

**GAMBARAN TINGKAT *SELF-ESTEEM* DAN KECENDERUNGAN
SELF-HARM PADA SISWA MTS X PONOROGO**

SKRIPSI



O l e h:

Sophan Auliaa Putra Miga

NIM. 303190045

Pembimbing:

MOHAMMAD ROZI INDRAFUDDIN, M.Fil.I

NIP. 197701222023211004

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) KIAI AGENG MUHAMMAD
BESARI PONOROGO
2026**

**GAMBARAN TINGKAT *SELF-ESTEEM* DAN KECENDERUNGAN
SELF-HARM PADA SISWA MTS X PONOROGO**

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi sebagian syarat-syarat guna memperoleh gelar sarjana
strata satu (S-1) pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Universitas Islam Negeri
Ponorogo



O l e h:

Sophan Auliaa Putra Miga

NIM. 303190045

Pembimbing:

MOHAMMAD ROZI INDRAFUDDIN, M.Fil.I

NIP. 197701222023211004

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) KIAI AGENG MUHAMMAD
BESARI PONOROGO
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sophan Auliaa Putra Miga
NIM : 303190045
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Gambaran Tingkat *Self-esteem* dan Kecenderungan *Self-harm* pada Siswa MTs X Ponorogo

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini tidak mengandung hal-hal sebagai berikut:

1. Bukan tulisan yang pernah dibuat untuk kepentingan ilmiah lain.
2. Skripsi ini adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain.
3. Skripsi yang saya buat ini bebas dari unsur-unsur plagiasi (tiruan) dari karya orang lain selain sumber kutipan yang telah tercantum.

Apabila dikemudian hari terdapat komplain dari pihak lain dan telah terbukti bahwa saya melanggar pernyataan ini. Maka saya sepenuhnya bertanggungjawab dan bersedia menerima sanksi.

Ponorogo, 25 Juni 2026

Peneliti,



Sopha Auliaa Putra Miga

NOTA PEMBIMBING

7/3/26, 5:37 AM

my.uinponorogo.ac.id/siakad-front/bimbingan/proposal?action=print

Kelola	Tanggal Bimbingan	Materi Bimbingan	Detail Materi Bimbingan	Catatan Revisi Bimbingan	Status
DISETUJUI	20 Mei 2025	Bab V	Lanjut ujian		Disetujui
DISETUJUI	19 Mei 2025	Bab V	Tambahkan lampiran pengisian angket 5-10 responden		Disetujui
DISETUJUI	15 Mei 2025	Bab V	1. Revisi kesimpulan		Disetujui
DISETUJUI	14 Mei 2025	Bab IV	Revisi penulisan		Disetujui
DISETUJUI	12 Mei 2025	Bab III	Revisi penulisan, lanjut ambil data		Disetujui
DISETUJUI	10 Mei 2025	Bab II	1. Revisi Penulisan2. Lanjut bab III		Disetujui
DISETUJUI	05 Mei 2025	Bab II	Perdalam teori		Disetujui
DISETUJUI	30 April 2025	Bab I	Revisi penulisan, lanjut bab II		Disetujui
DISETUJUI	28 April 2025	Bab I	1. Perjelas istilah asing2. Tambahkan kedua var...		Disetujui
DISETUJUI	24 April 2025	Bab I	1. Tambah sistematika penulisan 2. Semua halama...		Disetujui

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Sophan Auliaa Putra Miga
NIM : 303190045
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Gambaran Tingkat *Self-esteem* dan Kecenderungan *Self-harm* pada Siswa MTs X Ponorogo

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam Munaqosah.

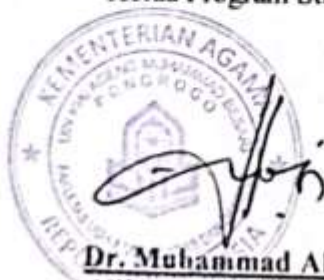
Ponorogo, 15 Mei 2025

Mengetahui,

Ketua Program Studi BPI

Menyetujui,

Pembimbing



Dr. Muhammad Ali, M.Pd.
NIP. 197505282009011008

Moh. Rozi Indratudin, M.Fil.I
NIP. 197701022023211004



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

PENGESAHAN

Nama : Sophan Auliaa Putra Miga
NIM : 303190045
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Gambaran Tingkat *Self-esteem* dan Kecenderungan *Self-harm* pada Siswa MTs X Ponorogo

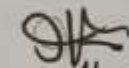
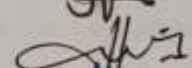
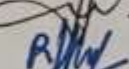
Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin, Ada dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Ponorogo pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 11 Maret 2026

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Bimbingan Penyuluhan Islam (S.Sos) pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 25 Juni 2026

Tim Penguji:

1. Ketua Sidang : Walida Asitasari, M.Psi. ()
2. Penguji I : Dr. Muhammad Ali, M.Pd. ()
3. Penguji II : Moh Rozi Indrafuddin, M.Fil.I ()

Ponorogo, 25 Juni 2026



Mengesahkan,
Dekan


Dr. Muh Tasrif, M.Ag.

NIP. 197401081999031001

SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sophan Auliaa Putra Miga

NIM 303190045

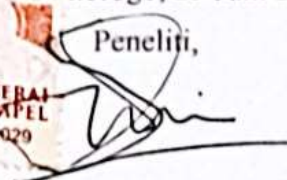
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Judul : Gambaran Tingkat *Self-esteem* dan Kecenderungan *Self-harm* pada Siswa MTs X Ponorogo

Dengan ini menyatakan bahwa naskah skripsi/tesis ini telah diperiksa dan disahkan oleh pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan UIN Ponorogo yang dapat diakses di etheses.uinponorogo.ac.id.

Adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut sepenuhnya menjadi tanggungjawab penulis.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, 25 Juni 2026
Peneliti,

Sophan Auliaa Putra Miga



MOTTO

خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ

“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia lainnya.”

(HR. Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni.).¹

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ، خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ اخِرَصٌ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ، فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ

“Seorang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada seorang mukmin yang lemah, namun pada masing-masingnya terdapat kebaikan.

Bersemangatlah untuk meraih apa yang bermanfaat bagimu, mintalah pertolongan kepada Allah, dan jangan loyo/malas. Apabila sesuatu menimpamu, janganlah berkata, ‘Seandainya dahulu aku berbuat demikian, niscaya akan begini dan begitu.’ Akan tetapi, katakanlah, ‘Itulah ketetapan Allah. Dan apa yang Dia inginkan, maka Dia kerjakan.’ Dikarenakan ucapan ‘seandainya’ itu akan membuka celah perbuatan setan.” (HR. Muslim).²

¹ Sulaiman bin Ahmad, Al-Mu'jam al-Awsath, hadis no. 5787

² Muslim, Sahih Muslim, Kitab al-Qadr, no. 2664.

ABSTRAK

Auliaa PM, Sophan, 2026. Gambaran Tingkat *Self-esteem* dan Kecenderungan *Self-harm* pada Siswa MTs X Ponorogo. **Skripsi.** Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Kiai Ageng Muhammad Besari Ponorogo. Pembimbing: Mohammad Rozi Indrafuddin, M.Fil.I

Kata Kunci: *Self-esteem, Self-harm, Remaja, Kuantitatif Deskriptif*

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang rentan terhadap munculnya berbagai persoalan psikologis, salah satunya *self-harm*. Perilaku ini perlu mendapat perhatian karena dapat berdampak pada kondisi emosional dan kesejahteraan remaja. *Self-esteem* diduga menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan munculnya *self-harm*, sehingga penting untuk mengetahui gambaran keduanya pada siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode survei. Subjek penelitian berjumlah 239 siswa yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner *self-esteem* dan *self-harm* yang disusun dalam skala Likert. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan mengelompokkan skor ke dalam kategori rendah, sedang, dan tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* siswa MTs X Ponorogo berada pada kategori rendah sebanyak 29 siswa (12,1%), kategori sedang sebanyak 191 siswa (79,9%), dan kategori tinggi sebanyak 19 siswa (7,9%). Sementara itu, tingkat *self-harm* berada pada kategori rendah sebanyak 31 siswa (13%), kategori sedang sebanyak 181 siswa (75,7%), dan kategori tinggi sebanyak 27 siswa (11,3%). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo sama-sama didominasi oleh kategori sedang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Tingkat *Self-esteem* dan Kecenderungan *Self-harm* pada Siswa MTs X Ponorogo”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) pada Program Studi S1 Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Ponorogo. Dengan penuh rasa hormat, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kepada Ibu Prof. Dr. Hj. Evi Muafiah, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Ponorogo.
2. Kepada Bapak Prof. Dr. Muh Tasrif, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Ponorogo.
3. Kepada Bapak Dr. Muhammad Ali, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri Ponorogo.
4. Kepada Bapak Mohammad Rozi Indrafuddin, M.Fil.I. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama penyusunan skripsi.
5. Kepada Ibu Walida Asitasari, M.Psi. selaku dosen yang telah banyak membantu, memberikan dukungan, serta menjadi sosok yang sangat berarti selama masa perkuliahan, peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala perhatian, bimbingan, dan motivasi yang telah diberikan.
6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi S1 Bimbingan Penyuluhan Islam yang telah memberikan ilmu dan dukungan selama perkuliahan.
7. Pihak lembaga dan responden penelitian yang telah membantu dalam proses pengumpulan data.

8. Orang tua dan keluarga yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan motivasi.
9. Teman-teman yang telah memberi semangat dan bantuan selama penyusunan skripsi.
10. Untuk diri sendiri, terima kasih atas ketekunan dan usaha yang terus dilakukan hingga skripsi ini terselesaikan.

Dalam penyusunan skripsi peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan peneliti demi kesempurnaan skripsi

Peneliti,

Sophan Auliaa Putra Miga



DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO.....	vii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL DAN GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Kegunaan Penelitian.....	5
E. Sistematika Pembahasan	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
A. Kajian Terdahulu.....	7
B. Landasan Teori.....	10
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Rancangan Penelitian	22
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	24
C. Instrumen Penelitian.....	28
1. Uji Validitas	30
2. Uji Reliabilitas	34
D. Lokasi, Populasi, dan Sampel	37
E. Tahap-Tahap Penelitian	39
F. Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN	43

A. Deskripsi Data.....	43
B. Hasil Analisis Data.....	45
C. Pembahasan.....	47
D. Kesimpulan Hasil.....	49
BAB V PENUTUP.....	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	53
BIOGRAFI PENULIS	56
LAMPIRAN.....	57



DAFTAR TABEL DAN GAMBAR

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kuesioner <i>Self-esteem</i>	27
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner <i>Self-harm</i>	28
Tabel 3.3 Skala Likert.....	30
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas <i>Self-esteem</i>	32
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas <i>Self-harm</i>	32
Tabel 3. 6 Item Valid dan Item Tidak Valid.....	34
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self-esteem</i>	36
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self-harm</i>	36
Tabel 3. 9 Kategori Koefisien Reliabilitas.....	37
Tabel 3. 10 Populasi Penelitian.....	39
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi MTs X Ponorogo.....	46



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fenomena kedaruratan psikologis pada remaja menjadi perhatian seluruh lapisan masyarakat. Salah satunya yaitu *self-harm* atau tindakan menyakiti diri sendiri dengan sengaja terutama pada remaja yang berakibat hingga kematian di seluruh dunia.³ Perilaku *self-harm* dapat berupa tindakan seperti menyayat atau melukai anggota tertentu pada tubuh seseorang, memukul diri sendiri, membenturkan tubuh dengan keras pada dinding atau benda keras lainnya, membakar badan, serta mengonsumsi zat berbahaya atau beracun.⁴

Masa remaja adalah periode perkembangan yang rawan terhadap munculnya perilaku *self-harm*, mengingat remaja tengah mengalami proses pembentukan kematangan dalam aspek mental, emosional, sosial, dan fisik, serta berada dalam fase transisi menuju tahap dewasa.⁵ *Self-harm* pada

³ Sukamto, F.I., Nasriati, R., Munawaroh, S. dan Rahayu, Y.D. (2024) "Pengaruh Edukasi Dengan Media Vidio Terhadap Kedaruratan Self Harm Pada Remaja Di Kabupaten Ponorogo," *Nursing Sciences Journal*, 8(2), hal. 1–23.

⁴ Insani, S.M. dan Savira, S.I. (2022) "Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku *Self-harm* Pada Remaja Perempuan," *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(02), hal. 439–454.

⁵ Ramadhany, A.G.P., Sulistyawati, S.D. dan Saelan (2023) "Hubungan Tingkat Depresi Dengan Gejala Self Harm Pada Remaja Di Universitas Kusuma Husada Surakarta," *Jurnal Psikologi*, hal. 1–8.

remaja sering dikaitkan dengan masalah negatif yang cukup serius seperti masalah isolasi sosial, kinerja akademis hingga penyakit depresi.⁶

Secara global, prevalensi perilaku *self harm* tergolong tinggi, yakni mencapai 17,2% pada kelompok remaja, 13,4% didewasa muda, dan 5,5% pada populasi umum atau masyarakat awam.⁷ Indonesia sendiri, didapatkan hasil penelitian YouGov Omnibus bulan Juni tahun 2019 bahwa lebih dari sepertiga penduduk, yaitu sebesar 36,9%, pernah melakukan tindakan melukai diri secara sengaja.⁸ Sebuah studi yang dilakukan di Jawa Timur, mencatat bahwa dari 255 remaja yang diteliti, 45,9% mengalami *self-harm* ringan dan 16,1% mengalami *self-harm* berat.⁹

Larsen, dalam Thesalonika mengungkapkan bahwa, perilaku *Self-harm* bukan lagi dinilai sebagai perilaku untuk mencari perhatian atau menunjukkan hanya perilaku meniru. Melainkan bisa jadi perilaku ini sebagai mekanisme *coping* (upaya kognitif dan perilaku untuk keluar dari tekanan) yang dipilih untuk menghilangkan kecemasan.¹⁰ Ada beberapa

⁶ Che, Y., dkk., "Association between school bullying victimization and *self-harm* in a sample of Chinese children and adolescents: The mediating role of perceived social support," *Frontiers in Public Health*, 10.

⁷ Suhartini, S., Wahyuningsih, T. dan Winarni, L.M. (2022) "Pengaruh Edukasi Self-Management Terhadap Pengetahuan *Self-harm* Dan Kecemasan Pada Remaja Di SMAN 20 Kabupaten Tangerang," *Nusantara Hasana Journal*, 2(6), hal. 70–75.

⁸ Widyawati, R.A. dan Kurniawan, A. (2021) "Pengaruh Paparan Media Sosial Terhadap Perilaku *Self-harm* Pada Pengguna Media Sosial Emerging Adulthood," *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*. hal. 120–128

⁹ Budiman M. Elyas Arif, Palupi, J., Yuhbaba Zidni Nuris, Suswati Wahyi Sholihah Erdah dan Amalia Zaitun (2024) "Kecemasan dengan perilaku *Self-harm* pada Remaja," *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 12(2), hal. 471–478.

¹⁰ Thesalonika Tarigan dan Nurliana Cipta Apsari, "Perilaku *Self-harm* atau Melukai Diri Sendiri yang Dilakukan Oleh Remaja, (*Self-harm or Self-Injuring Behavior By Adolescents*)," *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 4, no. 2 (2022). 219.

faktor yang mempengaruhi *Self-harm*, seperti faktor keluarga, biokimia, kepribadian dan psikologis.¹¹ Salah satu faktor psikologis yang signifikan memengaruhi perilaku ini adalah tingkat *Self-esteem* atau harga diri. Penelitian Hui Lei menunjukkan bahwa *Self-esteem* rendah dapat memprediksi perilaku *Self-harm* dimasa mendatang.¹² Menurut Rosenberg, *Self-esteem* merupakan evaluasi diri yang dilakukan secara umum, baik itu secara positif maupun secara negatif.¹³ Hal ini dikarenakan individu yang melakukan tindakan menyakiti diri sendiri sering kali telah kehilangan kemauan untuk mengatasi tekanan yang kemudian berujung pada matinya kekuatan batin dan kemampuannya untuk berfungsi secara efektif dan efisien dalam bermasyarakat.¹⁴

Di MTs X Ponorogo, hasil observasi awal dan selama peneliti menjadi pembina ekstrakurikuler, terdapat dua siswi yang melakukan perilaku *Self-harm* berupa menyayat pergelangan tangan menggunakan benda tajam. Kedua siswi tersebut berada pada jenjang dan waktu yang berbeda ketika didapati melakukan perilaku *Self-harm*. Hasil wawancara guru dengan siswi tersebut juga belum mendapatkan hasil mengenai kenapa

¹¹ Cindy M. Malumbot, dkk., “Studi Tentang Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Self Injury Dan Dampak Psikologis Pada Remaja,” *Psikopedia*, 1 (Desember 2020), 17.

¹² Hui Lei et al., “Relationships among *self-esteem*, depression and self-injury in adolescents: a longitudinal study,” *Frontiers in Public Health* 12, no. May (2024), 8.

¹³ Ibrahim Muhammad Hanifuddin et al., “hubungan antara social comparison dengan self esteem pada alumni SMA / sederajat yang menjalani gap year,” *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1, no. 1 (2021), 862.

¹⁴ Kamoru A. Tihamiyu, et. All, “Studi Korelasional Mengenai Harga Diri Dan Perilaku Melukai Diri Di Antara Mahasiswa Sarjana Di Negara Bagian Kwara, Nigeria,” *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 1 (Maret 2024), 80. (Terjemahan Google Translate)

siswi tersebut melukai diri sendiri. Munculnya perilaku *Self-harm* ini menjadi kekhawatiran bagi guru madrasah dan peneliti mengenai perilaku *Self-harm* yang bisa jadi ada lagi dan tidak terdeteksi.¹⁵

Temuan tersebut menjadi dasar penting untuk meneliti lebih lanjut gambaran tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa, sehingga hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi bagi pihak sekolah dan orang tua dalam upaya pencegahan perilaku *self-harm*.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas, selanjutnya rumusan masalah yang akan diteliti adalah:

1. Bagaimana tingkat *self-esteem* pada siswa MTs X Ponorogo?
2. Bagaimana tingkat *Self-harm* siswa di MTs X Ponorogo?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang penulis rumuskan, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat *self-esteem* siswa di MTs X Ponorogo.
2. Untuk mengetahui perilaku *self-harm* yang terjadi pada siswa di MTs X Ponorogo.

¹⁵ Observasi lapangan oleh penulis, aktivitas siswa-siswi mts x ponorogo, jawa timur, januari 2024.

3. Untuk mengetahui gambaran tingkat *self-esteem* dan *self-harm* siswa MTs X Ponorogo berdasarkan kategori rendah, sedang, dan tinggi.

D. Kegunaan Penelitian

Dalam melakukan sebuah penelitian, tentunya diharapkan dapat bermanfaat bagi banyak orang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat atau kegunaan sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Untuk menambah maupun memperkuat teori-teori yang sudah ada sehubungan dengan permasalahan yang diteliti saat ini, yakni berkaitan dengan *self-esteem* dan *self-harm*.
 - b. Sebagai suatu bahan untuk menambah wawasan dan wacana pustaka, baik ditingkat fakultas, institut atau universitas, maupun secara umum.
 - c. Sebagai salah satu sumber referensi untuk penelitian selanjutnya.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi Peneliti

Untuk meningkatkan pengetahuan, wawasan, sekaligus sebagai sarana pendalaman ilmu mengenai *self-esteem* dan perilaku *self-harm* pada remaja.

- b. Bagi Pihak Sekolah

Peneliti berharap, hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran, wawasan, tambahan informasi yang berkaitan dengan *Self-esteem* dan perilaku *Self-harm* pada remaja yang selanjutnya

dapat digunakan sebagai upaya preventif terhadap hal-hal yang tidak diinginkan.

c. Bagi Pembaca

Penelitian diharapkan dapat menjadi salah satu bahan wacana penambah ilmu, sekaligus dapat membantu penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *self-esteem* dan perilaku *self-harm* untuk menjadi lebih baik lagi.

E. Sistematika Pembahasan

Bab Pertama, adalah pendahuluan, yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab kedua, adalah landasan teori, terdiri dari kajian terdahulu dan landasan teori.

Bab ketiga, adalah jenis penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, populasi dan sampel, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Bab keempat, adalah deskripsi data, hasil analisis deskriptif, dan pembahasan.

Bab kelima, adalah kesimpulan dan saran.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Terdahulu

Dalam penulisan skripsi ini, peneliti melakukan penelusuran secara digital untuk memudahkan penulis dan memperjelas perbedaan kajian antara apa yang akan peneliti tulis dan penelitian-penelitian sebelumnya. Adapun penelitian yang peneliti temukan sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Nashihatuz Zahro dalam skripsi berjudul Pengaruh *Parent Attachment*, *Emotional Regulation* dan *Self-esteem* terhadap Perilaku *Self-Injury* pada Remaja tahun 2016. Penelitian ini menunjukkan bahwa keterikatan orang tua dan regulasi emosional memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku self-injury, dengan *self-esteem* berperan sebagai mediator. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja yang memiliki keterikatan yang baik dengan orang tua dan regulasi emosional yang tinggi cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih baik sehingga dapat menurunkan kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri.¹⁶ Penelitian ini relevan dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama membahas *self-esteem* dan perilaku *self-harm/self-injury* pada remaja. Perbedaanannya, penelitian tersebut juga

¹⁶ Nashihatuz Zahro, "Pengaruh *Parent Attachment*, *Emotional Regulation* dan *Self-esteem* Terhadap Perilaku Self Injury Pada Remaja," (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2016), 80.

memasukkan variabel *parent attachment* dan *emotional regulation* sebagai variabel tambahan.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Umi Purwanti dalam skripsi berjudul Hubungan Antara Harga Diri dan Kesepian dengan Perilaku *Self-harm* Remaja SMK tahun 2023. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dan kesepian dengan perilaku *self-harm* remaja SMK. Remaja yang memiliki kesepian lebih tinggi cenderung memiliki harga diri yang lebih rendah, sehingga berisiko lebih besar melakukan *self-harm*.¹⁷ Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu sama-sama menjadikan *self-esteem* sebagai variabel yang berkaitan dengan *self-harm*. Perbedaannya, penelitian tersebut menambahkan variabel kesepian, sedangkan penelitian penulis berfokus pada gambaran tingkat *self-esteem* dan *self-harm*.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Anggi Indriyani dalam skripsi berjudul Pengaruh *Self-esteem* dan Keharmonisan Keluarga terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-Injury* pada Remaja di Kota Tangerang tahun 2023. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* dan keharmonisan keluarga, maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa faktor keluarga berperan dalam pembentukan *self-esteem* remaja.¹⁸ Penelitian ini

¹⁷ Umi Purwanti, "Hubungan Antara Harga Diri Dan Kesepian Dengan Perilaku Self Harm Remaja Smk," (Skripsi, UIN Raden Mas Said Surakarta, 2023), 67.

¹⁸ Anggi Indriyani, "Pengaruh *Self-esteem* dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku Self- Injury Pada Remaja di Kota Tangerang," (Skripsi, UIN Walisongo, Semarang, 2023), 109.

relevan dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama membahas *self-esteem* dan perilaku *self-harm/self-injury*. Perbedaannya, penelitian ini memasukkan keharmonisan keluarga sebagai variabel tambahan, sedangkan penelitian penulis hanya memfokuskan pada tingkat *self-esteem* dan *self-harm*.

Keempat, penelitian dari Sharron Dharmawati dan Riana Sahrani, dalam jurnal yang diterbitkan oleh *journal of social and economic research* (JSER) dengan judul "Hubungan *Self-Compassion* dan *Self-esteem* pada *Emerging Adulthood* yang Pernah Melakukan *Self-harm*" pada tahun 2023. Dengan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-compassion* dan *Self-esteem*, di mana individu dengan tingkat *self-compassion* yang tinggi cenderung memiliki *Self-esteem* yang lebih baik, sehingga mengurangi kecenderungan untuk melakukan *Self-harm*.¹⁹ Penelitian ini memiliki kesamaan pada variabelnya yang sama-sama membahas *Self-esteem*. Perbedaan dengan penelitian penulis terletak pada *self-compassion* yang juga digunakan sebagai variabel tambahan. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan penulis fokus pada gambaran tingkat *Self-esteem* dan kecenderungan *Self-harm*.

Kelima, penelitian dari Nadia Rachma Putri dan Eko Nusantara, dalam jurnal yang diterbitkan oleh Jurnal Edukasi: jurnal bimbingan

¹⁹ Sharron Dharmawati dan Riana Sahrani, "Self-Compassion dan *Self-esteem* pada *Emerging Adulthood* yang Pernah Melakukan *Self-harm*," *JSER: Journal of Social and Economic Research* 5, no. 2 (2023): 1084.

konseling dengan judul "Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self-Injury* pada Siswa SMP" pada tahun 2020. Penelitian ini menemukan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara tingkat harga diri dan kecenderungan untuk melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Semakin tinggi harga diri siswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan perilaku tersebut.²⁰ Penelitian ini sangat relevan dengan penelitian kami karena sama-sama meneliti pengaruh harga diri terhadap perilaku *Self-harm*. Perbedaannya, fokus penulis adalah pada populasi di MTs X Ponorogo.

B. Landasan Teori

1. *Self-esteem*

a. Definisi *Self-esteem*

Menurut Rosenberg, *Self-esteem* (harga-diri) merupakan suatu evaluasi positif ataupun negatif terhadap diri sendiri (*self*).²¹ Sehingga, *Self-esteem* juga dapat dikatakan sebagai pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri. Secara umum, *Self-esteem* adalah pandangan positif atau negatif seseorang secara keseluruhan terhadap dirinya sendiri. *Self-esteem* juga dapat berhubungan dengan dimensi spesifik, seperti kemampuan kognitif, kemampuan bersosial, penampilan fisik, atau harga-diri kolektif/kelompok,

²⁰ Nadia Rachma Putri dan Eko Nusantara, "Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury Pada Siswa Smp Negeri Di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020," *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling* 6, no. 2 (29 Desember 2020): 139.

²¹ Ibrahim Muhammad Hanifuddin et al., "hubungan antara social comparison dengan self esteem pada alumni SMA / sederajat yang menjalani gap year," 863.

yaitu evaluasi akan kebernilaian suatu kelompok, dimana seseorang menjadi anggotanya. Contohnya adalah kelompok agama, kelompok etnis dan sebagainya.²²

Self-esteem tidak selalu mencerminkan persepsi sesuai dengan realitasnya. *Self-esteem* seorang remaja dapat mengindikasikan persepsi misalnya tentang apakah remaja tersebut menarik dan cerdas. Namun persepsi tersebut mungkin tidak sepenuhnya tepat. *Self-esteem* yang tinggi pada seseorang dapat merujuk pada persepsi yang akurat mengenai pandangan seseorang sebagai suatu pencapaian atau keberhasilan, namun juga dapat mengindikasikan keangkuhan, berlebihan dalam mengumbar dirinya, dan merasa lebih unggul dari yang lain.²³

b. Aspek-aspek *Self-esteem*

Rosenberg mengemukakan ada dua aspek dalam pengukuran *self-esteem*, yaitu *self-competence* dan *self-liking*. Aspek Pertama *self-competence*, merupakan penilaian bahwa diri mampu, memiliki potensi, efektif dan dapat dikontrol serta diandalkan. *Self-competence* merupakan hasil dari keberhasilan memanipulasi lingkungan fisik ataupun sosial yang berhubungan dengan realisasi

²² Wilis Srisayekti dan David A Setiady, "Harga-diri (*Self-esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar," *Jurnal Psikologi* 42, no. 2 (8 Agustus 2015): 143.

²³ John W. Santrock, *Perkembangan Masa-Hidup Edisi Ketigabelas Jilid I*, terj. Benedictine Wisdyasinta (Jakarta: Erlangga), 437.

dan pencapaian tujuan. Merasa memiliki kemampuan yang baik dan merasa puas dengan kemampuan diri sendiri.

Aspek kedua adalah *self-liking*, merupakan sebuah perasaan berharga individu akan dirinya sendiri dalam lingkungan sosial, apakah dirinya merupakan seseorang yang baik atau buruk. Hal ini merupakan nilai sosial yang dianggap berasal dari dalam diri, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, seperti merasamemiliki sejumlah kualitas diri yang baik, merasa diri sebagai orang yang berharga, merasa mampu melakukan hal-hal seperti kebanyakan orang lain lakukan

Mengutip dari Srisayekti dan Setiady, menurut pandangan Rosenberg, terdapat dua hal yang berperan dalam pembentukan *Self-esteem*, yaitu *reflected appraisals* (penilaian diri) dan *social comparisons* (komparasi sosial). Seseorang yang memiliki *Self-esteem* rendah memungkinkan memiliki kecenderungan menjadi rentan terhadap depresi, penggunaan narkoba, dan dekat dengan kekerasan.²⁴ *Reflected appraisal* memiliki makna bagaimana orang berpikir orang lain melihat mereka dalam situasi tersebut.²⁵ Sedangkan *social comparisons* memiliki arti suatu proses saling mempengaruhi dan saling bersaing dalam interaksi sosial yang

²⁴ Wilis Srisayekti dan David A Setiady, 143.

²⁵ Jan E. Stets dan Peter J. Burke, "*Self-esteem and identities*," *Sociological Perspectives* 57, no. 4 (2014): 420.

timbul karena adanya kebutuhan individu untuk menilai diri sendiri yang mana kebutuhan tersebut dapat terpenuhi ketika individu membandingkan dirinya dengan orang lain.²⁶

Felker dalam Indriyani, juga mengungkapkan beberapa aspek dalam *Self-esteem* sebagai berikut:

- 1) *Feeling of Belonging* adalah perasaan seorang individu yang merasakan bahwa dirinya adalah bagian dari suatu kelompok, dan diterima serta dihargai antar anggota kelompok tersebut. Perasaan diterima tersebut dapat menjadikan seseorang memiliki penilaian positif terhadap dirinya, sedangkan seorang individu yang tidak diterima atau diabaikan dalam suatu kelompok, dapat menimbulkan penilaian negatif pada individu tersebut.
- 2) *Feeling of Competence* adalah perasaan yang dirasakan oleh seorang individu mengenai keyakinan serta kemampuan yang dimiliki seorang individu pada suatu keberhasilan.
- 3) *Feeling of Worth* adalah suatu perasaan yang dirasakan oleh individu ketika merasa dirinya berharga atau tidak, seorang individu akan menampilkan perasaannya dengan pernyataan-

²⁶ Ibrahim Muhammad Hanifuddin et. al., "hubungan antara social comparison dengan self esteem pada alumni SMA / sederajat yang menjalani gap year," 863.

pernyataan yang pribadi seperti cantik, sopan, pintar, dan lain-lain.²⁷

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-esteem*

Mengutip dari Vivin Ariyanti dan Budi Purwoko, terdapat tujuh belas faktor yang dapat memengaruhi tingkat *Self-esteem* individu.²⁸ Diantaranya adalah:

- 1) Hubungan sosial
- 2) Bakat
- 3) Kesejahteraan psikologis
- 4) Emosi positif
- 5) Penggunaan media sosial
- 6) Kepuasan dalam menjalani hidup
- 7) Presentasi diri
- 8) Perasaan Malu
- 9) Hubungan dalam pertemanan
- 10) Masa kanak-kanak
- 11) Tekanan psikologis
- 12) Dukungan sosial
- 13) Partisipasi dalam olahraga
- 14) Hubungan interpersonal

²⁷ Anggi Indriyani, "Pengaruh *Self-esteem* dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku Self- Injury Pada Remaja di Kota Tangerang," 44.

²⁸ Vivin Ariyanti dan Budi Purwoko, "Faktor – Faktor yang Memengaruhi *Self-esteem* Remaja: Literature Review," *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6, no. 3 (2023): 366.

15) Manajemen emosi negatif

16) Kontrol terhadap peristiwa yang dialami

17) Perasaan kesepian

d. Dampak *Self-esteem* rendah

Self-esteem rendah atau harga diri yang rendah dapat memberikan berbagai dampak negatif pada individu. Menurut Nabila dkk. *Self-esteem* yang rendah telah menjadi bukti penyebab munculnya berbagai fenomena negatif dalam kehidupan remaja, seperti kecemasan, depresi, hingga bunuh diri.²⁹ Seseorang dengan *Self-esteem* yang rendah juga dapat mempengaruhi keterampilan berbicara,³⁰ dan juga dapat meningkatkan perilaku agresif remaja.³¹

2. Remaja

a. Definisi remaja

Masa remaja adalah masa transisi seseorang dari masa anak-anak menuju dewasa. Masa remaja terkadang juga dianggap sebagai perpanjangan masa anak-anak sebelum dewasa. Masa remaja adalah masa gejolak jiwa, masa transisi atau berada di

²⁹ Shintya Nabilla et al., "Tingkat *Self-esteem* Pada Remaja Sma / Smk," *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi Universitas Batam*, (2023) 124.

³⁰ Istiqamah dan Dyta Setiawati Hariyono, "Keterampilan Berbicara Siswa Dengan *Self-esteem* Rendah Di Smp Global Islamic Boarding School (Gibs) Barito Kuala," *Sastra dan Pembelajarannya* 10, no. 1 (2020), 76.

³¹ Ika Oktafia dan Maria Nugraheni Mardi Rahayu, "Hubungan Antara Harga Diri (Self Esteem) Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)," *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 3 (2024), 1649.

jembatan goyang yang menghubungkan masa kanak-kanak yang bergantung pada masa dewasa.³² Sedangkan menurut Ria dkk., Masa remaja merupakan tahap di mana seseorang melalui proses perkembangan menjadi dewasa. Remaja tidak lagi disebut anak-anak namun belum cukup matang untuk dikatakan dewasa.³³

Menurut WHO (*World Health Organisation*), yang dikutip oleh Jenny Oktarina, masa remaja memiliki rentang usia dari 10-19 tahun.³⁴ Sedangkan, menurut Hurlock, membagi tahap remaja sebagai masa remaja awal dengan usia antara 13-17 tahun dan masa remaja akhir usia antara 17-18 tahun. Masa remaja awal dan akhir menurut Hurlock mempunyai karakteristik yang tidak sama atau sinkron dikarenakan pada masa remaja akhir individu telah sampai pada pergantian pertumbuhan yang lebih mendekati dewasa.³⁵

b. Karakteristik remaja

Setiap fase penting dalam kehidupan, memiliki karakteristik berbeda-beda. Baik pada fase sebelumnya maupun sesudahnya. Pada fase ini, remaja sering dianggap sebagai periode yang penuh

³² Ermis Suryana dkk., "Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan," *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 4, (Agustus 2022), 1919.

³³ Dwi Ria et al., "Keharmonisan keluarga dan perilaku agresif pada remaja awal," *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi* 5, no. 01 (2024), 126.

³⁴ Jenny Oktarina, "Pelatihan Kader Kesehatan pada Remaja di SMAN 1 Sukamara Kalimantan Tengah," 163.

³⁵ Wilatus Fauzia, "Penyesuaian Diri Remaja Awal yang Tinggal di Pondok Pesantren," *Psikodinamika : Jurnal Literasi Psikologi* 3, no. 1 (2023): 28.

tantangan, baik bagi orangtuanya maupun remaja itu sendiri.³⁶ Tantangan itu berasal dari perilaku khusus yang biasanya terjadi pada masa remaja, antara lain, remaja mulai menyampaikan tentang kebebasannya dan juga haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri, mudah dipengaruhi oleh teman-temannya, adanya perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhannya maupun seksualitasnya, sering menjadi terlalu percaya diri dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasihat dan pengarahan orangtua.³⁷

3. *Self-harm*

a. Definisi *Self-harm*

Theory of personality yang dikemukakan Sigmund Freud mengungkapkan bahwa terdapat tiga konstruksi utama yang mempengaruhi kepribadian seseorang, yaitu id, ego, dan superego. Salah satu dari ketiga konstruksi utama yang membentuk kepribadian individu, yaitu ego, menghasilkan pemikiran logis yang biasanya dipakai dalam praktik keterampilan *problem solving* pada keseharian seseorang. Menurut buku *Theories of Developmental Psychology*, dalam teori Sigmund Freud, ego memiliki peran sebagai bentuk akal sehat dan rasionalitas. Ego

³⁶ Ismatuddiyanah, dkk., 'Ciri dan Tugas Perkembangan Pada Masa Remaja Awal dan Menengah Serta Pengaruhnya Terhadap Pendidikan,' *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 3, (2023), 27235.

³⁷ *Ibid.*

bertindak sebagai perantara diantara id dan lingkungan, dengan fungsi utama merubah tekanan insting id menjadi perilaku yang sesuai keadaan (Thesalonika dan Apsari, 2022).

Dalam keadaan ini, pemikiran logis yang dimiliki ego menggantikan dorongan instingtif dari id, *sedangkan* pemikiran realistis (proses sekunder) mengesampingkan fantasi atau halusinasi pemenuhan keinginan (proses primer). Pemikiran logis ini diaplikasikan dalam *problem solving*. Apabila *problem solving* seseorang baik, ego dapat mengendalikan id, sehingga tekanan negatif terhadap diri sendiri atau orang lain dapat dirubah dengan tindakan positif. Sebaliknya, jika kemampuan *problem solving* seseorang kurang efektif, ego mungkin memediasi id melalui perilaku negatif yang merugikan diri sendiri, seperti melukai diri (*self-harm*) atau bahkan melakukan tindakan bunuh diri (Thesalonika dan Apsari, 2022).

Menurut Knigge, perilaku *Self-harm* adalah suatu perbuatan menyakiti diri sendiri dengan tujuan untuk mengurangi atau menghilangkan sakit yang individu tersebut rasakan secara emosional yang mendalam ataupun keadaan yang sulit mereka hadapi.³⁸ Tindakan ini dapat berupa menyayat kulit atau cara lain

³⁸ Anggi Indriyani, "Pengaruh *Self-esteem* dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku Self- Injury Pada Remaja di Kota Tangerang," 25.

yang menyebabkan kerusakan fisik.³⁹ Individu yang melakukan *Self-harm* sering kali mengalami rendahnya tingkat harga diri. Ketika seseorang merasa tidak berharga atau kurang menghargai dirinya sendiri, mereka mungkin menggunakan *Self-harm* sebagai mekanisme untuk menghadapi tekanan emosional dan mental yang dirasakan. Hilangnya harga diri dapat menyebabkan gangguan dalam persepsi terhadap nilai diri, yang pada akhirnya mendorong mereka mencari rasa sakit fisik sebagai bentuk ekspresi atau pemenuhan emosional yang dianggap perlu.⁴⁰

Fenomena *Self-harm* juga sering disebut atau dipandang sebagai fenomena gunung es, di mana kasus yang belum terungkap jumlahnya sangat besar. Hal itu dikarenakan data-data yang ada belum bisa mengungkapkan fakta yang sebenarnya terjadi. Fenomena ini disebabkan oleh sulit diadakannya survei dan sulitnya peneliti memperoleh jumlah data yang sebenarnya.⁴¹

b. Faktor dan bentuk *Self-harm*

Whitlock dalam Fatya Mellysani dkk. mengungkapkan, *Self-harm* terjadi karena faktor mekanisme pertahanan diri dalam

³⁹ Yuarini Wahyu Pertiwi, "Self Esteem dengan Kecenderungan Self Injury pada Mahasiswa yang Mengalami Putus Cinta," *Social Philanthropic* 1, no. 2 (31 Desember 2022), 10.

⁴⁰ Salsabila Rahma et al., "Konseling REBT untuk Meningkatkan *Self Love* pada Pelaku *Self-harm*," *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, no. 1 (2024), 66.

⁴¹ Tarigan dan Apsari, "Perilaku *Self-harm* Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (*Self-harm* or Self-Injuring Behavior By Adolescents)," *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 4, No. 2 (2022), 217."

strategi *coping* yang negatif.⁴² perilaku *Self-harm* ini juga disebabkan oleh faktor biologis, seperti kesulitan dalam mengendalikan pikiran dan perasaan emosional, perasaan terjebak, tidak berharga, kesulitan dalam ekspresi emosi, perasaan kosong, dan kesulitan dalam mengatasi kehilangan orang yang dicintai, keinginan untuk mendapatkan perhatian, serta tekanan.⁴³

Mengutip dari Kusuma Dewi, ditemukan berbagai macam bentuk dari *Self-harm* seperti: mengiris atau menyayat kulit, memperparah kondisi medis dengan tidak mengikuti anjuran pengobatan, pikiran menyalahkan diri sendiri, memukul diri, membentur-benturkan kepala, menyetir dengan ceroboh serta keluar dari pekerjaan dengan sengaja.⁴⁴

c. Keterkaitan *Self-esteem* dengan *Self-harm*

Secara teoritis, *self-esteem* memiliki keterkaitan dengan perilaku *self-harm* pada remaja. *Self-esteem* yang rendah dapat membuat individu memandang dirinya secara negatif, merasa tidak berharga, serta kurang mampu menghadapi tekanan yang dialami. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kerentanan individu untuk

⁴² Sy Elsa, Ruwaida Tri, dan Umari Donal, "Analisis Perilaku *Self-harm* pada Siswa SMPN 17 Pekanbaru dan Implementasinya Dalam Bimbingan Konseling" 1, no. 2 (2024), 82.

⁴³ Fatya Mellysani Safira dan Abi Fa'izzarahman Prabawa, "Konsep Teori Hubungan Resiliensi dan Religiositas Dengan Perilaku *Self-harm* Pada siswa" *Social, Humanities, and Educational Studies* 7, no. 3 (2024), 627.

⁴⁴ A.F Kusumadewi, B.H. Yoga, dan S.H Ismanto, "*Self-harm* Inventory (Shi) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku *Self-harm*," *Jurnal Psikiatri Surabaya* 8, no. 1 (2019): 21.

menyalurkan emosi negatif melalui perilaku yang merugikan diri sendiri, salah satunya *self-harm*.⁴⁵

Pada remaja, *self-harm* sering muncul sebagai bentuk respons terhadap tekanan emosional, kesulitan dalam pengelolaan masalah, dan perasaan tidak mampu mengatasi keadaan yang dihadapi. Dalam konteks ini, *self-esteem* menjadi salah satu faktor psikologis yang penting karena individu yang memiliki penilaian positif terhadap dirinya cenderung lebih mampu menerima diri, mengendalikan emosi, dan mencari cara yang lebih adaptif dalam menghadapi masalah. Sebaliknya, *self-esteem* yang rendah sering dikaitkan dengan kecenderungan yang lebih besar terhadap perilaku *self-harm*.⁴⁶

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa *self-esteem* dan *self-harm* memiliki hubungan teoretis yang penting untuk dikaji. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus untuk menggambarkan tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo.

⁴⁵ Sharron Dharmawati dan Riana Sahrani, "Self-Compassion dan *Self-esteem* pada Emerging Adulthood yang Pernah Melakukan *Self-harm*," 1090.

⁴⁶ Nadia Rachma, "Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury Pada Siswa Smp Negeri Di" (Skripsi, UNNES, 2020), 84.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian atau *research* berasal dari bahasa Prancis Kuno yaitu *recherche* atau *recherchier* yang artinya menggabungkan kata “*re*” dan “*cercier*” yang dapat dijabarkan dalam sebuah arti menemukan atau mencari.⁴⁷ Yusuf Muri, merujuk pada Shuttleworth, mendefinisikan penelitian sebagai suatu kegiatan yang bertujuan untuk mengumpulkan data, informasi, dan fakta-fakta dari lapangan guna mendorong perkembangan ilmu pengetahuan.⁴⁸ Dalam menjalankan sebuah penelitian, diperlukan ketelitian dan ketepatan dalam analisis, sehingga pemilihan metode penelitian harus selaras dengan objek yang akan diteliti. Tujuan dari hal ini adalah untuk memperoleh data yang valid, sehingga penelitian dapat diuji serta dipertanggungjawabkan kebenarannya.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono, Pendekatan kuantitatif adalah salah satu metode penelitian yang dirancang secara sistematis, terstruktur, dan terencana dengan jelas. Prosesnya sudah ditentukan sejak tahap awal

⁴⁷ Muri Yusuf, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2014), 25.

⁴⁸ *Ibid.*

penelitian hingga penyusunan desain penelitian, termasuk penetapan tujuan penelitian, identifikasi subjek, penentuan objek penelitian, sampel untuk data penelitian, sumber data penelitian, dan metodologi penelitian termasuk pengumpulan data dan analisis data. Sugiyono juga menggambarkan bahwa disebut penelitian dengan metode kuantitatif ini dikarenakan data dalam penelitian berupa angka-angka atau skor tertentu dan hasil analisis yang menggunakan statistik.⁴⁹

2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif. Penelitian kuantitatif deskriptif merupakan desain penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan data yang telah dikumpulkan secara sistematis melalui angka-angka dan analisis statistik deskriptif.⁵⁰ Dalam penelitian ini pendekatan tersebut digunakan untuk menggambarkan tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei. Metode survei merupakan teknik pengumpulan data primer yang dilakukan melalui pertanyaan tertulis kepada responden.⁵¹ Dalam penelitian ini, kuesioner dipilih sebagai teknik pengumpulan data

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013), 16.

⁵⁰ Nurul Aziza, dkk., *Metodologi Penelitian I*, (Bandung: Media Sains Indonesia, 2023), 165.

⁵¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 56.

karena sesuai untuk memperoleh data secara langsung, sistematis, dan efisien dari responden

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel Penelitian

Secara teoritis, variabel merupakan atribut atau sifat yang dimiliki objek penelitian dan ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi dan kesimpulan.⁵² Variabel dalam penelitian mencakup segala aspek yang dapat ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari guna memperoleh informasi dan menarik kesimpulan. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu *self-esteem* dan *self-harm*. Kedua variabel tersebut akan dideskripsikan tingkatnya berdasarkan hasil pengisian kuesioner oleh responden.

2. Definisi Operasional Variabel

Menurut Syofian Siregar yang dikutip dari Koentjaraningrat, definisi operasional variabel merupakan suatu penjelasan yang didasarkan pada hal-hal berupa karakteristik yang dapat diobservasi dari apa yang dijabarkan, dengan kata lain adalah suatu bentuk operasional dari variabel penelitian yang digunakan.⁵³ Dalam penelitian ini berjudul “Hubungan Tingkat *Self-esteem* Terhadap Perilaku *Self-harm* di MTs X

⁵² *Ibid*, 67.

⁵³ Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS* (Jakarta: Kencana, 2017), 110.

Ponorogo”, yang artinya terdiri dari dua variabel yaitu *Self-esteem* dan *Self-harm*.

a. Definisi Operasional *Self-esteem*

Variabel *self-esteem* dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek *self-competence* dan *self-liking* yang dikemukakan oleh Rosenberg. *Self-competence* berkaitan dengan penilaian individu terhadap kemampuan diri, sedangkan *self-liking* berkaitan dengan penerimaan dan penghargaan individu terhadap dirinya sendiri. Adapun indikatornya meliputi kepuasan terhadap diri sendiri, kemampuan mengerjakan sesuatu seperti orang lain, merasa sebagai orang yang sukses, dan menerima keadaan diri sendiri.⁵⁴

Selain itu, variabel *self-esteem* dalam penelitian ini diukur menggunakan Rosenberg Self Esteem Scale (RSES). Menurut Schmitt dan Allik dalam Alda Hariza, RSES merupakan alat ukur *self-esteem* yang bersifat unidimensional atau global. Alat ukur ini menilai *self-esteem* secara menyeluruh, bukan pada aspek-aspek tertentu secara terpisah. RSES terdiri dari 10 item pernyataan dan merupakan salah satu alat ukur yang paling sering digunakan untuk mengukur *self-*

⁵⁴ Hariza, “Pengaruh (Perceived) Social Support Terhadap Self Esteem Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi,” (Skripsi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021), 15.

esteem karena telah diuji validitas dan reliabilitasnya di 53 negara, termasuk Indonesia, serta terbukti mampu mengukur *self-esteem* secara global.⁵⁵

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kuesioner *Self-esteem*

Teori	Indikator	No. Item		Σ
		<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
<i>Self-esteem</i> Rosenberg	<i>Self-competence</i>	3, 4, 7	5, 9	5
	<i>Self-liking</i>	1, 10	2, 6, 8	5
Total		10	5	5

b. Definisi Operasional *Self-harm*

Variabel *Self-harm* pada penelitian ini diukur berdasarkan aspek yang dikemukakan Knigge dalam Anggi Indriyani, pelaku perilaku *Self-harm* memiliki karakteristik seperti:

- 1) Memiliki perasaan tidak suka terhadap dirinya sendiri
- 2) Cenderung menekan kemarahan
- 3) Mengalami perilaku merusak diri sendiri atau depresi
- 4) Terus-menerus menderita kecemasan
- 5) Merasa tidak memiliki kemampuan dalam menyelesaikan masalah.⁵⁶

Penelitian ini akan menggunakan ketentuan jika semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi juga kecenderungan perilaku *self-harm* pada subjek. Sebaliknya, jika

⁵⁵ Hariza, "Pengaruh (Perceived) Social Support Terhadap Self Esteem Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi," 35.

⁵⁶ *Ibid*, 29.

skor yang diperoleh semakin rendah maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self-harm* pada subjek.

Penelitian ini menggunakan ketentuan bahwa semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula kecenderungan perilaku *self-harm* pada subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self-harm* pada subjek.

Pengukuran *self-harm* dalam penelitian ini menggunakan skala yang disusun berdasarkan karakteristik perilaku *self-harm* menurut Knigge. Alat ukur ini terdiri dari 40 item pernyataan.⁵⁷

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner Self-harm

Teori	Indikator	No. Item		Σ
		<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
<i>Karakteristik Perilaku Self- Injury</i>	Memiliki perasaan tidak suka terhadap dirinya sendiri	1, 2, 3, 4	6, 7, 8, 10	8
	Cenderung untuk menekan kemarahan	5, 9, 12, 14	11, 13, 15, 17	8
	Merasa tertekan dan melakukan hal yang merugikan diri sendiri	16, 18, 20, 22	19, 21, 23, 25	8
	Terus menerus menderita akibat kecemasan	26, 28, 29, 30	31, 34, 35, 36	8
	Merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah	27, 32, 38, 40	33, 37, 39, 24	8
Total		20	20	40

⁵⁷ Indriyani, "Pengaruh Self- Esteem Dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku Self- Injury Pada Remaja Di Kota Tangerang," 67.

C. Instrumen Penelitian

Seorang peneliti menggunakan instrumen penelitian guna pengumpulan data penelitian. Data-data yang diperlukan dalam penelitian ini antara lain:

1. Data tentang jumlah siswa-siswi MTs X Ponorogo Tahun Ajaran 2023/2024 yang selanjutnya menjadi populasi penelitian yang berupa deskripsi data.
2. Data tentang *Self-esteem* siswa-siswi MTs X Ponorogo yang berupa hasil dari penyebaran kuesioner yang telah di isi oleh responden.
3. Data tentang *Self-harm* siswa-siswi MTs X Ponorogo yang berupa hasil dari penyebaran kuesioner yang telah di isi oleh responden.

Instrumen penelitian adalah alat atau media yang digunakan oleh peneliti untuk mempermudah proses pengumpulan data yang relevan dengan penelitian yang dilakukan. Instrumen ini dapat berupa kuesioner, wawancara, observasi, atau berbagai metode lainnya yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian guna memastikan validitas dan akurasi data yang diperoleh.⁵⁸ Instrumen berfungsi untuk memastikan data yang diperoleh dalam penelitian bersifat akurat dan valid. Dalam penelitian ini, proses pengujian data dilakukan dengan menggunakan skala sebagai metode analisis. Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala Likert. Sugiyono dalam Muhammad Fadhil menjelaskan, Skala Likert digunakan oleh peneliti untuk mengukur fenomena sosial, opini, atau

⁵⁸ Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*, 25.

persepsi individu. Skala ini terdiri dari dua jenis pernyataan, yaitu pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*), yang memungkinkan analisis lebih mendalam terhadap sikap atau pandangan responden. Pada penelitian ini, jenis instrumen yang digunakan oleh peneliti adalah kuesioner dengan ketentuan penilaian sebagai berikut:⁵⁹

Tabel 3.3 Skala Likert

Kode	Keterangan	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS	Sangat Setuju	(4)	(1)
S	Setuju	(3)	(2)
TS	Tidak Setuju	(2)	(3)
STS	Sangat Tidak Setuju	(1)	(4)

Instrumen penelitian *self-esteem* ini disusun dengan cara adopsi berdasarkan penelitian Hariza,⁶⁰ dan instrumen penelitian *self-harm* dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian Anggi Indriyani yang telah disesuaikan dari instrumen sebelumnya oleh Anggi Indriyani,⁶¹

Setelah kuesioner penelitian selesai disusun, langkah berikutnya adalah menguji instrumen penelitian untuk menentukan validitas dan

⁵⁹ Muhammad Fadhil, "Pengaruh Pembiayaan Modal Kerja Terhadap Pendapatan Usaha Mikro, Kecil dan Menengah pada Koperasi Syariah Mitra Niaga," *Skripsi* (UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2019), 40.

⁶⁰ Hariza, "Pengaruh (Perceived) Social Support Terhadap Self Esteem Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi," 36.

⁶¹ indriyani, "Pengaruh Self- Esteem Dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku Self- Injury Pada Remaja di Kota Tangerang," 73.

reliabilitas setiap item yang ada. Pengujian ini bertujuan memastikan bahwa kuesioner dapat mengukur variabel yang diteliti secara akurat dan konsisten.

1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono, Validitas merupakan alat ukur atau metode pengujian yang digunakan untuk menentukan keakuratan suatu instrumen dalam memperoleh data dan mengukur suatu variabel. Sebuah instrumen dianggap valid jika mampu mengukur dengan tepat sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan.⁶² Teknik uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui pendekatan *pearson product moment*, yakni sebagai berikut:

Rumus 3.1 *Pearson Product Moment*

$$r_{xy} = \frac{N(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien Validitas Instrumen

N : Jumlah Subjek

X : Nilai X

Y : Nilai Y

$\sum X$: Jumlah Nilai X

$\sum Y$: Jumlah Nilai Y

$\sum X^2$: Jumlah Kuadrat Nilai X

$\sum Y^2$: Jumlah Kuadrat Nilai Y

⁶² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 175.

Pada penelitian ini, pengujian validitas menggunakan aplikasi *SPSS Statistic 26*. Pada masing-masing item pernyataan dapat dinyatakan valid apabila hasil r hitung lebih besar daripada r tabel. Begitupula sebaliknya, apabila hasil r hitung lebih kecil daripada r tabel maka item pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid. Untuk uji validitas pada penelitian ini menggunakan jumlah sampel $N = 239$ dan df (*degree of freedom*, $N-2$) = 237. Hasil r tabel dari penelitian ini yakni 0,127 dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Berikut hasil uji validitas penelitian ini: Berikut hasil uji validitas penelitian ini:

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas *Self-esteem*

No. Item	Sig. (2 Tailed)	<i>Pearson Corelation</i>	Status Item
1	0,000	0,360	Valid
2	0,000	0,513	Valid
3	0,000	0,431	Valid
4	0,000	0,429	Valid
5	0,000	0,556	Valid
6	0,000	0,513	Valid
7	0,000	0,523	Valid
8	0,000	0,587	Valid
9	0,000	0,393	Valid
10	0,000	0,565	Valid

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas *Self-harm*

No. Item	Sig. (2 Tailed)	<i>Pearson Corelation</i>	Status Item
1	0,000	0,516	Valid

2	0,000	0,572	Valid
3	0,000	0,545	Valid
4	0,000	0,541	Valid
5	0,000	0,587	Valid
6	0,000	0,321	Valid
7	0,000	0,347	Valid
8	0,000	0,392	Valid
9	0,000	0,580	Valid
10	0,000	0,434	Valid
11	0,000	0,422	Valid
12	0,000	0,639	Valid
13	0,001	0,205	Valid
14	0,000	0,549	Valid
15	0,000	0,234	Valid
16	0,000	0,581	Valid
17	0,012	0,162	Valid
18	0,000	0,554	Valid
19	0,000	0,292	Valid
20	0,014	0,159	Valid
21	0,000	0,344	Valid
22	0,000	0,537	Valid
23	0,000	0,397	Valid
24	0,000	0,358	Valid
25	0,005	0,180	Valid
26	0,000	0,551	Valid
27	0,000	0,547	Valid
28	0,000	0,571	Valid
29	0,000	0,417	Valid
30	0,000	0,542	Valid
31	0,000	0,421	Valid

32	0,000	0,588	Valid
33	0,000	0,399	Valid
34	0,000	0,454	Valid
35	0,000	0,380	Valid
36	0,000	0,365	Valid
37	0,015	0,157	Valid
38	0,022	0,148	Valid
39	0,003	0,191	Valid
40	0,000	0,568	Valid

Berdasarkan tabel 3.4, dan 3.5 diperoleh data mengenai hasil kuisioner, yaitu:

Tabel 3. 6 Item Valid dan Item Tidak Valid

Variabel	Item Valid	Item Tidak Valid
<i>Self-esteem</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	0
<i>Self-harm</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40	0
Total	50 item	0 item

Dari 50 item pernyataan yang diuji terhadap 239 responden, seluruhnya dinyatakan valid. Dengan demikian, semua item pernyataan tersebut dapat digunakan dalam penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Siregar, reliabilitas merupakan metode untuk mengukur konsistensi suatu instrumen penelitian. Pengujian reliabilitas bertujuan untuk memastikan bahwa hasil pengukuran tetap stabil dan menghasilkan data yang sama apabila dilakukan lebih dari satu kali dalam kondisi yang serupa.⁶³ Instrumen penelitian dianggap reliabel jika, ketika digunakan berulang kali untuk mengukur objek yang sama, hasil yang diperoleh tetap konsisten. Dengan kata lain, instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang stabil dan dapat dipercaya dalam setiap pengukuran yang dilakukan dalam kondisi serupa.⁶⁴ Menurut Ulber Salahi, reliabilitas atau kendalaan pengukuran merupakan hitungan derajat sejauh mana suatu ukuran memperoleh hasil atau respon yang sama sepanjang waktu. Jadi, reliabilitas ialah suatu ukuran variabilitas jawaban berdasarkan pengulangan percobaan konseptual.⁶⁵

Metode yang digunakan peneliti pada penelitian ini adalah *Cronbach Alpha*. Metode *Cronbach Alpha* merupakan suatu metode yang dapat digunakan untuk menghitung nilai reliabilitas instrumen yang tidak memiliki pilihan ‘ya’ atau ‘tidak’ maupun ‘benar’ atau ‘salah’, yakni dengan mengukur perilaku atau sikap.⁶⁶ Rumus *Cronbach Alpha* adalah sebagai berikut:

⁶³ Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*, 55.

⁶⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 176.

⁶⁵ Ulber Salahi, *Metode Penelitian Sosial Kuantitatif* (Bandung: PT Refika Aditama, 2015), 426.

⁶⁶ Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*, 58.

Rumus 3.2 *Cronbach Alpha*

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \alpha_b^2}{\alpha_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11}	:	Koefisien Reliabilitas Instrumen
k	:	Jumlah Item pernyataan
$\sum \alpha_b^2$	:	Jumlah Varian Item
α_t^2	:	Varian Total

Reliabilitas dan validitas saling berkaitan dalam penelitian, karena validitas suatu instrumen akan berkontribusi terhadap reliabilitasnya. Oleh karena itu, uji reliabilitas dilakukan setelah uji validitas, di mana hanya item penelitian yang telah terbukti valid yang akan diuji reliabilitasnya untuk memastikan konsistensi hasil pengukuran. Berikut hasil uji reliabilitas pada penelitian ini:

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas *Self-esteem*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.641	10

Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas *Self-harm*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.869	40

Dalam menentukan kualifikasi reliabilitas, perlu diketahui kategori koefisiennya. Menurut Guilford, yang dikutip oleh Rumtamah Fitriani, kategori koefisien reliabilitas, terdiri dari:⁶⁷

Tabel 3. 9 Kategori Koefisien Reliabilitas

Koefisien Korelasi	Kualifikasi
$0.80 \leq r_{11} \leq 1.00$	Reliabilitas Sangat Tinggi
$0.60 \leq r_{11} \leq 0.80$	Reliabilitas Tinggi
$0.40 \leq r_{11} \leq 0.60$	Reliabilitas Sedang
$0.20 \leq r_{11} \leq 0.40$	Reliabilitas Rendah
$0.00 \leq r_{11} \leq 0.20$	Reliabilitas Sangat Rendah

Hasil uji reliabilitas dari kuesioner tingkat *Self-esteem* dan *Self-harm* di MTs X Ponorogo menggunakan teknik *Cronbach Alpha*, dapat dilihat pada tabel 3.8 mendapatkan hasil 0.641 untuk *Self-esteem* dan pada tabel 3.9 mendapatkan hasil 0.869 untuk *Self-harm*. Selanjutnya, berdasarkan tabel kategori reliabilitas Guilford 0.641 berada pada rentang kategori $0.60 \leq r_{11} \leq 0.80$, dan 0.869 berada pada rentang kategori $0.80 \leq r_{11} \leq 1.00$. artinya nilai reliabilitas instrumen penelitian ini berada pada kategori tinggi untuk variabel *Self-esteem* dan sangat

⁶⁷ Rumtamah Fitriani, "Kecerdasan Emosional Anggota Pramuka IAIN Ponorogo Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin," (Skripsi, IAIN Ponorogo, 2022), 52.

tinggi untuk variabel *Self-harm*, jadi item pernyataan layak digunakan dalam penelitian.

D. Lokasi, Populasi, dan Sampel

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini berada di salah satu MTs yang ada di Kabupaten Ponorogo dan saat ini sedang dalam proses menuju sekolah ramah anak.

2. Populasi

Menurut Supardi, dalam Rumtamah Fitriani, Populasi penelitian adalah kelompok subjek yang memiliki karakteristik tertentu dalam aspek wilayah, periode waktu, atau kualitas tertentu, yang menjadi objek kajian dalam suatu penelitian.⁶⁸ Populasi penelitian ini terdiri dari siswa-siswi MTs X Ponorogo secara keseluruhan berjumlah 592 anak. Dengan rincian kelas 7a 28 anak, 7b 30 anak, 7c 24 anak, 7d 32 anak, 7e 29 anak, 7f 31 anak, 7g 31 anak, 7h 32 anak, kelas 8a 23 anak, 8b 21 anak, 8c 19 anak, 8d 19 anak, 8e 29 anak, 8f 30 anak, 8g 29 anak, kelas 9a 20 anak, 9b 23 anak, 9c 25 anak, 9d 25 anak, 9e 31 anak, 9f 30 anak, dan 9g 30 anak.⁶⁹

⁶⁸ *Ibid*, 53.

⁶⁹ Pojok kependudukan MTs X Ponorogo

Tabel 3. Populasi Penelitian



3. Sampel

Menurut Amirullah, sampel penelitian adalah suatu bagian atau sub kelompok dari sebuah populasi dalam penelitian yang dipilih dan akan digunakan menjadi subyek penelitian.⁷⁰ Jumlah sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus slovin agar mendapatkan jumlah sampel yang dibutuhkan. Sebagaimana berikut ini:

Rumus 3.3 slovin

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n : sampel

N : populasi

e : standar deviasi, dalam penelitian ini peneliti menggunakan persentase 5%

Berdasarkan rumus di atas, dalam penelitian ini akan menggunakan sampel dengan jumlah:

⁷⁰ Amirullah, "Populasi dan Sampel (Pemahaman, Jenis, dan Teknik)," dalam *Metode Penelitian Manajemen* (Malang: Bayumedia Publishing Malang, 2015), 68.

$$n = \frac{592}{1 + 592 \times 0,05^2}$$

$$n = \frac{592}{1 + 2,48}$$

$$n = 238,71$$

Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin, peneliti memperoleh hasil sebesar 238,71. Hasil tersebut kemudian dibulatkan menjadi 239, sehingga dalam penelitian ini akan melibatkan 239 siswa di MTs X Ponorogo sebagai sampel penelitian. Pembulatan ini dilakukan untuk memastikan jumlah responden tetap dalam bilangan bulat yang dapat digunakan secara efektif dalam analisis.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan cara *simple random sampling*. Sebagaimana yang diungkapkan Sugiyono, hal ini dikarenakan suatu proses pemilihan pada sampel sedemikian rupa hingga semua orang yang menjadi bagian dalam sebuah populasi mempunyai kebebasan serta kesempatan yang sama untuk menjadi sampel dalam penelitian.⁷¹

E. Tahap-Tahap Penelitian

Pada penelitian ini, disusun berdasarkan tahapan sebagai berikut:

a. Studi Pendahuluan

Pada tahap ini peneliti mengumpulkan informasi awal terkait fenomena *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo.

⁷¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 129.

b. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dilakukan untuk menentukan masalah utama yang akan dikaji berdasarkan data awal yang diperoleh.

c. Studi Pustaka

Pada tahap ini peneliti mengumpulkan teori-teori yang berkaitan dengan *self-esteem* dan *self-harm* sebagai landasan penelitian.

d. Menentukan Variabel dan Sumber Data

Pada tahap ini peneliti menetapkan variabel penelitian, yaitu *self-esteem* dan *self-harm*, serta menentukan sumber data berupa populasi dan sampel penelitian.

e. Menentukan dan Menyusun Instrumen Penelitian

Pada tahap ini peneliti menyusun kuesioner sebagai instrumen untuk mengumpulkan data penelitian.

f. Penyebaran Kuesioner Kepada Responden dan Pengumpulan Data

Kuesioner disebarakan kepada responden setelah peneliti memperoleh izin penelitian.

g. Pengolahan Data

Data yang diperoleh dari kuesioner kemudian diolah menggunakan bantuan program SPSS.

h. Analisa Data

Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa.

i. Menarik Kesimpulan

Kesimpulan disusun berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan.

F. Analisis Data

Analisis data digunakan untuk mengolah data hasil penelitian sehingga dapat menjawab rumusan masalah. Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan secara deskriptif dengan bantuan program SPSS versi 26 for Windows. Adapun langkah-langkah analisis data yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Skoring Data

Data yang diperoleh dari kuesioner diberi skor sesuai dengan ketentuan skala Likert yang telah ditetapkan. Pemberian skor dilakukan pada setiap item pernyataan, baik favorable maupun unfavorable.

2. Menghitung Skor Total.

Setelah semua item diberi skor, langkah selanjutnya adalah menjumlahkan seluruh skor jawaban responden untuk memperoleh skor total pada masing-masing variabel, yaitu *self-esteem* dan *self-harm*.

3. Mengelompokkan Kategori

Skor total yang diperoleh kemudian dikategorikan ke dalam tingkat rendah, sedang, dan tinggi. Pengkategorian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo.

4. Menyajikan Data

Hasil analisis data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase agar lebih mudah dipahami dan diinterpretasikan.

5. Menarik Kesimpulan

Kesimpulan disusun berdasarkan hasil analisis data deskriptif yang telah diperoleh, sehingga dapat memberikan gambaran mengenai tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo.



BAB IV HASIL

PENELITIAN

A. Deskripsi Data

1. Informasi Singkat

MTs X Ponorogo merupakan madrasah Tsanawiyah yang telah mendeklarasikan diri sebagai Madrasah Ramah Anak dan juga Madrasah Berbasis Digital. Di bawah naungan Kementerian Agama Republik Indonesia MTs X memiliki visi unggul dalam keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan YME, pengembangan kurikulum yang mengacu pada 8 standart pendidikan, serta menciptakan lingkungan madrasah yang bersih untuk mencegah pencemaran lingkungan.⁷²

2. Visi dan Misi

a. Visi

“mewujudkan lulusan madrasah yang Religius, unggul dalam IPTEK, berspektif ramah anak dan berbudaya lingkungan.”

b. Misi

- 1) Unggul dalam Keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan YME.
- 2) Unggul dalam Pengembangan Kurikulum yang mengacu 8 standar pendidikan.

⁷² “Profil MTs X Ponorogo,” *Website Kementerian Agama Kabupaten Ponorogo*, diakses pada hari Senin 12 Mei 2025 pukul 17.00 WIB.

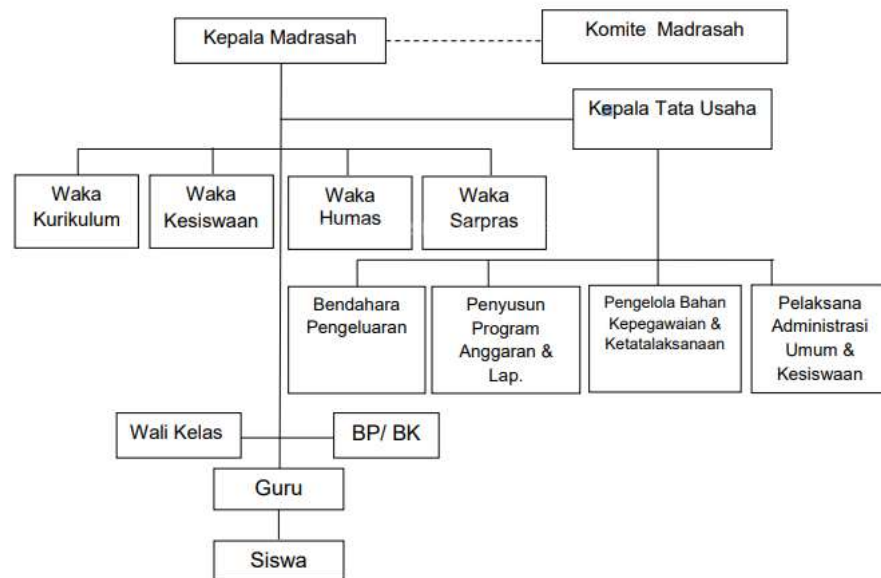
- 3) Unggul dalam Pelaksanaan Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif dan menyenangkan dengan pendekatan SCIENTIFIC.
- 4) Unggul dalam Prestasi Akademik dan Non Akademik.
- 5) Unggul dalam kejujuran, disiplin, peduli, santun, percaya diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial dan alam.
- 6) Unggul dalam Pembelajaran dan pengembangan diri yang terintegrasi dengan Pendidikan Lingkungan Hidup dan P4GN (Pencegahan, Pemberantasan, Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkoba).
- 7) Unggul dalam karakter warga Madrasah yang berbudi pekerti luhur, bersih dari narkoba dan peduli terhadap kelestarian fungsi lingkungan.
- 8) Unggul dalam menciptakan lingkungan Madrasah yang bersih, asri dan nyaman untuk mencegah pencemaran dan kerusakan lingkungan.⁷³

3. Struktur Organisasi

Struktur organisasi Mts X Ponorogo dimulai dari paling atas adalah Kepala Madrasah, Komite Madrasah, Kepala Tata Usaha, Bendahara Pengeluaran, Penyusun Program Anggaran dan Lapangan, Pengelola Bahan Kepegawaian dan Ketatalaksanaan, Pelaksana Administrasi Umum dan Kesiswaan, Waka Kurikulum, Waka

⁷³ *Ibid.*

Kesiswaan, Waka Humas, Waka Sarana dan Prasarana, Wali Kelas, Guru BP/BK, dan Siswa.⁷⁴



Gambar 4. 2 Struktur Organisasi MTs X Ponorogo

B. Hasil Analisis Data

Pada penelitian ini, peneliti mengkategorikan masing-masing variabel penelitian menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Peneliti akan menggunakan rumus kategorisasi data penelitian sebagai berikut untuk mendapatkan tingkat skor masing-masing variabel.

Rendah : $< M - 1SD$

Sedang : $M - 1SD \leq X < M + 1SD$

Tinggi : $M + 1SD \leq X$

⁷⁴ *Ibid.*

Berdasarkan perhitungan rumus tersebut, maka peneliti mendapatkan tingkatan skor variabel *Self-esteem* untuk tingkat rendah < 22.60 , sedang ≥ 22.60 $X < 31.08$ dan tinggi ≥ 31.08 .

Tabel 4.1 Kategorisasi *Self-esteem*

		KATEGORI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	12.1	12.1	12.1
	Sedang	191	79.9	79.9	92.1
	Tinggi	19	7.9	7.9	100.0
	Total	239	100.0	100.0	

Berdasarkan data kategori dalam tabel 4.1, dapat diketahui bahwa siswa MTs X Ponorogo yang berpartisipasi dalam penelitian ini memiliki variasi tingkat *Self-esteem*. Sebanyak 29 siswa (12.1%) tergolong dalam kategori *Self-esteem* rendah, sementara mayoritas, yaitu 191 siswa (79.9%), berada pada tingkat *Self-esteem* sedang. Adapun 19 siswa lainnya (7.9%) memiliki tingkat *Self-esteem* tinggi.

Selanjutnya dengan rumus yang sama, peneliti mendapatkan tingkatan skor variabel *Self-harm* untuk tingkat rendah < 94.09 , sedang $\geq 94.09 - 125.21$ dan tinggi ≥ 125.21 .

Tabel 4.2 Kategorisasi *Self-harm*

		KATEGORI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	31	13.0	13.0	13.0
	Sedang	181	75.7	75.7	88.7
	Tinggi	27	11.3	11.3	100.0
	Total	239	100.0	100.0	

Berdasarkan data kategori dalam tabel 4.2, dapat diketahui bahwa siswa MTs X Ponorogo yang berpartisipasi dalam penelitian ini menunjukkan variasi tingkat *Self-harm*. Sebanyak 31 siswa (13%) termasuk dalam kategori *self-harm* rendah, sementara mayoritas, yaitu 181 siswa (75.7%), berada pada tingkat *Self-harm* sedang. Adapun 27 siswa lainnya (11.3%) memiliki tingkat *Self-harm* tinggi.

C. Pembahasan

Hasil penelitian pada variabel *self-esteem* menunjukkan bahwa siswa MTs X Ponorogo mayoritas berada pada kategori sedang. Temuan ini sejalan dengan teori Rosenberg yang menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi individu terhadap dirinya secara positif maupun negatif.⁷⁵ Dalam konteks remaja, *self-esteem* yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa siswa sudah memiliki penilaian diri yang cukup baik, namun masih terdapat keraguan atau ketidakstabilan dalam menilai dirinya sendiri. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh pengalaman

⁷⁵ Ibrahim Muhammad Hanifuddin et al., "hubungan antara social comparison dengan self esteem pada alumni SMA / sederajat yang menjalani gap year," 863

sosial, penerimaan lingkungan, serta kemampuan individu dalam memandang dirinya secara positif.

Hasil tersebut juga dapat dikaitkan dengan penelitian Hariza yang menegaskan bahwa *self-esteem* berperan penting dalam membentuk cara individu memandang kemampuan dan penerimaan dirinya.⁷⁶ Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki dasar penghargaan diri yang cukup, meskipun masih perlu ditingkatkan agar tidak berkembang menjadi *self-esteem* rendah.

Selanjutnya, hasil penelitian *self-harm* menunjukkan bahwa siswa MTs X Ponorogo juga mayoritas berada pada kategori sedang. Temuan ini dapat dijelaskan melalui teori yang menyebutkan bahwa *self-harm* sering muncul sebagai bentuk *coping* terhadap tekanan emosional, kecemasan, dan kesulitan mengelola masalah. Artinya, perilaku *self-harm* bukan sekadar tindakan mencari perhatian, tetapi dapat menjadi cara individu meredakan beban psikologis yang dirasakan.

Berdasarkan teori tersebut, kategori sedang pada *self-harm* menunjukkan bahwa sebagian siswa memiliki kecenderungan tertentu dalam merespons tekanan dengan cara yang kurang adaptif, walaupun belum berada pada kategori tinggi. Hal ini sejalan dengan pembahasan bahwa masa remaja merupakan fase yang rentan terhadap masalah emosional dan perilaku berisiko.⁷⁷ Oleh karena itu, hasil penelitian ini

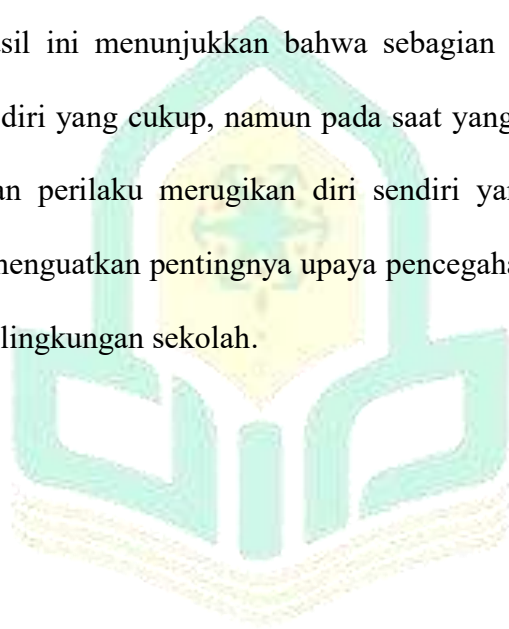
⁷⁶ Ibrahim Muhammad Hanifuddin et al., “hubungan antara social comparison dengan self esteem pada alumni SMA / sederajat yang menjalani gap year,” 864.

⁷⁷ Wilis Srisayekti dan David A Setiady, “Harga-diri (*Self-esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar,” *Jurnal Psikologi* 42, no. 2 (8 Agustus 2015): 143.

menegaskan pentingnya perhatian sekolah, guru BK, dan orang tua dalam pencegahan dini *self-harm*.

D. Kesimpulan Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik *self-esteem* maupun *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo sama-sama didominasi oleh kategori sedang. Secara teoritis, *self-esteem* merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri, sedangkan *self-harm* sering muncul sebagai respons terhadap tekanan emosional dan kesulitan mengelola masalah. Dengan demikian, hasil ini menunjukkan bahwa sebagian siswa telah memiliki penghargaan diri yang cukup, namun pada saat yang sama masih terdapat kecenderungan perilaku merugikan diri sendiri yang perlu diwaspadai. Temuan ini menguatkan pentingnya upaya pencegahan dan pendampingan psikologis di lingkungan sekolah.

A large, faint watermark logo is centered in the background of the text. It features a green outline of a building or institutional emblem with a yellow center containing a green star-like symbol. Below the emblem are several horizontal lines representing books.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sedang untuk kedua variabel tersebut. Pada variabel *self-esteem*, mayoritas siswa memiliki tingkat *self-esteem* sedang, sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki penilaian diri yang cukup baik, meskipun masih terdapat siswa yang berada pada kategori rendah. Pada variabel *self-harm*, mayoritas siswa juga berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa kecenderungan *self-harm* masih perlu menjadi perhatian karena masih terdapat siswa yang menunjukkan tingkat *self-harm* rendah maupun tinggi.

Secara umum, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* dan *self-harm* pada siswa MTs X Ponorogo sama-sama didominasi oleh kategori sedang. Hal ini menegaskan bahwa kondisi psikologis siswa perlu mendapat perhatian dari pihak sekolah, guru, dan orang tua agar dapat dilakukan upaya pencegahan dan pendampingan sejak dini.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pihak sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat meningkatkan perhatian terhadap kondisi psikologis siswa, khususnya dalam hal *self-esteem* dan kecenderungan *self-harm*. Sekolah dapat mengadakan kegiatan yang mendukung penguatan harga diri siswa, bimbingan konseling, serta program pencegahan dini terhadap perilaku yang merugikan diri sendiri.

2. Bagi guru BK

Guru bimbingan dan konseling diharapkan lebih aktif dalam melakukan pendampingan kepada siswa, terutama bagi siswa yang menunjukkan tanda-tanda memiliki *self-esteem* rendah atau kecenderungan *self-harm*. Guru BK juga dapat memberikan layanan konseling individu maupun kelompok untuk membantu siswa mengelola emosi dan meningkatkan penilaian diri yang positif.

3. Bagi orang tua

Orang tua diharapkan lebih memperhatikan perkembangan emosional anak dan membangun komunikasi yang baik di rumah. Dukungan keluarga yang positif dapat membantu meningkatkan *self-esteem* siswa serta mencegah munculnya perilaku *self-harm*.

4. Bagi siswa

Siswa diharapkan dapat lebih mengenali dan menghargai dirinya sendiri, serta mencari cara yang lebih sehat dalam menghadapi tekanan atau masalah yang dialami. Dengan demikian, siswa dapat menghindari perilaku yang merugikan diri sendiri.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambah variabel lain yang berkaitan dengan *self-esteem* dan *self-harm*, atau menggunakan metode penelitian yang berbeda sehingga hasil yang diperoleh menjadi lebih luas dan mendalam.



DAFTAR PUSTAKA

- Amirullah, "Populasi dan Sampel (Pemahaman, Jenis, dan Teknik)," dalam *Metode Penelitian Manajemen* (Malang: Bayumedia Publishing Malang, 2015).
- Ariyanti, Vivin, dan Budi Purwoko. "Faktor – Faktor yang Memengaruhi *Self-esteem* Remaja: Literature Review." *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6, no. 3 (2023).
- Dharmawati, Sharron dan Riana Sahrani, "Self-Compassion dan *Self-esteem* pada Emerging Adulthood yang Pernah Melakukan *Self-harm*," *Vol. 5*, no. 2 (2023).
- El Hasbi, Aurana Zahro dkk., "Penelitian Korelasional" *Jurnal Al-Furqan*, 2, (2023).
- Elsa, Sy, Ruwaida Tri, dan Umari Donal. "Analisis Perilaku *Self-harm* pada Siswa SMPN 17 Pekanbaru dan Implementasinya Dalam Bimbingan Konseling" 1, no. 2 (2024).
- Fatya Mellysani Safira dan Abi Fa'izzarahman Prabawa, "Konsep Teori Hubungan Resiliensi dan Religiositas Dengan Perilaku *Self-harm* Pada siswa" *Social, Humanities, and Educational Studies* 7, no. 3 (2024).
- Hanifuddin, Ibrahim Muhammad, Rudi Cahyono, Fakultas Psikologi, dan Universitas Airlangga. "hubungan antara social comparison dengan self esteem pada alumni SMA / sederajat yang menjalani gap year." *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1, no. 1 (2021).
- Hariza. "Pengaruh (Perceived) Social Support Terhadap Self Esteem Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi." *Skripsi*, 2021, 176.
- Indriyani, Anggi. "Pengaruh Self- Esteem Dan Keharmonisan Keluarga Terhadap Kecenderungan Perilaku Self- Injury Pada Remaja Di Kota Tangerang." UIN Walisongo Semarang, 2016.
- Istiqamah dan Dyta Setiawati Hariyono, "Keterampilan Berbicara Siswa Dengan *Self-esteem* Rendah Di Smp Global Islamic Boarding School (Gibs) Barito Kuala," *Sastra dan Pembelajarannya* 10, no. 1 (2020).
- Kusumadewi, A.F, B.H. Yoga, dan S.H Ismanto. "*Self-harm* Inventory (Shi) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku *Self-harm*." *Jurnal Psikiatri Surabaya* 8, no. 1 (2019).
- Lei, Hui, Jingru Xiong, Yuling Rao, Ting Zhu, dan Xiaocui Zhang. "Relationships among *self-esteem*, depression and self-injury in adolescents: a longitudinal

- study.” *Frontiers in Public Health* 12, no. May (2024).
- Nabilla, Shintya et al., “Tingkat *Self-esteem* Pada Remaja Sma / Smk,” *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi Universitas Batam*.
- Ningrum, Desy Rahma Ayu. “Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Kecerdasan Emosional Dan Interaksi Sosial Mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Semester Iv Iain Ponorogo Tahun Akademik 2019/2020.” *Africa’s Potential for The Ecological intensification of Agriculture* 53, no. 9 (2013).
- Oktafia, Ika, dan Maria Nugraheni Mardi Rahayu. “Hubungan Antara Harga Diri (Self Esteem) Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).” *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8, no. 3 (2024).
- Purwanti, Umi. “Hubungan Antara Harga Diri Dan Kesenangan Dengan Perilaku Self Harm Remaja Smk” *Skripsi*, (UIN Raden Mas Said Surakarta, 2023).
- Rachma, Nadia. “Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury Pada Siswa Smp Negeri Di.” UNNES, 2020.
- Rahma, Salsabila, dkk., “Konseling REBT untuk Meningkatkan Self Love pada Pelaku *Self-harm*.” *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, no. 1 (2024).
- Rahmah, Annisa dkk., “Pelatihan Pengenalan Diri Untuk Meningkatkan Self Esteem Remaja Di Panti Asuhan Al-Hidayah Padang.” *PUSAKO: Jurnal Pengabdian Psikologi* 3, no. 1 (2024).
- Ria, Dwi, Maya Hapsari, Andik Matulesy, dan Nindia Pratitis. “Keharmonisan keluarga dan perilaku agresif pada remaja awal.” *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi* 5, no. 01 (2024).
- Salahi, Ulber. *Metode Penelitian Sosial Kuantitatif* (Bandung: PT Refika Aditama, 2015).
- Santrock, John W. *Perkembangan Masa-Hidup Edisi Ketigabelas Jilid I*, terj. Benedictine Wisdyasinta (Jakarta: Erlangga).
- Selviana Defonora Nagul, Rosa Mustika Bulor, dan Dhiu Margaretha. “Efektivitas Penerapan Teknik Bermain Peran (Role Playing) Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Peningkatan Self Esteem Siswa.” *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra dan Budaya* 2, no. 2 (2024).
- Sihotang, Hotmaulina. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pusat Penerbitan dan Pencetakan Buku Perguruan Tinggi Universitas Kristen Indonesia Jakarta, 2023.

- Siregar, Syofian. *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS* (Jakarta: Kencana, 2017).
- Srisayekti, Wilis dan David A Setiady, "Harga-diri (*Self-esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar," *Jurnal Psikologi* 42, no. 2 (8 Agustus 2015).
- Stets, Jan E., dan Peter J. Burke. "Self-esteem and identities." *Sociological Perspectives* 57, no. 4 (2014).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013).
- Suryana, Ermis dkk., "Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan," *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 4, (Agustus 2022).
- Tarigan, Thesalonika, dan Nurliana Cipta Apsari. "Perilaku *Self-harm* Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja," *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 4, no. 2 (2022).
- Wahyu Pertiwi, Yuarini. "Self Esteem dengan Kecenderungan Self Injury pada Mahasiswa yang Mengalami Putus Cinta," *Social Philanthropic* 1, no. 2 (31 Desember 2022).
- Yusuf, Muri. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2014).
- Zahro, Nashihatuz. "Pengaruh Parent Attachment, Emotional Regulation dan *Self-esteem* Terhadap Perilaku Self Injury Pada Remaja," *Skripsi*, (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2016).

BIOGRAFI PENULIS



Sophan Auliaa Putra Miga. lahir di Ponorogo pada 7 Januari 2001. Penulis merupakan putra Indonesia yang menempuh pendidikan dasar di MI Darul Fikri dan lulus pada tahun 2013. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di MTs Darul Fikri dan lulus pada tahun 2016, kemudian menyelesaikan pendidikan menengah di MA Darul Fikri pada tahun 2019.

Setelah menyelesaikan pendidikan menengah, penulis melanjutkan studi pada Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Kiai Ageng Muhammad Besari Ponorogo. Selama menempuh pendidikan tinggi, penulis aktif mengembangkan kemampuan di bidang organisasi, pelayanan pendidikan, dan kepramukaan. Penulis juga memiliki pengalaman sebagai Pembina Pramuka serta terlibat dalam berbagai kegiatan kependidikan dan administrasi di lingkungan madrasah.

Skripsi yang berjudul "*Gambaran Tingkat Self-Esteem dan Kecenderungan Self-Harm pada Siswa MTs X Ponorogo*" disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam. Penulis berharap karya ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang bimbingan dan penyuluhan Islam, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Kuisisioner Penelitian

Assalamualaikum wr.wb

Perkenalkan saya Sophan Auliaa, mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Intitut Agama Islam Negeri Ponorogo. Saya sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir (Skripsi) berjudul “Gambaran Tingkat *Self-esteem* dan Kecenderungan *Self-harm* pada Siswa MTs X Ponorogo.” Dalam rangka penelitian yang akan saya lakukan, saya ingin meminta bantuan dan kerendahan hati teman-teman untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Saya mohon bantuan teman-teman untuk mengisi google form penelitian ini. Teman-teman dapat mengisi dengan bebas tanpa rasa takut maupun tekanan, teman-teman bisa mengisi sesuai dengan apa yang teman-teman rasakan. Segala identitas dan hasil jawaban dari teman-teman akan dijamin kerahasiannya, karena data hanya digunakan semata-mata untuk kepentingan penelitian.

Petunjuk pengisian skala sebagai berikut:

SS: Sangat Setuju

S: Setuju

TS: Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak Setuju

Kesediaan dan bantuan dari teman-teman sangat berarti bagi penyelesaian tugas akhir ini, atas perhatian dan bantuan yang teman-teman berikan saya ucapkan terima kasih banyak. Wassalamualaikum, wr. Wb.

Hormat saya,

Sophan Auliaa Putra Miga



Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

1. Skala *Self-esteem*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.				
2.	Kadang-kadang saya merasa diri saya tidak baik.				
3.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya.				
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain.				
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya.				
6.	Saya sering merasa tidak berguna.				
7.	Saya merasa diri saya cukup berharga, sedikit- tidaknya sama dengan orang lain.				
8.	Saya berharap saya dapat lebih di hargai.				
9.	Saya orang yang gagal.				
10.	Saya menerima keadaan diri saya apa adanya.				

2. Skala *Self-harm*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				

2.	Saya melukai tangan saya ketika saya merasa jijik dengan diri saya sendiri				
3.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak berguna				
4.	Saya mencakar diri saya sendiri ketika saya merasa bersalah				
5.	Bagi saya melukai diri adalah cara yang paling ampuh jika saya sedang merasa kesal				
6.	Bila saya mengalami luka, saya ingin mengobati luka tersebut dan ingin luka itu cepat pulih				
7.	Saya melindungi diri saya dan anggota tubuh saya dari hal yang akan merugikan diri saya				
8.	Saya memiliki pandangan tentang diri saya bahwa diri saya berharga				
9.	Setiap saya kesal dan marah, saya melukai diri saya sendiri				
10.	Saya selalu memaafkan diri saya				
11.	Saya dapat mengatasi amarah saya dengan mengarahkan amarah saya pada kegiatan yang positif				
12.	Perasaan marah dan kesal saya berkurang setelah saya melukai diri saya sendiri				
13.	Saya cenderung memilih tidur ketika saya sedang kesal				
14.	Saya menggigit jari berulang kali ketika saya sedang marah				

15.	Orang tua saya berusaha menenangkan saya ketika saya marah				
16.	Melukai diri adalah hal yang normal bagi saya				
17.	Saya berbagi cerita kepada orang terdekat ketika saya sedang marah				
18.	Saat melukai diri sendiri, saya tidak merasa sakit				
19.	Melukai diri sendiri merupakan hal yang gila				
20.	Saya mengukir sebuah nama, tulisan atau bentuk tertentu ketika saya merasakan stress				
21.	Saya merasa sakit jika diri saya terluka atau mengalami luka di bagian tubuh				
22.	Ketika mengalami sedih yang mendalam, saya menarik- narik rambut saya sendiri				
23.	Melukai diri sendiri adalah tindakan yang tidak masuk akal				
24.	Sejak saya kecil, orangtua mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan masalah saya sendiri.				
25.	Saya takut untuk melukai diri saya sendiri				
26.	Saya menyayat kulit saya dengan benda tajam ketika saya merasa tertekan				
27.	Bagi saya, melukai diri adalah satu-satunya jalan untuk menyelesaikan masalah				
28.	Saya berulang kali menampar diri saya sendiri saat sedang takut				

29.	Saat khawatir saya membenturkan kepala saya berulang kali				
30.	Saya menggigit bagian tubuh saya ketika saya merasa cemas dan panik				
31.	Melukai diri hanya akan membuat orang lain cemas				
32.	Melukai diri adalah cara untuk menangani permasalahan yang terbaik				
33.	Hanya orang yang berpikiran sempit yang mengatakan melukai diri sendiri dapat meringankan masalah				
34.	Saya cenderung mampu mengelola rasa takut saya dengan baik				
35.	Saya mampu menghadapi dan mengatasi rasa khawatir yang muncul pada diri saya dengan baik				
36.	Teman dan berbagi cerita merupakan media yang tepat untuk mencari pertolongan dalam menyelesaikan masalah				
37.	Saat melukai diri, saya merasa masalah-masalah saya berkurang				
38.	Saya berdiskusi dengan orang tua saya sehingga saya mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik				
39.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik				
40.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				

Nama : No. Res. 6

Kelas : 7f

Jenis Kelamin : Laki-laki

1. Skala *Self-esteem*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.				√
2.	Kadang-kadang saya merasa diri saya tidak baik.			√	
3.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya.		√		
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain.			√	
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya.	√			
6.	Saya sering merasa tidak berguna.		√		
7.	Saya merasa diri saya cukup berharga, sedikit- tidaknya sama dengan orang lain.			√	
8.	Saya berharap saya dapat lebih di hargai.	√			
9.	Saya orang yang gagal.		√		
10.	Saya menerima keadaan diri saya apa adanya.			√	

2. Skala *Self-harm*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN
-----	------------	---------

		STS	TS	S	SS
1.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				√
2.	Saya melukai tangan saya ketika saya merasa jijik dengan diri saya sendiri				√
3.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak berguna				√
4.	Saya mencakar diri saya sendiri ketika saya merasa bersalah				√
5.	Bagi saya melukai diri adalah cara yang paling ampuh jika saya sedang merasa kesal				√
6.	Bila saya mengalami luka, saya ingin mengobati luka tersebut dan ingin luka itu cepat pulih				√
7.	Saya melindungi diri saya dan anggota tubuh saya dari hal yang akan merugikan diri saya				√
8.	Saya memiliki pandangan tentang diri saya bahwa diri saya berharga				√
9.	Setiap saya kesal dan marah, saya melukai diri saya sendiri				√
10.	Saya selalu memaafkan diri saya				√
11.	Saya dapat mengatasi amarah saya dengan mengarahkan amarah saya pada kegiatan yang positif				√
12.	Perasaan marah dan kesal saya berkurang setelah saya melukai diri saya sendiri				√
13.	Saya cenderung memilih tidur ketika saya sedang kesal			√	

14.	Saya menggigit jari berulang kali ketika saya sedang marah				√
15.	Orang tua saya berusaha menenangkan saya ketika saya marah				√
16.	Melukai diri adalah hal yang normal bagi saya				√
17.	Saya berbagi cerita kepada orang terdekat ketika saya sedang marah		√		
18.	Saat melukai diri sendiri, saya tidak merasa sakit				√
19.	Melukai diri sendiri merupakan hal yang gila				√
20.	Saya mengukir sebuah nama, tulisan atau bentuk tertentu ketika saya merasakan stress			√	
21.	Saya merasa sakit jika diri saya terluka atau mengalami luka di bagian tubuh				√
22.	Ketika mengalami sedih yang mendalam, saya menarik- narik rambut saya sendiri				√
23.	Melukai diri sendiri adalah tindakan yang irasional				√
24.	Sejak saya kecil, orangtua mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan masalah saya sendiri.				√
25.	Saya takut untuk melukai diri saya sendiri				√
26.	Saya menyayat kulit saya dengan benda tajam ketika saya merasa tertekan				√
27.	Bagi saya, melukai diri adalah satu-satunya jalan untuk menyelesaikan masalah				√

28.	Saya berulang kali menampar diri saya sendiri saat sedang takut				√
29.	Saat khawatir saya membenturkan kepala saya berulang kali	√			
30.	Saya menggigit bagian tubuh saya ketika saya merasa cemas dan panik				√
31.	Melukai diri hanya akan membuat orang lain cemas			√	
32.	Melukai diri adalah cara untuk menangani permasalahan yang terbaik		√		
33.	Hanya orang yang berpikiran sempit yang mengatakan melukai diri sendiri dapat meringankan masalah				√
34.	Saya cenderung mampu mengelola rasa takut saya dengan baik		√		
35.	Saya mampu menghadapi dan mengatasi rasa khawatir yang muncul pada diri saya dengan baik				√
36.	Teman dan berbagi cerita merupakan media yang tepat untuk mencari pertolongan dalam menyelesaikan masalah	√			
37.	Saat melukai diri, saya merasa masalah-masalah saya berkurang				√
38.	Saya berdiskusi dengan orang tua saya sehingga saya mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik	√			
39.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik				√

40.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri			√	
-----	--	--	--	---	--



Nama : No. Res. 94

Kelas : 7c

Jenis Kelamin : Perempuan

1. Skala *Self-esteem*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.			√	
2.	Kadang-kadang saya merasa diri saya tidak baik.			√	
3.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya.				√
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain.			√	
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya.			√	
6.	Saya sering merasa tidak berguna.			√	
7.	Saya merasa diri saya cukup berharga, sedikit- tidaknya sama dengan orang lain.			√	
8.	Saya berharap saya dapat lebih di hargai.			√	
9.	Saya orang yang gagal.				√
10.	Saya menerima keadaan diri saya apa adanya.			√	

2. Skala *Self-harm*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN
-----	------------	---------

		STS	TS	S	SS
1.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri		√		
2.	Saya melukai tangan saya ketika saya merasa jijik dengan diri saya sendiri		√		
3.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak berguna		√		
4.	Saya mencakar diri saya sendiri ketika saya merasa bersalah		√		
5.	Bagi saya melukai diri adalah cara yang paling ampuh jika saya sedang merasa kesal		√		
6.	Bila saya mengalami luka, saya ingin mengobati luka tersebut dan ingin luka itu cepat pulih			√	
7.	Saya melindungi diri saya dan anggota tubuh saya dari hal yang akan merugikan diri saya		√		
8.	Saya memiliki pandangan tentang diri saya bahwa diri saya berharga			√	
9.	Setiap saya kesal dan marah, saya melukai diri saya sendiri		√		
10.	Saya selalu memaafkan diri saya		√		
11.	Saya dapat mengatasi amarah saya dengan mengarahkan amarah saya pada kegiatan yang positif		√		
12.	Perasaan marah dan kesal saya berkurang setelah saya melukai diri saya sendiri		√		
13.	Saya cenderung memilih tidur ketika saya sedang kesal	√			

14.	Saya menggigit jari berulang kali ketika saya sedang marah		√		
15.	Orang tua saya berusaha menenangkan saya ketika saya marah	√			
16.	Melukai diri adalah hal yang normal bagi saya		√		
17.	Saya berbagi cerita kepada orang terdekat ketika saya sedang marah			√	
18.	Saat melukai diri sendiri, saya tidak merasa sakit		√		
19.	Melukai diri sendiri merupakan hal yang gila		√		
20.	Saya mengukir sebuah nama, tulisan atau bentuk tertentu ketika saya merasakan stress				√
21.	Saya merasa sakit jika diri saya terluka atau mengalami luka di bagian tubuh		√		
22.	Ketika mengalami sedih yang mendalam, saya menarik- narik rambut saya sendiri			√	
23.	Melukai diri sendiri adalah tindakan yang irasional		√		
24.	Sejak saya kecil, orangtua mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan masalah saya sendiri.	√			
25.	Saya takut untuk melukai diri saya sendiri				√
26.	Saya menyayat kulit saya dengan benda tajam ketika saya merasa tertekan	√			
27.	Bagi saya, melukai diri adalah satu-satunya jalan untuk menyelesaikan masalah		√		

28.	Saya berulang kali menampar diri saya sendiri saat sedang takut				√
29.	Saat khawatir saya membenturkan kepala saya berulang kali				√
30.	Saya menggigit bagian tubuh saya ketika saya merasa cemas dan panik		√		
31.	Melukai diri hanya akan membuat orang lain cemas				√
32.	Melukai diri adalah cara untuk menangani permasalahan yang terbaik	√			
33.	Hanya orang yang berpikiran sempit yang mengatakan melukai diri sendiri dapat meringankan masalah	√			
34.	Saya cenderung mampu mengelola rasa takut saya dengan baik				√
35.	Saya mampu menghadapi dan mengatasi rasa khawatir yang muncul pada diri saya dengan baik		√		
36.	Teman dan berbagi cerita merupakan media yang tepat untuk mencari pertolongan dalam menyelesaikan masalah	√			
37.	Saat melukai diri, saya merasa masalah-masalah saya berkurang		√		
38.	Saya berdiskusi dengan orang tua saya sehingga saya mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik			√	
39.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik	√			

40.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri		√		
-----	--	--	---	--	--



Nama : No. Res. 129

Kelas : 8a

Jenis Kelamin : Perempuan

1. Skala *Self-esteem*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.		√		
2.	Kadang-kadang saya merasa diri saya tidak baik.			√	
3.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya.			√	
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain.			√	
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya.			√	
6.	Saya sering merasa tidak berguna.			√	
7.	Saya merasa diri saya cukup berharga, sedikit- tidaknya sama dengan orang lain.			√	
8.	Saya berharap saya dapat lebih di hargai.				√
9.	Saya orang yang gagal.			√	
10.	Saya menerima keadaan diri saya apa adanya.			√	

2. Skala *Self-harm*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN
-----	------------	---------

		STS	TS	S	SS
1.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri			√	
2.	Saya melukai tangan saya ketika saya merasa jijik dengan diri saya sendiri				√
3.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak berguna				√
4.	Saya mencakar diri saya sendiri ketika saya merasa bersalah				√
5.	Bagi saya melukai diri adalah cara yang paling ampuh jika saya sedang merasa kesal				√
6.	Bila saya mengalami luka, saya ingin mengobati luka tersebut dan ingin luka itu cepat pulih				√
7.	Saya melindungi diri saya dan anggota tubuh saya dari hal yang akan merugikan diri saya	√			
8.	Saya memiliki pandangan tentang diri saya bahwa diri saya berharga	√			
9.	Setiap saya kesal dan marah, saya melukai diri saya sendiri				√
10.	Saya selalu memaafkan diri saya	√			
11.	Saya dapat mengatasi amarah saya dengan mengarahkan amarah saya pada kegiatan yang positif	√			
12.	Perasaan marah dan kesal saya berkurang setelah saya melukai diri saya sendiri				√
13.	Saya cenderung memilih tidur ketika saya sedang kesal				√

14.	Saya menggigit jari berulang kali ketika saya sedang marah				√
15.	Orang tua saya berusaha menenangkan saya ketika saya marah				√
16.	Melukai diri adalah hal yang normal bagi saya				√
17.	Saya berbagi cerita kepada orang terdekat ketika saya sedang marah				√
18.	Saat melukai diri sendiri, saya tidak merasa sakit				√
19.	Melukai diri sendiri merupakan hal yang gila	√			
20.	Saya mengukir sebuah nama, tulisan atau bentuk tertentu ketika saya merasakan stress	√			
21.	Saya merasa sakit jika diri saya terluka atau mengalami luka di bagian tubuh		√		
22.	Ketika mengalami sedih yang mendalam, saya menarik- narik rambut saya sendiri				√
23.	Melukai diri sendiri adalah tindakan yang irasional	√			
24.	Sejak saya kecil, orangtua mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan masalah saya sendiri.		√		
25.	Saya takut untuk melukai diri saya sendiri	√			
26.	Saya menyayat kulit saya dengan benda tajam ketika saya merasa tertekan				√
27.	Bagi saya, melukai diri adalah satu-satunya jalan untuk menyelesaikan masalah				√

28.	Saya berulang kali menampar diri saya sendiri saat sedang takut				√
29.	Saat khawatir saya membenturkan kepala saya berulang kali				√
30.	Saya menggigit bagian tubuh saya ketika saya merasa cemas dan panik				√
31.	Melukai diri hanya akan membuat orang lain cemas	√			
32.	Melukai diri adalah cara untuk menangani permasalahan yang terbaik				√
33.	Hanya orang yang berpikiran sempit yang mengatakan melukai diri sendiri dapat meringankan masalah	√			
34.	Saya cenderung mampu mengelola rasa takut saya dengan baik	√			
35.	Saya mampu menghadapi dan mengatasi rasa khawatir yang muncul pada diri saya dengan baik		√		
36.	Teman dan berbagi cerita merupakan media yang tepat untuk mencari pertolongan dalam menyelesaikan masalah				√
37.	Saat melukai diri, saya merasa masalah-masalah saya berkurang		√		
38.	Saya berdiskusi dengan orang tua saya sehingga saya mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik		√		
39.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik	√			

40.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				√
-----	--	--	--	--	---



Nama : No. Res. 148

Kelas : 8a

Jenis Kelamin : Laki-laki

1. Skala *Self-esteem*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.				√
2.	Kadang-kadang saya merasa diri saya tidak baik.			√	
3.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya.			√	
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain.		√		
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya.	√			
6.	Saya sering merasa tidak berguna.	√			
7.	Saya merasa diri saya cukup berharga, sedikit- tidaknya sama dengan orang lain.			√	
8.	Saya berharap saya dapat lebih di hargai.			√	
9.	Saya orang yang gagal.	√			
10.	Saya menerima keadaan diri saya apa adanya.				√

2. Skala *Self-harm*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN
-----	------------	---------

		STS	TS	S	SS
1.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				√
2.	Saya melukai tangan saya ketika saya merasa jijik dengan diri saya sendiri				√
3.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak berguna				√
4.	Saya mencakar diri saya sendiri ketika saya merasa bersalah				√
5.	Bagi saya melukai diri adalah cara yang paling ampuh jika saya sedang merasa kesal				√
6.	Bila saya mengalami luka, saya ingin mengobati luka tersebut dan ingin luka itu cepat pulih		√		
7.	Saya melindungi diri saya dan anggota tubuh saya dari hal yang akan merugikan diri saya	√			
8.	Saya memiliki pandangan tentang diri saya bahwa diri saya berharga		√		
9.	Setiap saya kesal dan marah, saya melukai diri saya sendiri				√
10.	Saya selalu memaafkan diri saya		√		
11.	Saya dapat mengatasi amarah saya dengan mengarahkan amarah saya pada kegiatan yang positif		√		
12.	Perasaan marah dan kesal saya berkurang setelah saya melukai diri saya sendiri				√
13.	Saya cenderung memilih tidur ketika saya sedang kesal		√		

14.	Saya menggigit jari berulang kali ketika saya sedang marah				√
15.	Orang tua saya berusaha menenangkan saya ketika saya marah		√		
16.	Melukai diri adalah hal yang normal bagi saya				√
17.	Saya berbagi cerita kepada orang terdekat ketika saya sedang marah				√
18.	Saat melukai diri sendiri, saya tidak merasa sakit				√
19.	Melukai diri sendiri merupakan hal yang gila	√			
20.	Saya mengukir sebuah nama, tulisan atau bentuk tertentu ketika saya merasakan stress				√
21.	Saya merasa sakit jika diri saya terluka atau mengalami luka di bagian tubuh	√			
22.	Ketika mengalami sedih yang mendalam, saya menarik- narik rambut saya sendiri				√
23.	Melukai diri sendiri adalah tindakan yang irasional	√			
24.	Sejak saya kecil, orangtua mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan masalah saya sendiri.	√			
25.	Saya takut untuk melukai diri saya sendiri				√
26.	Saya menyayat kulit saya dengan benda tajam ketika saya merasa tertekan				√
27.	Bagi saya, melukai diri adalah satu-satunya jalan untuk menyelesaikan masalah				√

28.	Saya berulang kali menampar diri saya sendiri saat sedang takut				√
29.	Saat khawatir saya membenturkan kepala saya berulang kali				√
30.	Saya menggigit bagian tubuh saya ketika saya merasa cemas dan panik				√
31.	Melukai diri hanya akan membuat orang lain cemas		√		
32.	Melukai diri adalah cara untuk menangani permasalahan yang terbaik				√
33.	Hanya orang yang berpikiran sempit yang mengatakan melukai diri sendiri dapat meringankan masalah	√			
34.	Saya cenderung mampu mengelola rasa takut saya dengan baik	√			
35.	Saya mampu menghadapi dan mengatasi rasa khawatir yang muncul pada diri saya dengan baik		√		
36.	Teman dan berbagi cerita merupakan media yang tepat untuk mencari pertolongan dalam menyelesaikan masalah		√		
37.	Saat melukai diri, saya merasa masalah-masalah saya berkurang	√			
38.	Saya berdiskusi dengan orang tua saya sehingga saya mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik	√			
39.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik				√

40.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				√
-----	--	--	--	--	---



Nama : No. Res. 226

Kelas : 8c

Jenis Kelamin : Perempuan

1. Skala *Self-esteem*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN			
		STS	TS	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya.				√
2.	Kadang-kadang saya merasa diri saya tidak baik.			√	
3.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya.			√	
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain.			√	
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya.		√		
6.	Saya sering merasa tidak berguna.	√			
7.	Saya merasa diri saya cukup berharga, sedikit- tidaknya sama dengan orang lain.			√	
8.	Saya berharap saya dapat lebih di hargai.			√	
9.	Saya orang yang gagal.	√			
10.	Saya menerima keadaan diri saya apa adanya.				√

2. Skala *Self-harm*

No.	PERNYATAAN	PILIHAN
-----	------------	---------

		STS	TS	S	SS
1.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				√
2.	Saya melukai tangan saya ketika saya merasa jijik dengan diri saya sendiri				√
3.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak berguna				√
4.	Saya mencakar diri saya sendiri ketika saya merasa bersalah				√
5.	Bagi saya melukai diri adalah cara yang paling ampuh jika saya sedang merasa kesal				√
6.	Bila saya mengalami luka, saya ingin mengobati luka tersebut dan ingin luka itu cepat pulih		√		
7.	Saya melindungi diri saya dan anggota tubuh saya dari hal yang akan merugikan diri saya	√			
8.	Saya memiliki pandangan tentang diri saya bahwa diri saya berharga	√			
9.	Setiap saya kesal dan marah, saya melukai diri saya sendiri				√
10.	Saya selalu memaafkan diri saya		√		
11.	Saya dapat mengatasi amarah saya dengan mengarahkan amarah saya pada kegiatan yang positif		√		
12.	Perasaan marah dan kesal saya berkurang setelah saya melukai diri saya sendiri				√
13.	Saya cenderung memilih tidur ketika saya sedang kesal				√

14.	Saya menggigit jari berulang kali ketika saya sedang marah				√
15.	Orang tua saya berusaha menenangkan saya ketika saya marah		√		
16.	Melukai diri adalah hal yang normal bagi saya				√
17.	Saya berbagi cerita kepada orang terdekat ketika saya sedang marah			√	
18.	Saat melukai diri sendiri, saya tidak merasa sakit				√
19.	Melukai diri sendiri merupakan hal yang gila		√		
20.	Saya mengukir sebuah nama, tulisan atau bentuk tertentu ketika saya merasakan stress				√
21.	Saya merasa sakit jika diri saya terluka atau mengalami luka di bagian tubuh		√		
22.	Ketika mengalami sedih yang mendalam, saya menarik- narik rambut saya sendiri				√
23.	Melukai diri sendiri adalah tindakan yang irasional		√		
24.	Sejak saya kecil, orangtua mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan masalah saya sendiri.		√		
25.	Saya takut untuk melukai diri saya sendiri	√			
26.	Saya menyayat kulit saya dengan benda tajam ketika saya merasa tertekan				√
27.	Bagi saya, melukai diri adalah satu-satunya jalan untuk menyelesaikan masalah				√

28.	Saya berulang kali menampar diri saya sendiri saat sedang takut				√
29.	Saat khawatir saya membenturkan kepala saya berulang kali				√
30.	Saya menggigit bagian tubuh saya ketika saya merasa cemas dan panik				√
31.	Melukai diri hanya akan membuat orang lain cemas		√		
32.	Melukai diri adalah cara untuk menangani permasalahan yang terbaik				√
33.	Hanya orang yang berpikiran sempit yang mengatakan melukai diri sendiri dapat meringankan masalah				√
34.	Saya cenderung mampu mengelola rasa takut saya dengan baik		√		
35.	Saya mampu menghadapi dan mengatasi rasa khawatir yang muncul pada diri saya dengan baik		√		
36.	Teman dan berbagi cerita merupakan media yang tepat untuk mencari pertolongan dalam menyelesaikan masalah		√		
37.	Saat melukai diri, saya merasa masalah-masalah saya berkurang				√
38.	Saya berdiskusi dengan orang tua saya sehingga saya mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik		√		
39.	Saya melukai diri saya sendiri karena merasa tidak mampu menyelesaikan masalah saya dengan baik	√			

40.	Saya memukul tubuh saya sendiri jika saya kesal pada diri saya sendiri				√
-----	--	--	--	--	---



Lampiran 2

Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas *Self-esteem*

No. Item	<i>Sig. (2 Tailed)</i>	<i>Pearson Corelation</i>	Status Item
1	0,000	0,360	Valid
2	0,000	0,513	Valid
3	0,000	0,431	Valid
4	0,000	0,429	Valid
5	0,000	0,556	Valid
6	0,000	0,513	Valid
7	0,000	0,523	Valid
8	0,000	0,587	Valid
9	0,000	0,393	Valid
10	0,000	0,565	Valid

2. Uji Validitas *Self-harm*

No. Item	<i>Sig. (2 Tailed)</i>	<i>Pearson Corelation</i>	Status Item
1	0,000	0,516	Valid
2	0,000	0,572	Valid
3	0,000	0,545	Valid
4	0,000	0,541	Valid
5	0,000	0,587	Valid
6	0,000	0,321	Valid
7	0,000	0,347	Valid
8	0,000	0,392	Valid
9	0,000	0,580	Valid

10	0,000	0,434	Valid
11	0,000	0,422	Valid
12	0,000	0,639	Valid
13	0,001	0,205	Valid
14	0,000	0,549	Valid
15	0,000	0,234	Valid
16	0,000	0,581	Valid
17	0,012	0,162	Valid
18	0,000	0,554	Valid
19	0,000	0,292	Valid
20	0,014	0,159	Valid
21	0,000	0,344	Valid
22	0,000	0,537	Valid
23	0,000	0,397	Valid
24	0,000	0,358	Valid
25	0,005	0,180	Valid
26	0,000	0,551	Valid
27	0,000	0,547	Valid
28	0,000	0,571	Valid
29	0,000	0,417	Valid
30	0,000	0,542	Valid
31	0,000	0,421	Valid
32	0,000	0,588	Valid
33	0,000	0,399	Valid
34	0,000	0,454	Valid
35	0,000	0,380	Valid
36	0,000	0,365	Valid
37	0,015	0,157	Valid
38	0,022	0,148	Valid
39	0,003	0,191	Valid

40	0,000	0,568	Valid
----	-------	-------	-------

3. Uji Reliabilitas *Self-esteem*

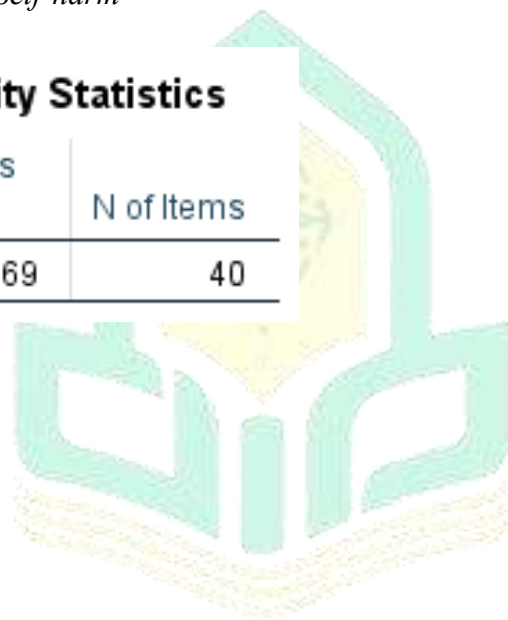
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.641	10

4. Uji Reliabilitas *Self-harm*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.869	40



Lampiran 3

Kategorisasi Variabel Penelitian

1. *Self-esteem*

KATEGORI					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	12.1	12.1	12.1
	Sedang	191	79.9	79.9	92.1
	Tinggi	19	7.9	7.9	100.0
	Total	239	100.0	100.0	

2. *Self-harm*

KATEGORI					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	31	13.0	13.0	13.0
	Sedang	181	75.7	75.7	88.7
	Tinggi	27	11.3	11.3	100.0
	Total	239	100.0	100.0	

