

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada saat ini media berita cukup banyak memberitakan mengenai perilaku menyakiti diri secara sengaja untuk menyakiti diri sendiri tanpa ada keinginan untuk mengakhiri diri. Salah satu berita cukup mengejutkan datang dari laman kompas dimana diberitakan bahwa sebanyak 52 pelajar perempuan di Sekolah Menengah Pertama melakukan aksi menyakiti diri dengan melukai tangan menggunakan silet. Berdasarkan penelusuran kepolisian diketahui bahwa aksi tersebut dilatarbelakangi oleh keinginan untuk mengikuti tren kekinian, pengaruh sosial media ataupun keinginan untuk mendapatkan perhatian.¹

Fenomena menyakiti diri sendiri atau yang dikenal sebagai *self injury* telah dicatat dalam penelitian Annekatrin, dkk dimana sebanyak 52% remaja laki-laki diseluruh dunia melakukan *self injury* yang setidaknya sebanyak 27% dari mereka telah melakukan hal tersebut sebanyak satu kali. Adapun pada remaja perempuan banyak ditemukan pada usia 15 tahun dimana sebanyak 16% dari mereka melakukan *self injury*.² Data tersebut kemudian juga pernah diungkapkan dalam media besar yaitu, CNN, dimana Melissa C. Mercado seorang peneliti dari Amerika Serikat menemukan bahwa perilaku menyakiti diri meningkat dari 2016

¹Riska Farasonalia, *Aksi 52 Siswi SMP Di Bengkulu Lukai Tangan Pakai Silet, Diduga Buat Konten Hingga Diberi Pendampingan Artikel Ini Telah Tayang Di Kompas.Com Dengan Judul "Aksi 52 Siswi SMP Di Bengkulu Lukai Tangan Pakai Silet, Diduga Buat Konten Hingga Diberi Pendampingan,* November 3, 2023, <https://regional.kompas.com/read/2023/03/11/152139278/aksi-52-siswi-smp-di-bengkulu-lukai-tangan-pakai-silet-diduga-buat-konten>.

²Annekatriin Steinhoff et al., "Self Injury from Early Adolescence to Early Adulthood: Age-Related Course, Recurrence, and Services Use in Males and Females from the Community," *European Child & Adolescent Psychiatry* 30, no. 6 (June 2021): 937.

per 100.000 menjadi 303.7 dari tahun 2001 hingga 2015, dengan rincian bahwa perilaku tersebut terjadi pada perempuan berusia 10 hingga 24 tahun dengan peningkatan sebanyak 8.4% setiap tahunnya berbeda dengan kasus laki-laki yang cenderung stabil.³ Penelitian tersebut kemudian diperkuat Fadhila dan Muhammad Syafiq, diketahui bahwa perempuan lebih mempunyai kemungkinan untuk menyakiti diri sendiri dibandingkan laki-laki. Perilaku tersebut dilakukan dengan menyayat beberapa bagian tubuh seperti lengan tangan, kaki, dan beberapa bagian lain. Sedangkan pada laki-laki perilaku ini ditunjukkan dengan aksi memukul maupun membenturkan diri.⁴

Dalam penelitian Aldiah dan Diana, diketahui tiga orang perempuan dewasa awal dengan usia 21-22 tahun dari hasil penelitian tersebut kemudian diketahui bahwa *self injury* dilakukan dalam bentuk memukul diri sendiri, menjambak rambut dan menyayat tangan. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan *self injury* adalah kurangnya kedekatan dengan keluarga ataupun trauma dimasa lalu.⁵ Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Arthur, dkk dimana tercatat terjadi peningkatan *self injury* sebanyak 10% di seluruh dunia pada tahun 2020-2021.⁶

³Susan Scutti, <https://edition.cnn.com/2017/11/21/health/self-inflicted-injury-cdc-study/index.html>, *Self-Inflicted Injuries Surge among Tween and Early Teen Girls*, November 21, 2017.

⁴Fadhila and Muhammad Syafiq, "Pengalaman Psikologis *Self injury* Pada Perempuan Dewasa Awal," *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 7, no. 3 (n.d.): 168.

⁵Aldiah Rosa Hayuningtiyas Putri And Diana Rahmasari, "Disregulasi Emosi Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Melakukan *Self injury* ," *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 8, No. 6 (2021): 14–15.

⁶Arthur J. Lurigio, Danielle Nesi, and Stacey M. Meyers, "Nonsuicidal Self Injury among Young Adults and Adolescents: Historical, Cultural, and Clinical Understandings," *Social Work In Mental Health* (2023).

Perilaku menyakiti diri sendiri tersebut dalam DSM-V dikategorikan sebagai *self-injury* atau kegiatan menyakiti diri sendiri tanpa ada tendensi untuk mengakhiri diri atau yang lebih sering disebut dengan NSSI (*Nonsuicidal Self injury*). Pelaku dari NSSI ini biasanya melakukan tanpa ada keinginan untuk mengakhiri diri, bentuk perilaku dari NSSI sendiri cukup beragam seperti memukul diri sendiri, mencabut beberapa helai rambut, menggaruk diri secara berlebih hingga beberapa perilaku ekstrim seperti menyayat, membakar, hingga mematahkan tulang.⁷

Penentuan kriteria diagnosa NSSI dalam DSM V mengacu pada; a) individu dengan sengaja melakukan perbuatan menyakiti diri tanpa diiringi intensi mengakhiri diri, b) memunculkan rasa *relief* atau lega, c) terjadi setelah adanya pemicu tindakan seperti munculnya perasaan negative (depresi, cemas, amarah), adanya periode *preokupasi* atas perilaku menyakiti diri yang sulit dikendalikan, dan terdapat dorongan atau *impuls* untuk melukai diri, d) perilaku ini bukan bagian dari budaya dan tidak diterima secara sosial, e) memberikan dampak hambatan nyata seperti kehidupan sosial, akademik, atau pekerjaan, f) perilaku tidak terjadi secara eksklusif selama episode psikosis, *delirium*, putus zat, serta tidak dapat dijelaskan dengan lebih baik oleh gangguan media atau psikiatri lainnya.⁸

⁷Olphi Disya Arinda and Winarini Wilman Dahlan Mansoer, "NSSI (Nonsuicidal Self-Injury) pada Dewasa Muda di Jakarta: Studi fenomenologi interpretatif," *Jurnal Psikologi Ulayat* 8, no. 1 (November 2020): 124, <https://doi.org/10.24854/jpu150>.

⁸Maria Zetterqvist, "The DSM-5 Diagnosis of Nonsuicidal Self-Injury Disorder: A Review of the Empirical Literature," *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* 9, no. 1 (December 2015): 3–6, <https://doi.org/10.1186/s13034-015-0062-7>.

WHO atau *World Health Organization* mengemukakan angka kematian tertinggi ketiga disebabkan oleh NSSI, selain itu di bagian Eropa dan Asia Tenggara kematian tertinggi kedua disebabkan oleh NSSI yang dimana sebagian besar diantaranya terjadi pada remaja dan dewasa awal. Oleh karena itulah WHO kemudian menjadikan “*Self injury Awareness Day (SIAD)*”, sebagai sebuah peringatan internasional yang diakui di seluruh dunia dengan tujuan meningkatkan kesadaran terhadap NSSI.⁹

Dalam penelitian Farida, dkk melalui pemaparannya diketahui sejumlah 14,84 anak sekolah dasar telah melakukan NSSI. Kemudian tahun 2011 menyatakan ada 42% remaja melakukan NSSI. Selanjutnya di tahun 2014 ditemukan angka prevalensi NSSI, yaitu 17,2% pada remaja, 13,4% pada dewasa muda, dan 5,5% pada dewasa. Bentuk Tindakan yang paling sering dilakukan ialah pemotongan kulit (70%-90%), pengikisan atau ukiran, benturan, memar, pukulan (21-44%), serta membakar (15-35%). Dibeberapa negara juga tercatat prevalensi NSSI seumur hidup di Australia antara 10% dan 32%. Angka yang hampir sama terjadi pula pada remaja di Spanyol sekitar 32,2% dan telah melakukan perilaku NSSI yang parah.¹⁰

Prevalensi perilaku *self injury* pada anak-anak dan remaja tahun 2014 diperoleh antara 1,5-5,6% dan pada dewasa awal di tahun 2015 diperoleh sebanyak 37%. Secara umum pelaku perilaku *self injury* ini berada di usia remaja dan dewasa awal dengan tingkat prevalensi 36,9-50%. 20% dari populasi di

⁹Miftahul Adila and Ihsana Sabriani Borualogo, “Pengaruh Cognitive Behavior Therapy Terhadap Peningkatan Regulasi Emosi Pada Individu Pelaku NSSI (Non-Suicidal *Self Injury*),” *SCHEMA (Journal of Psychological Research)* 5, no. 2 (2019): 98.

¹⁰Farida Hidayati, Mohammad Fanani, and Sri Mulyani, “Prevalensi Dan Fungsi Melukai Diri Sendiri Pada Mahasiswa,” *Seminar Nasional Psikologi UM* 1, no. 1 (September 2021): 1.

Australia berusia 18-24 tahun mengaku pernah melukai dirinya sendiri paling tidak sekali dalam hidup mereka. Berdasarkan data yang dilansir oleh BBC Inggris di tahun 2010, menunjukkan bahwa dalam 5 tahun terakhir jumlah orang muda di Inggris yang masuk ke rumah sakit setelah melakukan *self injury* mengalami kenaikan lebih dari 50%.¹¹ Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa NSSI dapat menyerang siapa saja, dalam beberapa penelitian diketahui bahwa remaja dan dewasa awal berpotensi untuk melakukan NSSI.

Dewasa awal atau yang juga dikenal dengan *emerging adulthood* sendiri merupakan masa transisi dari masa remaja menuju masa dewasa, yang mana terdapat beberapa perubahan seperti misalnya munculnya kemandirian, keinginan untuk menentukan pilihan atas diri sendiri dan mempunyai rencana masa depan yang lebih realistis. Transisi dari masa dewasa awal terjadi di rentang usia antara 18 tahun hingga 25 tahun, pada masa ini individu mulai melakukan pencarian, proses memantapkan diri, dan meningkatkan produktivitas guna mencapai keinginan-keinginan. Namun pada masa ini juga di iringi dengan beberapa permasalahan yang dapat muncul, seperti periode ketergantungan yang berlanjut, penarikan diri dari lingkungan sosial, maupun penyesuaian diri yang terhambat.¹²

Umumnya dewasa awal yang mampu memenuhi tugas-tugas perkembangan pada masa remaja dan pada masa dewasa awal akan membuat individu menjadi pribadi yang lebih baik sehingga tidak lagi mempunyai

¹¹Rina Suprayanti Rina, Fathra Annis Nauli, and Ganis Indriati, "Gambaran Perilaku *Self injury* dan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa," *Health Care: Jurnal Kesehatan* 10, no. 2 (December 31, 2021): 305–12, <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i2.133>.

¹²Alifia Fernanda Putri, "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya," *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 3, no. 2 (2019): 35–38.

ketergantungan, sehat secara ekonomi, sosial maupun psikologis. Pada teori Erikson masa yang ditempuh oleh dewasa awal terjadi di rentang usia 20 tahun sampai 40 tahun, dalam rentang waktu tersebut individu harus menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang telah disebutkan sebelumnya.¹³

Dalam prosesnya pada dewasa awal disetiap tugas perkembangannya hanya terdapat dua hal, iya atau tidak. Yang dimaksudkan disini adalah tugas tersebut terpenuhi atau tidak seperti misalnya kemandirian versus tidak mandiri, ketika seseorang gagal dalam mencapai kemandirian maka akan berdampak pada tugas berikutnya karena pada hal ini seseorang masih bergantung di suatu hal yang dalam hal ini adalah keluarga. Sedangkan pada dewasa awal individu yang berhasil mencapai kemandirian akan lebih mudah untuk melakukan tugas berikutnya yaitu mencapai pendidikan dan karir yang kemudian juga membuka peluang untuk memperoleh pasangan sehingga individu mampu mempunyai hubungan sosial.¹⁴

Berdasarkan uraian tersebut peneliti melakukan studi pendahuluan berupa wawancara di kota Sampit. Kota tersebut dipilih berdasarkan pengamatan peneliti dimana peneliti menemukan beberapa orang kenalan peneliti maupun orang lain yang melakukan NSSI, dibuktikan dengan adanya bekas sayatan. Dari hasil pengamatan dan wawancara peneliti kepada beberapa teman diketahui bahwa pelaku NSSI mempunyai permasalahan keluarga, percintaan hingga trauma sehingga mereka melakukan hal tersebut guna melegakan diri.

¹³Putri, 36.

¹⁴Miftahul Jannah Nurhazlina Mohd. Ariffin Siti Rozaina Kamsani, "Perkembangan Usia Dewasa: Tugas dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai," *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak* 7, no. 2 (July 30, 2021): 129, <https://doi.org/10.22373/bunayya.v7i2.10430>, 129.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan dengan RF diketahui bahwa penyebab subjek melakukan perilaku NSSI mengalami permasalahan dengan mantan pacar dan dikarenakan Ibunya yang telah meninggal. Subjek menerangkan bahwa dirinya menyesal semasa Ibunya masih hidup dirinya lebih memilih menghabiskan waktu dengan mantan pacarnya dibandingnya dengan Ibunya yang tengah sakit, hal ini dikarenakan Ibu subjek sendiri tidak menyetujui hubungan antar keduanya yang kemudian ia memilih untuk meninggalkan Ibunya pada saat itu. Penyesalan tersebut kemudian semakin menjadi-jadi saat ia memutuskan hubungan dengan mantan pacarnya, ketika dirinya mengetahui bahwa hubungan yang dirinya jalani selama ini tidaklah sehat dan semakin membuat dirinya menyesal karena tidak mengikuti perkataan Ibunya.

Perilaku perilaku NSSI yang dilakukan subjek RF didasari pada penyesalan yang ia alami sehingga ia kemudian memutuskan untuk melakukan perilaku tersebut sebanyak dua kali yang ia rasa bahwa dirinya merasa lega setelah melakukan hal tersebut. Adapun bentuk NSSI yang dilakukan subjek ialah dengan menyayat pergelangan tangan menggunakan pecahan kaca.¹⁵

Hal tersebut kemudian diperkuat dengan hasil observasi peneliti dimana ditemukan subjek sering mengunggah *story Instagram* dan *WhatsApp* yang berkaitan dengan kepergian ibunya dan beberapa unggahan yang menunjukkan bahwa subjek sedang menangis. Saat melakukan wawancara, subjek terlihat menahan tangis ketika menceritakan dirinya dan peneliti sempat melihat bekas

¹⁵Rf, Wawancara Pribadi, Sampit, Mei, 2022

sayatan dipergelangan tangan kiri subjek yang ditunjukkan sekitar 1 hingga 2 bekas sayatan tebal dan beberapa sayatan tipis yang menyisakan jejak.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti kemudian tertarik untuk mengetahui bagaimana kontrol diri dari dewasa awal yang melakukan NSSI atau *Nonsuicidal Self injury* yang kemudian membuat peneliti memutuskan untuk menggunakan judul “***Gambaran Perilaku NSSI (Non-Suicidal Self Injury) Pada Perempuan Dewasa Awal Di Kota Sampit***” sebagai judul penelitian.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti merumuskan masalah, yaitu:

1. Apa faktor penyebab perempuan dewasa awal melakukan NSSI (*non-suicidal self injury*)?
2. Bagaimana gambaran perilaku NSSI (*non-suicidal self injury*) pada perempuan dewasa awal di kota Sampit?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui faktor penyebab perempuan dewasa awal melakukan NSSI (*non-suicidal self injury*)
2. Mengetahui gambaran perilaku NSSI (*non-suicidal self injury*) pada perempuan dewasa awal di kota Sampit

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas dan menambah wawasan serta pengetahuan dalam bidang psikologi, dapat memberikan sumbangan keilmuan yang berkaitan dengan gambaran perilaku individu yang melakukan NSSI (*Non-suicidal Self injury*), dapat memberikan kajian pemikiran mengenai gambaran perilaku pada individu yang melakukan NSSI, serta dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Diharapkannya penelitian ini dapat memberikan *awareness* pada masyarakat mengenai perilaku seseorang yang melakukan NSSI (*Non-Suicidal Self injury*). Selain itu juga dapat memberikan masukan dan saran bagi mereka yang telah atau sedang melakukan perilaku NSSI (*Non-Suicidal Self injury*) agar bisa mengurangi dan menghentikan perilaku tersebut.

E. Definisi Operasional

1. NSSI (*Nonsuicidal Self injury*)

Self injury menurut Klonsky dan Muehlenkamp ialah perilaku melukai diri sendiri yang dilakukan dengan sengaja seperti pemotongan, goresan parah, pembakaran, benturan atau pukulan tanpa adanya niat bunuh diri, akan tetapi hanya untuk meredakan emosi negatif. DSM-V mendefinisikan perilaku NSSI (*non-suicidal self injury*) atau *self injury* adalah perusakan jaringan tubuh yang disengaja dan dirusak dengan sendirinya tanpa niat bunuh diri untuk tujuan yang

tidak disetujui atau diterima secara sosial, seperti memotong, membakar, menggigit, dan menggaruk kulit.¹⁶

NSSI (*non-suicidal self injury*) yang penulis maksud mengacu sesuai dengan karakteristik pada DSM V dan berfokus pada subjek penelitian yang secara sadar melakukan NSSI tanpa ada kecenderungan untuk bunuh diri. Dalam penelitian ini gambaran perilaku NSSI (*non-suicidal self injury*) difokuskan oleh peneliti berfokus pada perilaku perempuan dewasa awal dalam melakukan tindakan menyakiti serta faktor-faktor terkait yang melatarbelakangi adanya keputusan untuk melakukan perilaku tersebut.

F. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Olphi Disya Arinda dan Winarini Wilman D. Mansoer yang berjudul “NSSI (*Nonsuicidal Self injury*) Pada Dewasa Muda di Jakarta: Studi Fenomenologi Interpretatif.”¹⁷ Hasil penelitian yang dilakukan kepada empat orang subjek menunjukkan keempat subjek merasa bahwa NSSI dapat memberikan kenyamanan dan perasaan lega dari tekanan emosional. Meski keempat subjek telah mencari bantuan profesional kesehatan mental, akan tetapi mereka tetap melakukan NSSI hingga setidaknya dalam satu bulan terakhir saat diwawancarai. Disamping itu, keempat subjek memilih untuk tidak menceritakan perilaku NSSI kepada keluarga maupun orang terdekat subjek lainnya. Dalam

¹⁶Dilip V. Jeste et al., *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Fifth Edition (DSM-V)* (American Psychiatric Association, 2013).

¹⁷Olphi Disya Arinda dan Winarini Wilman Dahlan Mansoer, “Nssi (*Nonsuicidal Self-Injury*) Pada Dewasa Muda Di Jakarta: Studi Fenomenologi Interpretatif,” *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal Of Indigenous Psychology* 8, No. 1 (May 30, 2021): 123–47, <https://doi.org/10.24854/jpu150>.

melakukan NSSI subjek mengaku tidak ada rencana khusus, perilaku tersebut terjadi secara tidak sengaja dan tidak dengan kesadaran penuh. Selain itu, subjek juga mengakui adanya pikiran untuk mengakhiri hidup, tetapi tidak serta merta melakukan upaya bunuh diri. Persamaan yang terdapat pada penelitian ini terletak pada tema dan subjek yang dipilih yaitu NSSI dan dewasa awal. sedangkan perbedaannya terletak pada jenis penelitian yang digunakan yakni peneliti menggunakan penelitian jenis studi kasus.

2. Penelitian yang berjudul “Kesehian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis” oleh Khaulah Karimah tahun 2021.¹⁸ Jenis penelitian ini ialah penelitian kualitatif fenomenologi dengan subjek penelitian sebanyak empat orang yang merasakan kesehian terkait dengan kondisi keluarganya yang tidak harmonis. Diperoleh hasil penelitian bahwa adanya kesamaan bentuk perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh keempat subjek, yaitu menggores tangannya menggunakan peniti. Adapun faktor yang mempengaruhi subjek melakukan perilaku menyakiti diri sendiri yang paling dominan ialah berada dalam keluarga yang kacau, kurang kasih sayang, kurang perhatian, pernah mengalami kekerasan dalam keluarga, serta kurangnya komunikasi yang baik dalam keluarga. Persamaan yang terdapat pada penelitian ini terletak pada metode dan tema yang digunakan yaitu *self injury* atau perilaku menyakiti diri sendiri dan menggunakan

¹⁸Khaulah Karimah, “Kesehian Dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Pada Remaja Dari Keluarga Tidak Harmonis,” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 9, No. 2 (2021): 367–80.

metode kualitatif, kemudian subjek yang digunakan juga mempunyai perbedaan yaitu remaja dengan dewasa awal.

3. Gredyana Estefan dan Yeni Duriana Wijaya tahun 2014 yang berjudul “Gambaran Proses Regulasi Emosi pada Pelaku *Self injury* ”.¹⁹ Hasil penelitian yang dilakukan kepada satu orang subjek dan tiga orang informan tersebut, diperoleh bahwa subjek telah melakukan penghayatan yang unik terhadap sebuah permasalahan dalam hidupnya. Subjek menghayati masalah sebagai suatu hal yang sangat menyakitkan. Perilaku melukai diri sendiri yang dilakukan oleh subjek ialah sebagai pereda rasa sakit hati yang dirasakannya. Penyebab subjek melakukan *self injury* karena adanya konflik dengan lawan jenis. Selain itu, pola asuh yang *permissive* juga diduga berpengaruh menimbulkan perilaku *self injury* . Persamaan pada penelitian ini terletak pada tema yang digunakan yaitu tema NSSI yang juga merupakan tindakan menyakiti diri sendiri.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Aldiah Rosa Hayuningtiyas Putri dan Diana Rahmasari tahun 2021 dengan judul “Disregulasi Emosi pada Perempuan Dewasa Awal yang Melakukan *Self injury* ”.²⁰ Penelitian tersebut berjenis kualitatif dengan pendekatan studi kasus dan jumlah subjek dalam penelitian tersebut sebanyak 3 orang perempuan dewasa awal yang berusia 21-22 tahun. Diperoleh hasil penelitian penyebab ketiga partisipan melakukan *self injury* , yaitu tidak dapat menerima diri sendiri,

¹⁹Gredyana Estefan And Yeni Duriana Wijaya, “Gambaran Proses Regulasi Emosi Pada Pelaku *Self injury*,” *Jurnal Psikologi Esa Unggul* 12, No. 01 (2014): 126410.

²⁰Aldiah Rosa Hayuningtiyas Putri And Diana Rahmasari, “Disregulasi Emosi Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Melakukan *Self injury*,” *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2021.

untuk melampiaskan emosinya, adanya tuntutan dari keluarga, dan akibat pelecehan seksual. Bentuk *self injury* yang dilakukan oleh ketiga subjek ialah memukul diri sendiri, menggesekkan kakinya, menyayat tangan, dan menjambak rambut. Ketiga subjek merasa puas dan damai setelah melakukan *self injury*. Selain itu, ketiga subjek juga memiliki kesamaan seperti kurang mampu memahami emosi dan perasaannya, kesulitan menerima peristiwa yang mengakibatkan munculnya emosi negatif, merasa lemah, merasa kesal dengan diri sendiri, merespon emosi negatif dengan melakukan cara yang maladaptif yakni *self injury*, serta sulit berkonsentrasi. Adapun faktor yang mempengaruhi disregulasi emosi pada ketiga subjek adalah kurangnya kelekatan dengan keluarga sehingga membuat ketiga subjek tertutup, sedangkan pada dua subjek karena pelecehan yang pernah dialami. Pesamaan pada penelitian ini terletak pada subjek yang digunakan yaitu dewasa awal, sedangkan perbedaannya terletak pada pemilihan kata untuk tema yang digunakan yaitu NSSI.

5. Nadia Rachma Putri dan Eko Nusantara tahun 2020 yang berjudul “Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku *Self injury* Pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020”.²¹ Penelitian yang dilakukan kepada 187 siswa tersebut menunjukkan bahwa harga diri berpengaruh terhadap kecenderungan perilaku *self injury*. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi hubungan antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self injury* ialah hasilnya

²¹Nadia Rachma Putri dan Eko Nusantara, “Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku *Self injury* Pada Siswa Smp Negeri Di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020,” *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling* 6, No. 2 (2020): 139–51.

nilai r hitung (0,417) < r tabel (0,113) dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,05. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembang. Persamaan pada penelitian ini terletak pada tema yang digunakan yaitu tema NSSI yang digunakan.

Berdasarkan uraian penelitian terdahulu tersebut dapat disimpulkan, penelitian yang mengangkat tema dengan kata kunci NSSI sangat sedikit ditemukan dan lebih banyak menggunakan kata *Self injury*, meskipun masih satu lingkup yaitu pada lingkup kata kunci "*perilaku menyakiti diri sendiri*". Selanjutnya sejauh ini peneliti tidak menemukan satupun penelitian yang mengangkat tema kontrol diri dengan NSSI sehingga penelitian dan hal tersebut yang membuat penelitian ini menjadi berbeda. Selain itu perbedaan pada penelitian ini terletak pada metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif, serta perbedaan mendasar yaitu lokasi, subjek penelitian dan *guide interview* yang akan digunakan.

G. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan penulisan, peneliti kemudian menggunakan sistem penulisan yang dibagi menjadi 5 macam bagian sesuai buku panduan yakni: Bab pertama memuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, penelitian terdahulu, definisi operasional, dan sistematika penelitian. Bab Kedua yang berisikan landasan teori, yang terdiri dari tinjauan-tinjauan

teoritis dari permasalahan yang akan diteliti yaitu; Perilaku NSSI, Dewasa Awal dan Kerangka berpikir. Bab Ketiga merupakan metode penelitian yang memuat jenis penelitian, lokasi penelitian, subjek penelitian, jenis dan sumber data penelitian, metode pengumpulan data. Bab Keempat merupakan hasil penelitian yang diperoleh di lapangan dan kemudian dilakukan analisis data. Bab kelima merupakan bagian akhir yang memuat kesimpulan penelitian dan saran bagi peneliti berikutnya.