

PEER CONFORMITY: A GATEWAY TO SELF-HARM BEHAVIOR IN
SCHOOL STUDENTS?

ARTIKEL PENELITIAN



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
KERINCI

Ace Agender
wakil Dekan I

Dr. Elan Supardi, Pa...

DISUSUN OLEH :
LAILA MAGFIRAH FITRI
NIM. 2110207059

Ace 10/3-25

Hendri Fandi

Ace Munasirul

Dosi Juliantika

10/3/25

Ace. Kajur BKPI



Dr. Bahari Ahmad, Mpa

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
2025 M/1446 H



KESESUAIAN DENGAN SEBAYA: GERBANG MENUJU PERILAKU MEMBAHAYAKAN DIRI SENDIRI PADA SISWA SEKOLAH?

Laila Magfirah Fitri¹ _ Dosi Juliawati² Hengki Yandri³

^{1,2,3}Institut Agama Islam Negeri Kerinci

Email korespondensi: lailamagfirahfitri11@gmail.com

Informasi Artikel

Diterima: 15 Agustus 2024

Direvisi: 08 Oktober 2024

Diterima: 01 November 2024

Abstrak

Perilaku melukai diri sendiri telah menjadi masalah kesehatan mental yang signifikan di kalangan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara konformitas teman sebaya dan kecenderungan melukai diri sendiri pada siswa sekolah. Metode penelitian kuantitatif korelasional deskriptif digunakan dengan melibatkan 234 siswa kelas X dan XI. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala konformitas teman sebaya dan skala melukai diri sendiri yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis korelasi nonparametrik menunjukkan hubungan negatif antara kedua variabel. Siswa yang lebih sedikit melukai diri sendiri cenderung memiliki tingkat konformitas yang lebih tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa konformitas teman sebaya dapat menjadi faktor pelindung terhadap perilaku melukai diri sendiri. Namun, konformitas yang berlebihan juga dapat berdampak negatif jika norma kelompok tidak sehat.

Penelitian lebih lanjut direkomendasikan untuk menyelidiki pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku menyakiti diri sendiri dan mengembangkan intervensi yang lebih komprehensif untuk mencegah perilaku ini.

Kata kunci: perilaku menyakiti diri sendiri, konformitas teman sebaya, remaja, kesehatan mental

Perkenalan

Perilaku self-harm merupakan suatu kondisi di mana individu secara sengaja menyakiti dirinya sendiri tanpa adanya niat untuk bunuh diri. Self-harm memiliki banyak dimensi untuk menggambarkan self-injury (Saputra et al., 2022). Self-harm merupakan fenomena yang sering terjadi di banyak negara seperti Amerika Serikat (AS). Fakta tentang kesehatan mental pada anak-anak dan remaja meliputi kecemasan, stres, dan masalah perilaku. Stres merupakan gangguan mental yang paling sering didiagnosis pada anak-anak dan remaja.

Diagnosis usia 10-19 tahun pada tahun 2018-2020 meliputi stres 9,8% atau sekitar 6,0 juta orang, kecemasan 9,4% atau sekitar 5,8 juta orang, depresi sekitar 4,4% atau setara dengan 2,7 juta orang. Hal ini menunjukkan bahwa stres sangat banyak diderita oleh pelaku perilaku menggaruk kulit menggunakan silet atau benda tajam lainnya menjadi kasus yang paling banyak ditemukan pada self harm.

pelaku kejahatan mencapai 70% dari jumlah yang dilaporkan (Suhartini et al., 2022).

Survei yang dilakukan You Gov Omnibus pada tahun 2019 terhadap 1.018 orang Indonesia menemukan bahwa 36% orang Indonesia pernah melakukan self-harm. Fenomena self-harm banyak ditemukan di kalangan anak muda. Data menunjukkan bahwa 7% anak muda Indonesia sering melakukan self-harm, dengan prevalensi lebih dari dua dari lima orang (45%) pernah melakukan self-harm (Widyawati, 2020).

Perilaku menyakiti diri sendiri lebih umum terjadi pada wanita daripada pria. Hasil survei yang juga dilakukan oleh YouGov Omnibus mendukung pernyataan ini dengan memberikan bukti bahwa pria lebih cenderung mencari bantuan dari profesional daripada wanita dengan persentase 45% berbanding 39%. (Al-Haya & Alfauqy, 2023).

Hasil survei awal di sekolah pada tanggal 17 Maret 2024 mengenai konformitas dan self-harm menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tekanan sosial dari kelompok sebaya dengan perilaku self-harm pada siswa. Data yang dikumpulkan dari responden menunjukkan bahwa siswa yang merasa tertekan untuk menyesuaikan diri dengan norma dan harapan kelompok lebih rentan melakukan self-harm sebagai mekanisme koping. Temuan ini menyoroti pentingnya intervensi psikososial di lingkungan sekolah untuk mengurangi dampak negatif konformitas dan meningkatkan kesehatan mental siswa.

Cara mengutip: Fitri, LM, Juliawati, D., Yandri, H. (2024). Konformitas teman sebaya: gerbang menuju perilaku menyakiti diri sendiri pada siswa sekolah?.

COUNSENEsia: Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia, 5(2). <https://doi.org/10.36728/cijgc.v5i2.3991>

ISSN elektronik : Telepon 2746-3532

Diterbitkan oleh : Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

kesehatan. Program-program seperti dukungan sebaya, konseling, dan pendidikan tentang kesehatan mental dapat membantu mengurangi tekanan sosial dan memberi siswa strategi penanganan yang lebih sehat.

Lingkungan sosial memiliki pengaruh yang kuat terhadap perilaku menyakiti diri sendiri, terutama di kalangan remaja dan orang muda. Di sekolah atau masyarakat, tekanan teman sebaya, harapan sosial, dan dinamika kelompok dapat menjadi faktor pemicu yang signifikan. Individu yang tidak merasa diterima atau berusaha memenuhi standar kelompok sering mengalami stres emosional yang parah. Dalam beberapa kasus, menyakiti diri sendiri menjadi cara bagi mereka untuk mengatasi atau mengekspresikan rasa sakit yang tidak dapat mereka ungkapkan secara verbal. Lingkungan sosial yang negatif, seperti perundungan atau isolasi sosial, juga dapat memperburuk kondisi ini.

Hubungan sosial individu berkembang karena adanya dorongan untuk ingin tahu terhadap segala sesuatu yang ada di dunia sekitarnya. Dalam perkembangannya, setiap individu ingin mengetahui bagaimana cara menjalin hubungan yang baik dan aman dengan dunia sekitarnya, namun saat ini sebagian besar individu berperilaku buruk, baik secara fisik maupun sosial. Konformitas diartikan sebagai perubahan perilaku atau tindakan seseorang yang timbul akibat adanya tekanan untuk menyesuaikan diri dengan aturan kelompok atau kehidupan sosialnya. Konformitas dapat terjadi pada semua tingkatan usia, lebih khusus lagi pada masa remaja. Seseorang yang beranjak remaja akan terus mencari jati dirinya, berusaha menjadikan dirinya sebagai seseorang yang diperhatikan dan dihargai oleh kelompoknya (Akbar & Aufa, 2024). Teman sebaya dituntut untuk menyetujui setiap pendapat yang dikemukakan oleh kelompoknya. Mereka juga meyakini bahwa aturan kelompoklah yang paling tepat (Hanifah & Hamdan, 2024).

Lingkungan sosial mempunyai pengaruh yang besar terhadap perilaku konformitas individu, terutama pada kelompok sosial yang kuat seperti sekolah, tempat kerja, atau komunitas tertentu.

Konformitas terjadi ketika individu merasa terpaksa untuk menyesuaikan diri dengan norma, nilai, dan harapan kelompoknya agar diterima dan terhindar dari penolakan. Di lingkungan sekolah, misalnya, tekanan untuk menyesuaikan diri dapat datang dari teman sebaya yang memiliki standar perilaku tertentu. Ini dapat mencakup cara berpakaian, berbicara, atau berperilaku yang harus diikuti agar dianggap sebagai bagian dari kelompok. Lingkungan sosial yang sangat menekan konformitas dapat mengurangi keberagaman ekspresi individu dan membatasi kemampuan mereka untuk mengeksplorasi identitas mereka secara bebas. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan inklusif, tempat individu merasa aman untuk menjadi diri mereka sendiri tanpa takut ditolak atau dikenai sanksi sosial.

Konformitas teman sebaya adalah ketika remaja yang seusia atau setingkat kedewasaan cenderung mengubah perilaku atau sikap individu, dipengaruhi oleh kelompok atau keinginannya sendiri sebagai akibat dari perilaku yang ditunjukkan oleh orang lain (Mahmudi & Wardani, 2022). Remaja harus mampu berfikir baik dan buruk dalam lingkungan yang dapat menerima teman sebayanya, yang dapat memberikan dampak positif bagi dirinya. Sebaliknya jika remaja tidak dapat membedakan hal baik dan buruk dalam lingkungan pertemanan, maka akan mendapatkan hal-hal yang negatif dari konformitas teman sebaya dan akan disalahgunakan oleh remaja (Mayasari & Indrawati, 2023). Konformitas adalah menyamakan perilaku dengan kelompok acuanya sehingga terhindar dari celan dan keterasingan.

Konformitas muncul ketika individu menerima sikap atau perilaku orang lain karena adanya tekanan yang nyata maupun yang dibayangkan oleh remaja. Sehingga remaja akan mudah terbawa oleh perilaku yang sesuai dengan kelompok sebayanya (Majdi, 2024). Faktor lainnya adalah literasi ekonomi, literasi ekonomi dapat diartikan sebagai pengetahuan atau ilmu yang dijadikan alat untuk menjadikan seseorang menjadi cerdas dan cakap dalam hal mengambil keputusan ekonomi yang tepat (Tan et al., 2021). Konformitas merupakan suatu tindakan dimana seseorang mengubah perilaku atau keyakinannya karena adanya tekanan dari kelompoknya (Putri & Kustanti, 2023).

Konformitas teman sebaya secara operasional diartikan sebagai keinginan individu untuk mengikuti kegiatan dan kecenderungan teman sebayanya (Dewi & Lestari, 2020). Konformitas pada remaja terhadap kelompok sebaya terjadi karena dalam perkembangan sosialnya, remaja mulai memisahkan diri dari orang tuanya dan memilih untuk bersama dengan teman sebayanya. Teman sebaya berperan sebagai penyedia informasi tentang dunia di luar keluarga. Konformitas dapat bersifat positif atau negatif, tergantung pada bagaimana kelompok di sekitar individu cenderung bersikap. Keterikatan yang aman, memiliki peran untuk mendukung konformitas positif pada anak (Muarifah et al., 2020). Konformitas teman sebaya adalah ketika

Remaja yang seusia atau setingkat kedewasaan cenderung mengubah perilaku atau sikap individu, dipengaruhi oleh kelompok atau keinginannya sendiri sebagai akibat dari perilaku yang ditunjukkan oleh orang lain (Mahmudi & Wardani, 2022). Indikator konformitas teman sebaya dalam penelitian ini ada lima, yaitu alasan pribadi, berdasarkan kesenangan, berdasarkan keterpaksaan, ketidaksetujuan, dan loyalitas kelompok (Aulia et al., 2023). Bahwa kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengatur emosinya dapat berperan penting dalam menurunkan tingkat kecemasan sosial. Individu yang efektif dalam mengelola emosi cenderung lebih mampu menghadapi situasi sosial tanpa terlalu cemas atau khawatir (Bahri et al., 2024).

Konformitas dapat menjadi faktor pendorong perilaku menyakiti diri sendiri di kalangan remaja, di mana tekanan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya sering kali memicu rasa tidak mampu dan frustrasi. Ketika individu merasa terdorong untuk mengikuti norma atau perilaku kelompok, mereka mungkin mengalami stres emosional yang dalam, yang dapat menyebabkan pelepasan emosi negatif melalui tindakan menyakiti diri sendiri. Dalam banyak kasus, siswa yang terlibat dalam perilaku menyakiti diri sendiri melaporkan perasaan terasing atau tidak diterima dalam kelompok mereka, sehingga mereka menggunakan tindakan menyakiti diri sendiri sebagai cara untuk meredakan rasa sakit emosional atau sebagai bentuk ekspresi yang menurut mereka sulit disampaikan dengan kata-kata. Diri adalah perwujudan dari alam bawah sadar, sadar, dan super sadar manusia dan membentuk energi untuk bertindak dan berperilaku berdasarkan keyakinan pada "kehendak" dengan memprioritaskan fungsi kepribadian mana yang paling dominan dalam melampaui diri manusia (Rafiola et al., 2023).

Hubungan antara konformitas teman sebaya dan perilaku menyakiti diri sendiri menunjukkan pentingnya perang dukungan sosial yang sehat dalam perkembangan siswa dan perlunya intervensi yang tepat untuk mencegah perilaku berisiko tersebut. Individu yang mengalami tekanan untuk menyesuaikan diri akan cenderung menyakiti diri sendiri, faktor individu seperti tingkat ketahanan, dukungan sosial, dan kondisi kesehatan mental juga berperan penting dalam menentukan respons seseorang terhadap tekanan konformitas.

Perilaku self-harm sering kali berkaitan erat dengan rendahnya harga diri. Ketika seseorang merasa rendah diri atau tidak memiliki harga diri, terkadang mereka melakukan self-harm sebagai cara untuk mengatasi tekanan emosional atau mental yang mereka rasakan (Rahma et al., 2024). Sebagian individu menganggap bahwa melakukan self-harm merupakan sesuatu yang luar biasa dan unik. Padahal, melakukan self-harm merupakan perilaku yang berbahaya dan dapat membahayakan diri sendiri bahkan dapat merenggut jiwa individu tersebut (Asyafina & Salam, 2022). Perilaku self-harm merupakan perilaku yang mengarah pada perilaku bunuh diri meskipun individu tersebut tidak memiliki niat untuk melakukan bunuh diri.

Menurut penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa 21,4% dari 393 siswa mengalami perilaku menyakiti diri sendiri sebagai bentuk pelepasan atas masalah kesehatan mentalnya. Lebih jauh, sebuah studi terbaru pada tahun 2021 menunjukkan peningkatan prevalensi perilaku melukai diri sendiri di kalangan pelajar Indonesia hingga mencapai 50%, termasuk lebih dari 38% yang melaporkan melukai diri sendiri hingga 10 kali, dan bahkan 28% melakukan tindakan 11 hingga 50 kali, dengan sebagian besar dari mereka memulai melukai diri sendiri pada usia 12 hingga 19 tahun (Widiastini & Moeliono, 2024). Mahasiswa melukai diri sendiri dengan cara membenturkan atau memukul diri sendiri 60%, mencabut rambut 54%, mencubit 36%, mengganggu penyembuhan luka 29%, menggigit 26%, menggaruk kulit dengan benda keras 16%, menusuk tubuh dengan jarum 13% dan sejumlah kecil menelan zat berbahaya atau mengukir kulit (Azzahra et al., 2023). Temuan ini menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak melakukan perilaku melukai diri sendiri daripada laki-laki dalam berbagai bentuk perilaku melukai diri sendiri. Perilaku memukul diri sendiri merupakan perilaku menyakiti diri sendiri yang paling banyak dilakukan oleh laki-laki, sedangkan perilaku mencabut rambut merupakan perilaku yang paling banyak dilakukan oleh perempuan (Rini, 2022).

Data Prevalensi Perilaku Self Harm Menurut Penelitian, Sekitar 1.800 per 100.000 Orang Self Harm Terjadi pada Rentang Usia 15-35 Tahun. Jumlah remaja yang melakukan self harm di Amerika Serikat setiap tahunnya sekitar dua juta orang, dari 1000 sampai 100.000 orang muda mengaku pernah menyakiti diri sendiri. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa self harm

Perilaku tersebut seringkali merupakan mekanisme pertahanan diri dalam strategi koping negatif, yang disebabkan oleh masalah keluarga, teman, sekolah, dan masalah psikologis lainnya (Kalangi et al., 2024). Selain itu, remaja dengan sebagian besar melaporkan peningkatan ide dan upaya bunuh diri, disregulasi emosi, dan kesepian jika dibandingkan dengan kelompok yang tidak memenuhi kriteria.

(Karimah, 2021). Distres psikologis dapat mengganggu proses pengaturan diri seseorang. Distres merupakan tema umum dan faktor yang berkontribusi terhadap berbagai perilaku yang merugikan diri sendiri, termasuk menyakiti diri sendiri (Wrycza & Susilawati, 2024).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecenderungan self-harm pada siswa. Kelompok sebaya menyebabkan remaja melakukan perubahan sikap dan perilaku sesuai dengan perilaku anggota kelompoknya. Begitu pula ketika anggota kelompok mencoba untuk minum minuman keras, mengonsumsi obat-obatan terlarang atau perilaku menyimpang lainnya. Remaja cenderung mengikuti perilaku tersebut tanpa memikirkan akibat yang akan diperoleh, yang dapat disebut dengan self-harm (Tyas & Kuncoro, 2020).

Tingginya angka kejadian self harm pada pelajar dengan minimnya penelitian tentang self harm Perilaku self-harm di Indonesia menjadi tantangan bagi peneliti untuk mengurangi angka self-harm perilaku. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian tentang perilaku self-harm pada siswa yang timbul akibat stres akademik dan non-akademik. Hal ini dilakukan untuk mencegah terjadinya perilaku self-harm, terutama pada siswa yang tertekan oleh ekspektasi akademik dan non-akademik. Hal ini diharapkan dapat berujung pada terbentuknya generasi yang sehat secara psikologis. Tidak menutup kemungkinan akan terjadi dampak buruk yang akan mempengaruhi perilaku generasi muda, dalam hal ini khususnya siswa, apabila tidak dijelaskan secara ilmiah melalui penelitian. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecenderungan self-harm pada siswa (Azzahra et al., 2023).

Perilaku melukai diri sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu mekanisme pertahanan diri dari strategi koping negatif akibat trauma, tekanan psikologis, masalah keluarga, teman sekolah, dan masalah dari dalam diri individu. Metode yang digunakan untuk melukai diri sendiri berbeda-beda di setiap negara. Namun, metode melukai diri sendiri yang paling umum adalah mengonsumsi racun, menggantung diri, melompat dari ketinggian, dan bunuh diri menggunakan senjata api.

Selanjutnya pada self-harm yang paling banyak dilakukan adalah melukai diri sendiri dengan cara mengiris kulit, meminum racun, mencakar, membenturkan diri ke tembok, memukul diri sendiri, menjauhkan diri dari Tuhan sebagai hukuman, dan membakar badan (Anugrah dkk, 2023).

Penelitian ini mengungkap hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecenderungan self-harm pada siswa. Penelitian ini merupakan penelitian pertama saya dan dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori state yang juga berfokus pada pengalaman dan kesadaran seseorang. Pendekatan fenomenologi pada penelitian kepribadian berfokus pada pengalaman individu tentang pandangan pribadi seseorang terhadap dunia. Pendekatan fenomenologi menggunakan psikologi subjektif tidak hanya mempertimbangkan masalah gejala yang jelas, tetapi juga mencoba menemukan makna dari masing-masing masalah tersebut (Asyafina & Salam, 2022).

Pada penjelasan diatas gap dari penelitian yang telah dilakukan yaitu adanya fakta yang ada di lingkungan sekitar salah satunya di MAN 1 Sungai Penuh. fakta yang ada di lingkungan sekitar ditemukan adanya orang yang ingin menyakiti dirinya sendiri seperti memukul, membakar, gangguan makan atau penyalahgunaan zat. gap ini bukan menjadikan seseorang melakukan self harm dengan alasan pribadi juga bukan karena adanya tekanan dari orang lain melainkan kemauan sendiri.

Hal ini paling sering dianggap sebagai cedera langsung pada jaringan kulit seseorang tanpa ada niat bunuh diri. Hal ini tidak menjadikan seseorang melakukan tindakan menyakiti diri sendiri karena alasan pribadi juga, bukan karena tekanan dari orang lain melainkan kemauannya sendiri. Kesenjangan ini dapat dimanfaatkan oleh peneliti masa depan untuk menjawab pertanyaan tentang hubungan antara konformitas teman sebaya dan kecenderungan menyakiti diri sendiri atau faktor-faktor lain yang akan diteliti.

Penelitian ini menjelaskan tentang konformitas teman sebaya; Gerbang menuju Perilaku Membahayakan Diri Sendiri pada Siswa Sekolah. Penelitian ini unik karena merupakan penelitian pertama tentang konformitas teman sebaya. Kedua, penelitian ini berfokus pada perilaku melukai diri sendiri pada siswa. Ketiga, penelitian ini berfokus pada dampak sosial. Keempat, kompleksitas emosional. Kelima, mekanisme koping.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif Korelasi yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel atau lebih. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel konformitas sebagai variabel bebas dan self harm sebagai variabel terikat. Yaitu variabel bebas dan variabel terikat diukur secara bersamaan.

Kami menetapkan waktu selama dua puluh hari pada tanggal 20 Maret 2024 untuk pengumpulan data. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI yang berjumlah 619 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Stratified Random Sampling yaitu suatu proses pengambilan sampel dengan cara membagi populasi ke dalam strata, memilih sampel secara acak dari setiap strata, dan menggabungkannya untuk menaksir parameter populasi (Ulya et al., 2018). Populasi penelitian ini berjumlah 619 orang siswa MAN 1 Sungai Penuh, kemudian diambil sampel dengan menggunakan tabel sampel Krejcie dan Morgan, sehingga responden yang mengikuti survei penelitian ini berjumlah 234 orang. Pengumpulan data dalam penelitian ini juga menggunakan uji validitas dan reliabilitas yang melibatkan siswa kelas X dan XI. dilakukan secara daring dengan menggunakan aplikasi google form yang kemudian disebar melalui media sosial Whatsapp. Responden diminta kesediaannya untuk menjadi responden, kemudian mengisi identitas diri dan memberikan tanggapan pada setiap item skala penelitian.

Karakteristik demografi responden dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Demografi Responden

Variabel	Kategori	Frekuensi
Jenis kelamin	Pria	117
	Perempuan	117
Lokal	Bahasa Inggris	31
	Bahasa Inggris	36
	Agama	33
	Kesehatan	32
	Teknik	33
	Sastra	35
	Ekonomi bisnis	33

Peneliti menggunakan dua skala penelitian untuk pengumpulan data, yaitu skala konformitas teman sebaya dan skala self harm. Untuk memenuhi syarat suatu instrumen dikatakan baik, maka dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap instrumen konformitas teman sebaya.

Tabel 2. Kesesuaian

Alfa Cronbach , 883	Cronbach's Alpha pada item Standar
	,883

Skala ini diukur menggunakan skala Likert empat pilihan yaitu 1 (Sangat Tidak Sesuai), 2 (Tidak Sesuai), 3 (Sesuai), 4 (Sangat Sesuai). Skala ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya serta terbukti valid dengan Cronbach'Alpha sebesar 0,883.

Self-harm dalam penelitian ini diukur dengan skala yang dimodifikasi oleh Inventory of Statement About Self-Injury (ISAS) yang dikembangkan oleh Klonsky dan Glenn (2009). Skala ini menggunakan 0-100% yang terdiri dari 61 pertanyaan yang mencakup frekuensi perilaku self-injury yang dilakukan sepanjang hidup (Saputra et al., 2022).

Tabel 3. Perilaku menyakiti diri sendiri

Alfa Cronbach , 870	Cronbach's Alpha pada item Standar
	,872

Skala ini diukur menggunakan skala Likert empat pilihan yaitu 1 (sangat tidak sesuai), 2 (tidak sesuai), 3 (sesuai), dan 4 (sangat sesuai). Skala ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya serta terbukti valid dengan hasil Cronbach'Alpha sebesar 0,870.

Salah satu teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif yaitu suatu teknik yang digunakan untuk mendeskripsikan rata-rata, simpangan baku, dan persentase variabel penelitian. Peneliti menyadari bahwa metode yang digunakan hanya sebatas mendeskripsikan rata-rata, simpangan baku, dan persentase variabel penelitian dan hanya melihat hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecenderungan self harm pada siswa dan teknik sampel yang digunakan tentunya memerlukan populasi yang lebih besar dan memakan waktu yang lama serta penelitian ini hanya dikaitkan dengan variabel konformitas, dan self harm.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilakukan secara daring terhadap siswa dengan jumlah sampel sebanyak 234 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 25 April 2024. Secara spesifik penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecenderungan self-harm pada siswa. Data yang diperoleh merupakan hasil penyebaran angket terkait dengan gambaran konformitas teman sebaya dengan kecenderungan self-harm pada siswa. Deskriptif variabel berdasarkan jenjang skor merupakan gambaran variabel dalam penelitian berdasarkan jenjang skor yang diperoleh. Uji yang digunakan untuk uji normalitas adalah uji product moment.

Tabel 4. Uji Normalitas

	Smimov	Statistik		Wilk
	Kolmogorov	Bahasa Indonesia: Shapiro Statistik		Tanda
Kesesuaian	,101	,962		tangan ,005
Menyakiti diri sendiri	,225	Signifikan ,114 ,000	,703	,000

Hipotesis pertama yang menyatakan hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecenderungan self harm pada siswa dinyatakan batal. Hal ini dikarenakan pada hasil uji normalitas diketahui bahwa variabel konformitas teman sebaya dan self harm memiliki data yang tidak berdistribusi normal sehingga dalam proses pengujian hipotesis harus menggunakan analisis data nonparametrik.

Tabel 5. Distribusi Kesesuaian

Distribusi Skor N	Rendah Tinggi Rata-rata 120 68,94		%	Kategori
Kesesuaian	233	33	51,50	Tinggi

Berdasarkan hasil analisis data pada indikator konformitas dari 233 responden konformitas teman sebaya pada siswa menunjukkan bahwa sebaran konformitas memiliki nilai terendah yaitu 33, sedangkan nilai tertinggi yaitu 120. Selain itu, hasil analisis data juga menunjukkan nilai rata-rata sebesar 68,94. Menunjukkan bahwa hasil kategorisasi terdapat 51,50% responden konformitas teman sebaya pada siswa berada pada kategori tinggi. Konformitas yang tinggi dapat mendorong individu untuk melakukan perilaku berisiko, seperti penyalahgunaan zat, menyakiti diri sendiri, menggigit diri sendiri, membakar, merusak mata, merusak kulit, menimbulkan stres, kecemasan, dan gangguan kesehatan mental.

Tabel 6: Distribusi perilaku menyakiti diri sendiri

Distribusi Skor N	Rendah		Tinggi	Rata-rata	%	Kategori
Menyakiti diri sendiri	233	11	30	14,18	4,72	Rendah

Berdasarkan hasil analisis data pada indikator self harm dari 233 responden self harm pada mahasiswa menunjukkan bahwa sebaran self harm mempunyai nilai terendah yaitu 11,

Sedangkan nilai tertinggi adalah 30. Selain itu, hasil analisis data juga menunjukkan nilai rata-rata sebesar 14,18. Hal ini menunjukkan bahwa hasil kategorisasi menunjukkan bahwa terdapat 4,72% self harm siswa yang masuk dalam kategori rendah. Self harm pada siswa yang masuk dalam kategori rendah mengacu pada tindakan self harm yang jarang terjadi dan biasanya tidak parah. Meskipun jumlah dan kualitasnya rendah, namun tetap penting untuk memberikan perhatian yang tepat agar tidak berkembang menjadi masalah yang lebih serius.

Berikut ini adalah hasil olahan data yang disajikan dalam bentuk tabel ringkasan 7:

Tabel 7. Korelasi

		Menyakiti diri sendiri	Kesesuaian
tombak	Menyakiti diri sendiri	Koefisien korelasi	1.000
		Sig. (2-ekor)	.755
	Kesesuaian	Koefisien korelasi Sig. (2-tailed)	1.000
			-.021.755

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan, diperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 untuk skala konformitas dan self harm. Hal ini menunjukkan bahwa $p > 0,05$. Artinya data dari kedua variabel dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal. Oleh karena hasil uji normalitas diperoleh data tidak berdistribusi normal, maka dilakukan uji korelasi dengan menggunakan uji korelasi non parametrik Spearman's Rho. Hasil pengujian dapat dilihat pada tabel 1.1 distribusi. Berdasarkan uraian di atas dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas dengan self harm, yaitu semakin tinggi konformitas teman sebaya maka semakin rendah self harm pada siswa. Sebaliknya jika self harm pada siswa rendah maka konformitas teman sebaya semakin tinggi. Hipotesis kedua menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat konformitas yang tinggi terhadap kelompok sebayanya cenderung memiliki tingkat self harm yang lebih rendah. Karena individu terhadap teman sebaya dapat memperoleh dukungan sosial yang lebih banyak, merasa diterima, dan memiliki jaringan pendukung yang kuat.

Dukungan sosial yang kuat dapat mengurangi kebutuhan untuk melukai diri sendiri sebagai mekanisme koping. Jika konformitas teman sebaya memiliki norma positif dan perilaku sehat, konformitas cenderung mengikuti norma ini, sehingga mengurangi kemungkinan melukai diri sendiri. Keinginan untuk diterima dalam konformitas teman sebaya dapat mengurangi perasaan terisolasi dan ditolak, yang sering menjadi pemicu untuk melukai diri sendiri.

Rendahnya tingkat self-harm menyiratkan bahwa semakin sedikit seseorang melakukan self-harm, maka semakin besar kemungkinan mereka untuk menyesuaikan diri dengan norma sosial atau tekanan kelompok. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang berbanding terbalik antara perilaku self-harm dengan tingkat konformitas teman sebaya, di mana individu yang melakukan self-harm lebih sedikit cenderung lebih menyesuaikan diri dengan norma sosial yang ada. Artinya, sikap dan perilaku anggota komunitas ini ditentukan oleh norma, aturan, gaya, dan cara teman-temannya yang didasarkan pada alasan pribadi, kesenangan, keterpaksaan, ketidaksetujuan, dan solidaritas (Aulia et al., 2023). Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa salah satu faktor eksternal yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik adalah dukungan sosial seperti dukungan sosial dari orang tua dan dukungan sosial dari teman sebaya (Yandri et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang menjelaskan bahwa secara umum perilaku self-harm mencapai puncaknya pada masa remaja pertengahan dan menurun saat mendekati masa remaja akhir (Plener et al., 2015). Norma kategorisasi disini menunjukkan bahwa remaja memperoleh dukungan sosial berada pada kategori sedang dan tinggi. Artinya tidak ada remaja yang sama sekali tidak memperoleh dukungan sosial dari teman maupun lingkungan sekitar. Kemudian, norma kategorisasi kecenderungan perilaku self-harm (Ratida et al., 2023). Hal ini dikarenakan remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama teman sebaya sebagai satu kelompok, sehingga pengaruh teman sebaya terhadap sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku lebih besar dibandingkan dengan pengaruh keluarga. Konformitas terhadap teman sebaya akan menyebabkan remaja mencari informasi tentang kelompoknya dengan tujuan agar remaja dapat berperilaku dengan benar dan tepat dalam kelompoknya. Temuan dalam penelitian ini adalah konformitas positif merupakan bagian penting yang menentukan terbentuknya kompetensi diri pada remaja (Rita et al., 2024).

Pendapat lain mengatakan yang mengatakan bahwa penyebab remaja melakukan self harm adalah karena hubungan sosial yang buruk dan perasaan negatif yang dirasakan. Karena pada dasarnya, seseorang yang melakukan self harm

menyakiti diri sendiri adalah mencurahkan atau mengekspresikan emosi yang dirasakan. Pengalihan emosi dari rasa sakit psikologis ke fisik inilah yang memicu perilaku menyakiti diri sendiri. Ketika seseorang menyakiti dirinya sendiri, ia akan menikmati rasa sakit yang dilakukannya karena luka psikologisnya telah tergantikan dengan rasa sakit fisik, sehingga ia melupakan masalah yang dirasakannya (Aulia et al., 2023). Sementara itu, menurut Nock, (2009), karena dukungan teman memegang peranan penting dalam tahap perkembangan remaja, maka stres interpersonal seperti kesepian, ganda, dan penolakan dari teman sebaya dapat memicu perilaku merusak/melukai diri sendiri pada remaja (Hanan et al., 2024).

Selain itu penelitian terdahulu menyebutkan bahwa sebenarnya dukungan teman sebaya atau dukungan dari orang lain bukanlah satu-satunya bentuk dukungan yang dapat mempengaruhi remaja dalam menurunkan kecenderungan perilaku self-harm, sehingga dukungan sosial dari orang tua juga perlu diperhatikan. Remaja yang mendapat dukungan secara adekuat pada umumnya lebih mampu memahami diri sendiri, menemukan jati diri, serta lebih memuja dan mencintai diri sendiri dibandingkan remaja yang mendapat dukungan (Ratida et al., 2023). Peneliti juga memperoleh nilai sumbangan efektif dukungan emosional terhadap perilaku self-harm sebesar 24,9%, artinya terdapat 75,1% faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku self-injury. Faktor lain yang diperoleh peneliti dari data penelitian ini adalah rendahnya tingkat toleransi stres individu, permasalahan keluarga, rasa kesepian, menyalahkan diri sendiri, bullying, serta kekerasan fisik, verbal, maupun seksual yang pernah diterima individu di masa lalu (Prasetyo & Engry, 2023).

Bahwa individu yang melakukan tindakan self harm dengan cara memotong bagian tubuh dengan bantuan benda tajam (pecahan kaca, jarum, dan pisau memotong bagian tubuh dengan bantuan benda tajam (pecahan kaca, jarum, dan pisau kecil), bahaya terhirup, dan memukul diri sendiri pada dasarnya memiliki harga diri yang rendah (Pertiwi, 2022). Akibatnya apabila self harm tidak segera diatasi maka individu tersebut akan kesulitan dalam mengendalikan emosinya dan akan selalu melampiaskan pada hal-hal yang negatif seperti fenomena self harm yang ditemukan oleh para peneliti di lapangan seperti makan berlebihan, tidak makan seharian, menggaruk tangan, mengonsumsi narkoba, membenturkan kepala ke tembok. Akibat lainnya yaitu mereka akan terus menerus memendam perasaan yang dialaminya tanpa mau menceritakan hal yang dialami kepada orang lain dan akan kesulitan dalam berkomunikasi dengan baik dengan orang lain disekitarnya. Dampak negatif lainnya apabila individu yang mengalami self harm tidak segera ditangani maka yang paling berbahaya bisa saja mereka melakukan percobaan bunuh diri karena self harm disebabkan oleh emosi yang sudah lama terpendam, depresi, stres, frustrasi (Chahyani, 2021). Seluruh pribadi dalam kehidupan nyata selalu menghadapi tantangan akibat perubahan sosial dan teknologi yang tidak dapat dipungkiri (Alfaiz et al., 2023)

Selain itu, menurut Buresova pada tahun 2015, terdapat dua faktor yang menyebabkan perilaku self-harm yaitu internal dan eksternal. Faktor internal berupa kebutuhan atau kecenderungan neurotik seperti kasih sayang, penerimaan sosial, dan penghargaan sosial dari seseorang. Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar seperti pola asuh otoriter dan masalah hubungan dengan lawan jenis serta pertemanan. Faktor utama terjadinya perilaku tersebut adalah keterbatasan kemampuan remaja dalam menyelesaikan masalah, maka peluang terjadinya self-harm sangat besar (Sholikhati et al., 2023). Konformitas penting dalam menciptakan motivasi baik atau buruk tergantung pada interpretasi masing-masing individu, karena siswa yang memiliki konformitas tinggi akan lebih mudah dipengaruhi oleh kelompok sebayanya (Febrianti, 2023).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, penelitian ini hanya dilakukan di satu sekolah, sehingga hasilnya mungkin tidak dapat digeneralisasikan ke sekolah lain yang memiliki kondisi dan lingkungan yang berbeda. Waktu yang tersedia untuk melakukan penelitian ini terbatas, sehingga mungkin ada beberapa aspek yang tidak dapat diperiksa secara mendalam. Selain itu, partisipasi siswa dan guru dalam penelitian ini bersifat sukarela, yang dapat menyebabkan bias dalam pemilihan sampel dan memengaruhi representasi hasil. Metode pengumpulan data yang digunakan juga sebagian besar adalah kuesioner, yang mungkin tidak sepenuhnya menangkap nuansa dan kompleksitas fenomena yang diteliti. Meskipun demikian, temuan penelitian ini tetap memberikan wawasan berharga yang dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian dan pengambilan keputusan lebih lanjut di bidang pendidikan.

Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecenderungan self-harm pada siswa. Kondisi konformitas teman sebaya responden berada pada kategori tinggi dan self-harm berada pada kategori rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi konformitas teman sebaya, maka kecenderungan self-harm pada siswa akan semakin rendah. Konformitas yang terlalu tinggi juga dapat berdampak negatif apabila norma kelompok tidak sehat atau siswa kehilangan identitas individunya, pendekatan yang menyeimbangkan antara konformitas yang sehat dengan identitas individu dan kesejahteraan emosional siswa dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengurangi kecenderungan self-harm pada siswa. Kemudian bagi peneliti selanjutnya agar dapat meneliti pengaruh tekanan teman sebaya terhadap kecenderungan self-harm pada remaja.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah dan teman-teman MAN 1 Sungai Penuh yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Dukungan dan kerja sama yang diberikan sangat berarti bagi kelancaran dan keberhasilan penelitian kami.

Pernyataan Kontribusi Penulis Semua

penulis berkontribusi secara setara dalam melakukan penelitian dan menulis artikel.

Referensi

- Akbar, RF, & Aufa, MF (2024). Pengaruh konformitas teman sebaya terhadap hasil belajar siswa. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 11(1), 199–209.
- Al-Haya, SDZ, & Alfuruqy, MZ (2023). Pengalaman wanita muncul di masa dewasa dengan melukai diri sendiri tanpa bunuh diri: analisis fenomenologis interpretatif. *Jurnal EMPATI*, 13(1), 38–49. <https://doi.org/10.14710/empati.2024.40352>
- Alfaiz, A., Fauzi, YM, Yuzarion, Y., Yandri, H., Nofrita, N., Murisal, M., Hasneli, H., Rafiola, RH, & Sari, AK (2023). Sintesis pendekatan perilaku kognitif spiritual untuk memahami dan memodifikasi perilaku manusia. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 9(1), 220–235. <https://doi.org/10.19109/psikis.v9i2.19093>
- Anugrah, MF, Karima, K., Puspita, NMSP, Amir, NAB, & Mahardika, A. (2023). Perilaku menyakiti diri sendiri dan bunuh diri pada remaja. *Jurnal Biologi Tropis*, 23(1), 200–2007.
- Asyafina, N., & Salam, NE (2022). Fenomena pelajar pelaku selfharm di kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan* 6(3), 13930–13936T. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i3.4820>
- Aulia, T., Yandri, H., & Juliawati, D. (2023). Konformitas teman sebaya dalam komunitas “manis manja”. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 183–190. <https://doi.org/10.24042/kons.v10i2.17905>
- Azzahra, A., Wahyuni, S., & Arneliwati, A. (2023). Hubungan stres akademis dan non akademis terhadap perilaku self-harm pada mahasiswa Universitas Riau. *Jurnal Perawat*, 6(1), 1–12.
- Bahri, M., Kholidin, FI, & Yandri, H. (2024). Dampak belas kasih diri dan regulasi emosi terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 65–76. <https://doi.org/10.24042/kons.v11i1.21093>
- Chahyani, MI (2021). *Efektivitas layanan informasi dengan menggunakan film IMPERFECT untuk mereduksi tindakan merugikan diri sendiri* (Vol. 8, Issue 2). Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- Dewi, PS, & Lestari, MD (2020). Hubungan konformitas teman sebaya dan konsep diri terhadap perilaku seksual pranikah remaja madya di Kabupaten Bangli. *Jurnal Psikologi Udayana*, 02(1), 77–87.
- Febrianti. (2023). Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan skripsi. *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial*, 3(3), 4162–4176.
- Hanan, AF, Kusmawati, A., Eka Putri, T., & Oktaviani, T. (2024). Pentingnya dukungan

- sosial terhadap perilaku self-harm pada remaja yang merasa kesepian. *Konsep: Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 3(1), 211–218.
- Hanifah, S., & Hamdan, SR (2024). Konformitas teman sebaya dan stres: belajar pada penyebab perilaku merokok siswa. *Ide Psiko*, 22(1), 47–58.
- Kalangi, P., Rempowatu, F., Tumewu, V., & Ilat, IP (2024). Merugikan diri sendiri pada remaja. *Pendidikan Agama Kristen*, 5(1), 40–49.
- Karimah, K. (2021). Kesepian dan kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri pada remaja dari keluarga tidak harmonis. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 367. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i2.5978>
- Mahmudi, I., & Wardani, SY (2022). Pengaruh religiusitas dan konformitas teman sebaya terhadap etika sopan santun siswa madrasah aliyah Tri Bhakti. *Pendidikan: Jurnal Penelitian Dan Artikel Pendidikan*, 14(1), 25–34.
- Majdi, MZZ (2024). Efektifitas konseling teknik pelatihan asertif dalam mereduksi perilaku konformitas pada kelompok teman sebaya. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 10(1), 59–67.
- Mayasari, HS, & Indrawati, ES (2023). Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku konsumtif membeli kosmetik pada mahasiswi fakultas arsitektur Universitas Diponegoro Angkatan 2019. *Jurnal EMPATI*, 12(4), 326–329. <https://doi.org/10.14710/empati.2023.28677>
- Muarifah, A., Fauziah, M., & Saputra, WNE (2020). Kontribusi keterikatan orangtua-anak terhadap regulasi emosi, harga diri, konformitas dan resiliensi siswa. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 63–71. <https://doi.org/10.17977/um001v5i22020p063>
- Pertiwi, Y. (2022). Harga diri dengan kecenderungan melukai diri sendiri pada siswa yang mengalami cinta. *Filantropis Sosial*, 9–15. <https://doi.org/10.31599/sp.v1i2.1810>
- Plener, PL, Schumacher, TS, Munz, LM, & Groschwitz, RC (2015). Perjalanan longitudinal perilaku melukai diri sendiri tanpa disertai bunuh diri dan melukai diri sendiri dengan sengaja: Tinjauan sistematis literatur. *Gangguan Kepribadian Ambang dan Disregulasi Emosi*, 2(1). <https://doi.org/10.1186/s40479-014-0024-3>
- Prasetyo, MP, & Engry, A. (2023). Hubungan antara dukungan emosional dengan perilaku melukai diri sendiri pada pengguna media sosial Twitter. *Psychopreneur Journal*, 7(2), 89–97. <https://doi.org/10.37715/psy.v7i2.3461>
- Putri, DH, & Kustanti, ER (2023). Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan bullying terhadap guru. *Jurnal EMPATI*, 12(3), 207–214. <https://doi.org/10.14710/empati.2023.28332>
- Rafiola, RH, Alfaiz, A., Yuzarion, Y., Yandri, H., Awlawi, AH, & Saputra, R. (2023). Modifikasi perilaku psikosintesis vs perspektif spiritual : *Jurnal Konseling dan Perkembangan Indonesia*, 5(2), 108–119. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v5i2.3115>
- Rahma, S., Husni, J., Sulistiawati, D., & Afridah, M. (2024). Konseling REBT untuk meningkatkan self love pada pelaku self-harm. *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(1), 61–73. <https://doi.org/10.51339/isyrof.v6i1.1854>
- Ratida, ARP, Noviekayati, IGAA, & Rina, AP (2023). Hubungan latar belakang sosial dan kecenderungan perilaku menyakiti diri (self-injury) pada remaja dari orang tua bercerai. *PSIKOVIDYA*, 27(2), 33–41.
- Rini, R. (2022). Perilaku menyakiti diri sendiri bentuk, faktor dan keterbukaan dalam perspektif perbedaan jenis kelamin. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 6(1), 115–123.
- Rita, R., Iswinarti, I., & Fasikhah, SS (2024). Pengaruh konformitas positif terhadap kompetensi sosio-emosional yang dimediasi oleh efikasi diri pada santri remaja. *Jurnal Psikologi: Sains Dan Praktik*, 41(1), 202–208. <https://doi.org/10.22219/jps.v4i1.2025>

- Saputra, MR, Mukti, DAC, Angelina, R., Maharani, PA, Yuniarti, BD, Fitria, S., Saefullah, NR, Nisrina, H., Aprilia, NJ, & Hidayat, R. (2022). Kerentanan Self Harm pada remaja di era modernisasi. *Konferensi Prosiding Ilmu Psikologi dan Perilaku*, 1(1), 28–33. <http://proceedings.dokicti.org/index.php/CPBS/article/view/8>
- Sholikhati, BA, Lestari, ED, Hidayat, Y., Safilla, AN, Nida, UZ, Zakiyah, A., Millati, NH, & Nur, M. (2023). Meningkatnya kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental pada remaja untuk mencegah terjadinya selfharm di desa Kreyo. *Prosiding Kampelmas*, 2(2), 1609–1617.
- Suhartini, S., Wahyuningsih, T., & Winarni, LM (2022). Pengaruh edukasi self-management terhadap pengetahuan self-harm dan kecemasan pada remaja di SMAN 20 Kabupaten Tangerang. *Jurnal Nusantara Hasana*, 2(6), 70–75.
- Tan, MI, Esterina, N., Damayanti, A., & Loly Amanda, R. (2021). Hubungan Antara mirip dengan tindakan self-harming selama masa pandemi covid-19 pada pelajar. *Psibernetika*, 14(2), 121–127. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>.
- Tyas, RM, & Kuncoro, J. (2020). Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku dugem pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Proyeksi*, 13(1), 57. <https://doi.org/10.30659/jp.13.1.57-67>
- Ulya, SF, Sukestiyarno, Y., & Hendikawati, P. (2018). Analisis prediksi quick count dengan metode stratified random sampling dan estimasi interval kepercayaan menggunakan metode maksimum likeliho. *Jurnal Matematika Unnes*, 7(1), 109.
- Widiastini, MNA, & Moeliono, MF (2024). Teknik “Get Out”, “Let It Out”, dan “Think It Out”: Intervensi regulasi emosi untuk remaja dengan perilaku menyakiti diri sendiri. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 71–78. [https://doi.org/10.22219/procedia.1v122\(i22\).3,2737](https://doi.org/10.22219/procedia.1v122(i22).3,2737)
- Widyawati, RA (2020). *Pengaruh paparan media sosial terhadap perilaku self-harm pada pengguna media sosial emerging aged* [Universitas Airlangga]. <https://repositori.unair.ac.id/105594/>
- Wrycza, IMT, & Susilawati, LKPA (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi diri cedera pada remaja. *Jurnal Psikologi MANDALA*, 8(1), 31–38.
- Yandri, H., Harmalis, H., Sasferi, N., Naidarti, N., & Juliawati, D. (2021). Motivasi intrinsik, dukungan sosial dan prokrastinasi akademik mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Kerinci. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 7(2), 25–31. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AN-NUR/article/view/5103>

Pemegang Hak Cipta

© Fitri, LM, Juliawati, D., Yandri, H.

Hak Publikasi Pertama

COUNSENESIA: Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia

Artikel ini memiliki lisensi di bawah

