

Gambaran Sikap terhadap *Self-Injury* pada Siswa SMP

Vonny Raissa Putri¹, Rezki Hariko², Herman Nirwana³, Afrizal Sano⁴

^{1,2,3,4} Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang

e-mail: hariko.r@fip.unp.ac.id

Abstrak

Penelitian terbaru mengungkapkan data bahwa banyak remaja yang melakukan perilaku *self-injury*. Sejumlah teori mengungkapkan bahwa salah satu indikator yang berperan besar terhadap perilaku adalah sikap. Dalam kaitan ini, sikap terhadap perilaku *self-injury* diprediksi berperan terhadap terjadinya perilaku *self-injury*. Penelitian saat ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran sikap siswa SMPN 2 Padang terhadap *self-injury* pada. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Responden penelitian adalah siswa SMPN 2 Padang tahun ajaran 2024/2025 sebanyak 263 siswa yang dipilih dengan teknik *Stratified Random Sampling*. Data penelitian dikumpulkan menggunakan Skala Sikap Siswa terhadap *Self-Injury* yang disusun berpedoman pada model *Skala Likert*. Data yang terkumpul diolah menggunakan analisis deskriptif dengan bantuan program *Microsoft Excel*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum sikap siswa SMPN 2 Padang terhadap *self-injury* berada pada kategori rendah. Artinya, siswa memiliki sikap negatif terhadap *self injury*. Dengan kata lain, siswa SMPN 2 Padang cenderung tidak akan berperilaku *self-injury*. Pembahasan fokus kepada aspek-aspek sikap terhadap *self-injury* dan implikasi terhadap layanan Bimbingan dan Konseling.

Kata kunci: Remaja, Sikap, *Self-Injury*, Konseling

Abstract

Recent research reveals data that many teenagers engage in self-injury behavior. A number of theories reveal that one indicator that plays a major role in behavior is attitude. In this regard, attitudes towards self-injury behavior are predicted to play a role in the occurrence of self-injury behavior. The current research aims to describe the attitudes of students at SMPN 2 Padang towards self-injury. The research uses a quantitative approach with descriptive methods. The research respondents were 263 students of SMPN 2 Padang for the 2024/2025 academic year who were selected using the Stratified Random Sampling technique. Research data was collected using the Student Attitude Scale towards Self-Injury which was prepared based on the Likert Scale model. The collected data was processed using descriptive analysis with the help of the Microsoft Excel program. The results of this research show that in general the attitude of SMPN 2 Padang students towards self-injury is in the low category. This means that students have a negative attitude towards self-injury. In other words, SMPN 2 Padang students tend not to behave self-injury. The discussion focuses on aspects of attitudes towards self-injury and the implications for Guidance and Counseling services.

Keywords : Teenager, Attitude, *Self-injury*, Counseling

PENDAHULUAN

Masa remaja dikategorikan sebagai masa transisi yang dialami anak-anak untuk mencapai usia dewasa, periode ini dimulai sekitar usia dua belas tahun sampai dengan usia dua puluh tahun (Santrock, 2003). Sebagai remaja, siswa sekolah menengah dihadapkan kepada berbagai perubahan yang terjadi pada diri, sebagai hasil dari transisi dari periode anak-anak menuju dewasa (Hariko, 2017). Pada masa ini biasanya remaja akan dihadapkan pada suatu masalah yang akan memicu respon emosional dalam diri remaja, respon emosional remaja saat menyelesaikan masalah dapat berupa respons positif atau respon negatif (Rina et al., 2021).

Beberapa remaja yang tidak mampu mengatasi masalahnya akan memunculkan efek negatif bagi remaja seperti emosi yang tidak stabil (Kholik & Adi, 2020). Sikap remaja melampiaskan emosi yang ada pada dirinya ketika mengalami permasalahan justru dengan cara menyakiti dirinya sendiri (*self-injury*) dan cara ini diyakini remaja dapat memberikan ketenangan sesaat dan mampu membebaskan remaja dari rasa sakit secara psikologis yang di alaminya (Estefan & Wijaya, 2014).

Sikap individu terhadap *self-injury* adalah tanggapan dan proses pengamatan dari individu yang bersumber pada pengalaman dan penilaian terhadap perilaku *self-injury*. Sejalan dengan itu, perilaku *self-injury* menurut Walsh (2012) adalah salah satu bentuk perilaku sosial negatif berupa menyakiti tubuh secara sengaja dan dilakukan sendiri meskipun tidak berniat untuk bunuh diri, dengan tujuan untuk mengurangi penderitaan atau tekanan psikologis. *Self-injury* merupakan masalah yang serius karena perilaku ini dapat merusak tubuh secara langsung dengan sengaja meskipun tanpa niat untuk mengakhiri hidup dan bukan merupakan prosedur yang dianggap legal menurut sosial maupun medis (Hidayati & Muthia, 2016). Menurut Whitlock (2009) bahwa perilaku *self-injury* sebagian besar dilakukan oleh remaja pada usia 14 hingga 16 tahun, akan tetapi ada juga individu yang melakukan tindakan ini dimulai ketika pada masa kanak-kanak dan masa dewasa. Selanjutnya, hal ini juga didukung oleh penelitian Veague & Collins (2009) memperlihatkan bahwa remaja merupakan kelompok yang berisiko tinggi melakukan *self-injury* dan bahkan lebih tinggi kemungkinannya dari pada kelompok dewasa.

Menurut Sornberger et al., (2012) banyak penelitian menemukan bahwa 14% sampai 24% remaja setidaknya pernah melakukan tindakan *self-injury* sekali dalam seumur hidupnya. Sejalan dengan itu penelitian yang dilakukan oleh Tarigan & Apsari (2021) bahwa lebih dari (36%) orang Indonesia pernah melukai diri sendiri, ini terutama ditemukan di kalangan remaja dengan kategori tinggi (45%) pernah melukai diri sendiri. Di beberapa negara, pelaku ini juga banyak terjadi pada remaja (Izzah & Ariana, 2022). Maka dari itu, tidak sedikit para remaja melakukan tindakan *self-injury*, hal ini disebabkan oleh pemahaman mengenai perilaku tersebut sangat minim.

Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Azwar (2021) bahwa individu akan melakukan sesuatu apabila ia menilai perbuatan tersebut positif atau malah sebaliknya. Dengan kata lain, seorang remaja akan melakukan tindakan *self-injury* jika remaja tersebut memiliki sikap positif terhadap tindakan *self-injury*. Sebaliknya, seorang remaja tidak akan melakukan tindakan *self-injury* apabila remaja tersebut memiliki sikap negatif terhadap tindakan *self-injury* itu sendiri. Dalam hal ini, Aronson et al., (2016) juga menjelaskan bahwa sikap mempengaruhi perilaku lewat suatu proses pengambilan keputusan yang akan di ambil. Remaja yang melakukan tindakan *self-injury* memiliki pengambilan keputusan yang didasarkan pada pertimbangan rasional baik dari segi afektif, kognitif dan behavioralnya dan berujung pada perilaku yang dimunculkannya. Adapun penyebab sikap remaja yang melakukan tindakan *self-injury* ini adalah kurangnya pemahaman tentang *self-injury* itu sendiri, hal ini disebabkan masa remaja dianggap masih belum mampu untuk mengambil keputusan dengan baik (Putri & Nusantara, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya masih tingginya sikap terhadap *self-injury* yang terjadi di Indonesia terutama terjadi di kalangan remaja. Sehingga kasus sikap remaja terhadap *self-injury* ini perlu menjadi perhatian, karena di era modernisasi ini setiap orang dapat bebas memposting dan menyebarkan apapun di internet, tindakan semacam ini juga bisa menjadi strategi perlindungan bagi anak remaja untuk menghilangkan rasa sakit yang diketahui oleh dirinya serta bisa memicu para remaja yang lain untuk melakukan hal yang serupa (Burcsova et al., 2015). Adapun sikap seseorang untuk melakukan tindakan *Self-injury* ini bisa juga disebabkan oleh beberapa faktor, menurut Azwar (2021) faktor-faktor yang mempengaruhi sikap seseorang yaitu pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan atau lembaga agama, dan emosional. Sikap terhadap *self-injury* mempunyai beberapa aspek yaitu aspek kognitif terhadap bentuk-bentuk *self-injury*, aspek afektif terhadap bentuk-bentuk *self-injury*, aspek konatif bentuk-bentuk *self-injury* (Aronson et al., 2016 & Walsh 2012).

Terlepas dari kenyataan terkini bahwa sikap terhadap *self-injury* adalah topik yang belum banyak diteliti dan hanya ada sedikit penelitian deskriptif yang membahas hal tersebut data saat ini di sikap terhadap *self-injury* di SMPN 2 Padang melibatkan besar sampel.

METODE

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan analisis deskriptif. Responden penelitian adalah siswa SMP Negeri 2 Padang pada tahun ajaran 2024/2025 sebanyak 263 siswa yang diperoleh dengan menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Data dikumpulkan melalui pengadministrasian skala sikap siswa terhadap *self-injury* disusun berpedoman pada model skala *likert* dengan lima alternatif respon. Data yang dikumpulkan diolah menggunakan analisis deskriptif. Pengolahan dan analisis data menggunakan bantuan *Microsof Excel*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Temuan penelitian berkenaan dengan sikap siswa terhadap *self-injury* dirangkum pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Sikap terhadap *Self-injury*

Kategori	Interval	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	≥ 131	0	0
Tinggi	106 – 130	6	2.3
Sedang	81 – 105	117	44.5
Rendah	56 – 80	115	43.7
Sangat Rendah	≤ 55	25	9.5
Jumlah		263	100

Berdasarkan Tabel 1, dapat dijelaskan bahwa meskipun sebagian besar responden berada pada kategori sedang (44,5%), skor tersebut tidak jauh berbeda apabila dibandingkan frekuensi responden yang berada pada pada kategori rendah (43,7%). Sementara itu, terdapat sedikit responden yang berada pada kategori tinggi (2,3%) dan kategori sangat rendah (9,5%). Hasil mengungkap data bahwa sebagian responden penelitian memiliki sikap netral dan negatif terhadap *self-injury*.

Berikutnya, untuk tujuan penarikan kesimpulan umum penelitian tentang sikap siswa SMPN 2 Padang terhadap *self-injury*, pada Tabel 2 berikut disajikan nilai salah satu koefesien kecenderungan pemusatan data , yaitu rata-rata ($\bar{x}$) dan penyebaran data, yaitu standar deviasi (σ) variabel (keseluruhan) maupun sub variabel penelitian.

Tabel 2. Sikap siswa SMPN 2 Padang terhadap *self-injury* (n=263)

No.	Sub Variabel	Skor							
		Ideal	Max	Min	Σ	$\bar{x}$	% $\bar{x}$	σ	Kat.
1.	Kognisi terhadap <i>self-injury</i>	50	40	12	6576	25.00	50.00	6.08	R
2.	Afeksi terhadap <i>self-injury</i>	55	40	15	7365	28.00	50.90	5.56	R
3.	Konasi terhadap <i>self-injury</i>	50	40	13	6689	25.43	50.86	5.59	R
Keseluruhan		155	118	42	20599	78.32	50.53	15.3	R

Keterangan:

Kat : Kategori

R : Rendah

Berdasarkan Tabel 2 dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan sikap siswa SMPN 2 Padang terhadap *self-injury* pada berada pada kategori rendah ($\bar{x}$ =78,32; %=50,5%). Konsisten

dengan hasil rata-rata keseluruhan, ketiga sub variabel juga berada pada kategori rendah dengan persen rata-rata yang hampir sama. Artinya, secara umum siswa SMPN 2 Padang memiliki sikap yang negatif terhadap *self-injury*. Dengan demikian, dapat juga dimaknai bahwa siswa SMPN 2 Padang cenderung tidak akan melakukan *self-injury*.

Hasil analisis deskriptif sikap siswa terhadap *self-injury* secara umum berada pada kategori rendah. Hal ini berarti sebagian siswa di SMPN 2 Padang memandang dan merasa secara negatif, serta cenderung tidak akan melakukan *self-injury*. Hal ini mungkin terjadi karena siswa SMPN 2 Padang memiliki konsep diri dan regulasi yang baik, memiliki support system, misalnya dari teman sebaya atau bahkan dari lingkungan keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Perwitasari et al., (2022) yang menyatakan bahwa jika anak yang memiliki relasi baik antar keluarga, seperti antara anak dan orangtua, antara anak dengan saudara maka akan memberikan dampak yang baik kepada anak seperti anak akan terbuka kepada orangtua terkait apa yang ia alami dan ia rasakan, sehingga anak mempunyai tempat untuk bercerita dan membuat anak akan terhindar dari perilaku *self-injury*. Menurut Wurisetyaningrum et al., (2024) yang menyatakan bahwa jika remaja tidak memiliki tempat untuk bercerita dan berkemungkinan semua permasalahan yang ia alami tidak terentaskan dengan baik, remaja bisa berkemungkinan untuk melakukan tindakan *self-injury*, karena remaja merasa jika dirinya tidak berguna dan tidak memiliki support system, sehingga memilih dirinya sebagai pribadi yang pasif dan menyebabkan remaja untuk melakukan tindakan *self-injury* sebagai solusi dari permasalahan yang remaja alami.

Berdasarkan penelitian Notoatmodjo (2010) bahwa sikap seseorang memiliki pengaruh besar dalam sebuah perilaku seseorang, begitupun dengan perilaku *self-injury*. Sikap remaja terhadap perilaku *self-injury* dapat menentukan apakah remaja tersebut setuju dengan adanya perilaku *self-injury* atau tidak. Apabila remaja memiliki pengetahuan, pandangan dan perasaan yang baik mengenai bahayanya *self-injury* seperti ia memandang ketika melakukan *self-injury* dapat membuat diri sendiri menjadi sakit, maka hal ini dapat mencegah siswa untuk tidak melakukan perilaku *self-injury* (Rachmadintha, 2022). Sejalan dengan hal ini, penelitian yang dilakukan oleh Rachmadintha (2022) menemukan bahwa setiap orang memiliki kesadaran diri masing-masing untuk tidak menyakiti dirinya. Jika orang tersebut mampu untuk mengontrol dirinya dan menjaga kesadaran pada dirinya, maka remaja tidak akan ada kecenderungan untuk berperilaku *self-injury*.

Berdasarkan pemaparan dari penelitian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa penyebab sikap remaja yang melakukan *self-injury*, biasanya disebabkan karena remaja yang sulit untuk mengontrol dan mengungkapkan emosinya dengan baik, remaja tersebut memilih untuk melampiaskannya dengan cara menyakiti dirinya sendiri, dengan harapan bisa merasa lega dan puas. Perilaku *self-injury* ini digunakan remaja sebagai salah satu bentuk strategi *coping* dalam mengatasi masalah psikologis yang dirasakan dengan tujuan terbentuknya keseimbangan emosional pada remaja (Rukmana, 2021). sejalan dengan hal ini, seseorang untuk melakukan tindakan *self-injury* juga bisa disebabkan oleh beberapa faktor, Menurut Azwar (2021) faktor-faktor yang mempengaruhi sikap seseorang yaitu pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan atau lembaga agama, dan emosional. Selanjutnya adapun bentuk-bentuk dari tindakan *self-injury* ini yaitu Walsh (2012) memotong, menggaruk dan menggoreskan tubuh dengan benda tajam, eksorisasi luka (luka yang sudah ada sebelumnya), memukul diri sendiri dengan menggunakan objek atau benda tertentu, membakar diri sendiri dengan menggunakan benda yang dapat membuat diri sendiri menjadi luka bakar, membenturkan kepala ke tembok sehingga membuat bagian kepala menjadi memar, menelan benda asing dan dapat menyebabkan kerusakan pada bagian anggota tubuh (Walsh, 2012).

Berdasarkan penjelasan tersebut maka hal ini perlu mendapatkan perhatian khusus. Karena jika tidak ditanggulangi dengan cepat akan membuat para remaja banyak yang mengalami sikap terhadap *self-injury*. Masalah psikologis yang ditimbulkan oleh sikap terhadap *self-injury* dikalangan remaja menjadikan bimbingan dan konseling memiliki peran penting untuk mengentaskan masalah tersebut. Bimbingan dan konseling hadir sebagai profesi profesional untuk memenuhi kebutuhan individu dalam memenuhi dirinya, lingkungannya, dan hal-hal lain yang relevan dengan kehidupannya (Hariko & Ildil, 2017). Sebagai pengampu layanan bimbingan dan

konseling di sekolah, konselor/guru BK bertanggung jawab menyelenggarakan berbagai pelayanan yang bersifat bantuan terhadap siswa sebagai upaya untuk mengentaskan permasalahan dan membantu perkembangan optimal siswa (Hariko, 2016). Maka dari itu, kebutuhan sekolah terhadap bimbingan dan konseling berperan penting seiring berjalannya waktu (Astuti et al., 2013). Menurut Prayitno (2012) layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan kepada siswa dalam meminimalisir terjadinya sikap terhadap *self-injury* pada siswa adalah berupa layanan informasi, konseling perorangan, konseling kelompok dan bimbingan kelompok.

Layanan informasi berperan penting untuk memberikan bekal kepada siswa dengan bermacam hal yang berguna untuk merencanakan, mengenal, serta mengembangkan pola kehidupan yg positif (Tanjung et al., 2018). Layanan Konseling perorangan merupakan salah satu layanan yang dilaksanakan untuk mengentaskan berbagai permasalahan yang dialami oleh konseli (Faturachman, 2018) Tujuan layanan ini yaitu memahami seluk beluk masalah yang sedang dihadapi siswa sehingga dapat dikembangkan persepsi dan sikap siswa tersebut demi terentaskannya masalah yang dihadapi. Layanan konseling ini dapat membantu siswa menjadi sadar akan tindakan atau peristiwa yang memicu perilaku *self-injury* dan mempelajari keterampilan mengatasi yang lebih baik sehingga siswa dapat membuat pilihan yang lebih sehat. Penelitian Nofiani & Hariko (2023) menemukan bahwa siswa memiliki minat yang tinggi untuk mengikuti konseling perorangan. Layanan konseling kelompok digunakan untuk pengembangan pribadi dengan tujuan membahas dan memecah masalah yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok (Prayitno et al., 2017). layanan konseling kelompok diyakini sangat efektif untuk diselenggarakan terhadap siswa, baik untuk pengentasan permasalahan pribadi yang muncul sebagai akibat dari perkembangan berbagai perilaku negatif ataupun tidak berkembangnya berbagai potensi positif siswa (Hariko, 2018, 2020; Hariko et al., 2021). Maka, layanan konseling kelompok ini berfungsi sebagai untuk pemecahan masalah yang dialami oleh siswa terkait sikap terhadap *self-injury* yang dilakukan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa secara umum sikap terhadap *self-injury* pada siswa SMPN 2 Padang berada pada kategori sedang. Ini berarti siswa SMPN 2 Padang masih menunjukkan sikap terhadap *self-injury* meskipun tidak dalam intensitas tinggi. Hal ini terjadi mungkin karena masih adanya yang belum bisa mengontrol diri dengan baik, adanya regulasi emosi yang rendah pada diri siswa, adanya rasa kesepian, merasa jika dirinya tidak berguna dan tidak memiliki support system, misalnya dari teman sebaya atau bahkan dari lingkungan keluarga. Tinjauan lebih lanjut terhadap aspek-aspek sikap terhadap *self-injury* menemukan bahwa aspek kognisi terhadap *self-injury*, afeksi terhadap *self-injury* dan konasi terhadap *self-injury* berada pada kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. (2005). *Attitudes, personality and behaviour*. McGraw-hill education (UK).
- Aronson, E., Wilson, T. D., Akert, R. M., & Sommers, S. R. (2016) *Social Psychology*. Singapore: Pearson Prentice Hall.
- Astuti, R. W., Nursalim, M., Pratiwi, T. I., & Nuryono, W. (2013). Pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling Untuk Merubah Persepsi Negatif Siswa Disekolah Menengah Atas Kabupaten Lamongan. *Journal Bimbingan Konseling*, 3(1), 271–280.
- Azwar, S. (2021). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: PustakaPelajar.
- Bresin, K., & Schoenleber, M. (2015). *Gender differences in the prevalence of nonsuicidal self-injury: A meta-analysis*. *Clinical psychology review*, 38, 55-64
- Buresova, I., Bartosova, K., & Cernak, M. (2015). *Connection between parenting styles and self-harm in adolescence*. *Proc media-Social and Behavioral Sciences*.
- Estefan, G., Wijaya, Y. D., & Esa, U. (2014). *Gambaran Proses Regulasi Emosi Pada Pelaku*. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 27
- Fatchurrahman, M. (2018). Problematik Pelaksanaan Konseling Individual. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 3(2), 25–30.

- Hariko, R. (2016). Ilmu Bimbingan dan Konseling, Nilai dan Kesejahteraan Individu: Studi Literatur. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 4(2), 118–123.
- Hariko, R. (2017). Landasan Filosofis Keterampilan Komunikasi Konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1). <https://doi.org/10.17977/um001v2i22017p041>
- Hariko, R., & Ildil, I. (2017). Analisis Kritik Terhadap Model Kipas; Konseling Intensif Progresif Adaptif Struktur. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(2), 109–117. <https://doi.org/10.29210/120500>
- Hariko, R. (2018). Are high school students motivated to attend counseling ? *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 3(1), 14–21. <https://doi.org/10.23916/0020180312210>
- Hariko, R. (2020). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Agentik untuk Meningkatkan Prilaku Prososial Siswa Sekolah Menengah Pertama. In *Energy for Sustainable Development: Demand, Supply, Conversion and Management*. Universitas Negeri Malang.
- Hidayati, F., Fanani, M., & Mulyani, S. (2021). *Prevalensi dan Fungsi Melukai Diri Sendiri pada Mahasiswa. Tantangan Pembelajaran KOMprehensif Untuk Mengembangkan Karakter Peserta Didik: Berdasarkan Pendekatan Psikologi Positif* *mprehensif Untuk Mengembangkan Karakter Peserta Didik : Berdasarkan Pendekatan Psikologi Positif*, 190– 197.
- Izzah, F. N., & Ariana, A. D. (2022). Hubungan Perceived Social Support dengan Perilaku Non-suicidal Self-Injury pada Remaja. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 70-77.
- Kholik, A., & Adi, W. (2020). Pengembangan Website Berbasis Cause Oriented Campaigns Untuk Menghindari Self-Harm Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(2), 81–87.
- Kurniawaty, R. (2012). *Dinamika psikologis pelaku self-injury (Studi kasus pada wanitadewasa awal)*. Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi: JPPP, 1(1), 13-22.
- Margaretha, A. A. (2019). *Gambaran Proses Regulasi Emosi Pada Pelaku Self-injury*. Jurnal Experientia, 7(2), 12-20.
- Myers, D.G. (2012). *Psikologi Sosial (Sosial Psychology)*. Edisi 10 Terjemahan Oleh Aliya Tusyani. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nofiani, D., & Hariko, R. (2023). Interest Of Student SMPN 1 Painan Following Individual Counseling. *Current Issues in Counseling*, 1(1).
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Perwitasari, Y., Meiyuntariningsih, T., & Ramadhani, H. S. (2023). Peran regulasi emosi terhadap kecenderungan self injury pada wanita di masa quarter life crisis. *Jurnal Penelitian Psikologi*
- Prayitno, P. (2012). Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling. *Padang: Universitas Negeri Padang*
- Prayitno, Afdal, Ildil, Ardi, Z., (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Putri, N. R., & Nusantara, E. (2020). 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(2), 139.
- Rachmadintha C. P. S. (2022). Hubungan antara self awareness dengan kecenderungan perilaku self injury pada dewasa awal. *Inner: Journal of Psychological Research*, 2(3).
- Rina, R. S., Nauli, F. A., & Indriati, G. (2021). *Gambaran Perilaku Self Injury dan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa*. Health Care: Jurnal Kesehatan, 10(2), 305-312.
- Rukmana, B. (2021). *Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Perilaku Self-injury Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Di Universitas Swasta Di Kota Pekanbaru*.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga
- Tanjung, R., Neviyarni., & Firman. 2018. Layanan informasi dalam peningkatan keterampilan belajar mahasiswa STKIP PGRI Sumatera Barat. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*. 3(2),155-164.<http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v3i2.3937>
- Tarigan, T., & Apsari, N. C. (2022). *Perilaku Self-Harm Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (Self-Harm or Self-Injuring Behavior By Adolescents)*. Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial, 4(2), 213

- Veague, H. B., & Collins, C. (2009). *Cutting and Self-harm*. Infobase Publishing. Google Scholar.
- Walsh, B. W. (2012). *Treating Self-Injury: A Practical Guide*. New York: The Guilford Press.
- Whitlock, J. (2009). *The Cutting Edge: Non-Suicidal Self-Injury in Adolescence*. Act For Youth Center Of Excellence, December 2009, 1–9.
- Wurisetyaningrum, C., Elmanora, E., & Zulfa, V. (2024). Analisis Faktor Perilaku Self-Injury Pada Remaja. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 2(3), 41-50.