahan atau peralihan baik dalam aspek hormonal, aspek kognitif, aspek fisik, maupun aspek psikososial (Santrock, 2009).

Dengan banyaknya perubahan yang harus dihadapi individu di periode ini, menurut Sigmund Freud dalam buku *Theories of Developmental*, masa ini dipandang sebagai masa yang penuh konflik, karena individu yang tidak mampu beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi sering kali akan mengalami masalah atau konflik. Keadaan ini menunjukkan bahwa individu di periode ini dituntut untuk bisa beradaptasi dengan baik dengan perubahan-perubahan melalui tugas-tugas perkembangan remaja yang harus dihadapi (Havighurts, dalam Siti Rahayu, 1999). Sehingga, tak jarang individu-individu tersebut mengalami tekanan atau stres. Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi masalahnya menimbulkan emosi negatif dan efek negatif dan ketika emosi negatif ini tidak terkendali, remaja sering kali cenderung melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri, seperti melukai diri, mengonsumsi narkoba, melakukan penyimpangan sosial, dan lain sebagainya (Latipun & Notosoedirdjo, 2014; Jans dkk, 2012).

Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi masalahnya berkaitan dan dapat dikaji dengan menggunakan *theory of personality* yang dikemukakan oleh Sigmund Freud. Salah satu dari ketiga konstruksi utama yang membentuk kepribadian individu, yaitu ego, menghasilkan pemikiran logis yang biasanya digunakan dalam penerapan keterampilan pemecahan masalah dalam kehidupan sehari-hari (Freud, 1923/1974). Jika remaja tidak memiliki strategi atau tidak bisa mengatasi masalah, id (keinginan atau kesenangan) yang tidak terpenuhi dapat dimediasi melalui ego dengan perilaku yang merugikan diri sendiri dan dalam kasus yang serius, beberapa sampai

melakukan percobaan untuk bunuh diri (Bryan, Bryan, Ray-Sannerud, Etienne, & Morrow, 2014).

Perilaku melukai diri sendiri atau *self-harm* atau *self-injury* tersebut merupakan suatu bentuk perilaku yang dilakukan untuk mengatasi tekanan emosional atau rasa sakit secara emosional dengan cara menyakiti dan merugikan diri sendiri tanpa bermaksud untuk melakukan bunuh diri (Jenny, 2016; Klonsky dkk., 2011). Definisi lain menyatakan bahwa *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) didefinisikan sebagai perilaku melukai diri sendiri yang disengaja, yang dapat menyebabkan pendarahan, memar, dan rasa sakit yang ditujukan untuk menyebabkan kerusakan tubuh yang ringan tanpa disertai niat untuk bunuh diri (American Psychiatric Association, 2013).

Dari kedua definisi tersebut, terdapat kesamaan di mana perilaku atau tindakan *self-harm* bukanlah perilaku yang bertujuan untuk mengakhiri hidup atau bunuh diri. Namun, penelitian menunjukkan bahwa tindakan *self-harm* atau NSSI menjadi faktor risiko yang signifikan untuk percobaan bunuh diri pada berbagai kalangan, terutama pada remaja, pasien kejiwaan yang masih remaja, mahasiswa, dan orang dewasa (Klonsky, May, & Glenn, 2013). Penelitian selanjutnya melaporkan bahwa 70% percobaan bunuh diri dilakukan oleh individu yang sebelumnya pernah melakukan *self-harm* (Tresno dkk., 2012).

Di Indonesia sendiri, dari 1.018 orang Indonesia yang mengisi survei yang dibuat YouGov Omnibus, sebanyak lebih dari sepertiga penduduk (36,9%) Indonesia pernah melukai diri sendiri. Dua dari lima orang responden pernah melukai diri sendiri dan terutama ditemukan di kalangan anak muda. Fakta ini selaras dengan pernyataan dokter spesialis kesehatan jiwa di RSUD dr. Soetomo, Dr. dr. Yunias Setiawati SpKJ., bahwa dalam seminggu rata-rata sepuluh pasien remaja (rata-rata usia 13-15 tahun) datang dalam kondisi sudah menggores tangan, mencakar, ataupun membenturkan diri ke tembok (Ginanjari, 2019; dalam mainmain.id, 2020).

Perilaku *self-harm* yang paling sering dilakukan ialah mengiris atau menyarat kulit menggunakan silet atau benda tajam lainnya. Perilaku ini biasa diistilahkan dengan *self-cutting*.

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

Selain itu, *self-harm* juga terjadi dalam bentuk membakar tubuh, memukul diri, mengorek bekas luka, menjambak rambut, juga mengonsumsi zat-zat beracun (Tang, *et al.*, 2016). Bentuk lainnya berdasarkan kuesioner *self-harm inventory* (SHI) hasil konsensus ahli di antaranya overdosis, membenturkan kepala dengan sengaja, mengonsumsi alkohol berlebihan, mencakar tubuh, tidak mengobati luka, sengaja membuat kondisi penyakit medis memburuk, memilih bersetubuh dengan siapa saja, memposisikan diri pada hubungan yang ditolak, menyalahgunakan resep pengobatan, menjauhkan diri dari Tuhan sebagai hukuman, terlibat hubungan yang menyiksa pasangannya secara emosional/psikis, terlibat hubungan yang menyiksa pasangan secara seksual, keluar dari pekerjaan secara sengaja, melakukan percobaan bunuh diri, dan menyiksa diri dengan pemikiran yang mengalahkan diri sendiri (Randy Sansone *et al.*, 2011).

Jumlah data riil perilaku *self-harm* pada kenyataannya sangat sulit untuk diidentifikasi karena data-data dan penelitian yang telah diperoleh dan dilakukan belum benar-benar mengungkap realitas yang terjadi sebenarnya. Fenomena ini dipandang seperti gunung es, di mana sebenarnya kasus yang belum terungkap jumlahnya sangat besar (Hawton, O'Connor, dan Saundres, 2012). Masalah ini bersifat pribadi, sehingga banyak kasus yang tidak terdeteksi oleh tenaga kesehatan, kecuali mereka yang dirawat karena kondisi kejiwaannya (Sivasankari, Shaiju, & Rahman, 2016).

Tindakan *self-harm* atau *self-injury* di masa remaja sudah saatnya dipertimbangkan untuk diperhatikan secara serius bukan hanya bagi tenaga kesehatan, melainkan juga bagi remaja itu sendiri dan lingkungannya. Remaja menjadi generasi penerus bangsa, sehingga perhatian khusus harus diberikan kepada individu-individu di periode remaja.

Melalui artikel ini, penulis berharap pembaca, terutama remaja dan pihak-pihak yang berkaitan dengan remaja (baik itu orang tua, keluarga, dll.) dapat mengetahui dan mendapat informasi lebih dalam mengenai perilaku *self-harm*

atau tindakan melukai diri sendiri pada remaja. Hal-hal seperti definisi *self-harm* dari berbagai sumber, bentuk *self-harm* seperti apa saja yang dilakukan remaja, serta faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya perilaku *self-harm* akan dikaji melalui perspektif psikodinamis dalam artikel ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian dalam pembuatan artikel ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan studi literatur/studi kepustakaan. Studi literatur merupakan teknik pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaah terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan (Nazir, 2013). Di sini penulis mengambil data dari berbagai jurnal, artikel, dan referensi yang mendukung kebutuhan penelitian.

Topik pada tulisan ini ialah mengkaji berbagai artikel mengenai perilaku melukai diri yang dilakukan oleh remaja. Penelusuran data ditelusuri melalui kata kunci pada situs pencarian *google scholar*, *google*, dan buku yaitu *Theories of Developmental Psychology Fifth Edition* pada *chapter 3: Freud's and Erickson's Psychoanalytic Theories*. Hasilnya, terdapat 13 artikel yang sesuai dari situs *google scholar*, 3 artikel yang sesuai dari situs *google*, dan 3 tulisan elektronik yang sesuai dari situs *google*.

Data dari berbagai sumber tersebut dicari dari berbagai sumber. Data ilmiah banyak ditemukan di situs pencarian *google scholar*, sedangkan data pendukung non-ilmiah dicari di situs pencarian *google* dan ditemukan dari berbagai berita dan lain-lain. Banyaknya data, baik ilmiah maupun non-ilmiah mempermudah penulis. Namun, sayangnya banyak dari data-data tersebut yang memiliki kemiripan isi.

Perspektif yang digunakan dalam mengkaji masalah dalam artikel ini menggunakan perspektif psikodinamis (Sigmund Freud). Perspektif ini berfokus pada bagaimana proses internal seperti kebutuhan, dorongan, dan emosi memotivasi perilaku manusia. Teori yang digunakan dalam mengkaji isu ini adalah *theory of personality*. Teori yang dikemukakan Sigmund Freud ini menyatakan bahwa terdapat tiga (3) konstruksi utama yang membentuk kepribadian individu, yaitu id, ego, dan superego.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Definisi Self-Harm

Penggagas	Definisi
Larsen (2004)	Perilaku melukai-diri (<i>self-injury</i>) adalah setiap perilaku sengaja yang bukan termasuk bunuh diri yang menyebabkan luka pada tubuh dengan tujuan melepaskan penderitaan emosional. Sebagai salah satu bentuk melukai-diri, menyayat diri (<i>self-cutting</i>) adalah perilaku melukai-diri dengan menggunakan suatu objek tajam untuk membuat luka fisik sebagai kompensasi untuk luka batin yang dialaminya.
Curtis, Thorn, McRobberts, Hetrick, Rice, dan Robinson (2018)	<i>Self-harm</i> atau <i>self-injury</i> merupakan kegiatan menyiksa diri dengan cara melukai diri dengan mengiris.
American Psychiatric Association (2013)	Nonsuicidal self-injury (NSSI) didefinisikan sebagai perilaku melukai diri sendiri yang disengaja (contoh: menyayat, membakar, menusuk) yang dapat menyebabkan pendarahan, memar, dan rasa sakit yang ditujukan untuk menyebabkan kerusakan tubuh yang ringan tanpa disertai niat untuk bunuh diri.
NICE (2015) & WHO (2015)	Perilaku menyakiti diri sendiri (<i>self-harm</i>) didefinisikan sebagai perilaku seseorang untuk melukai diri sendiri dengan berbagai cara tanpa memandang ada atau tidaknya niat dan keinginan untuk mati.
Fitzgerald dan Curtiz (2017)	<i>Internasional Study for study self injury</i> mendefinisikan <i>self-harm</i>

	sebagai suatu perilaku menyakiti diri sendiri yang disengaja, di mana perilaku tersebut dapat mengakibatkan kerusakan langsung pada jaringan tubuh, namun tindakan tersebut bukan dianggap sebagai upaya untuk bunuh diri.
--	--

(Tabel 1.)

Data di atas merupakan berbagai definisi *self-harm* dari berbagai penggagas ilmiah. Dari data di atas, banyak hal yang bisa disimpulkan. Istilah *self-harm* dapat diistilahkan pula dengan istilah *self-injury*, perilaku merusak/melukai diri, juga *nonsuicidal self-injury*. Definisi-definisi di atas sepakat bahwa perilaku self-harm adalah perilaku seseorang yang dilakukan secara sengaja dan dilakukan tanpa ada niat atau tidak bermaksud untuk bunuh diri.

Meski begitu, perilaku merusak diri memiliki potensi tinggi terhadap keinginan untuk bunuh diri. Setidaknya terdapat 814.000 orang mati yang awalnya mereka melukai diri namun kemudian menjurus kepada bunuh diri (WHO, 2001). Konsep keinginan untuk bunuh diri dan keinginan melukai diri memang berbeda, namun beberapa studi menyatakan ada korelasi yang sangat dekat antara kedua perilaku tersebut, yaitu perilaku melukai diri bisa menjadi tanda yang sangat jelas untuk percobaan bunuh diri (Kirchner, *et al.*, 2011). Bahkan, penelitian melaporkan bahwa 70% percobaan bunuh diri dilakukan oleh individu yang sebelumnya terlibat NSSI (Tresno dkk., 2012). Penelitian lain juga menyatakan bahwa bentuk perilaku melukai diri pada remaja yang berhubungan dengan upaya bunuh diri adalah mengiris atau menyayat kulit (Nock, Joiner, Gordon, Lloyd-Richardson, & Prinstein, 2006).

Remaja dan Self-Harm

Dibanding kelompok umur lainnya, risiko NSSI lebih tinggi terjadi pada remaja. Terbukti dari data menurut Swannel, bahwa sekitar 17,2% remaja, 13,4% dewasa muda, dan 5,5% orang dewasa setidaknya memiliki satu episode NSSI dalam riwayat hidup mereka (Swannel, Martin, Page, Hasking, & St John, 2014). Sebagian besar peneliti juga mengemukakan bahwa remaja adalah

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

kelompok terbesar yang memuaskan diri lewat perilaku melukai diri dan praktik ini menjadi masalah kesehatan masyarakat utama di banyak negara (Morgan, *et al.*, 2017).

Di tahun 2010, sebanyak 20% dari populasi di Australia yang berusia 18—24 tahun (atau menurut penelitian lain sekitar 1 dari 6 remaja di Australia) mengaku paling tidak sekali dalam hidup pernah melukai dirinya sendiri. Di Inggris, terjadi peningkatan sekitar 50% (dari 1.758 orang di tahun 2004-2005, menjadi 2.727 orang di tahun 2008-2009) pasien remaja yang masuk rumah sakit karena melukai diri sendiri. Di Amerika Serikat, terdapat sekitar dua juta individu tiap tahunnya (1.000 dari 100.000 orang muda) yang mengaku pernah menyayat diri (Plante, 2007; dalam Larsen, 2009).

Sementara itu, di Indonesia sendiri berdasarkan hasil survei Kekerasan Terhadap Anak Indonesia tahun 2013, data prevalensi remaja usia 18—24 tahun yang melukai-diri sebagai dampak kekerasan yang dialami sebelum usia 18 tahun adalah 6,06% dalam kategori sebagai dampak kekerasan fisik (yang 53,44% dilakukan oleh kerabat lain, sisanya 35,53% ayah dan 11,03% ibu) dan 42,9% dalam kategori dampak kekerasan emosional (yang 68,94% dilakukan oleh ibu, sisanya 19,63% ayah dan 11,43% kerabat lain), dan semuanya adalah perempuan. Selain itu, data prevalensi remaja usia 13-17 tahun yang melukai diri sebagai dampak kekerasan yang dialami 12 bulan terakhir adalah 13% remaja perempuan dalam kategori yang mengalami kekerasan fisik, yang 66,34% dilakukan oleh ibu, sisanya 21,58% ayah dan 12,08% kerabat (Kurniasari *et al.*, 2013).

Namun, data-data tersebut sebenarnya belum bisa mengungkapkan fakta yang terjadi sebenarnya. Fenomena *self-harm* ini sering disebut dan dipandang sebagai fenomena gunung es, di mana kasus yang belum terungkap jumlahnya sangat besar. Fenomena ini disebabkan oleh sulit diadakannya survei dan sulitnya peneliti memperoleh jumlah data yang sebenarnya.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Self-Harm pada Remaja

Sumber	Faktor	Pernyataan
Ronka, 2011	Kesepian	Dalam beberapa penelitian,

		kesepian memang terbukti menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan perilaku melukai diri, namun hubungan antara jumlah teman dekat yang dimiliki dengan perilaku tersebut tidak ditemukan.
Heinrich, 2006		Kesepian sangat umum terjadi pada remaja usia 12—22 tahun dan 20—50% dari seluruh remaja merasakan kesepian sampai beberapa derajat.
Baetens dkk., 2014	Tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman yang negatif dan tingkat toleransi yang rendah terhadap masalah yang dihadapi	Remaja yang melukai diri sendiri memiliki tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman yang negatif dan memiliki tingkat toleransi yang rendah, sehingga perilaku NSSI dilakukan sebagai cara untuk mengekspresikan emosinya.
Mullis dan Chapman, 2000	<i>Emotion focus coping</i>	Remaja cenderung menggunakan <i>emotion focus coping</i> (menyelesaikan masalah dengan memperkecil tekanan yang dirasakan untuk meraih rasa nyaman) dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah, salah satunya dengan melukai diri.

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

Burešová <i>et al.</i> , 2015	Eksternal	Pola asuh orang tua yang otoriter dan peraturan yang terlalu ketat pada anak memicu munculnya perilaku melukai diri.
	Internal	Faktor internal dari perilaku melukai diri adalah kebutuhan atau kecenderungan atau kebutuhan neurotik (kasih sayang, penerimaan sosial, atau penghargaan sosial) seseorang.
Wibisono, 2016	Eksternal dan Internal	Perilaku melukai diri muncul dari dua faktor yaitu internal dan eksternal. Faktor internal meliputi karakteristik neurosis ataupun psikosis, sifat bawaan, dan kecerdasan emosi-emosi negatif. Sedangkan, faktor eksternal berhubungan dengan trauma yang disebabkan karena lingkungan sekolah dan pola asuh dalam keluarga yang kurang baik.
Polk dan Liss, 2009	Pola komunikasi dengan orang tua	Percakapan yang minim serta ketatnya aturan yang diterapkan orang tua pada anak memicu anak melakukan perilaku melukai diri.

(Tabel 2.)

Dari sumber-sumber di atas, dapat dilihat bahwa beberapa faktor remaja melakukan perilaku melukai diri atau NSSI ialah merasa kesepian, tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman yang negatif dan tingkat toleransi yang rendah terhadap masalah yang dihadapi, mengatasi masalah dengan *emotion focus coping*, faktor eksternal dan internal, dan pola komunikasi yang buruk dengan orang tua.

Dua puluh sampai lima puluh persen remaja merasakan kesepian sampai beberapa derajat dan kesepian ini umum terjadi, terutama pada remaja usia 12—22 tahun (Heinrich, 2006; Laine, 1990). Hal ini terjadi bukan hanya dikarenakan individu remaja dikucilkan atau tidak memiliki teman, namun individu merasa telah gagal untuk memiliki hubungan sosial dengan orang-orang di sekitarnya (Larson, 1990; dalam Lasgaard, *et al.*, 2011) dan hubungan sosial yang bervariasi dan berubah-ubah menyulitkan individu remaja untuk beradaptasi (Ronka, 2011).

Menurut penelitian Lykes dan Kimmelmeier (2014), kesepian yang lebih rendah ditunjukkan oleh negara yang menganut budaya individualisme dibandingkan negara penganut budaya kolektivisme. Namun, budaya kolektivisme yang memiliki kontak dan hubungan yang baik dengan keluarga menunjukkan tingkat kesepian yang lebih rendah dibandingkan budaya individualisme yang kontak atau hubungan yang baik dengan teman sebagai penentu perasaan kesepiannya.

Weiss (1973) membagi kesepian menjadi dua tema besar, yaitu *emotional loneliness* (dikategorikan menjadi *family loneliness* dan *romantic loneliness* oleh DiTomasso dan Spinner, 1993) dan *social loneliness*. *Family loneliness* ialah kesepian yang dirasakan seorang individu akibat pengalaman atau hubungan yang kurang baik dengan keluarganya. Ini berkaitan dengan faktor lainnya, yaitu pola komunikasi dengan orang tua. Komunikasi yang minim antara orang tua dan anak sering kali menjadi penyebab anak merasa tidak berharga atau tidak dianggap dan kemudian melukai diri.

Romantic loneliness adalah kesepian yang dialami individu akibat adanya rasa kekurangan atas hubungan intim dengan individu lain dalam bentuk hubungan romantis, contohnya seperti saat putus dengan pacar atau ditinggal orang yang dianggap berharga seumur hidup. Sedangkan *social*

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

loneliness adalah hasil dari tidak memadainya hubungan sosial, ditunjukkan ketika individu kurang memiliki jaringan hubungan sosial di mana individu tersebut melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini bisa terjadi akibat individu tersebut mengalami *bullying*. Tidak adanya hubungan yang hangat dengan orang di sekitar di mana individu beraktivitas berdampak pada pengisolasian diri dan juga *self-harm*.

Individu yang mengalami kesepian menurut Peplau (dalam Brehm, 1992) cenderung menilai individu lain secara negatif dibandingkan individu yang tidak mengalami kesepian. Individu tersebut tidak begitu menyukai, tidak mempercayai, dan menilai individu lain secara negatif sehingga individu ini memegang dan menunjukkan sikap yang bermusuhan. Hal ini didukung oleh apa yang disampaikan Anderson, dkk., yaitu bahwa kesepian akan disertai oleh berbagai emosi negatif, juga seperti depresi, kekhawatiran, ketidakpuasan, dan banyak menyalahkan diri sendiri.

Tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman yang negatif dan tingkat toleransi yang rendah terhadap masalah yang dihadapi juga menjadi faktor remaja melukai diri. Baik remaja putri, maupun remaja putra sama-sama dapat memiliki tingkat kesulitan yang tinggi dalam menghadapi suatu masalah. Namun, menurut Beautrais AL (2002), remaja putri cenderung lebih tinggi melakukan *self-harm* dibandingkan dengan remaja putra. Meski begitu, semakin bertambah usia, perbedaan ini semakin tipis karena laki-laki mulai menunjukkan perilaku *self-harm* (bahkan *suicide* atau bunuh diri) ketika dewasa.

Perempuan ketika melukai diri dinilai masih memiliki harapan yang berhubungan dengan hubungan sosial, sehingga mereka lebih cenderung melampiaskan emosinya pada *self-harm* dibandingkan *suicide* (bunuh diri). Sedangkan, laki-laki dinilai memiliki kesulitan dalam mengungkapkan emosi dan kesulitan dalam hubungan sosial yang menjadi penyebab stres. Mereka cenderung menyadari keadaan emosional ketika situasi sudah memburuk. Pada kasus yang lebih serius, demi melampiaskan emosinya, laki-laki lebih cenderung memilih melakukan percobaan bunuh diri dibandingkan *self-harm* (Gilligan dan Machoian, 2002).

Self-harm awalnya dinilai sebagai perilaku mencari perhatian atau menunjukkan perilaku hanya

meniru. Namun, pernyataan ini sudah tidak berlaku lagi karena perilaku melukai diri bisa jadi merupakan mekanisme *coping* yang dipilih untuk melepaskan kecemasan seseorang (Larsen, 2009). Dengan melukai diri, remaja menyalurkan rasa gagal, kekecewaan terhadap orang lain, atau kurangnya komunikasi yang hangat dengan orang tua mereka (Larsen, 2009). Sehingga, dapat disimpulkan, semakin tinggi kesepian, maka semakin tinggi pula keinginan untuk melukai diri.

Penjelasan di atas selaras dengan faktor selanjutnya, yaitu *emotion focus coping*. Menurut Mullis dan Chapman (2000), *emotion focus coping* adalah penyelesaian masalah dengan cara memperkecil tekanan yang dirasakan untuk meraih rasa nyaman. Remaja cenderung menggunakan cara ini untuk mengatasi masalahnya, misalnya dengan perilaku merusak atau melukai diri seperti mengonsumsi alkohol, merokok, bahkan *cutting*. Usaha ini dilakukan untuk meraih rasa nyaman atas tekanan atau stres yang dialami.

Faktor eksternal dan internal pun berkaitan dengan faktor-faktor sebelumnya. Menurut Horney (1950), berdasarkan faktor internal, perilaku *self-harm* merupakan ekspresi kebencian diri yang dilakukan oleh orang neurotik. Pola asuh atau komunikasi keluarga sebagai faktor eksternal perilaku melukai diri pada remaja juga banyak menjadi faktor utama pada berbagai kasus. Baik faktor maupun eksternal, atau biasa diistilahkan dengan *risk factor*, memengaruhi *self-talk* atau pikiran negatif individu remaja atas dirinya sendiri yang menumbuhkan rasa minder, rasa tidak berharga, rasa tidak bertalenta, juga sangat mementingkan orang lain (teman) dalam aktivitasnya.

Faktor terakhir yang dibahas pada artikel ini ialah pola komunikasi remaja dengan orang tua. Koerner dan Fitzpatrick (2002) membaginya ke dalam empat kategori. Pertama ialah pola konsensual di mana keluarga menerapkan komunikasi konsensual yang mendorong anak untuk terbuka pada orang tua sehingga memiliki kemampuan kontrol diri yang baik, menghindari konflik, dan relasi yang baik dengan lingkungannya. Kecenderungan anak untuk melukai diri pada keluarga ini sangat rendah. Kedua ialah pola pluralistik. Tidak berbeda jauh dengan pola konsensual, komunikasi pluralistik ini membentuk remaja untuk terbuka serta mampu menciptakan hubungan yang harmonis karena anak

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

terlatih untuk berpikir secara bebas, didorong untuk berkomunikasi dan bertukar ide secara terbuka, juga menikmati berbagai macam nilai.

Pola ketiga ialah pola protektif, di mana komunikasi antara orang tua dengan anak sangat minim karena orang tua jarang meluangkan waktu untuk berdiskusi dengan anak. Komunikasi pada pola ini menuntut anak untuk patuh pada aturan yang ketat yang dibuat orang tua. Anak yang lahir dan dididik dari pola komunikasi seperti ini memiliki intensi melukai diri yang tinggi karena komunikasi yang tertutup. Begitu pula pada pola komunikasi yang keempat, yaitu *Laissez-faire*, di mana orang tua memiliki minat yang sedikit bahkan tidak memiliki minat sama sekali pada kehidupan anak. Sehingga, anak mengalami pengabaian, penolakan, dan perhatian yang kurang dari orang tua.

Theory of Personality oleh Freud

Teori Freud mengenai *personality* (kepribadian) individu ini dapat menjadi dasar dalam mengkaji hasil studi kepustakaan di atas, terutama faktor internal remaja melukai diri atau melakukan tindakan *self-harm*. Teori ini menyatakan bahwa terdapat tiga (3) konstruksi utama yang membentuk kepribadian setiap individu, yaitu id, ego, dan superego (Freud, 1923/1974). Id mewakili naluri dalam diri individu dan hanya bertujuan untuk memuaskan keinginan dan kesenangannya, sulit untuk menoleransi tekanan.

Berdasarkan buku *Theories of Developmental Psychology*, pada bab teori Sigmund Freud, ego mewakili 'alasan' dan akal sehat. Ini bertindak sebagai perantara antara id dan lingkungan. Fungsinya ialah mengubah keinginan insting id menjadi tindakan dengan cara yang tepat dan sesuai dengan lingkungan. Artinya, ego mampu menekan id hingga menemukan lingkungan yang sesuai untuk melepaskan id atau keinginan id sementara ditolak demi kepentingan realitas. Di keadaan seperti ini, pemikiran logis ego menggantikan pemenuhan keinginan (id) dan pemikiran realistis (proses sekunder) mengesampingkan keinginan halusinasi untuk pemenuhan keinginan (proses primer). Pemikiran logis digunakan dalam penerapan keterampilan pemecahan masalah. Jika keterampilan pemecahan masalahnya baik, id mengalah pada ego, sehingga tindakan negatif terhadap orang lain atau diri sendiri ditunda atau diganti dengan tindakan positif

lain. Sebaliknya, jika keterampilan pemecahan masalah atau strategi *coping*-nya kurang baik, id dapat dimediasi melalui ego melalui tindakan negatif yang merugikan diri sendiri, termasuk *self-harm* bahkan bunuh diri (Bryan, Bryan, Ray-Sannerud, Etienne, & Morrow, 2014).

Sedangkan superego mewakili hati nurani daripada pencari realitas atau kesenangan. Ini dianggap sebagai pengertian kita tentang apa yang benar dan apa yang salah, juga memberi pedoman bagi individu untuk membuat penilaian (Gilliland & James, 1998). Menurut Freud, orang yang memiliki superego yang kuat kebanyakan menghabiskan sebagian besar energinya untuk mempertahankan diri dari id. Akibatnya, mereka menjadi 'kaku'.

Dinamika kepribadian atau *personality* seseorang, baik yang pada dasarnya impulsif, realistis, atau moralistik, bergantung pada perubahan distribusi ketiga energi tersebut (Freud, 1923/1974). Ketika ego menguasai diri, id melemah. Jika ego melemah, id mengalahkan ego dan keinginan impulsif menguasai diri (Freud, 1923/1974). Dari penjelasan ini, terbukti bahwa ketika keterampilan pemecahan masalah atau ego remaja belum bisa mengatasi id dengan baik, maka dalam mengatasi id-nya atau masalahnya remaja dapat memilih tindakan negatif seperti merusak diri, salah satunya *self-harm* (Bryan, Bryan, Ray-Sannerud, Etienne, & Morrow, 2014).

KESIMPULAN

Dari hasil pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku melukai diri atau *self-harm* lebih banyak dilakukan oleh remaja karena masa remaja merupakan masa yang penuh konflik sehingga rentan untuk melakukan *self-harm*. Mereka dituntut untuk selalu bisa beradaptasi pada setiap perubahan yang berlangsung cepat. Meski perilaku *self-harm* dianggap sebagai perilaku *nonsuicidal self injury* (tidak bertujuan untuk bunuh diri), penelitian menunjukkan bahwa mereka yang melakukan tindakan *self-harm* memiliki potensi tinggi untuk bunuh diri.

Faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan remaja melukai diri (melakukan *self-harm*) yang dibahas di atas ialah kesepian, tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman yang negatif dan tingkat toleransi yang rendah terhadap masalah

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

yang dihadapi, *emotion focus coping*, eksternal dan internal, dan pola komunikasi dengan orang tua.

Perilaku melukai diri ini terbukti dapat dikaji melalui teori kepribadian (*theory of personality*) oleh Sigmund Freud. Ketika keterampilan pemecahan masalah atau ego remaja belum bisa mengatasi id dengan baik, maka dalam mengatasi id-nya atau masalahnya, remaja dapat dan cenderung lebih memilih untuk bertindak negatif seperti merusak diri, salah satunya *self-harm*.

SARAN

Fakta bahwa banyaknya remaja yang melakukan *self-harm* mengindikasikan minimnya perhatian lingkungan, baik keluarga, sekolah, maupun negara dalam turut serta mengatasi hal ini. Demi mengurangi perilaku melukai diri pada remaja, baik keluarga, sekolah, maupun pemerintah dapat berperan serta untuk membuat tindakan pencegahan juga penyembuhan. Isu ini memang masih menjadi fenomena gunung es. Namun, apabila diabaikan, mengingat potensi mereka yang melakukan tindakan *self-harm* tinggi untuk bunuh diri, hal ini bisa menjadi sangat serius.

Pola komunikasi yang baik dengan orang tua sejak dini dapat menjadi jalan keluar untuk menghindari remaja dari *self-harm*. Selain itu, bagi remaja sendiri, menumbuhkan *self-talk* yang positif dan membangun *self-coping* yang kuat dapat menghindari remaja dari perilaku melukai diri. *Self-talk* yang positif dapat memberikan *insight* untuk berpikir secara logis sehingga ego dapat mengatasi id. selain itu, lingkungan yang positif dan suportif dapat menjadi jalan keluar menghindari perilaku *self-harm*.

DAFTAR PUSTAKA

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Washington DC: American Psychiatric Publishing.

Baetens, I., Claes, L., Onghena, P., Grietens, H., Van Leeuwen, K., Pieters, C., ... Griffith, J. W. (2014). Non-suicidal self-injury in adolescence: A longitudinal study of the relationship between NSSI, psychological distress and perceived parenting. *Journal of Adolescence*, 37(6), 817– 826. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.05.010>

Batubara, Jose RL. 2016. "Adolescent Development (Perkembangan Remaja)." *Sari Pediatri* 12(1):21.

BBC Indonesia (2010, March 12th). Kasus lukai diri naik 50%. Retrieved April 27, 2014 from http://www.bbc.co.uk/indonesia/majalah/2010/03/100312_lukaidiriinggri_s.shtml

Beckman, Karin, Henrik Lysell, Axel Haglund, and Marie Dahlin. 2019. "Prognoses after Self-Harm in Youth: Exploring the Gender Factor." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 54(4):437–44.

Brehm, S.S. (1992). *Intimate Relationship*. New York: McGraw-Hill, Inc

Bryan, C. J., Bryan, A. O., Ray-Sannerud, B. N., Etienne, N., & Morrow, C.E. (2014). Suicide attempts before joining the military increase risk for suicide attempts and severity of suicidal ideation among military personnel and veterans. *Comprehensive Psychiatry*, 55(3), 534– 541

Burešová, I., Bartošová, K., & Čerňák M. (2015a). Connection between parenting styles and self-harm in adolescence. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 171,1106-1113.

Curtis, S., Thorn, P., McRoberts, A., Hetrick, S., Rice, S., & Robinson, J. 2018. Caring for uoung peoplo who self-harm: A review of perspectives from families and young people. *Int J Environ Res Public Health*, 15(5): 950. DOI: 10.3390/ijerph15050950.

DiTommaso, E., & Spinner, C, B. (1997). Social and emotional loneliness: a reexamination of Weiss' typology of loneliness. *Person individ diff*, Vol 22. No.3, pp. 411421.

Ee, Guan Teik, Poh Li Lau, and University of Malaysia. 2019. "A Perspective on Freud ' s Theories in Relation to Self -Harming Behaviour Perspektif Teori Freud Berhubung Dengan Tingkah Laku Mencederakan Diri." *Psychology and Social Health* 3:1–5.

Feist, J., & Feist, G.J. (2016a). *Teori Kepribadian: Buku 1* (Edisi 7). Jakarta: Penerbit Salemba Humanika. Feist, J., & Feist, G.J. (2016b). *Teori Kepribadian: Buku 2* (Edisi 7). Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

Fitzgerald, J., & Curtis, C. 2017. Non-suicidal self-injury in a New Zealand student population: Demographic and self-harm characteristics. *New Zealand Journal of Psychology* Vol. 46, No. 3, 156-163

Freud, S. (1920). *Beyond the pleasure principle*. London: The Hogarth Press

Freud, S. (1974). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. & Trans.). *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. London: The Hogarth Press. (Original work published 1923).

Gilligan, C., & Machoian, L. (2002). Learning to speak the language. A relational interpretation of an adolescent girl's suicidality. *Studies Gender Sexuality*, (3), 321-341.

Gilliland, B. E., & James, R. K. (1998). *Theories and strategies in counseling and psychotherapy* (4th ed.). Boston, MA: Allyn and Bacon.

Harefa, Ivana Elza and Suci Gita Mawarni. 2019. "Komunikasi Interpersonal (Self Talk) Sebagai Pencegahan Self- Harm Pada Remaja." *Prosiding Seminar Nasional 2019: Pengembangan Karakter Dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0* (September):173–78.

Hawton, K., Saunders, K. E. A., & O'Connor, R. (2012). Self-harm and suicide in adolescents. *Lancet*, 379, 2373– 2382.

Hidayati, Diana Savitri and Elda Nabiela Muthia. 2016. "Kesepian Dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja." *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 2(2):185–98.

Hidayati, Khoirul Bariyyah and M. Farid. 2016. "Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja." *Psikologi Indonesia* 5(02):137–44.

Ho, Kim. 2019. "Seperempat Orang Indonesia Pernah Memiliki Pikiran Untuk Bunuh Diri." Retrieved (<https://id.yougov.com/id/news/2019/06/26/seperempat-orang-indonesia-pernah-memiliki-pikiran/>).

Hurlock, Elizabeth.B, *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (edisi kelima), (Jakarta: Erlangga,1993)

Jenny, S. (2016). *Understanding Self-Harm*. Mind.

Kirchner, T., Ferrer, L., Forns, M., & Zanini, D. (2011). Self-harm behavior and suicidal ideation among high school students. Gender differences and relationship with coping strategies. *Actas Espanolas dePsiquiatria*, (39), 226-35.

Klonsky, E. D., May, A. M., & Glenn, C. R. (2013). The Relationship Between Nonsuicidal SelfInjury and Attempted Suicide: Converging Evidence from Four Samples. 122(1), 231–237. <https://doi.org/10.1037/a0030278>

Klonsky, E. D., Walsh, B., lewis, S. P., & Muehlenkamp, J. J. (2011). *Nonsucidal Self-Injury*. Canada: Hogrefe

Koerner, A.F & Fitzpatrick, M.A. (2002). Toward a theory of fammily communication. *Communication Theory*, 12(1), 70-91. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2002.tb00260.x>

Kurniasari Yanuar Farida Wismaayanti Irmayani Husmiati Nurdin Widodo Badrun Susantyo Konsultan, Alit and Irwanto Gambit Praptoraharjo KERJASAMA KEMENTERIAN SOSIAL KEMENTERIAN PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DAN PERLINDUNGAN ANAK BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN NASIONAL. 2013. "Survey Kekerasan Terhadap Anak Indonesia Tahun 2013." *Kementerian Sosial*.

Kurniasari, A., Wismaayanti, Y.F., Irmayani, Husmiati, Widodo, N., & Susantyo, B. (2013). Survey Kekerasan Terhadap Anak Indonesia Tahun 2013. Diakses dari http://puslit.kemosos.go.id/upload/post/files/4fb404d806e55b69e7fa7d410634_4914.pdf

Kusumadewi, Andrian Fajar, Bambang Hastha Yoga, Sumarni Sumarni, and Silas Henry Ismanto. 2020. "Self-Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm." *Jurnal Psikiatri Surabaya* 8(1):20.

Larsen, K. (2009). *Self-injury in teenagers*. Research Paper, The Graduate School University of Wisconsin-Stout.

Larsen, K. (2009). *Self-Injury in Teenagers*, A Reasearch Paper, Menomonie: University of Wisconsin-Stout

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

Lasgaard, M., Goossens, L., Elklit, A. (2011). Loneliness, depressive symptomatology, and suicide ideation in adolescence: crosssectional and longitudinal analyses. *Journal Abnormal Child Psychology*, (39), 137–150.

Latipun, & Notosoedirdjo, M. (2014). *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang

Lubis, Irma Rosalinda. 2020. "Gambaran Kesepian Pada Remaja Pelaku Self-Harm." *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi* 9(April):14–21.

Lykes, V. A., & Kemmelmeier, M. (2014). What predicts loneliness? Cultural difference between individualistic and collectivistic societies in Europe. *Journal of Cross-cultural Psychology*, (45), 468-490.

Mainmain.id. 2020. "Maraknya Perilaku Self Harm Pada Remaja Masa Kini." Retrieved (<https://www.mainmain.id/r/5226/maraknya-perilaku-self-harm-pada-remaja-masa-kini-1>).

Miller, Patricia H. n.d. *Theories of Developmental Psychology Fifth Edition*. "Freud's and Erickson's Psychoanalytic Theories" Selected Reading, hlm. 105-142. Fifth. edited by S. Berger. United States of America: Catherine Woods, Worth Publishers.

Morgan, C., Webb, R. T., Carr, M. J., Kontopantelis, E., Green, J., Chew-Graham, C. A., Kapur, N., & Ashcroft, D. M. (2017). Incidence, clinical management, and mortality risk following self-harm among children and adolescents: cohort study in primary care. *The BMJ*. Downloaded from <http://www.bmj.com/> on 30 September 2019 at Universiti Malaysia Sabah

Mullis, R. L., & Chapman, P. (2000). Age, gender, and self-esteem differences in adolescent coping styles. *The Journal of Social Psychology*, 140(4), 539-541. <https://doi.org/10.1080/00224540009600494>

National Institute for Health and Care Excellence. "Self -harm - NICE Pathways." 2016 [online] URL: <https://pathways.nice.org.uk/pathways/self-harm> [Diakses 11 Desember 2016].

Nguyen, Hoang Thuy Linh, Keiko Nakamura, Kaoruko Seino, and Van Thang Vo. 2020. "Relationships among Cyberbullying, Parental Attitudes, Self-Harm and Suicidal Behavior among

Adolescents: Results from a School-Based Survey in Vietnam." *BMC Public Health* 20(1):1–9.

Nock, M. K., Joiner Jr, T. E., Gordon, K. H., Lloyd-Richardson, E., & Prinstein, M. J. (2006). Non-suicidal self-injury among adolescents: Diagnostic correlates and relation to suicide attempts. *Psychiatry Research*, 144(1), 65-72. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2006.05.010>

Peplau, L. A. & Perlman, D. 1982. Perspectives on Loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds), ; *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley 1-18.

Polk, E., Liss, M. (2009). Exploring the motivation behind self-injury. *Counseling Psychology Quarterly*, 22(2), 233-241. <https://doi.org/10.1080/09515070903216911>

Prasanti, Dhita and Puji Prihandini. 2019. "FENOMENA AKSI MENYAKITI DIRI BAGI REMAJA DALAM MEDIA ONLINE TIRTO.ID Analisis Teori Konstruksi Sosial Dalam Fenomena Aksi Menyakiti Diri Bagi Remaja Dalam Media Online Tirto.Id." *Jurnal Nomosleca* 5(2):126–38.

Ridha Afrianti. 2020. "Intensi Melukai Diri Remaja Ditinjau Berdasarkan Pola Komunikasi Orang Tua." *Mediapsi* 6(1):37–47.

Ronka, A. R., Taanila, A., Koironen, M., Sunnari, V., & Rautio, A. (2013). Associations of deliberate self-harm with loneliness, self-rated health and life satisfaction in adolescence: northern Finland birth cohort 1986 study. *International Journal of Circumpolar Health*, (72), 1-7.

Sansone, R., Wiederman, M. and Sansone, L. "The selfharm inventory (SHI): Development of a scale for identifying self-destructive behaviors and borderline personality disorder." *Journal of Clinical Psychology*, vol. 54(7), pp. 973-983, 1998

Santrock, J.W. (2009). *Child Development*. 12th ed. New York: McGraw-Hil.

Sivasankari, N., Shaiju, B., & Rahman, J. (2016). A Study to Assess the Self-Harm Behaviours among Adolescents in a Selected University of Delhi with A View to Develop and Disseminate An Information Booklet on Prevention of SelfHarm Behaviours. *International Journal of Science and Research*

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 4 No. 2	Hal : 213-224	Desember 2021
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

(IJSR), 5(2), 1531–1534.
<https://doi.org/10.21275/v5i2.nov161493>

Soesilo, Dhiemas Ardhya. n.d. “SELF INJURY PADA REMAJA KESEPIAN DAN KEINGINAN MELUKAI DIRI SENDIRI.”

Swannell, S. V., Martin, G. E., Page, A., Hasking, P., & St John, N. J. (2014). Prevalence of nonsuicidal self-injury in nonclinical samples: Systematic review, meta-analysis and metaregression. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 44(3), 273–303.
<https://doi.org/10.1111/sltb.12070>

Tang, J., Yang, W., Ahmed, N., Ma, Y., Liu, H., Wang, J., Wang, P., Du, Y. and Yu, Y. “Stressful Life Events as a Predictor for Nonsuicidal Self-Injury in Southern Chinese Adolescence.” *Medicine*, vol. 95(9), p.e2637, 2016

Tresno, F., Ito, Y., & Mearns, J. (2012). Self-Injurious Behavior and Suicide Attempts Among Indonesian College Students. *Death Studies*, 36(7), 627–639.
<https://doi.org/10.1080/07481187.2011.604464>.

Wibisono, B. K (2016). Kajian literatur tentang pola asuh dan karakteristik kepribadian sebagai faktor penyebab perilaku melukai diri pada remaja. Prosiding Seminar Nasional Psikologi: Empowering Self. ISBN 978-602-1145- 30-2. Diunduh dari http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_979041186656.pdf

Wibisono, B. K. 2016. “Kajian Literatur Tentang Pola Asuh Dan Karakteristik Kepribadian Sebagai Faktor Penyebab Perilaku Melukai Diri Pada Remaja.” *Prosiding Seminar Nasional Psikologi 2016: “Empowering Self”* 103–11.

Wibisono, Bernadus Khrisma. 2018. “Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Melukai-Diri Pada Remaja Perempuan.” *Calyptra* 7(2):1–12.

World Health Organization. 2019. “Adolescent Health in the South-East Asia Region.” Retrieved (<https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health>).

Young, Robert, Michael V. A. N. Beinum, Helen Sweeting, and Patrick West. 2005. “AUTHOR’S PROOF Oung People Who Self-Harm AUTHOR’S PROOF.” *Current* 44–49.

Zakaria, Zalyaleolita Yuliandhani Helmi and Ria Maria Theresa. 2020. “Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Factors That Influence the Behavior of Nonsuicidal Self-Injury (Nssi) in Teenage Girls.” *Psikologi Sains Dan Profesi* 4(2):85–90.

Zhang, Yi Yang, Yuan Ting Lei, Yi Song, Ruo Ran Lu, Jia Li Duan, and Judith J. Prochaska. 2019. “Gender Differences in Suicidal Ideation and Health-Risk Behaviors among High School Students in Beijing, China.” *Journal of Global Health* 9(1):1–11.