

Perilaku *Self-Harm* pada Siswa Madrasah: Tinjauan Psikologis dan Implikasi Bimbingan dan Konseling

Eka Liyana^{1*}, Nurul Laily²

¹Universitas Islam Negeri Madura

² Universitas Islam Negeri Madura

*Corresponding author email: ekaliyana2712@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received

Revised

Accepted

Keywords:

Self-harm

Siswa

Madrasah

Psikologis

Bimbingan dan Konseling

ABSTRACT

Self-harm didefinisikan sebagai tindakan melukai diri sendiri secara sengaja tanpa disertai niat untuk bunuh diri, yang umumnya dilakukan sebagai bentuk pelampiasan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji faktor penyebab, bentuk, dan dampak perilaku *self-harm* pada siswa di MTs Negeri 1 Pamekasan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Data dikumpulkan melalui observasi non-partisipatif, wawancara semi-terstruktur dan dokumentasi. Informan penelitian terdiri dari tiga siswa yang terindikasi melakukan *self-harm* sebagai informan utama, serta seorang guru Bimbingan dan Konseling (BK) sebagai informan pendukung. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dengan validitas data diuji melalui teknik perpanjangan pengamatan, ketekunan pengamatan, dan triangulasi sumber serta teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-harm* pada siswa disebabkan oleh pengaruh tren media sosial (terutama aplikasi TikTok), pengaruh teman sebaya, konflik dalam keluarga, permasalahan percintaan, serta keingintahuan terhadap pengalaman baru. Bentuk *self-harm* yang paling umum dilakukan adalah menyayat atau menggores bagian tubuh dengan benda tajam (*superficial self-mutilation*). Ciri-ciri siswa yang melakukan *self-harm* antara lain kepribadian *introvert*, penampilan tertutup untuk menyembunyikan luka, kesulitan berkomunikasi, penarikan diri dari lingkungan sosial, dan adanya bekas luka fisik. Dampak dari perilaku ini mencakup kepuasan emosional sementara, penurunan rasa percaya diri, kecenderungan menghindari interaksi sosial, serta gangguan konsentrasi dalam proses belajar. Upaya yang dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling meliputi pemberian layanan konseling individual, bimbingan klasikal, serta kolaborasi dengan guru Pendidikan Agama Islam dan tim tata tertib untuk melakukan pengawasan dan tindak lanjut.

Copyright ©Journal of Counseling & Psychotherapy Research (JCPR) is licensed under CC BY-NC 4.0

Pendahuluan

Manusia merupakan makhluk sosial yang secara kodrati membutuhkan interaksi, komunikasi, dan kolaborasi dengan sesama untuk memenuhi kebutuhan hidup dan berkembang secara optimal.

Keterlibatan dalam hubungan sosial memberikan dukungan emosional, memperluas jejaring sosial, dan memperkaya pengalaman hidup. Namun, interaksi sosial ini tidak selalu berdampak positif; emosi yang muncul dalam relasi sosial, baik positif maupun negatif, dapat memengaruhi kondisi fisik dan psikologis individu.

Salah satu tahap perkembangan manusia yang paling kompleks secara emosional adalah masa remaja. Masa ini merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Remaja dihadapkan pada tuntutan untuk menemukan identitas diri, memahami nilai-nilai kehidupan, serta menyesuaikan diri dengan norma dan ekspektasi sosial. Proses ini kerap menimbulkan konflik internal maupun eksternal, yang apabila tidak dikelola dengan baik dapat berujung pada perilaku maladaptif.

Salah satu bentuk perilaku maladaptif yang kian marak terjadi di kalangan remaja adalah *self-harm* atau tindakan melukai diri sendiri tanpa niat untuk mengakhiri hidup. *Self-harm* merupakan bentuk mekanisme *coping* yang destruktif, yang sering kali muncul sebagai respons terhadap tekanan emosional, perasaan putus asa, atau ketidakmampuan mengelola emosi. Berdasarkan literatur, tindakan ini dikategorikan sebagai *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI), yaitu tindakan yang disengaja merusak jaringan tubuh tanpa intensi bunuh diri, dengan tujuan untuk meredakan penderitaan psikologis (Putri & Nusantara, 2020; Hasna et al., 2023).

Fenomena ini tidak lagi bersifat individual, melainkan telah menjadi isu sosial yang mendapat sorotan luas. Data terbaru menunjukkan lonjakan kasus *self-harm* di kalangan pelajar di beberapa wilayah Indonesia. Di Kabupaten Karangasem, Bali, tercatat 49 siswa melakukan tindakan menyakiti diri pada Maret 2023, sebagian besar dipengaruhi oleh tren di media sosial (Ulya & Rastika, 2023). Di Magetan, Jawa Timur, kasus serupa melibatkan 870 siswa, dengan modus umum berupa sayatan di lengan menggunakan benda tajam. Perilaku ini didorong oleh pengaruh teman sebaya dan eksposur terhadap konten digital yang tidak sehat (Adhitama & Jalil, 2023).

Kasus serupa juga ditemukan di MTs Negeri 1 Pamekasan. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK), terdapat sejumlah siswa yang terindikasi melakukan perilaku *self-harm*. Perilaku ini mayoritas dilakukan oleh siswa perempuan dan termasuk dalam kategori *superficial self-mutilation*, yakni tindakan menyayat atau melukai diri secara ringan namun berulang, sebagai pelarian dari tekanan psikologis.

Fenomena ini menjadi perhatian serius mengingat pelaku *self-harm* umumnya mengalami perasaan rendah diri, malu, dan kesulitan dalam mengungkapkan masalah secara verbal. Mereka cenderung merahasiakan perilaku tersebut karena khawatir akan penolakan sosial atau stigmatisasi. Padahal, perilaku ini memiliki risiko tinggi terhadap kesejahteraan fisik dan psikologis, serta berpotensi berkembang menjadi gangguan yang lebih serius apabila tidak ditangani secara tepat.

Dalam perspektif Islam, *self-harm* merupakan bentuk kezaliman terhadap diri sendiri yang sangat dilarang oleh Allah SWT. Al-Qur'an secara tegas melarang tindakan menyakiti diri, sebagaimana tertuang dalam QS. An-Nisa' ayat 29–30, yang mengingatkan umat agar tidak membunuh atau merugikan diri sendiri, karena jiwa merupakan amanah dari Allah. Perilaku menyakiti diri, dalam bentuk apapun, termasuk dosa besar dan bertentangan dengan ajaran Islam.

Berdasarkan realitas tersebut, peneliti memandang penting untuk melakukan kajian mendalam mengenai perilaku *self-harm* pada siswa madrasah, khususnya di MTs Negeri 1 Pamekasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap faktor penyebab, bentuk-bentuk perilaku *self-harm*, serta dampaknya terhadap kondisi psikologis dan akademik siswa. Hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pihak sekolah, konselor, dan orang tua dalam merancang strategi intervensi yang holistik dan kontekstual untuk menangani perilaku *self-harm* di kalangan remaja.

Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi. Pendekatan ini dipilih karena peneliti ingin memahami secara mendalam fenomena perilaku *self-harm* yang terjadi pada siswa di MTs Negeri 1 Pamekasan. Penelitian kualitatif memungkinkan penggalian makna dari pengalaman subjektif para informan serta pemaparan realitas sosial berdasarkan data empiris yang diperoleh langsung dari lapangan.

Menurut Lexy J. Moleong, penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena yang dialami oleh subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan, dengan cara mendeskripsikannya melalui kata-kata dan bahasa, serta memanfaatkan metode yang bersifat alamiah. Penelitian kualitatif juga menuntut ketelitian, keteraturan berpikir, dan kecermatan dalam menemukan hubungan antar data yang relevan dengan permasalahan penelitian.

Jenis penelitian yang digunakan adalah fenomenologi, yakni suatu pendekatan dalam penelitian kualitatif yang berfokus pada pengalaman langsung individu terhadap suatu fenomena. Penelitian fenomenologi bertujuan memahami makna yang terkandung dalam pengalaman hidup subjek tanpa intervensi, prasangka, atau penilaian dari peneliti. Sulistyawati (2023) menyatakan bahwa pendekatan fenomenologi menitikberatkan pada pemaknaan subjektif atas pengalaman yang dialami oleh individu. Sementara itu, Bado (2022) menegaskan bahwa peneliti dalam pendekatan ini perlu menanggukkan prasangka dan teori agar dapat memahami esensi dari suatu fenomena secara murni.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Ketiga teknik ini digunakan secara terpadu untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai perilaku *self-harm* berdasarkan pengalaman langsung dari para informan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif, dengan tujuan menggambarkan fenomena secara rinci dan bermakna.

Informan dalam penelitian ini terdiri atas dua kategori, yaitu informan utama dan informan pendukung. Informan utama terdiri dari tiga siswa MTs Negeri 1 Pamekasan yang menunjukkan indikasi perilaku *self-harm*. Informan pertama berinisial NS, merupakan siswi kelas IX berusia 15 tahun dan anak pertama dari dua bersaudara. Informan kedua berinisial KS, siswi kelas IX berusia 16 tahun dan anak kedua dari dua bersaudara. Informan ketiga berinisial NA, siswi kelas VII berusia 13 tahun dan anak ketiga dari tiga bersaudara. Ketiga informan ini diperoleh berdasarkan hasil observasi awal dan kesediaan mereka untuk berpartisipasi dalam penelitian. Wawancara terhadap ketiga informan dilaksanakan pada tanggal 27 Agustus 2024 di MTs Negeri 1 Pamekasan.

Sementara itu, informan pendukung dalam penelitian ini adalah seorang guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang bernama Juni Riaswati. Beliau merupakan lulusan strata satu (S1) dengan gelar S.Pd dan menjabat sebagai guru BK di MTs Negeri 1 Pamekasan. Wawancara dengan informan pendukung ini juga dilakukan pada tanggal 27 Agustus 2024, bertempat di ruang BK sekolah. Informan pendukung dipilih karena memiliki pemahaman mendalam mengenai kondisi psikologis siswa, serta keterlibatannya dalam proses pendampingan siswa yang memiliki masalah perilaku.

Hasil

Temuan penelitian ini mengungkap berbagai faktor yang melatarbelakangi munculnya perilaku *self-harm* pada siswa MTs Negeri 1 Pamekasan. Berdasarkan hasil wawancara mendalam yang dilakukan terhadap tiga informan siswa dan seorang guru Bimbingan dan Konseling (BK), diketahui bahwa sebagian besar siswa pertama kali mengenal perilaku menyakiti diri sendiri melalui pengaruh media sosial, khususnya aplikasi TikTok, serta dari teman sebaya yang telah lebih dahulu melakukan perilaku tersebut. Istilah “barcode” yang digunakan untuk merujuk pada luka sayatan di lengan menjadi penanda khas yang mereka pelajari dari media tersebut. Ketertarikan yang diawali

oleh rasa penasaran membuat para siswa ini mencoba melakukan perilaku menyakiti diri sendiri untuk mengetahui sensasi fisik dan emosional yang menyertainya. Temuan ini mengindikasikan bahwa media sosial tidak hanya menjadi medium informasi, tetapi juga dapat memicu perilaku maladaptif ketika tidak disertai dengan literasi digital dan pengawasan yang memadai.

Selain pengaruh media sosial dan teman sebaya, masalah dalam lingkungan keluarga juga muncul sebagai faktor signifikan penyebab perilaku *self-harm*. Seorang informan mengungkapkan bahwa Ia melakukan perilaku tersebut akibat konflik dengan orang tua serta pengalaman putus cinta. Sementara itu, informan lain menunjukkan adanya trauma mendalam akibat kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan oleh ayahnya. Ketika diminta mendeskripsikan sosok ayah, informan menolak berbicara dan memilih menangis, namun Ia mampu menjelaskan secara detail hubungan positifnya dengan ibu, kakek, nenek, dan saudara. Hal ini memperkuat temuan bahwa relasi yang tidak harmonis dalam keluarga, khususnya dengan figur otoritas seperti ayah, dapat menjadi pemicu utama perilaku menyakiti diri.

Informan juga menyatakan bahwa tindakan menyakiti diri dilakukan secara sadar dan atas keinginan sendiri. Mereka tidak bertujuan untuk mengakhiri hidup, tetapi lebih sebagai bentuk pelarian dari tekanan emosional dan upaya untuk mendapatkan ketenangan sementara. Namun, salah satu informan sempat menyatakan adanya keinginan untuk bunuh diri akibat perasaan lelah menghadapi konflik yang berulang. Peneliti menemukan bahwa secara umum, para siswa ini membutuhkan ruang aman untuk menyalurkan emosi serta sosok pendukung yang dapat memberikan rasa empati dan pemahaman, baik dari lingkungan keluarga maupun sekolah.

Dari sisi bentuk perilaku, *self-harm* dilakukan dengan metode menyayat atau menggores bagian tubuh, terutama lengan kiri, menggunakan benda tajam seperti silet, serpihan kaca, atau jarum pentul. Tindakan ini umumnya dilakukan di dalam kamar, terutama pada malam hari menjelang tidur. Informan menyebutkan bahwa intensitas perilaku tersebut meningkat ketika mereka mengalami tekanan emosional yang tinggi. Hasil observasi menunjukkan adanya bekas luka sayatan membentuk pola garis-garis pada lengan siswa yang tidak mudah disembunyikan, meskipun mereka berusaha menutupi luka dengan pakaian tertutup. Temuan ini dikuatkan oleh informasi dari guru BK yang mengidentifikasi ciri-ciri siswa dengan perilaku *self-harm*, seperti pendiam, berpakaian tertutup, serta memberi alasan tidak logis ketika ditanya tentang luka pada tubuh mereka.

Dampak psikologis dari perilaku *self-harm* tampak jelas dalam pengalaman emosional siswa sebelum dan sesudah melakukan tindakan tersebut. Para informan menggambarkan perasaan yang penuh tekanan, kecemasan, dan keputusasaan sebelum menyakiti diri. Namun, sesaat setelah melukai diri, mereka merasa tenang, lega, bahkan seolah-olah tidak memiliki masalah. Fenomena ini mencerminkan adanya semacam katarsis emosional yang mereka peroleh melalui rasa sakit fisik. Sayangnya, kelegaan tersebut bersifat sementara dan tidak menyelesaikan masalah mendasar yang mereka alami.

Lebih lanjut, dampak sosial dari perilaku ini juga mencolok. Ketiga informan menyatakan bahwa mereka merasa malu, minder, dan enggan berinteraksi dengan teman sebaya. Mereka menjadi lebih pendiam dan menyendiri, serta merasa takut terhadap penilaian sosial dari orang lain. Hasil observasi di kelas memperlihatkan bahwa siswa yang terindikasi perilaku *self-harm* cenderung duduk sendiri dan tidak aktif dalam interaksi sosial, berbeda dengan siswa lain yang tampak bergaul secara aktif. Guru BK juga mengonfirmasi bahwa siswa dengan kecenderungan *self-harm* mengalami kesulitan dalam membangun komunikasi yang sehat dengan lingkungan sosialnya, serta cenderung menarik diri dan berpikiran negatif terhadap respons orang lain.

Pembahasan

Perilaku *self-harm* atau menyakiti diri sendiri secara sadar tanpa adanya niatan bunuh diri merupakan bentuk pelampiasan emosi yang destruktif dan kian marak di kalangan remaja, termasuk siswa MTs Negeri 1 Pamekasan. Perilaku ini umumnya dilakukan sebagai respons atas tekanan emosional yang tidak tertangani dengan baik, dengan cara melukai tubuh secara fisik sebagai bentuk pelarian dari penderitaan psikologis. Berdasarkan hasil temuan di lapangan, siswa yang terindikasi melakukan *self-harm* menyatakan bahwa tindakan tersebut merupakan pilihan sadar yang dilakukan dengan tujuan memperoleh rasa lega, bukan untuk mengakhiri hidup. Dalam konteks ini, *self-harm* menjadi mekanisme *coping* yang tidak sehat, digunakan ketika siswa menghadapi tekanan, konflik emosional, atau ketidakmampuan dalam mengekspresikan perasaan secara adaptif.

Salah satu faktor dominan yang mempengaruhi munculnya perilaku *self-harm* adalah eksposur terhadap konten negatif di media sosial, khususnya aplikasi TikTok. Aplikasi ini menyajikan beragam konten dalam durasi singkat yang bersifat interaktif, tetapi tidak jarang disalahgunakan untuk menampilkan tindakan-tindakan menyakiti diri. Tren ini, sebagaimana dijelaskan oleh Arendt et al. dalam kajian Agustin dan Nurfadilah (2024), berpotensi mendorong peniruan perilaku bagi remaja yang berada dalam kondisi psikologis rentan. Fenomena ini juga selaras dengan teori kognitif sosial Bandura yang menekankan bahwa individu cenderung mengimitasi perilaku model yang mereka amati, terutama ketika model tersebut memperoleh atensi atau penguatan sosial. Di MTs Negeri 1 Pamekasan, siswa mengaku pertama kali mengenal dan meniru perilaku *self-harm* melalui unggahan TikTok dan pergaulan dengan teman sebaya yang lebih dahulu menunjukkan kecenderungan menyakiti diri.

Selain pengaruh media sosial, faktor relasional dalam keluarga turut menjadi pemicu signifikan. Siswa yang hidup dalam keluarga tidak harmonis, mengalami perceraian orang tua, kekerasan dalam rumah tangga, atau merasa diabaikan kerap kali menunjukkan kecenderungan menyakiti diri. Ketidakmampuan orang tua dalam menciptakan lingkungan yang suportif dan ekspektasi yang terlalu tinggi terhadap prestasi anak menambah tekanan psikologis yang dialami siswa. Dalam beberapa kasus, siswa juga mengalami perasaan inferior akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil dibandingkan dengan saudara kandung lainnya, sehingga menimbulkan luka emosional mendalam yang memicu tindakan menyakiti diri. Gratz, sebagaimana dikutip Agustin et.al. (2022), menyatakan bahwa individu yang mengalami kekerasan dalam keluarga memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk melakukan *self-harm* sebagai upaya penyaluran ketidakberdayaan emosional.

Kesepian juga menjadi salah satu latar belakang munculnya perilaku *self-harm*. Berdasarkan konseptualisasi Weiss, kesepian dibedakan menjadi *emotional loneliness* dan *social loneliness*. *Emotional loneliness* yang mencakup *family* dan *romantic loneliness*, serta *social loneliness* yang berakar dari minimnya hubungan sosial yang memuaskan, keduanya ditemukan dalam narasi siswa MTs Negeri 1 Pamekasan. Beberapa siswa mengaku menyakiti diri akibat pengalaman patah hati yang menyakitkan, seperti dikhianati oleh pasangan, yang memicu perasaan hampa, kecewa, dan tidak berharga. Santrock menegaskan bahwa kegagalan dalam hubungan romantis pada masa remaja dapat menciptakan trauma emosional yang mendalam, memicu perilaku maladaptif termasuk *self-harm*.

Bentuk tindakan *self-harm* yang ditemukan di lapangan sebagian besar berupa *superficial self-mutilation*, yakni perilaku menyayat atau menggores bagian tubuh dengan benda tajam seperti silet atau jarum pentul, umumnya di bagian lengan. Meskipun tergolong ringan secara medis, bentuk luka ini tidak boleh diremehkan karena berpotensi menimbulkan ketergantungan psikologis dan dapat meningkat ke arah tindakan yang lebih ekstrem, termasuk percobaan bunuh diri. Peneliti menemukan bahwa beberapa siswa menunjukkan perilaku menyendiri, menyembunyikan luka dengan pakaian lengan panjang, dan memberikan alasan yang tidak logis terkait penyebab luka

tersebut. Mereka juga menunjukkan ciri-ciri kepribadian *introvert*, kesulitan menjalin relasi sosial, serta mengalami perubahan emosi yang drastis.

Dampak dari perilaku *self-harm* tidak hanya terlihat dari sisi fisik, melainkan juga psikologis dan sosial. Beberapa siswa menggambarkan adanya perubahan suasana hati sebelum dan sesudah melukai diri. Sebelum melukai diri, siswa merasa cemas, tertekan, dan tidak nyaman, sementara setelah melukai diri, muncul perasaan lega, tenang, dan seolah-olah tekanan emosional terangkat bersama keluarnya darah. Qonita et.al. (2023) menyebutkan bahwa perilaku ini menimbulkan efek adiktif sehingga pelaku akan terus mengulang tindakan tersebut sebagai satu-satunya mekanisme pelampiasan stres. Ironisnya, tindakan ini hanya memberikan kelegaan sementara tanpa menyentuh akar permasalahan, sehingga menciptakan siklus berulang yang berbahaya.

Fenomena ini mencerminkan dominannya strategi *emotion-focused coping* dalam menyikapi masalah, di mana siswa lebih berfokus pada pengurangan gejala emosional dibandingkan penyelesaian masalah secara konkret. Hal ini sejalan dengan pemikiran Mullis dan Chapman dalam Thesalonika dan Apsari (2021) bahwa *emotion-focused coping* cenderung digunakan ketika individu merasa tidak memiliki kendali atas situasi yang dihadapi. Di sisi lain, dampak sosial dari perilaku *self-harm* juga signifikan. Siswa yang menyakiti diri cenderung menarik diri dari pergaulan, mengalami penurunan kepercayaan diri, dan merasa takut dinilai negatif oleh lingkungan sekitarnya. Hal ini diperkuat oleh pernyataan dr. Wedea Rossi Desvita yang menegaskan bahwa pelaku *self-harm* umumnya merasa malu untuk terbuka dan mengalami hambatan dalam menjalin komunikasi sosial.

Secara keseluruhan, perilaku *self-harm* pada siswa MTs Negeri 1 Pamekasan merupakan hasil interaksi kompleks dari berbagai faktor, baik internal seperti tekanan emosional dan kesepian, maupun eksternal seperti pengaruh media sosial dan lingkungan keluarga. Temuan ini menunjukkan pentingnya intervensi psikososial yang komprehensif, dukungan keluarga yang hangat, serta penguatan keterampilan regulasi emosi dalam mencegah dan menangani perilaku menyakiti diri di kalangan remaja Madrasah.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, perilaku *self-harm* pada siswa MTs Negeri 1 Pamekasan dipengaruhi oleh tren media sosial seperti TikTok, pengaruh teman sebaya, permasalahan keluarga dan hubungan percintaan, serta rasa ingin tahu yang tinggi terhadap pengalaman baru. Bentuk *self-harm* yang dominan adalah menyayat atau menggores tubuh menggunakan benda tajam, termasuk dalam kategori *superficial self-mutilation*. Ciri siswa yang melakukan *self-harm* antara lain berkepribadian *introvert*, berpakaian tertutup, menarik diri dari interaksi sosial, dan memiliki bekas luka fisik. Perilaku ini dilakukan untuk mengurangi tekanan emosional, namun berdampak pada rendahnya kepercayaan diri, penghindaran sosial, dan kesulitan belajar. Guru BK melakukan penanganan melalui konseling individual, bimbingan klasikal, serta bekerja sama dengan tim Tata Tertib dan guru Pendidikan Agama Islam (PAI) untuk pengawasan dan pendampingan.

Referensi

Adhitama, Y., & Abdul, J. (November, 2023). Mengejutkan! 870 Siswa Magetan Lakukan *Self-Harm*, Alasannya Ikut-Ikutan Teman. *Solo Pos Jatim*. https://jatim.solopos.com/mengejutkan-870-siswa-magetan-lakukan-self-harm-alasannya-ikut-ikutan-teman-1784388/?amp_tf=Dari%20%251%24s&aoh=17145442048915&referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com

Afra H., et.al. (2023). Gambaran Perilaku *Non-Suicidal Self-Injury (NSSI)* Pada Siswa SMAN 1 Bogor. *Guidance*, 20 (1), 93-100. <https://uia.e-journal.id/guidance>

Agustin, D., & Wulida, N. (2024). *Fear of Missing Out (FoMo)* pada Aplikasi Tiktok terhadap Perilaku *Self-Injury/Self-Harm*: Kajian Sistematis. *Jurnal Psikologi*, 4 (1), 1-14. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2558>

Agustin, D., Tenri, F., & Anindya D., P. (2022). Hubungan Kesepian dan *Deliberate Self-Harm* pada Remaja: *Relationship Between Loneliness and Deliberate Self-Harm Among Adolescents*. *Serina IV Untar*, 1 (2), 79-84. <https://doi.org/10.24912/pserina.v2i1.18513>

Almas A., Q., et.al. (2023). Faktor-Faktor Pendorong *Self-Harm* pada Santri Remaja Putri. *Islamic Education and Counseling Journal*, 1 (2), 1-8. <https://jurnal.stitihsanulfikri.ac.id/index.php/iecj/article/view/53>

Bado, B. (2022). *Model Pendekatan Kualitatif: Telaah Dalam Metode Penelitian Ilmiah*. Klaten: Tahta Media Group.

Putri, N., R., & Eko N. (2020). Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-Injury* pada Siswa SMP Negeri 1 Di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020. *Edukasi*, 2 (6), 139-151. <http://lib.unnes.ac.id/id/eprint/38503>

Sulistiyawati. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: K-Media.

Thesalonika, & Nurlina C., A. (2021). Perilaku *Self-Harm* Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (*Self-Harm or Self-Injuring Behavior by Adolescents*). *Pekerjaan Sosial*, 2 (4), 213-224. <https://doi.org/10.24198/focus.v4i2.31405>

Ulya, F., N., & Icha R. (Maret, 2023). 49 Anak Sekolah Lakukan "*Self-Harm*", Menteri PPPA: Miris, Mereka Ikuti Tren Media Sosial. *Kompas*. <https://nasional.kompas.com/read/2023/03/20/10371891/49-anak-sekolah-lakukan-self-harm-menteri-pppa-miris-mereka-ikuti-tren-media>