



---

**PENGARUH HARGA DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU SELF INJURY PADA SISWA SMP NEGERI DI KECAMATAN TEMBALANG TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

**Nadia Rachma Putri<sup>1</sup> & Eko Nusantoro<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

Email: <sup>1</sup>nadiarachmaputrii@gmail.com; <sup>2</sup>ekonusanoro@ymail.com

---

**Abstract:** *This study aims (1) to know the level of self-esteem, (2) to know the tendency of self-injury behavior, and (3) to find out the effect of self-esteem on the tendency of self-injury behavior in state junior high school students in Tembalang District. The approach used in this study is a quantitative approach to the type of correlational research. Data collection techniques used were psychology scale with 24 items self-esteem scale instrument and 34 items self-injury behavior tendency scale. The population in this study were students of class VIII and XI state junior high school in Tembalang District with a total sample of 187 students who were determined purposively. Data analysis techniques used (1) quantitative descriptive analysis to describe the level of self-esteem and the tendency of self-injury behavior in students, (2) hypothesis testing with product moment analysis to determine the effect of self-esteem on the tendency of self-injury behavior. The results showed that self-esteem influences the tendency of self-injury behavior.*

**Keywords:** *self esteem; self injury; behavior; tembalang*

**Abstrak:** *Penelitian ini bertujuan (1) mengetahui gambaran tingkat harga diri, (2) mengetahui gambaran kecenderungan perilaku self injury, dan (3) mengetahui gambaran pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku self injury pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu skala psikologi dengan instrument skala harga diri sebanyak 24 item dan skala kecenderungan perilaku self injury sebanyak 34 item. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VIII dan XI SMP Negeri di Kecamatan Tembalang dengan jumlah sampel sebanyak 187 siswa yang ditentukan secara purposive. Teknik analisis data yang digunakan (1) analisis deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan tingkat harga diri dan kecenderungan perilaku self injury pada siswa, (2) uji hipotesis dengan analisis product moment untuk mengetahui pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku self injury. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri berpengaruh terhadap kecenderungan perilaku self injury.*

**Kata kunci:** *harga diri; self injury; perilaku; tembalang*

---

## **A. PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Monks (2006) menyatakan bahwa umumnya rentang usia remaja berlangsung pada usia 12 hingga 21 tahun. Pada masa remaja banyak perubahan yang terjadi karena masa remaja rentan terhadap perubahan perilaku dan rentan terhadap pengaruh lingkungan pergaulan baik fisik, psikis maupun sosial. Adanya perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja tentunya menimbulkan berbagai permasalahan terlebih masa remaja merupakan masa pencarian jati diri. Perubahan ini muncul dari berbagai segi, seperti: fisik, kognitif, sosial, dan psikologis.

Rosenblum & Lewis (dalam Santrock, 2007) menyatakan bahwa masa remaja awal merupakan masa dimana terjadinya perubahan emosi yang berlangsung sering. Dalam kondisi seperti ini, remaja bisa merasa menjadi orang yang sangat bahagia kemudian merasa menjadi orang yang sangat sedih. Akan tetapi, perubahan emosi yang berlangsung sering tidak diikuti oleh mengekspresikan perasaan dengan jelas serta pengelolaan emosi yang baik. Akibatnya, banyak remaja yang rentan mengalami depresi, kemarahan, kurang mampu meregulasi emosinya. Kirchner, *et al.* (dalam Muthia,dkk., 2015) menyatakan bahwa beberapa tanda stres pada remaja yaitu melukai diri sendiri, percobaan bunuh diri, dan bunuh diri.

Humphreys, dkk. (2015) menyatakan bahwa perilaku melukai diri sendiri atau yang lebih dikenal dengan *self injury* termasuk dalam kategori *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) yang berarti bahwa tindakan untuk melakukan kerusakan atau penghancuran pada jaringan tubuh yang disengaja tanpa adanya niat bunuh diri.

Walsh (dalam Humphreys, dkk., 2015) menyatakan bahwa *self injury* merupakan perilaku yang disengaja untuk menyakiti diri sendiri guna mengurangi penderitaan psikologis. Bentuk *self injury* yang umumnya terjadi yaitu seperti menggoreskan benda tajam pada tangan, menarik rambut, menggigit tangan/lengan sendiri, memukul diri sendiri, dan membenturkan kepala.

Pada bulan Oktober 2018, tercatat ada 152 siswa SMP melakukan aksi sayat tangan yang terjadi di beberapa daerah seperti Surabaya, Pekanbaru, dan Lampung Tengah. Di Surabaya terdapat 56 siswa yang melukai dirinya sendiri. Walikota Surabaya dalam [lampung.tribunnews.com](http://lampung.tribunnews.com) menyatakan bahwa peristiwa yang dialami oleh siswa SMP di Surabaya ini akibat depresi. Di Pekanbaru, KPAI bersama jajaran *cybercrime* kepolisian dalam [metro.tempo.co](http://metro.tempo.co) menyampaikan sebanyak 55 siswa melakukan sayat tangan yang dipicu oleh tayangan video melalui media sosial sebagai stimulus negatif anak melakukan aktivitas sehingga melukai diri mereka sendiri.

Selain Pekanbaru, fenomena siswa yang melakukan *self injury* juga terjadi di Lampung Tengah dimana terdapat 41 siswa yang terdapat luka sayat ditangan yang diduga fenomenanya hampir sama dengan yang terjadi di Pekanbaru. Siswa mengaku puas setelah menirukan adegan video menyakiti diri sendiri yang tersebar di media sosial. Beberapa alasan siswa merasa puas melakukan hal tersebut karena mereka tidak bisa menyampaikan emosinya dengan baik seperti rasa dendam kepada teman, kurang diperhatikan oleh orangtua hingga merasa selalu gagal.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Claes dkk. (2010), diketahui bahwa sebanyak 30,7% siswa melaporkan telah melakukan *self injury*. Perilaku yang paling umum dilakukan oleh pelaku *self injury* yaitu: 52% memotong bagian dirinya, 52,2% membenturkan kepala, 47,8% menggaruk parah, 41,3%

memukul dirinya sendiri. 71,6% mayoritas siswa yang melapor melakukan *self injury* menggunakan satu atau dua metode. Dalam penelitian ini, tidak ada perbedaan yang signifikan dalam proporsi pria dan wanita yang lapor telah melakukan *self injury*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa Guru BK SMP Negeri di Kecamatan Tembalang, terdapat permasalahan yang dialami oleh siswa siswa mengenai tindakan *self injury*. Pada umumnya, yang melakukan tindakan *self injury* adalah perempuan dan tindakan yang biasanya dilakukan adalah menyayat tangannya. Guru BK menemukan fenomena *self injury* di sekolah yaitu berdasarkan cerita dari siswa yang melakukan tindakan *self injury*. Ada siswa yang dengan sukarela menemui Guru BK untuk menceritakan hal-hal yang sedang dialami mulai dari hal yang menyebabkan ia melakukan *self injury* hingga perilaku yang telah dilakukan untuk menyakiti dirinya. Selain itu, Guru BK juga menemukan siswa yang terdapat goresan luka atau lebam di tangannya dan setelah Guru BK mencari tahu penyebabnya ternyata hal itu dilakukan saat siswa sedang merasa depresi atau stres.

Rizqi (2011) menyatakan bahwa individu yang melakukan *self injury* memiliki beberapa karakteristik, yaitu: tidak dapat menyampaikan emosi atau perasaannya, sangat tidak menyukai dirinya sendiri, mengalami depresi atau stress berat, mengalami kecemasan kronis, memiliki harga diri yang rendah, tidak merasa memiliki kemampuan dalam mengatasi masalah, sangat peka terhadap penolakan.

Perubahan yang terjadi pada masa remaja merupakan awal dari pembentukan harga diri yang sesuai dengan perkembangannya. Harga diri bukanlah suatu sifat bawaan yang tidak dapat diubah. Harga diri dipengaruhi

oleh berbagai faktor seperti suasana jiwa, kondisi kesehatan, penerimaan, penolakan, dan lain sebagainya. Maslow (dalam Alwisol, 2004) menyatakan bahwa individu dengan harga diri positif akan diterima, diapresiasi, dan mendapatkan penghargaan dari orang lain. Selain itu, ia memiliki kepuasan terhadap harga dirinya yang akan menimbulkan perasaan percaya diri, diri berharga, diri mampu, dan perasaan berguna. Sedangkan Story (dalam Baron dan Byrne, 2004) menyatakan bahwa seseorang dengan harga diri yang rendah mengingat peristiwa yang tidak menyenangkan dengan lebih baik untuk mempertahankan sebuah evaluasi diri yang negatif.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti memiliki ketertarikan untuk dapat mengetahui lebih mendalam mengenai keterkaitan antara harga diri dan kecenderungan perilaku *self injury*. Brausch & Muehlenkamp, 2007; Ross et al., 2009 (dalam Claes dkk., 2010) telah menemukan bahwa tingkat ketidakpuasan pada diri yang tinggi dikaitkan dengan NSSI pada remaja. Tingginya tingkat ketidaksukaan diri remaja yang memiliki kecenderungan NSSI mendukung gagasan tersebut bahwa NSSI dapat menjadi sarana untuk menghukum diri sendiri dan mengubah kebencian diri pada tubuh seseorang.

## **B. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif bersifat deskriptif korelasional dikarenakan menganalisis data-data numerikal dengan metode statistik menggunakan bantuan SPSS, untuk menggambarkan secara sistematis dan menyelidiki sejauh mana variabel satu berkaitan dengan variabel lain berdasarkan koefisien korelasi.

Variabel dalam penelitian ini yaitu harga diri sebagai variabel bebas (independent variable) dan kecenderungan perilaku self injury sebagai variabel terikat (dependent variable).

Subyek dalam penelitian ini ialah siswa kelas VIII dan XI SMP Negeri di Kecamatan Tembalang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan tidak memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi. Kriteria yang ditentukan dalam penelitian ini yaitu siswa yang memiliki kecenderungan perilaku *self injury* pada tingkat sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Hal ini dikarenakan terapat kriteria tertentu dalam menentukan sampel. Sampel yang digunakan yaitu 187 siswa yang berasal dari kelas VIII dan IX di SMP Negeri di Kecamatan Tembalang.

Pengumpulan data menggunakan skala psikologis yaitu skala harga diri dan skala kecenderungan perilaku self injury dengan jenis penskalaan respon skala likert. Skala yang digunakan untuk harga diri dan kecenderungan perilaku self injury disusun oleh peneliti dengan masing-masing item valid yaitu 24 item dan 34 item

Penghitungan reliabilitas menggunakan formula alpha ( $\alpha$ ). Skala harga diri memiliki reliabilitas 0,829 dan skala kecenderungan perilaku self injury memiliki reliabilitas 0,867. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi Pearson Product Moment. Teknik korelasi Pearson Product Moment dapat dilakukan setelah memenuhi syarat uji asumsi statistik yaitu uji normalitas dan uji linieritas.

### **C. PEMBAHASAN**

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang mayoritas memiliki tingkat harga diri berada pada

kategori sedang sebanyak 94 siswa dengan persentase 50%, 9 siswa memiliki harga diri pada kategori sangat tinggi dengan persentase 5%, 73 siswa memiliki harga diri pada kategori tinggi dengan persentase 39% dan sebanyak 11 siswa memiliki harga diri pada kategori rendah dengan persentase 6%. Berikut merupakan tabel untuk menggambarkan tingkat harga diri siswa pada tabel 1

**Tabel 1 Kategori Tingkatan Variabel Harga Diri**

No.	Kategori Tingkatan Persentase	Frekuensi		Kategori
		Frekuensi	Persentase	
1.	84% - 100%	9	5 %	Sangat Tinggi
2.	68% - 83%	73	39 %	Tinggi
3.	52% - 67%	94	50 %	Sedang
4.	36% - 53%	11	6 %	Rendah
5.	20% - 35%	0	0%	Sangat Rendah
<b>Jumlah</b>		<b>187</b>	<b>100 %</b>	
<b>Rata-Rata Kriteria</b>				<b>Sedang</b>

Sedangkan tingkat kecenderungan perilaku *self injury* sebanyak 13 siswa memiliki kecenderungan perilaku *self injury* pada kategori sangat tinggi dengan persentase 7%, 55 siswa memiliki kecenderungan perilaku *self injury* pada kategori tinggi dengan persentase 29%, dan 119 siswa memiliki kecenderungan perilaku *self injury* pada kategori sedang dengan persentase 64%. Untuk

menggambarkan tingkat kecenderungan perilaku *self injury* siswa maka akan digambarkan pada tabel 2 berikut:

**Tabel 2 Kategori Tingkatan Variabel Kecenderungan Perilaku *Self Injury***

No.	Kategori Tingkatan Persentase	Frekuensi		Kategori
		Frekuensi	Persentase	
1.	84% - 100%	13	7 %	Sangat Tinggi
2.	68% - 83%	55	29 %	Tinggi
3.	52% - 67%	119	64 %	Sedang
<b>Jumlah</b>		<b>187</b>	<b>100 %</b>	
<b>Rata-Rata Kriteria</b>				<b>Sedang</b>

Uji asumsi yang pertama yaitu uji normalitas data dilihat dari indeks *kolmogorov-smirnov* melalui Program SPSS Statistic versi 22. Hasil signifikansi *kolmogorov-smirnov* yaitu 0.214. Hasil signifikansi tersebut > 0.05 maka dapat dinyatakan bahwa data penelitian berdistribusi normal. Uji asumsi berikutnya yaitu uji linieritas data dilihat pada nilai signifikansi *Deviation of Linearity* melalui Program SPSS Statistic versi 22. Hasil signifikansi *Deviation of Linearity* yaitu 0.676. Hasil signifikansi tersebut > 0.05 maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel harga diri dengan kecenderungan perilaku *self injury*. Data penelitian telah memenuhi syarat untuk dilakukannya uji korelasi *product moment pearson*.



Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu “harga diri berpengaruh terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020” yang dianalisis menggunakan *product moment*. Dalam pengujiannya, peneliti menggunakan bantuan SPSS 22.0. Adapun hasil yang diperoleh dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3 Hasil Uji Korelasi *Product Moment*

Variabel	N	$r_x$	$r_y$	P
Harga Diri	187	1	-0,417	0,000
<i>Self injury</i>	187	-0,417	1	0,000

Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* pada tabel 4.7 dapat dilihat bahwa nilai  $r$  hitung menunjukkan nilai -0.417. Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan yang negatif sebesar 0,417 antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self injury*. Negatif dan signifikan disini diartikan apabila harga diri semakin tinggi maka kecenderungan perilaku *self injury* semakin rendah. Sebaliknya, apabila harga diri semakin rendah maka kecenderungan perilaku *self injury* semakin tinggi. Nilai koefisien korelasi yang ditemukan sebesar 0,417 termasuk pada kategori cukup kuat. Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini terdapat hubungan yang cukup kuat antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self injury*.

Untuk mengetahui lebih lanjut mengenai seberapa besar pengaruh dari tingkatan harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury*, akan dijelaskan pada tabel 4 berikut:

Tabel 4 Crosstabulasi Harga Diri dan Kecenderungan Perilaku *Self Injury*

**HARGA DIRI \* SELF INJURY Crosstabulation**

			SELF INJURY			Total
			3	4	5	
HARGA DIRI	2	Count	8	2	1	11
		% within HARGA DIRI	72.7%	18.2%	9.1%	100.0%
		% within SELF INJURY	6.7%	3.6%	7.7%	5.9%
	3	Count	65	26	3	94
		% within HARGA DIRI	69.1%	27.7%	3.2%	100.0%
		% within SELF INJURY	54.6%	47.3%	23.1%	50.3%
	4	Count	45	21	7	73
		% within HARGA DIRI	61.6%	28.8%	9.6%	100.0%
		% within SELF INJURY	37.8%	38.2%	53.8%	39.0%
	5	Count	1	6	2	9
		% within HARGA DIRI	11.1%	66.7%	22.2%	100.0%
		% within SELF INJURY	.8%	10.9%	15.4%	4.8%
Total	Count	119	55	13	187	
	% within HARGA DIRI	63.6%	29.4%	7.0%	100.0%	
	% within SELF INJURY	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	

Keterangan:

2: rendah      4: tinggi

3: sedang      5: sangat tinggi

Berdasarkan tabel 4 menampilkan tabulasi silang untuk mengidentifikasi dan mengetahui korelasi antara variabel harga diri dengan variabel kecenderungan perilaku *self injury*. Pada tabel 4 diketahui bahwa pada variabel harga diri tidak terdapat siswa yang memiliki tingkat harga diri dengan kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat harga diri yang berada pada kategori rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi.

Pada tabel tersebut diketahui bahwa siswa yang memiliki harga diri pada kategori rendah memiliki kecenderungan perilaku *self injury* sebesar 72,7% pada kategori sedang. Selanjutnya, siswa yang memiliki harga diri pada kategori sedang memiliki kecenderungan perilaku *self injury* sebesar 69,1% pada kategori sedang. Sedangkan siswa yang memiliki harga diri pada kategori tinggi memiliki kecenderungan perilaku *self injury* sebesar 61,6% pada kategori sedang. Dan siswa yang memiliki harga diri pada kategori sangat tinggi memiliki kecenderungan perilaku *self injury* sebesar 66,7% pada kategori rendah.

Selanjutnya untuk menguji signifikansi hubungan antara harga diri dengan kecenderungan perilaku *self injury*,  $r$  hitung dibandingkan dengan  $r$  tabel. Hasilnya nilai  $r$  hitung (0,417) <  $r$  tabel (0,113) dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan oleh peneliti yang berbunyi "harga diri berpengaruh terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020" dapat diterima.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Romas (2012) dengan hasil analisis korelasi yang menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara konsep diri dengan kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa. Dalam hal ini, harga diri merupakan sesuatu yang penting karena harga diri sebagai acuan citra diri yang memandang diri sendiri berdasarkan kemampuan atau penampilannya.

#### **D. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif signifikan antara harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020 dengan derajat korelasi cukup kuat. Negatif dan signifikan disini diartikan apabila harga diri semakin tinggi maka kecenderungan perilaku *self injury* semakin rendah. Sebaliknya, apabila harga diri semakin rendah maka kecenderungan perilaku *self injury* semakin tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press
- Baron, Robert A dan Donn Byrne. 2004. *Psikologi Sosial*. Jilid I Edisi X. Jakarta: Erlangga
- Claes, Laurance, dkk.. 2010. *Brief report: The association between non-suicidal self-injury, self-concept and acquaintance with self-injurious peers in a sample of adolescents*. *Journal of Adolescence*, 33 775-778
- Monks, F.J. 2006. *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta. Gadjah Mada University Press.
- Humphreys, Krystal D, dkk.. 2015. *Non-Suicidal Self-Injury: Cutting Through the Pain*. Makalah di presentasikan pada *Texas Counseling Association Conference*, November, 5, *Corpus Christi, TX*.
- Metro.tempo.co (2018, 6 Oktober). KPAI Duga Aksi Puluhan Siswa Sayat Tangan Dipicu Tayangan Ini. Diakses pada 24 Juli 2019, dari <https://www.google.co.id/amp/s/metro.tempo.co/amp/1133633/kpai-duga-aksi-puluhan-siswa-sayat-tangan-dipicu-tayangan-ini>
- Muthia, Elda Nabiela dan Diana Savitri Hidayati. 2015. *Kesepian dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Juni*, Vol. 2., No. 2

**NADIA RACHMA PUTRI & EKO NUSANTORO - PENGARUH HARGA DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU...**

Santrock, John W. 2007. *Remaja*. Jilid I. Jakarta: Erlangga

TribunLampung.co.id. (2018, 9 Oktober). *Terbaru, kasus siswa SMP sayat tangan ditemukan di Bandar Lampung, wali kota ingatkan etika*. Diakses pada 17 Juli 2019 dari <https://lampung.tribunnews.com/amp/2018/10/09/terbaru-kasus-siswa-smp-sayat-tangan-ditemukan-di-bandar-lampung-wali-kota-ingatkan-etika>

Rizqi, M Ilmi. 2011. *Pengaruh Kematangan Emosi terhadap Kecenderungan Perilaku Self injury pada Remaja*. Skripsi: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Romas, Muslimah Zahro. 2012. *Self-Injury Remaja Ditinjau dari Konsep Dirinya*. Jurnal Psikologi. Vol. 8, September hlm 40-51