

**STUDI FENOMENOLOGI FAKTOR-FAKTOR
PENCEGAHAN DORONGAN PERILAKU
SELF-HARM PADA REMAJA
DI SMAN 1 KARANGANYAR**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan Oleh

Enggal Agus Prayoga

NIM : A12021002

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2024

**STUDI FENOMENOLOGI FAKTOR-FAKTOR
PENCEGAHAN DORONGAN PERILAKU
SELF-HARM PADA REMAJA
DI SMAN 1 KARANGANYAR**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan Oleh

Enggal Agus Prayoga

NIM : A12021002

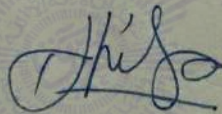
**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

STUDI FENOMENOLOGI FAKTOR-FAKTOR
PENCEGAHAN DORONGAN PERILAKU
SELF-HARM PADA REMAJA
DI SMAN 1 KARANGANYAR

Telah disetujui dan dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk diujikan
Pada Tanggal Desember 2024

Pembimbing,



(Dr. Ike Mardiaty Agustin, M. Kep., Sp. Kep. J)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



(Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.KMB., Ph.D)

HALAMAN PENGESAHAN

STUDI FENOMENOLOGI FAKTOR-FAKTOR
PENCEGAHAN DORONGAN PERILAKU
SELF-HARM PADA REMAJA DI
SMAN 1 KARANGANYAR

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Enggal Agus Prayoga

NIM : A12021002

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 27 Desember 2024

Susunan Dewan Penguji

1. Sawiji, M.Sc (Penguji 1) (.....)
2. Tri Sumarsih, MNS (Penguji 2) (.....)
3. Dr. Ike Mardiaty Agustin, S. Kep., M. Kep.,
Sp. Kep. J (Penguji 3) (.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

(Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.KMB., Ph.D)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka, dan sudah dinyatakan lolos uji plagiarisme.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Gombong, 19 Desember 2024



(Enggal Agus Prayoga)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Enggal Agus Prayoga

NIM : A12021002

Program studi : S1 Keperawatan

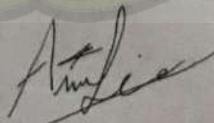
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul:

STUDI FENOMENOLOGI FAKTOR-FAKTOR
PENCEGAHAN DORONGAN PERILAKU
SELF-HARM PADA REMAJA
DI SMAN 1 KARANGANYAR

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencatumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong, Kebumen
Pada Tanggal: 19 Desember 2024



(Enggal Agus Prayoga)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan yang Maha Esa atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “STUDI FENOMENOLOGI FAKTOR-FAKTOR PENCEGAHAN DORONGAN PERILAKU *SELF-HARM* PADA REMAJA DI SMAN 1 KARANGANYAR”. Dalam penulisan proposal ini penulis banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan kepada yang terhormat:

1. Kedua orang tua saya (Ayah Suyitno dan Ibu Juwarsih) yang sangat saya cintai dan selalu mendukung serta memberikan doanya sehingga proposal skripsi ini bisa terselesaikan tepat pada waktunya.
2. Dr. Hj. Herniyatun, M. Kep., Sp. Mat, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
3. Eka Riyanti, M. Kep., Sp. Mat, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan sekaligus Dosen Pembimbing Akademik di Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Ike Mardiaty Agustin., S.Kep., M. Kep., Sp. Kep. J, selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan sekaligus Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan waktu pemikiran, perhatian, pengarahan dan membantu saya dalam penyusunan proposal skripsi ini.
5. Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.KMB., Ph.D, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Muhammadiyah Gombong.
6. Sawiji, M.Sc selaku Ketua Penguji dan Tri Sumarsih, MNS selaku Dosen Penguji 2 dalam sidang proposal dan sidang hasil penelitian saya.
7. Kepala SMAN 1 Karanganyar yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di SMAN 1 Karanganyar.
8. Teman-Teman S1 Keperawatan Angkatan 2021 yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada penulis

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran untuk kesempurnaan penelitian ini. Semoga kedepannya penelitian ini dapat bermanfaat dan menjadi referensi bagi penulis lain dalam mengembangkan penelitian di bidang keperawatan jiwa.

Gombong, 19 Desember 2024



Enggal Agus Prayoga



HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

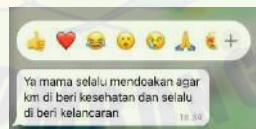
MOTTO:

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.” (QS. Al-Insyirah: 5-6)

“Orang lain ga akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun ga ada yang tepuk tangan... Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini..!!!”

“Menyerah memang mudah, tapi ga cocok buat orang sekeren aku...”

“Apapun yang terjadi, pulanglah sebagai sarjana pertama di keluarga”



Sumber: Chat Whatsapp 23-07-23”Mamah”

PERSEMBAHAN:

Dengan penuh kesadaran yang cukup, peneliti mempersembahkan sebuah hasil karya Skripsi ini kepada:

1. Mamahku yang super hebat yang sangat dicintai disayangi, cinta pertamaku dan pintu surgaku Ibunda Juwarsih. Bapaku Suyitno yang selalu kuat dalam hal apapun, selalu megusahakan yang aku mau yang selalu memberikan dukungan baik moral maupun material, serta memberikan do'a yang setiap hari untuk saya sampai pada hari ini saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
2. Adikku tercinta yang kita belum pernah bertemu dan bercanda tetapi kamu sudah mendahului aku, yang pastinya kamu sudah bahagia di surga sama temen-temenmu yaa.. Semoga nanti kita bertemu di surganya Allah SWT.
3. Terima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang berusaha begitu keras sampai di titik sejauh ini. Dimana di perantauan tidak memiliki siapa-siapa tetapi bisa bertahan sampai saat ini, sampai akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih diriku...
4. Pemerintah yang telah memberikan dukunga dan beasiswa pendidikan sehingga saya berkesempatan untuk bisa merasakan bangku perkuliahan dengan baik ini. Skripsi ini saya persembahkan sebagai bentuk dedikasi dan bukti perjuangan selama perkuliahan ini...
5. Pembimbing peneliti yang tegas tetapi super baikk, yang memberikan masukan, dukungan, dan motivasi kepada peneliti. Ibu Ike Mardiaty Agustin, M.Kep., Sp.Kep.J, semoga ibu selalu diberikan kesehatan dan kelancara rezeki selalu sama Allah SWT.
6. Sahabat penulis dibangku perkuliahan ini yang selalu kebersamai dari awal kuliah hingga saat ini. Terima kasih Dwi Fariidatunniisaa dan Aulia Kumala Fahlevi yang banyak memberi makna berkesan di perkuliahan ini, yang rumahnya sering ditempati untuk singgah dan berkeluh bersama... *Big lovee...*
7. Sahabat SMA penulis yang sedang berjuang mengejar pendidikannya di luar sana, Rahma Bian dan Wiosi Ecan... Semangatt dan sukses selalu...

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Gombong

Skripsi, Desember 2024

Enggal Agus Prayoga¹⁾, Ike Mardiaty Agustin²⁾

enggalagusprayoga@gmail.com

ABSTRAK

**STUDI FENOMENOLOGI FAKTOR-FAKTOR PENCEGAHAN
DORONGAN PERILAKU *SELF-HARM* PADA REMAJA
DI SMAN 1 KARANGANYAR**

Latar Belakang: Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa usia 10-19 tahun dan rentan melakukan tindakan negatif salah satunya yaitu *self-harm*. *Self-harm* yaitu perilaku menyakiti diri sendiri dengan tanpa atau tidaknya percobaan bunuh diri.

Tujuan: Menggali informasi lebih dalam mengenai fenomenologi faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* pada remaja di SMAN 1 Karanganyar

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan teknik *snowball sampling* dan didapatkan jumlah sampel sebanyak 6 partisipan. Lamanya proses wawancara yaitu 10-15 menit per partisipan dengan metode wawancara mendalam serta instrumen yang digunakan pedoman wawancara, lembar observasi dan alat perekam.

Hasil: Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan empat tema yaitu: (1) Pengetahuan dan persepsi remaja mengenai *self-harm*, yang terdiri dari 2 sub tema yakni pengetahuan dan persepsi, (2) Motivasi dan sikap menghadapi *self-harm* pada remaja yang terdiri dari 2 sub tema yaitu motivasi perilaku *self-harm* dan sikap menghadapi *self-harm*, (3) Pengalaman dan faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* terdiri dari 2 sub tema yakni pengalaman terdahulu dan faktor pencegahan dorongan *self-harm*, (4) Strategi koping pencegahan dorongan perilaku *self-harm* terdiri dari 1 sub tema yakni koping mencegah dorongan *self-harm*.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh empat tema yang berkaitan dengan faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* yaitu: pengetahuan dan persepsi remaja mengenai *self-harm*, motivasi dan sikap menghadapi *self-harm* pada remaja, pengalaman dan faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* dan strategi koping pencegahan dorongan perilaku *self-harm*.

Rekomendasi: Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu untuk terus melakukan pembaharuan terkait fenomena faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* pada remaja terutama remaja SMA.

Kata Kunci: Pencegahan; Remaja; *Self-Harm*

1) Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

2) Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

BACHELOR OF NURSING STUDY PROGRAM
Faculty Of Health Science
Universitas Muhammadiyah Gombong
Undergraduate Thesis, December 2024

Enggal Agus Prayoga¹⁾, Ike Mardiaty Agustin²⁾
enggalagusprayoga@gmail.com

ABSTRACT
A PHENOMENOLOGICAL STUDY OF FACTORS PREVENTING
THE URGE FOR SELF-HARM AMONG TEENAGERS
AT SMAN 1 KARANGANYAR

Background: Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood, typically ranging from 10–19 years of age, and is a stage prone to engaging in negative behaviors, including self-harm. Self-harm is a form of self-injurious behavior that is not intended as a suicide attempt.

Objective: To explore in greater depth the phenomenological factors that prevent the urge for self-harm among teenagers at SMAN 1 Karanganyar.

Methods: This study used qualitative methods with a phenomenological approach. Data were collected using the snowball sampling technique, resulting in six participants. Each interview lasted 10–15 minutes per participant and was conducted through in-depth interviews. Instruments used included interview guidelines, observation sheets, and recording devices.

Results: Based on the research conducted, four themes were identified: 1) Youth knowledge and perception of self-harm, consisting of two sub-themes: knowledge and perception; 2) Motivation and attitude toward self-harm in adolescents, consisting of two sub-themes: motivation for self-harm behavior and attitudes toward self-harm; 3) Experiences and prevention factors for self-harm urges, consisting of two sub-themes: previous experiences and prevention factors for self-harm urges; 4) Coping strategies for the prevention of self-harm behavior, consisting of one sub-theme: strategies for coping with and preventing self-harm urges.

Conclusion: Based on the results of this study, four themes were identified as factors preventing the urge to engage in self-harm behavior: adolescents' knowledge and perception of self-harm, their motivation and attitude toward self-harm, their experiences and factors that prevent self-harm impulses, and coping strategies to manage and prevent self-harm impulses.

Recommendations: Future researchers are encouraged to further explore and update knowledge on the phenomenon of preventing self-harm behavior in teenagers, particularly among high school students.

Keywords: Adolescence; Coping; Self-Harm

¹⁾ Nursing Students of Universitas Muhammadiyah Gombong

²⁾ Nursing Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR..	v
KATA PENGANTAR	vi
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan	6
D. Manfaat	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Teori.....	10
1. <i>Self-harm</i>	10
2. Remaja.....	14
3. Upaya Pencegahan	16
B. Kerangka Berpikir.....	18
C. Pertanyaan Penelitian	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	20
A. Desain Penelitian.....	20
B. Populasi dan Sampel	20
C. Tempat dan Waktu Penelitian	22

D. Variabel Penelitian	22
E. Definisi Operasional.....	22
F. Instrumen Penelitian.....	23
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	25
H. Etika Penelitian	27
I. Teknik Pengumpulan Data.....	29
J. Teknik Analisis Data.....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan Penelitian.....	49
C. Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran.....	60
C. Rekomendasi	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	22
Tabel 4. 1 Karakteristik Partisipan Remaja di SMAN 1 Karanganyar.....	34



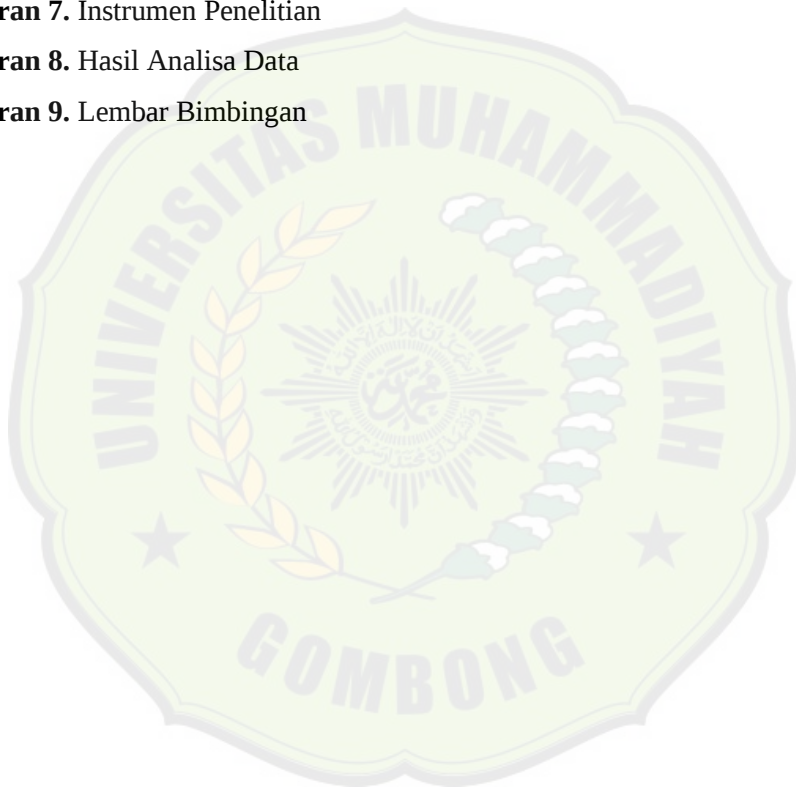
DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Berpikir.....	18
Bagan 4. 1 Analisa Data Tema 1 (Pengetahuan dan Persepsi Remaja).....	35
Bagan 4. 2 Analisa Data Tema 2 (Motivasi dan Sikap Menghadapi <i>Self-Harm</i>).....	39
Bagan 4. 3 Analisa Data Tema 3 (Pengalaman dan Faktor-Faktor Pencegahan Dorongan Perilaku <i>Self-Harm</i>)	43
Bagan 4. 4 Analisa Data Tema 4 (Strategi Koping Pencegahan Dorongan Perilaku <i>Self- Harm</i>).....	47



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1.** Jadwal Penelitian
- Lampiran 2.** Surat Ijin Studi Penelitian
- Lampiran 3.** Jawaban Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4.** Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5.** Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 6.** Hasil Uji Plagiarism
- Lampiran 7.** Instrumen Penelitian
- Lampiran 8.** Hasil Analisa Data
- Lampiran 9.** Lembar Bimbingan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa terjadinya adanya perubahan dari berbagai aspek berupa perubahan biologis, psikologis, dan sosial budaya. Selain itu juga, masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menjadi dewasa. Sedangkan menurut *World Health Organization* (2019), remaja yaitu populasi dengan umur antara 10-19 tahun. Sejalan dengan itu sebagaimana Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014 remaja merupakan populasi dalam rentang usia 10-18 tahun (Gunawan & Tadjudin, 2022).

Berdasarkan Kemenkes (2020), remaja dalam hal fisik akan mengalami perubahan ciri-ciri fisik dan psikologis, apalagi yang berkaitan dengan organ reproduksi, sementara itu fungsi psikologisnya akan mengalami perubahan dalam berbagai aspek. Menurut Elizabeth B. Hurlock dalam buku Psikologi Perkembangan-Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (edisi kelima), menyatakan bahwa masa remaja sebagai usia yang ber problematik. Hal tersebut karena remaja akan merasa dirinya sendiri sehingga menganggap bahwa bisa menanggulangi masalah pribadi dan menolak bantuan orang tua dan orang lain (Hurlock, 2011).

Sejalan dengan itu, menurut Suryana *et al.* (2022) perubahan emosi pada remaja tidak lepas dari pengaruh faktor yang ada di sekitarnya. Pola emosi pada remaja akhir dan masa kanak-kanak yang berbeda hanya pada stimulus peningkatan emosi yang dirasakan. Remaja tidak menunjukkan rasa marahnya yang tak terkendali, akan tetapi hanya menggerutu, tidak mau bercakap ataupun hanya dengan suara kritik orang yang mengakibatkannya marah. Masa ini juga, remaja kerap menjadi salah satu periode yang berpotensi membuat individu mengalami stress. Dalam menghadapi stress tersebut individu membutuhkan strategi *coping*, tetapi tidak semua orang memilih strategi *coping* yang benar.

Salah satu bentuk dari sebuah strategi *coping* yang tidak adaptif yaitu individu melakukan sebuah tindakan negatif berupa melukai dirinya tanpa sebuah motif untuk bunuh diri atau *self-harm* (Arinda & Mansoer, 2020).

Perilaku melukai diri sendiri (*self-harm*) diartikan sebagai tindakan individu untuk menyiksa diri sendiri dengan berbagai upaya tanpa memperhatikan percobaan untuk ada atau tidaknya niat dan keinginan meninggal dunia (NICE, 2015; WHO, 2015 dalam (Kusumadewi AF, 2019)). *Self-harm* adalah perilaku negatif berupa melukai diri sendiri yang terjadi sebagai akibat terhadap kesusahan, stres, dan frustrasi yang dialami oleh seorang individu (Polling *et al.*, 2020 dalam (Indah & Lathifah, 2021)).

Sebagaimana para ahli menyatakan bahwa *self-harm* adalah perilaku seseorang yang dengan sengaja dapat menyakiti diri sendiri dan masih bertahan, serta mencakup pikiran negatif, tindakan negatif, makan berlebihan atau makan berlebihan sepanjang hari atau lebih. Selain itu, *self-harm* adalah ekspresi stres yang disebabkan oleh pekerjaan, perpisahan, masalah dengan orang tua atau keluarga, masalah dengan kerabat, rasa depresi yang tidak dapat dilepaskan dengan kata-kata, dan lain-lain. Emosi negatif ini dapat mendorong seseorang untuk kembali menyakiti diri sendiri karena kebutuhan untuk menghilangkan emosi tersebut terus berulang (Ibunda, 2019 dalam (Indah & Lathifah, 2021)).

Menurut Woodley (2020) & Faried (2018) menyatakan bahwa *self-harm* merupakan fenomena kesehatan mental karena koping maladaptif berupa penggunaan rasa sakit fisik untuk mengatasi tekanan psikologis dan juga mekanisme koping yang tidak memadai yang mengarah pada melukai diri sendiri daripada tujuan apapun (Sibarani *et al.*, 2021).

Pada penelitian yang dituliskan oleh (Walsh, 2006 dalam (Rini, 2022)) menyatakan bahwa *self-harm* bisa dapat dicegah dengan berbagai faktor pencegah. Faktor-faktor pencegah tersebut yaitu faktor lingkungan, biologis, kognitif, perilaku, afektif. Faktor lingkungan merupakan faktor konflik interpersonal di mana seseorang mengalami kehilangan hubungan, merasa frustrasi, mengisolasi diri dari lingkungan sekitar. Faktor biologis, dalam hal biologis ini individu memiliki kemungkinan untuk melukai diri sendiri karena

memiliki kelainan pada otaknya. Faktor kognitif merupakan pandangan, pemikiran, dan keyakinan seseorang yang bisa berdampak perilaku melukai diri sendiri. Faktor perilaku merupakan perilaku yang menunjuk pada tindakan yang dirasa bisa memicu untuk menyakiti diri sendiri. Sedangkan, faktor afektif yaitu berupa kecemasan, perasaan traumatis dan gugup, kegeraman, depresi, sipu, rasa kecewa, dan sebuah kedengkian.

Berdasarkan data dari WHO (2018), secara umum hampir 800.000 penduduk meninggal dunia disebabkan *self-harm* per tahunnya dan mencapai sepertiga dari masalah *self-harm* terjadi pada berbagai usia (Luberingsih, 2023). Selain itu juga, perilaku *self-harm* (menyakiti diri sendiri) dan bunuh diri merupakan sebuah sebab kematian kedua di dunia dalam rentang usia 18 sampai 29 tahun (World Health Organization, 2019).

Menurut jurnal yang diteliti oleh Suhartini *et al.* (2022) bahwa prevalensi *self-harm* di dunia sebanyak 20% remaja yang menyakiti diri sendiri. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Woodley (2020) dalam (Sibarani *et al.*, 2021) menyatakan bahwa di Inggris *self-harm* menjadi salah satu sebab kematian dalam dunia kesehatan mental. Prevalensi *self-harm* yaitu ada sebanyak 2,7% pada populasi global dan berkembang menjadi 22% pada sampel perawatan primer (Sibarani *et al.*, 2021). Penelitian lain yang dilakukan oleh Ee & Mey (2011) dalam (Nurendah *et al.*, 2022) didapatkan bahwa masalah tentang melukai diri sendiri atau *self-harm* tidak hanya dilaporkan di negara-negara barat akan namun juga di negara berkembang dengan jumlah kematian sebanyak 600.000 kematian pada tahun 1990.

Self-harm saat ini sedang ramai dibicarakan menjadi topik kesehatan mental yang sedang marak diperbincangkan di Indonesia. Berbagai masalah muncul isu-isu psikologis baik di dunia riil maupun atau sosial media yang menjadi *trend* pada kalangan remaja terlebihnya remaja sekolah menengah atas (SMA). Sebagai contohnya yang sedang ramai di Indonesia yaitu terdapat ada 49 orang korban *self-harm* di salah satu sekolah di Kabupaten Karangasem, Provinsi Bali. Setidaknya ada 40 siswa yang melakukan satu kali sayatan,

sementara 9 lainnya mengupayakan sayatan secara berkali-kali (Ulya & Rastika, 2023)

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hidayati & Muthia (2016) dalam (Nurendah *et al.*, 2022) bahwa penelitian mengenai perilaku *self-harm* masih jarang ditemukan di Indonesia karena masih sulitnya mendapatkan data yang akurat terkait kasus *self-harm*. Akan tetapi pada penelitian Suhartini *et al.* (2022) menyatakan bahwa tingkat proporsi prevalensi *self-harm* di Indonesia dari jumlah populasi perilaku menyakiti diri sendiri ada sejumlah 3,9% dari 257,6 juta jiwa sebanyak 4,5% terjadi pada pria dan 3,4% terjadi pada wanita.

Prevalensi kasus *self-harm* di Indonesia menurut survey *Yougov Omnibus* yang dilakukan pada Juni 2019 adalah sepertiga 36,9% penduduk Indonesia menyakiti diri sendiri dalam keadaan sadar. Dari data tersebut, prevalensi terbanyak didapatkan di kelompok umur 18-24 tahun di mana data itu sebanyak 45% orang melakukan *self-harm*, di mana ada sebanyak 5 orang muda terdapat 2 orang yang melakukan *self-harm*, sedangkan 7% dari orang tersebut melakukan *self-harm* dengan cara berkala (Widyawati & Kurniawan, 2021).

Jurnal yang diteliti oleh (Sibarani *et al.*, 2021) didapatkan bahwa prevalensi risiko orang melakukan *self-harm* yang dilakukan di Jawa Tengah yaitu sebesar 6,05 (SD: 4,81) dengan nilai maksimal sebesar 18 untuk 30 orang partisipan. Sedangkan berdasarkan data dari BPS Kebumen (2021), di Kabupaten Kebumen pada tahun 2021 jumlah korban bunuh diri ada sebanyak 20 orang dari berbagai penyebab dimana salah satunya penyebabnya karena *self-harm*.

Remaja saat ini rentan terkena *mental health* dimana hal tersebut bisa mengakibatkan suatu tindakan *self-harm*. Hal tersebut karena pada dasarnya remaja merupakan individu yang sangat labil dan penuh dengan ketidakseimbangan emosi dan tidak mengendalikan emosinya sehingga menimbulkan mekanisme *koping* yang tidak efektif. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Malfasari *et al.* (2020) yang menyebutkan bahwa remaja yang mengalami masalah mental akan sangat berbahaya pada kesehatan mental remaja itu dan akan berakibat pada

perkembangan remaja serta kehidupan sehari-harinya. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengambil topik tentang *self-harm* pada remaja terutama remaja SMA, karena remaja SMA merupakan remaja usia dewasa.

Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Karanganyar, karena SMAN 1 Karanganyar merupakan salah satu SMA terbaik di Kabupaten Kebumen dan juga masuk Top 1000 sekolah tahun 2022 berdasarkan nilai UTBK. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti dan berdasarkan data yang didapatkan dari guru Bimbingan Konseling (BK) pada tanggal 25 April 2024 di SMAN 1 Karanganyar, didapatkan hasil bahwa di sekolah tersebut ada 2 siswa dengan masalah *self-harm*. Siswa pertama berjenis kelamin perempuan yaitu siswa kelas XI, siswa tersebut melakukan perilaku *self-harm* dengan bentuk perilaku yaitu melukai atau menggambar goresan di tangan menggunakan silet atau *cutter*. Siswa tersebut melakukan *self-harm* karena disebabkan oleh faktor keluarga dimana ayah siswa tersebut tidak bekerja sehingga dibandingkan dengan saudara lain dari ayah tersebut dan mengakibatkan siswa tersebut merasa *insecure* serta depresi. Siswa tersebut memang sudah melakukan *self-harm* sedari dini dan dari pihak keluarga pun sudah merasa biasa saja. Sedangkan, siswa kedua yaitu siswa laki-laki yang sudah lulus dari sekolah tersebut, siswa tersebut melakukan tindakan *self-harm* dikarenakan keisengan ingin melakukan tindakan *self-harm*. Sama seperti siswa pertama, siswa kedua melakukan perilaku *self-harm* berupa melukai atau menggores lengannya dengan silet atau *cutter*. Akan tetapi kedua siswa tersebut untuk masalah akademiknya tidak bermasalah dan di kelas juga merupakan siswa yang pendiam.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti sangat terkesan untuk melakukan penelitian mengenai *self-harm* dengan judul “Studi Fenomenologi Faktor-Faktor Pencegahan Dorongan Perilaku *Self-Harm* pada Remaja di SMAN 1 Karanganyar”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka dapat dirumuskan masalah tentang “Bagaimana Gambaran Fenomena Faktor-Faktor Pencegahan Dorongan Perilaku *Self-Harm* pada Remaja di SMAN 1 Karanganyar”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan Umum dari penelitian ini adalah untuk menggali informasi lebih dalam mengenai fenomenologi faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* pada remaja di SMAN 1 Karanganyar.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan pengetahuan dan persepsi remaja mengenai deskripsi *self-harm* di SMAN 1 Karanganyar.
- b. Menggambarkan motivasi dan sikap menghadapi *self-harm* pada remaja di SMAN 1 Karanganyar.
- c. Menggambarkan pengalaman dan faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* di SMAN 1 Karanganyar.
- d. Menggambarkan strategi koping pencegahan dorongan perilaku *self-harm* di SMAN 1 Karanganyar.

D. Manfaat

1. Manfaat bagi pengembangan ilmu

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran tentang fenomenologi faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* pada remaja di SMAN 1 Karanganyar.
- b. Sebagai bahan referensi dan pertimbangan lebih lanjut untuk penelitian selanjutnya tentang fenomenologi faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* pada remaja SMA dan sebagai referensi untuk perpustakaan Universitas Muhammadiyah Gombong.

2. Manfaat bagi praktisi

a. Peneliti

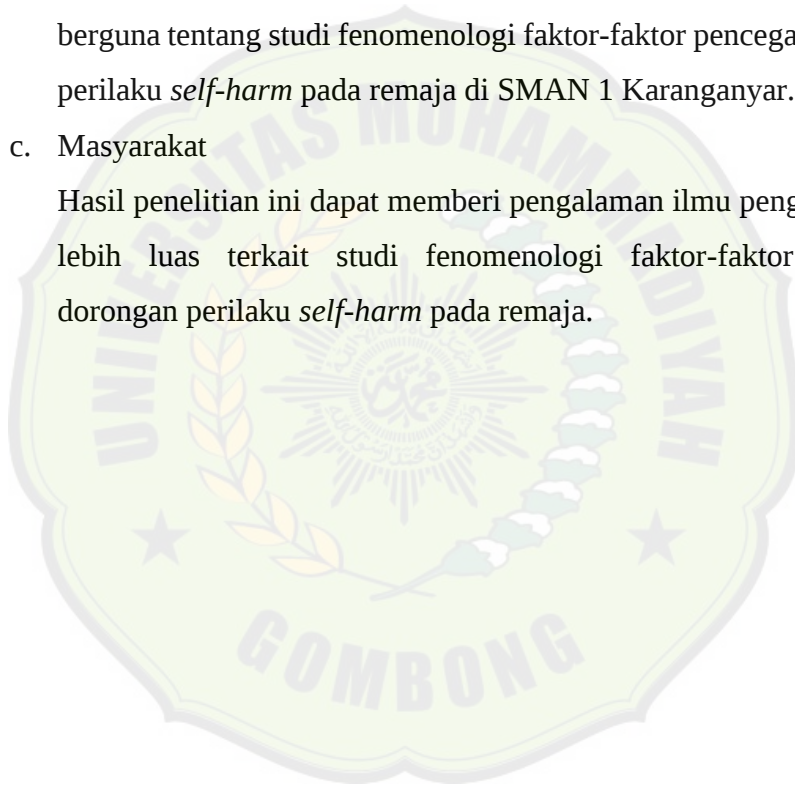
Penelitian ini sebagai wahana latihan dan pengembangan kemampuan dalam bidang penelitian dan penerapan teori yang telah diperoleh di perkuliahan.

b. Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna tentang studi fenomenologi faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* pada remaja di SMAN 1 Karanganyar.

c. Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat memberi pengalaman ilmu pengetahuan yang lebih luas terkait studi fenomenologi faktor-faktor pencegahan dorongan perilaku *self-harm* pada remaja.



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian ini
Gemala Nurendah, Sri Maslihah, dan Farhan Zakariyya (2022) (Nurendah et al., 2022)	<i>An Analysis of Self-harm Behaviors among Undergraduate Students of Indonesia University of Education</i>	Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan menekankan analisis data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan dari pengukuran obyektif dan dianalisis dengan metode statistik.	Hasil penelitian ini bahwa kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri bukan muncul tanpa alasan. Selain itu juga, setiap individu mempunyai penyebab stress dan kekhawatiran yang berbeda-beda.	Persamaannya yaitu membahas analisa <i>self-harm</i> dengan metode deskriptif. Perbedaannya yaitu pada metode pendekatan dimana pada penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan analisa data.
Saridewi Mutiara Insani & Siti Ina Savira (2022) (Insani & Savira, 2022)	Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku <i>Self-harm</i> Pada Remaja Perempuan	Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus	Dari hasil penelitian terdapat tiga masalah utama yaitu gambaran perilaku <i>self-harm</i> , factor-faktor penyebab perilaku <i>self-harm</i> , dan upaya mengurangi perilaku <i>self-harm</i> pada remaja perempuan	Persamaannya yaitu sama-sama penelitian kualitatif dan topik <i>self-harm</i> pada remaja. Perbedaannya yaitu pada metode pendekatan studi kasus dan fenomenologi.
Khaulah Karimah (2021)	Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri	Penelitian kualitatif	Hasil penelitian ini adalah aspek kesepian memperkuat	Persamaannya yaitu sama-sama penelitian kualitatif

(Karimah, 2021)	Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis	dengan metode fenomenologi	subjek seseorang merasa kesepian dan subjek yang memiliki kepribadian cenderung suka menyendiri akan mempengaruhi perilaku menyakiti diri sendiri	dengan metode fenomenologi Perbedaannya yaitu pada variabel terikat yaitu <i>self-harm</i> atau menyakiti diri sendiri.
Ditha Prasanti & Puji Prihandini (2019) (Prasanti <i>et al.</i> , 2019)	Fenomena Aksi Menyakiti Diri Bagi Remaja dalam Media Online (Analisis Teori Konstruksi Sosial dalam Fenomena Aksi Menyakiti Diri bagi Remaja dalam Media Online Tirto.Id)	Penelitian kualitatif dengan metode deskriptif	Hasil penelitian ini yaitu diungkapkan bahwa aksi menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh sebagian remaja adalah sebagai akibat dari adiksi media sosial. Dalam temuan lain, bahwa anak dan remaja melakukan hal berbahaya tersebut karena alasan untuk menyingkirkan stres atau depresi.	Persamaannya yaitu penelitian kualitatif dan variabel yang sama. Perbedaannya yaitu pada metode pendekatan dengan metode deskriptif.
Nadya Asyafina & Noor Efni Salam (2022) (Asyafina & Salam, 2022)	Fenomena Mahasiswa Pelaku <i>Self Harm</i> di Kota Pekanbaru	Penelitian kualitatif dan pendekatan fenomenologi	Hasil penelitian ini yaitu terdapat berbagai motif karena (<i>because motive</i>), motif untuk (<i>in order to motive</i>), makna <i>self-harm</i> , dan	Persamaannya yaitu penelitian kualitatif dan pendekatan fenomenologi. Perbedaannya yaitu pada tempat dan waktunya.

pengalaman
komunikasi
mahasiswa
pelaku *self-*
harm.



DAFTAR PUSTAKA

- Adhandayani, A. (2020). *Modul Metode Penelitian 2 (Kualitatif) Penentuan Subjek dan Sumber Data Disusun Oleh*.
- Adhimah, S. (2020). Peran orang tua dalam menghilangkan rasa canggung anak usia dini (studi kasus di desa karangbong rt. 06 rw. 02 Gedangan-Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 57–62.
- Aini, K., & Wulan, N. (2023). Pengalaman Trauma Masa Kecil Dan Eksplorasi Inner Child Pada Mahasiswa Keperawatan Stikes Kuningan: Studi Fenomenologi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(01), 33–40. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i01.684>
- Alviani Yubastian, G., & Dian Ariana, A. (2023). *Digital Self-harm pada Remaja: Tinjauan Naratif Digital Self-harm among adolescence: A narrative review* (Vol. 29).
- Amdadi et al. (2021). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Perkawinan Dini Dalam Kehamilan Di Sman 1 Gowa*.
- Amelia Widyawati, R., & Kurniawan, A. (2021). Pengaruh Paparan Media Sosial terhadap Perilaku Self-Harm pada Pengguna Media Sosial Emerging Adulthood. In *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* (Vol. 1, Issue 1). <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Amin et al. (2023). Populasi dan Sampel. *Populasi Dan Sampel Penelitian Kualitatif*.
- Anugrah, M. F., Karima, K., Puspita, N. M. S. P., Amir, N. A. B., & Mahardika, A. (2023). Self Harm and Suicide in Adolescents. *Jurnal Biologi Tropis*, 23(1), 200–207. <https://doi.org/10.29303/jbt.v23i1.5902>
- Arinda, O. D., & Mansoer, W. W. D. (2020). NSSI (Nonsuicidal Self-Injury) pada Dewasa Muda di Jakarta: Studi fenomenologi interpretatif. *Jurnal Psikologi Ulayat*. <https://doi.org/10.24854/jpu150>
- Asyafina, N., & Salam, N. E. (2022). *Fenomena Mahasiswa Pelaku Self Harm di Kota Pekanbaru*. <https://www.suara.com/>
- BPS Kebumen. (2021). *Banyaknya Desa/Kelurahan Menurut Keberadaan Korban Bunuh Diri, Lokasi Berkumpul Anak Jalanan, Gelandangan, dan Pekerja*

Seks Komersial (PSK) 2021.

<https://Kebumenkab.Bps.Go.Id/Indicator/23/501/1/Banyaknya-Desa-Kelurahan-Menurut-Keberadaan-Korban-Bunuh-Diri-Lokasi-Berkumpul-Anak-Jalanan-Gelandangan-Dan-Pekerja-Seks-Komersial-Psk-.Html>.

- Cipta Apsari, N. (2021). Perilaku Self-Harm Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (Self-Harm Or Self-Injuring Behavior By Adolescents). In *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial e* (Vol. 4, Issue 2).
- Dyah & Agustin. (2019). Validitas Penelitian Kualitatif. *Validitas Penelitian Kualitatif*.
- Firmansyah, D., Pasim Sukabumi, S., & Al Fath Sukabumi, S. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927>
- Gunawan, S., & Tadjudin, N. S. (2022). *Edukasi Seks Dan Kesehatan Reproduksi Remaja Pada Siswa/ Siswi Smp Tarakanita 2 Jakarta*.
- Hadi Sulistiyarningsih, S., Sariyani Prodi Sarjana Kebidanan, D., Bakti Utama Pati, S., Ki ageng Selo No, J., & Jawa Tengah, P. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Persepsi Dengan Gambaran Diri Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas. In *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal* (Vol. 9).
- Hajaroh, M. (2021). *Paradigma, Pendekatan Dan Metode Penelitian Fenomenologi*.
- Heryana, A. (2020). *Etika Penelitian*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.13880.16649>
- Hurlock, E. B., et al. (2011). *Psikologi Perkembangan-Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (edisi kelima)*.
- Indah, M., & Maghfirotul Lathifah. (2021). Efektivitas Layanan Informasi Dengan Menggunakan Film Imperfect Untuk Mereduksi Self Harm Pada Diri Mahasiswa. *Efektor*, 8(2), 184–189. <https://doi.org/10.29407/e.v8i2.16133>
- Karimah, K. (2021). Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis. *Jurnal Imiah Psikologi*, 9(2), 367–380. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>

- Karimah, K. (2021). Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 367–380. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Kemenkes. (2020). Kelompok Usia Remaja 10-18 Tahun. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja>
- Kusumadewi AF, Y. B. S. I. S. (2019). *Self-Harm Inventory (Shi) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm*.
- Laoli, J. et al. (2022). Analisis Hubungan Sikap Pribadi Dan Harmonisasi Kerja Pada Kantor Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli. *Jurnal Ilmiah Simantek*.
- Luberingsih. (2023). *Fenomena Self-Harm di Kalangan Remaja*. <https://rs-amino.jatengprov.go.id/fenomena-self-harm-dikalangan-anak-muda/>
- Magdalena Sibarani, D., Niman, S., Widianoro STIKes Santo Borromeus, F., Parahyangan kav, J., Baru Parahyangan, K., Bandung Barat, P., & Barat, J. (2021). Self-Harm Dan Depresi Pada Dewasa Muda. In *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 9).
- Malfasari, E., Sarimah, R., Febtrina, R., Herniyanti, S., Payung, N., Pekanbaru, J., Tamtama, N., Timur, L. B., Sekaki, P., & Tim, L. B. (2020). *Kondisi Mental Emosional Pada Remaja*.
- Mutiara Insani, S., & Ina Savira, S. (2022). *Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku Self-Harm Pada Remaja Perempuan Case Study: Causative Factor Self-Harm Behavior In Adolescent Female*. 10(02), 439–454.
- Nazilatul Mazaya, N. (2023). Perancangan Ui/Ux Aplikasi “Dengerin” Berbasis Mobile Menggunakan Metode Design Thinking. *Komputa: Jurnal Ilmiah Komputer Dan Informatika*, 12(2).
- Nurendah, G., Maslihah, S., & Zakariyya, F. (2022). Mental Health, Religion, and Spirituality 68 Faculty of Psychology and Health. In *Psychology*. www.Kompas.com,
- Nurfadillah. (2024). Perilaku Self Harm dan Penangannya. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah (Dikdasmen)*, 3(3), 99–102. <https://doi.org/10.31960/dikdasmen-v3i3-2417>

- Nursyahwalny, Y. M., Yanti Pratiwi, N., Ramadani, S., Nayla Khusnul, A., Indriani Syahadana Sultan, A., Nurafifah Ma, A., Maryam Nurul Rifda, A., & Djihat, Z. (2023). Pencegahan Self-Harm Melalui Webinar Self-Harm To Self Love. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1).
- Prasanti, D., Prihandini, P., Raya Bandung-Sumedang, J., & 21 Bandung, K. M. (2019). Fenomena Aksi Menyakiti Diri Bagi Remaja Dalam Media Online (Analisis Teori Konstruksi Sosial Dalam Fenomena Aksi Menyakiti Diri Bagi Remaja Dalam Media Online Tirto.Id) (Vol. 5).
- Rezky Elvira, S., Sakti, H., & Soedarto Tembalang Semarang, J. S. (2022). Eksplorasi Pengalaman Nonsuicidal Self-Injury (Nssi) Pada Wanita Dewasa Awal : Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis. In *Jurnal Empati* (Vol. 10, Issue 5).
- Rini. (2022). Perilaku Menyakiti Diri Sendiri: Bentuk, Faktor dan Keterbukaan Dalam Perspektif Perbedaan Jenis Kelamin. *Perilaku Menyakiti Diri Sendiri: Bentuk, Faktor Dan Keterbukaan Dalam Perspektif Perbedaan Jenis Kelamin*.
- Rukmi Octaviana, D., Aditya Ramadhani, R., Achmad Siddiq Jember, U. K., & Sunan Kalijaga Yogyakarta, U. (2021). HAKIKAT MANUSIA: Pengetahuan (Knowladge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. In *Jurnal Tawadhu* (Vol. 5, Issue 2).
- Saleh, S., Pd, S., & Pd, M. (2022). *Analisis Data Kualitatif Editor: Hamzah Upu*.
- Silna Rahmatika, & Syahidin Syahidin. (2024). Mengatasi Self-Harm di Kalangan Remaja: Pendekatan Pendidikan Karakter dalam Perspektif Islam. *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(4), 177–184. <https://doi.org/10.62383/risoma.v2i4.140>
- Subekti, N. M., Prasetyanti, D. K., Nikmah, A. N., Program, M., Kebidanan, S., Kesehatan, I., Kadiri, U., Selomangleng, J., & Pos, K. K. (2020). Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Dalam Menghadapi Pubertas Pada Remaja. In *Jurnal Mahasiwa Kesehatan* (Vol. 1, Issue 2).
- Suhartini, S., Wahyuningsih, T., Winarni, L. M., & Madani, U. Y. (2022). The Effect of Self-Management Education on Self-Harm Knowledge and

- Anxiety in Adolescents at SMAN 20 Tangerang Regency. *Nusantara Hasana Journal*, 2(6), 70–75.
- Suhartini, S., Wahyuningsih, T., Winarni, L. M., & Madani, U. Y. (2022). The Effect of Self-Management Education on Self-Harm Knowledge and Anxiety in Adolescents at SMAN 20 Tangerang Regency. *Nusantara Hasana Journal*, 2(6), 70–75.
- Suryana, E., Wulandari, S., Sagita, E., & Harto, K. (2022). *Perkembangan Masa Remaja Akhir (Tugas, Fisik, Intelektual, Emosi, Sosial dan Agama) dan Implikasinya pada Pendidikan* (Vol. 5, Issue 6). <http://jiip.stkipyapisdompou.ac.id>
- Thalha, O., Dan, A., Anufia, B., & Islam, E. (2019). *Resume: Instrumen Pengumpulan Data*.
- Threesje Tolukun. (2020). Penyuluhan Dampak Minuman Alkohol Pada Remaja Di Kelurahan Koya Kecamatan Tondano Selatan. *Penyuluhan Dampak Minuman Alkohol Pada Remaja Di Kelurahan Koya Kecamatan Tondano Selatan*.
- Tjoanda, T. dan H. A. (2021). *Memahami Metode Penelitian Jurnal Ilmiah*.
- Ulya & Rastika. (2023). 49 Anak Sekolah Lakukan “Self Harm”, Menteri PPPA: Miris, Mereka Ikuti Tren Media Sosial. <https://nasional.kompas.com/read/2023/03/20/10371891/49-anak-sekolah-lakukan-self-harm-menteri-pppa-miris-mereka-ikuti-tren-media>
- World Health Organization. (2019). *Suicide And Self-Harm*.
- Yulianti, L., & Siregar, S. (2020). Motivasi Sebagai Pengubahan Perilaku. *Forum Paedagogik*, 11(2).
- Zulkifli, I. S. D., Firdausiyyah, K. Z., & 'Izzah, N. M. (2024). Eksplorasi pengalaman dan dinamika coping pada korban Nonsuicide Self-Injury. *Psychological Journal: Science and Practice*, 4(1), 209–214. <https://doi.org/10.22219/pjsp.v4i1.29032>



LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

JADWAL PENELITIAN

No.	Kegiatan	April	Mei	Juni	Juli	Agus	Sept	Okt	Nov	Des
1.	Pengajuan Judul									
2.	Studi Pendahuluan									
3.	Penyusunan Proposal									
4.	Ujian Proposal									
5.	Perbaikan Proposal dan Uji Etik									
6.	Penelitian									
7.	Analisa Data									
9.	Hasil dan Pembahasan									
10.	Seminar Hasil									

Lampiran 2. Surat Ijin Studi Penelitian

LEMBAR IJIN PENELITIAN



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 302.5/IL.3.AU/PN/IV/2024
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 23 April 2024

Kepada :
Yth. Kepala SMAN 1 Karanganyar

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Enggal Agus Prayoga
NIM : A12021002
Judul Penelitian : Studi Fenomenologi Dorongan Perilaku Self Harm pada Remaja SMA di SMAN 1 Karanganyar
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong

Annika Dwi Asti, M.Kep

Lampiran 3. Jawaban Surat Ijin Studi Pendahuluan

BALASAN IJIN PENELITIAN



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
KARANGANYAR**

Jalan Kemakmuran Nomor 51 Karanganyar, Telp. (0287) 551094 Kode Pos 54364
Website : www.sman1karanganyar.sch.id, E-mail : smanaka.kbm@gmail.com

Nomor : 421.3 / 94 / 2024
Lamp : -
Hal : Surat Balasan

Karanganyar, 7 Mei 2024

Kepada :
Kepala LPPM UNIMUGO
Di Gombong

Menanggapi surat dari Universitas Muhammadiyah Gombong bidang Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Nomor : 302.5/II.3.AU/PN/IV/2024 tanggal 23 April 2024 perihal izin studi pendahuluan. Kami memberikan izin dan yang bersangkutan bisa berkoordinasi dengan guru Bimbingan Konseling SMA N 1 Karanganyar.

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, dan atas perhatiannya di ucapkan terima kasih



Dud Rianto, S.Pd, M.Pd
NIP. 19700203 199702 1 003

Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian

IJIN PENELITIAN



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 302.5/II.3.AU/PN/IV/2024
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 23 April 2024

Kepada :
Yth. Kepala SMAN 1 Karanganyar

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Enggal Agus Prayoga
NIM : A12021002
Judul Penelitian : Studi Fenomenologi Dorongan Perilaku Self Harm pada Remaja SMA di SMAN 1 Karanganyar
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong

Amika Dwi Asti, M.Kep

Lampiran 5. Surat Keterangan Lolos Uji Etik

KETERANGAN LAYAK ETIK



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL
EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

Nomor : 298.6/II.3.AU/F/KEPK/IX/2024

No. Protokol : 11113001137



Peneliti
Researcher

: Enggal Agus Prayoga
Ike Mardiaty Agustini, M.Kep., Sp. Kep. J

Nama Institusi
Name of The Institution

: KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

"STUDI FENOMENOLOGI FAKTOR-FAKTOR
PENCEGAHAN DORONGAN PERILAKU SELF-HARM
PADA REMAJA DI SMAN 1 KARANGANYAR "

"PHENOMENOLOGICAL STUDY OF FACTORS TO
PREVENT THE ENCOURAGEMENT OF SELF-HARM
BEHAVIOR IN ADOLESCENTS AT SMAN 1
KARANGANYAR"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 02 September 2024 sampai dengan tanggal 02 September 2025

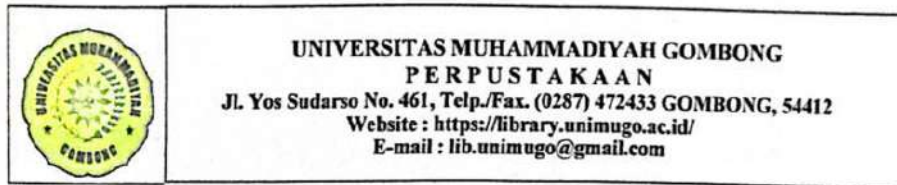
This declaration of ethics applies during the period September 02, 2024 until September 02, 2025

September 02, 2024
Professor and Chairperson,



Ning Iswati, M.Kep

Lampiran 6. Hasil Uji Plagiarism



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Studi Fenomenologi Faktor-Faktor Pencegahan Dorongan Perilaku *Self-Harm* pada Remaja di SMAN 1 Karanganyar
Nama : Enggal Agus Prayoga
NIM : A12021002
Program Studi : S1 Keperawatan
Hasil Cek : 20%

Gombong, 19 Desember 2024

Pustakawan

(Desy Setiyawati)

Mengetahui,

Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT



(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 7. Instrumen Penelitian

Lembar Permohonan Menjadi Partisipan

Kepada. Yth

Calon Partisipan

Di Tempat

Assalamu'allaikum Wr. Wb

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong

Nama: Enggal Agus Prayoga

NIM : A12021002

Akan mengadakan penelitian tentang “Studi Fenomenologi Faktor-Faktor Pencegahan Dorongan Perilaku *Self-Harm* pada Remaja di SMAN 1 Karanganyar”.

Penelitian ini tidak akan berdampak buruk bagi saudara/I sebagai partisipan. Kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk penelitian. Apabila saudara/I menyetujui maka dengan ini saya mohon kesediaan partisipan untuk menandatangani lembar persetujuan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang saya ajukan dalam proses wawancara dan apabila saudara/I menolak menjadi partisipan, saudara/I bisa mengundurkan diri dan menolak penandatanganan surat pernyataan saya diberikan oleh peneliti.

Atas bantuan dan kerja samanya, saya ucapkan terima kasih.

Gombong, 2024

(Enggal Agus Prayoga)

Lembar Persetujuan Menjadi Partisipan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Pendidikan :

Alamat :

Saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi menjadi partisipan dan sudah mendapatkan penjelasan terkait prosedur penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong tentang “Studi Fenomenologi Faktor-Faktor Pencegahan Dorongan Perilaku *Self-Harm* pada Remaja di SMAN 1 Karanganyar”.

Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak menimbulkan dampak negatif terhadap saya, sehingga jawaban yang saya berikan adalah yang sebenarnya dan data yang mengenai saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Semua berkas yang mencantumkan identitas saya hanya akan digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan. Demikian persetujuan ini saya tanda tangani dengan sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila saudara/i masih ada yang perlu ditanyakan, saudara/i dapat menghubungi peneliti di nomor 089530123858.

Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Gombong, 2024

Partisipan

Pedoman Wawancara

1. Apakah anda mengetahui tentang *self-harm*?
2. Menurut anda, penting atau tidak seorang siswa remaja SMA mengetahui tentang *self-harm*?
3. Bagaimana tanggapan anda, jika teman terdekat anda ada yang melakukan *self-harm*?
4. Apakah anda takut jika ada teman anda melakukan *self-harm*?
5. Lalu, apakah anda sendiri pernah melakukan *self-harm*?
6. Hal apa yang membuat anda pernah melakukan *self-harm*? (opsional apabila ternyata partisipan telah melakukan perilaku *self-harm*)
7. Akibatnya bagaimana setelah anda puas melakukan perbuatan *self-harm*? (opsional apabila ternyata partisipan telah melakukan perilaku *self-harm*)

Faktor Lingkungan:

8. Bisa diceritakan, bagaimana kondisi lingkungan anda baik di lingkungan keluarga, masyarakat maupun teman sekolah?
9. Apakah anda nyaman atau kurang nyaman di lingkungan keluarga, masyarakat maupun teman sekolah yang seperti itu?
10. Lalu, bagaimana respon anda jika lingkungan keluarga, masyarakat maupun teman sekolah di sekitar anda seperti itu?

Faktor Biologis:

11. Dari diri sendiri, apakah ada keinginan melakukan *self-harm*?
12. Apakah anda pernah mengalami trauma, sehingga bisa menyebabkan ke tindakan atau perilaku *self-harm*?

Faktor Kognitif:

13. Untuk pengalaman terdahulu apakah ada trauma yang membuat anda berpikiran untuk melakukan *self-harm*?

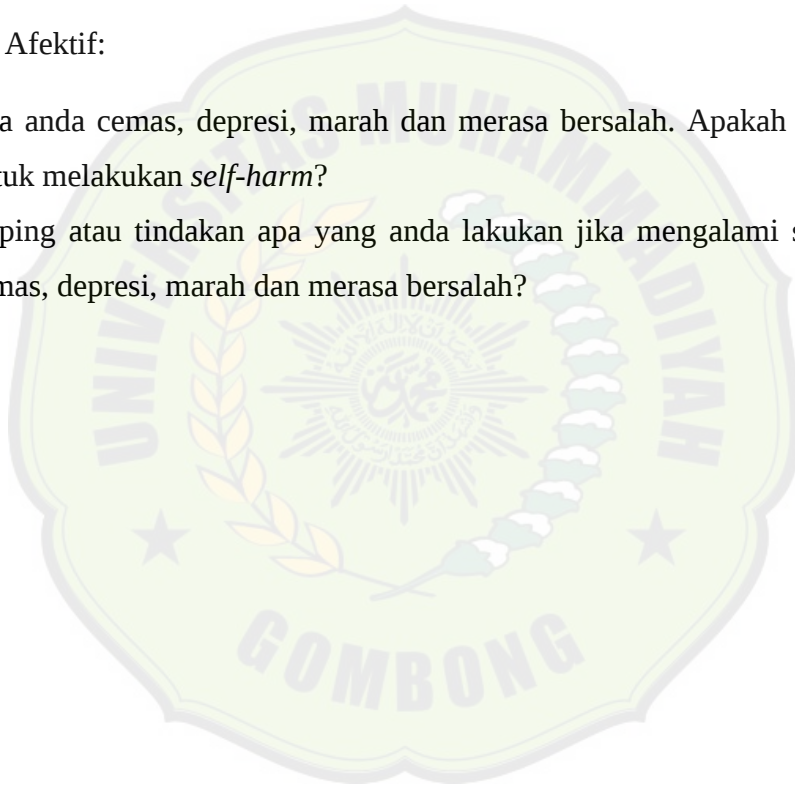
14. Apakah anda merasa sulit untuk berbicara kepada orang lain sehingga mungkin akan muncul adanya melakukan perilaku *self-harm*?

Faktor Perilaku:

15. Pernah atau tidak anda mendapatkan perlakuan yang kurang mengenakan sehingga anda akan berpikiran untuk melakukan *self-harm*?
16. Apakah ada aktivitas atau hobi tertentu yang membantu anda merasa lebih baik dan mengurangi dorongan untuk melakukan *self-harm*?

Faktor Afektif:

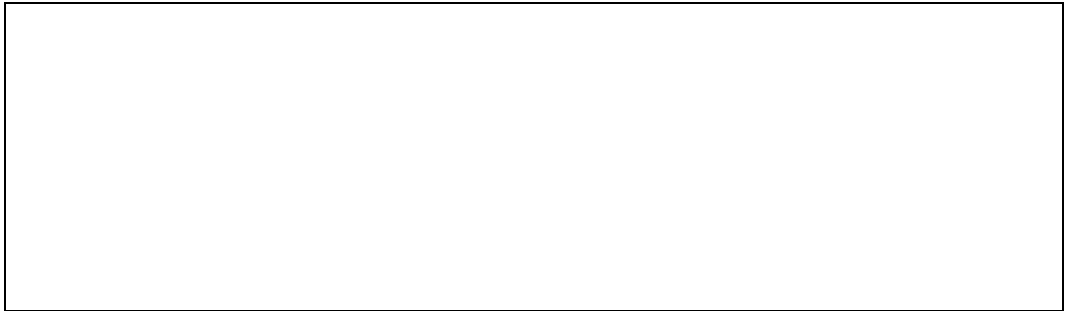
17. Jika anda cemas, depresi, marah dan merasa bersalah. Apakah anda berpikir untuk melakukan *self-harm*?
18. Coping atau tindakan apa yang anda lakukan jika mengalami situasi seperti cemas, depresi, marah dan merasa bersalah?



Lembar Catatan Lapangan

Partisipan:

Tanggal/waktu, tempat
Respon nonverbal partisipan
Kondisi atau penampilan partisipan
Aktivitas yang dilakukan selama wawancara
Kondisi lingkungan saat wawancara
Interaksi sosial



Lampiran 8. Hasil Analisa Data

HASIL PENGOLAHAN DATA (KATA KUNCI)

Kata kunci yang berkaitan dengan pengetahuan:

”apa ya, tentang apa namanya kebodohan kepada diri sendiri. Itu kaya bunuh diri, depresi, tekanan orang tua terus karena nafsunya orang lain, terus kayak diajak atau kemauan sendiri, dihasut dan lain-lain” (P1)

”Sedikit tahu. Cutting sama... Udah sih, *cutting* aja” (P2)

”perilaku merugikan diri sendiri kaya missal buat pelarian lagi ngrasa sakit hati, contohnya kaya *barcode* di tangan dan mabok mungkin” (P6)

Kata kunci yang berkaitan dengan ketidaktahuan:

”belum tahu sama sekali mas” (P3)

”belum tahu, tapi yang saya tau kaya *barcode* gitu mencoret-coret tangan mungkin, trus tentang depresi” (P4)

”yang saya tahu malah melindungi diri sendiri mas” (P5)

Kata kunci yang berkaitan dengan persepsi:

”penting banget, karena kita harus menjaga itu *self-harm* biar tidak kelewatan batas itu juga” (P1)

”Penting. Karena remaja SMA zaman sekarang itu banyak dapat masukan terus juga mereka kayak kurang tempat buat mengungkapkan perasaan mereka jadi daripada ditumpuk terus nanti malah jadi depresi” (P2)

”menurut saya itu sangat penting, karena *self-harm* itu kan perilaku menyakiti diri sendiri kan. Kalo masa masa sekolah menyakiti diri sendiri itu sangat sangat tidak baik karena nanti anak tersebut menjurus menyakiti orang lain juga” (P3)

”penting sih, soalnya tahap remaja itu kadang kaya masih labil jadi perlu informasi lebih lanjut” (P4)

”masa remaja kan masa masa yang berat kayanya penting sih harus tau, karena ada masa titik terberat dimana kita ingin menyakiti diri sendiri” (P5)

”penting sih, kalo SMA masih labil banget gampang terbawa pertemanan gitu” (P6)

Kata kunci yang berkaitan dengan tidak ada keinginan:

”gak ada kepikiran sih, karena faktor yang melakukan *self-harm* itu kan karena tidak Bahagia” (P1)

”selama ini gak pernah” (P3)

“alhamdulillah tidak” (P4)

“sampai sekarang gak pernah ya, soalnya ngapain menyakiti diri sendiri gitu takut malahan” (P5)

“nggak pernah” (P6)

Kata kunci yang berkaitan dengan sudah pernah melakukan:

“pernah sering” (P2)

Kata kunci yang berkaitan dengan bisa manage diri:

“enggak sih, aku gak panik cemas dll gitu, karena aku udah tahu cara melalui jalanku sendiri” (P1)

“buat aku sendiri nggak, soalnya aku bisa manage diri sendiri” (P6)

Kata kunci yang berkaitan dengan takut:

“takut jelas” (P2)

“ya pasti takut lah, nanti takut berimbas ke kita juga gitu mas” (P3)

“tentunya takut sih, soalnya kan temen sendiri gitu tiba-tiba menyakiti dirinya.. kaya kaget gitu loh” (P5)

Kata kunci yang berkaitan dengan cemas:

“cemas pastinya, kalau sudah kebablasan itu bisa lebih parah lagi” (P4)

Kata kunci yang berkaitan trauma:

“dulu pernah ngliat orang dibacok gitu sih terus pendarahan doang, tapi dari trauma-trauma tersebut aku udah hilang sih cuma ngeliatnya kaget” (P1)

”pernah mass kaya tekanan keluarga sama lingkungan teman” (P2)

”pernah, saya pernah dibohongin kaya bohong tentang pelajaran gitu sih” (P3)

Kata kunci yang berkaitan tidak ada trauma:

”ngga ada mas” (P4)

”ngga ada mas” (P5)

”saat ini ga ada mas” (P6)

Kata kunci yang berkaitan diri sendiri (internal):

“karena faktor yang melakukan *self-harm* itu kan karena tidak bahagia, kurangnya aktivitas, kurangnya interaksi seringnya di kamar” (P1)

“karena banyak beban gitu mungkin butuh partner cerita, karena remaja kan masa berat beratnya” (P5)

Kata kunci yang berkaitan keluarga dan teman:

“Keluarga sama teman. Kalo keluarga antara kakung sama bapak gitu berantem terus, intinya tekanan keluarga sih.. Kalau kadang dijauhin kadang jadi bahan bully juga” (P2)

“pasti yang pertama faktor orang tua, karena orang tua sangat berpengaruh ke mental anak. Terus selain itu bisa karena faktor lingkungan kalo ngga faktor teman” (P3)

“mungkin dari orang tua pengawasan juga, trus dari pertemanan yang membawa hal negatif” (P6)

Kata kunci yang berkaitan lingkungan:

“lebih ke menjaga tontonan dari hp, lebih ke lingkungan karena faktor terpenting” (P4)

Kata kunci yang berkaitan hobi:

”kadang jalan kadang enggak hobinya nulis sama berkebun gitu” (P2)

”ya melakukan hobi saya itu biar lebih tenang, terutama mendengarkan musik” (P4)

Kata kunci yang berkaitan aktivitas:

“kalau aku sih aktivitasnya itu silat, jadi di silat tersebut saya diajarin agar tidak melakukan *self-harm* tersebut” (P3)

”ya melakukan aktivitas saya aja sih” (P5)

Kata kunci yang berkaitan meditasi:

”paling itu, diem atau nyari orang terdekat buat menghilangkan rasa cemas gitu”(P1)

“yang pertama tenangin diri dulu karena kalo di posisi tersebut pasti pikirannya ke hal negatif daripada positif” (P6)

DOKUMENTASI PENGAMBILAN DATA
WAWANCARA MENDALAM (*IN-DEPTH INTERVIEW*)



Lampiran 9. Lembar Bimbingan

LEMBAR BIMBINGAN



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Enggal Agus Prayoga

NIM : A12021002

Pembimbing : Ike Mardiaty Agustin., S.Kep., M. Kep., Sp. Kep. J

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
22 April 2024	Fenomena	
14 Mei 2024	BAB 1 dan BAB 2	
20 Mei 2024	Revisi BAB 1 dan BAB 2	
25 Mei 2024	- Perbaiki BAB 3 - RTL: Pedoman wawancara disiapkan	
4 Juni 2024	ACC isi proposal	
6 Juni 2024	Perbaiki hasil proposal	
9 Agustus 2024	Uji wawancara	
27 Agustus 2024	Konsul verbatim	
22 September 2024	Perbaiki BAB Hasil	
15 November 2024	Pengolahan data menjadi kategori-kata kunci	
18 November 2024	Pengolahan data kualitatif	
22 November 2024	Perbaikan pengolahan data ke BAB 4	
9 Desember 2024	- Rapihkan BAB Hasil - RTL: BAB 5, abstrak	
13 Desember 2024	- Perbaikan BAB 3, penambahan di bagian pelaksanaan	

Dipindai dengan CamScanner

	- Daftar tabel, gambar dilengkapi	
16 Desember 2024	Lanjut turnitin	
19 Desember 2024	ACC sidang seminar hasil	

Mengetahui,

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana



(Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.KMB., Ph.D)

