

## Kenapa Terjadi Self Injury pada Remaja? Mengurai Peran Regulasi Emosi, Pola Asuh, dan Relasi Pertemanan di DKI Jakarta

Muhammad Khatami<sup>1\*</sup>, Devie Yundianto<sup>2</sup>, Diana Maulidina<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Gadjah Mada, <sup>2</sup>Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia, <sup>3</sup>UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

[Muhammadkhatami@mail.ugm.ac.id](mailto:Muhammadkhatami@mail.ugm.ac.id); [devieyundianto@unusia.ac.id](mailto:devieyundianto@unusia.ac.id);  
[dianamaulidina@gmail.com](mailto:dianamaulidina@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh regulasi emosi, hubungan pertemanan, dan pola asuh orang tua terhadap perilaku self-injury di kalangan remaja SMP di DKI Jakarta. Sampel yang digunakan terdiri dari 287 siswa dari SMP X, Y, dan Z, yang dipilih melalui *convenience sampling* dengan kuesioner *google online form*. Validitas alat ukur diuji menggunakan *confirmatory factor analysis* (CFA), dan analisis statistik data dilakukan dengan teknik *multiple regression*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari hubungan pertemanan dan pola asuh orang tua terhadap perilaku *self-injury* remaja. Secara spesifik, variabel *alienation* dalam hubungan pertemanan memberikan kontribusi positif sebesar 26,4%, sementara pola asuh orang tua yang bersifat *authoritative* menunjukkan pengaruh negatif sebesar 18,4%. Di sisi lain, variabel *authoritarian*, *permissive*, *trust*, *communication*, *cognitive appraisal*, dan *expressive suppression* tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap perilaku *self-injury*. Temuan ini menekankan pentingnya hubungan sosial dan pola asuh dalam memahami perilaku *self-injury* di kalangan remaja, serta memberikan implikasi bagi pengembangan intervensi yang tepat guna pembangunan kesehatan mental remaja yang efektif.

**Kata kunci:** kesehatan mental, pola asuh orang tua, regulasi emosi, remaja, self injury

### Self Injury Pada Remaja

Prevalensi *self injury* kalangan remaja berusia 10-14 tahun mengkhawatirkan bagi orang tua dan pendidik, terutama di kalangan anak perempuan, seperti dicatat oleh Hilt, dkk. (2008). Penelitian menunjukkan bahwa perilaku melukai diri sendiri lebih umum pada wanita daripada pria (Hamza dkk., 2012). Setiap tahun, sekitar satu dari empat individu merenungkan melukai diri sendiri, dengan satu dari enam telah terlibat dalam perilaku seperti itu (Starlard dkk., 2013).

Perilaku melukai diri sendiri pada gadis remaja dikaitkan dengan faktor-faktor seperti harga diri yang rendah, penggunaan narkoba, struktur keluarga, merokok, intimidasi, status sosial ekonomi, dan pengaruh teman sebaya (Starlard dkk., 2013). Penelitian menunjukkan bahwa *self injury* biasanya terjadi antara usia 14 dan awal dewasa, meskipun kasus pada anak di bawah 14 tahun telah didokumentasikan. Studi Hankin dan Abela mengungkapkan bahwa di antara 108 remaja berusia 11-14 tahun, 18% telah mengalami *self injury* selama dua setengah tahun, sementara 14% adalah

kasus baru (Starlard dkk., 2013). Di Indonesia, ada kekurangan data statistik tentang perilaku *self injury*, meskipun mereka lazim di kalangan remaja.

Definisi dari *self injury* yaitu tindakan dimana seseorang dengan sengaja mengubah atau menghancurkan jaringan tubuh yang tidak berkaitan dengan estetika atau sanksi sosial. Pemotongan jaringan *subdermal* sejauh ini merupakan bentuk *self injury* yang paling sering dilaporkan (Purington & Whitlock, 2004). Bahaya yang di timbulkan jika melakukan *self injury* secara umum adalah munculnya perilaku maladaptif dan rentan terhadap stres yang mengakibatkan psikopatologi. Nock (2014) menyatakan bahwa perilaku percobaan bunuh diri dan *self injury* dapat menyebabkan individu untuk membiasakan terhadap rasa sakit, yang pada akhirnya, meningkatkan kemungkinan tindakan bunuh diri di masa yang akan datang. Bahaya selanjutnya yang terlihat secara langsung merupakan *direct self injury* yaitu bahaya yang ditimbulkan sendiri secara langsung ke tubuh yang cukup parah seperti menyebabkan luka dangkal atau ringan dan biasanya menimbulkan bekas luka.

Untuk memastikan penggambaran menyeluruh dari fenomena *self injury* di kalangan remaja, para peneliti melakukan studi pendahuluan dengan menyebarkan kuesioner yang terdiri dari lima belas pertanyaan terkait cedera diri secara acak kepada semua siswa sekolah menengah di kelas VI-IX (tujuh hingga sembilan) yang tinggal di DKI Jakarta melalui formulir *online* Google. Terdapat 20 peserta yang mengisi kuesioner. Berdasarkan kuesioner, hasil berikutnya diketahui bahwa 25% pernah mempertimbangkan untuk melukai diri sendiri, sementara 30% benar-benar melakukan *self injury*. Jenis-jenis *self injury* yang sebagian besar diberlakukan oleh responden termasuk 29% menabrak dinding, diikuti dengan menabrak kepala ke dinding pada 12%, kemudian 12% melalui menggigit bibir hingga berdarah, dan 11% dengan melubangi kulit dengan jarum. Responden yang menunjukkan partisipasi dalam perilaku *self injury* berjumlah 20% lebih dari sekali, 30% menegaskan hanya sekali, dan 25% mengklaim tidak pernah terlibat dalam perilaku tersebut.

## Regulasi Emosi

Perilaku *self injury* pada remaja dapat dipengaruhi oleh faktor regulasi emosi. McKenzie (2013) mengungkapkan bahwa *self-injury* sering digunakan oleh remaja sebagai mekanisme untuk melampiaskan emosi negatif seperti kemarahan, kekecewaan, dan perasaan tidak berguna. Wade dan Tavriss (2007) menjelaskan bahwa emosi melibatkan perubahan fisiologis, kognitif, dan perilaku yang dipengaruhi oleh norma budaya. King (2010) menambahkan bahwa emosi melibatkan rangsangan fisiologis, pengalaman sadar, dan ekspresi perilaku.

Regulasi emosi adalah proses yang mempengaruhi bagaimana individu merasakan, mengatur, dan mengekspresikan emosi mereka (Gross, 1998). Gross dan Thompson (2006) mengidentifikasi lima aspek dari regulasi emosi: seleksi situasi, modifikasi situasi, atensi, perubahan kognisi, dan respons modifikasi. Hilt, dkk. (2008) menyatakan bahwa *self injury* sering kali merupakan respons terhadap emosi yang intens dan terjadi melalui perenungan. Penelitian menunjukkan bahwa kesulitan dalam regulasi emosi berhubungan dengan *self-injury* (Khanipour dkk., 2013). Lavender, dkk. (2015) menambahkan bahwa regulasi emosi yang negatif dapat mengarah pada perilaku maladaptif seperti *self injury*. Sharp (2014) berpendapat bahwa *self-injury* dapat menjadi cara bagi individu yang tidak tahu cara mengatur emosi secara positif untuk melampiaskan perasaan mereka.

## Hubungan Pertemanan

Selain regulasi emosi dinyatakan bahwa adanya pengaruh faktor hubungan pertemanan yang dapat mempengaruhi remaja terlibat pada perilaku *self injury*. Remaja merupakan periode transisi dan kunci untuk naik ke tingkat selanjutnya dalam pencarian jati diri (Gandhi dkk., 2015). *Attachment* awalnya didefinisikan sebagai ikatan afektif yang kuat dibentuk antara bayi dan pengasuh utama (umumnya ibu) (Laible dkk., 2000). Namun beberapa tahun terakhir *attachment* dikonsepsikan kembali untuk menyertakan semua hubungan yang signifikan diseluruh rentang hidup termasuk dengan *peers* dan pasangan romantis (Laible dkk., 2000). *Peer relationship* menjadi sesuatu hal yang penting pada masa remaja dan akan membentuk hasil dari perkembangan masa remaja (Marion dkk., 2013). Penelitian menunjukkan bahwa persahabatan yang tidak lekat berkorelasi dengan peningkatan *self injury* di kalangan remaja (Gandhi dkk., 2015). Sebaliknya, hubungan teman sebaya yang positif di sekolah dapat mengurangi kecenderungan melukai diri sendiri pada anak laki-laki dan menyebabkan berkurangnya potensi pada anak perempuan yang mengalami *self injury* (Starlard dkk., 2013).

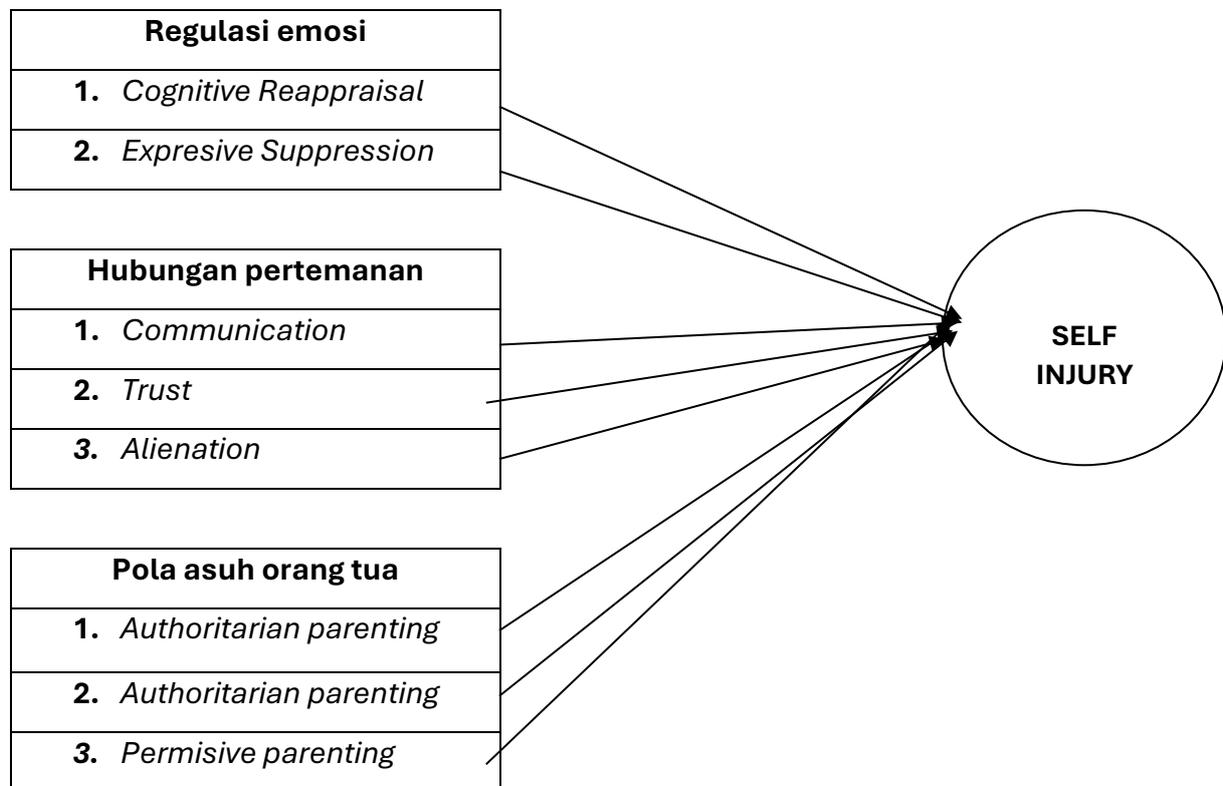
## Pola Asuh Orang Tua

Gaya pengasuhan memainkan peranan krusial dalam perilaku *self-injury* pada remaja. Menurut Krause, dkk. (2009), terdapat empat gaya pengasuhan utama: (1) *authoritative*, yang menekankan dukungan tinggi, norma perilaku yang jelas, dan diskusi keluarga yang positif; (2) *authoritarian*, yang memprioritaskan kepatuhan dan disiplin ketat dengan daya tanggap rendah; (3) *permissive*, yang memberikan kebebasan tinggi tanpa aturan yang ketat; dan (4) acuh tak acuh, yang ditandai dengan respons minimal dan kurangnya standar perilaku. Penelitian Burešová, dkk. (2014) menunjukkan bahwa remaja yang tinggal dengan kedua orang tua memiliki tingkat *self injury* yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tinggal hanya dengan salah satu orang tua. Gaya pengasuhan yang mengabaikan anak, seperti pengasuhan lalai, dapat berkontribusi pada peningkatan risiko *self injury* (Baumrind, 1991).

Penelitian *self-injury* sebelumnya pernah dilakukan oleh Tresno, dkk. (2012) yang mengangkat masalah apakah *self injury* pada mahasiswa dapat mengarah menuju percobaan bunuh diri dengan melibatkan trauma masa kecil. Trauma masa kecil mencakup penolakan, kurangnya kelekatan, dan hukuman yang diberikan pada masa kanak-kanak oleh orang tua. Hasilnya mahasiswa yang memiliki trauma masa kecil yang berat cenderung melakukan *self injury* yang mengarah kepada bunuh diri dibandingkan trauma yang ringan. Akan tetapi, riset ini belum begitu dalam mengeksplorasi bagaimana peran orang tua dari berbagai gaya pengasuhan. Berdasarkan literatur, penelitian ini bertujuan menguji pengaruh regulasi emosi, kelekatan pertemanan, dan pola asuh orangtua terhadap perilaku *self-injury* pada remaja di DKI Jakarta, khususnya siswa sekolah menengah pertama. Penelitian ini juga ingin melihat manakah yang paling berperan antara regulasi emosi, hubungan pertemanan, dan pola asuh terhadap perilaku *self-injury*. Riset ini menjadi penting mengingat banyaknya kasus remaja yang melakukan *self-injury*, dan hasilnya diharapkan dapat memberikan sumbangsih bagi pemegang kebijakan dalam merencanakan strategi yang tepat guna pembangunan kesehatan mental yang efektif.

### Gambar 1

Diagram Regresi Berganda antara Regulasi Emosi, Hubungan Pertemanan, dan Pola Asuh Orang Tua terhadap Self Injury



### Metode

#### Desain Penelitian

Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Peneliti menggunakan metodologi desain pengambilan data *nonprobability sampling design* yang menggunakan *convenience sampling* untuk meningkatkan aksesibilitas ke penelitian.

#### Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari murid-murid Sekolah Menengah Pertama se-DKI Jakarta. Pada penelitian ini, para peneliti mengambil sampel dari institusi SMP di sekitar DKI Jakarta. Mengenai kriteria sampel pada penelitian ini ialah siswa SMP dan individu yang tinggal di DKI Jakarta, remaja berusia 13-15 tahun, mereka yang masih memiliki wali/orang tua, dan individu yang bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian.

#### Prosedur Pengambilan Data dan Instrumen Penelitian

Prosedur pengambilan data, peneliti menetapkan sampel penelitian, memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, dan meminta kesediaan responden untuk mengisi skala penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan membuat kuesioner dalam format Microsoft Excel, kemudian menyalinnya ke dalam format Google Form. Kuesioner ini disebarluaskan melalui jejaring sosial milik peneliti serta didistribusikan oleh teman-teman peneliti. Selain menggunakan Google Form, peneliti juga menyebarkan kuesioner fisik di tiga sekolah menengah pertama yang berada di DKI Jakarta.

**Alat Ukur Perilaku Self Injury.** Pada skala *self injury* peneliti mengkonstruksi alat ukur sendiri oleh peneliti. Item-item yang dibuat berdasarkan indikator-indikator dari Whitlock (2006). Alat ukur pada variabel ini dibuat dalam bentuk skala likert. Skala ini sebelumnya diuji terlebih dahulu validitasnya menggunakan *confirmatory factor analysis*, dimana semua item bersifat unidimensional dengan masing-masing indikatornya. Alat ukur didesain dengan menggunakan respon 1 sampai empat yaitu 1 (tidak pernah), 2 (jarang), 3 (sering) dan 4 (selalu).

**Alat Ukur Regulasi Emosi.** Penelitian ini menggunakan skala regulasi emosi yang dikembangkan oleh Latifa (2015) berdasarkan dimensi dan indikator Gross (2002), yang telah teruji dalam penelitian regulasi emosi. Data dikumpulkan melalui kuesioner dengan skala Likert, di mana responden menilai item-item terkait variabel yang diteliti. Setiap item memiliki empat kategori respon, yaitu 1 (tidak pernah), 2 (jarang), 3 (sering), dan 4 (selalu).

**Alat Ukur Hubungan Pertemanan.** Alat ukur hubungan pertemanan mengadopsi skala *parents and* hubungan pertemanan (IPPA) dari Armsden dan Greenberg (1989) yang terdiri dari 25 butir pernyataan yang disusun berdasarkan persepsi positif dan persepsi negatif dalam hubungan teman terdekat dimana dimensi perilaku maupun kognitif. Dimensi yang dipakai berjumlah tiga, yaitu, *trust*, *communication* dan *alienation*. Skala yang digunakan adalah skala likert 1 sampai 4 dengan penggambaran 1 (tidak pernah), 2 (jarang), 3 (sering) dan 4 (selalu).

**Alat Ukur Parenting Style.** Alat ukur *parenting style* yang di konstruksikan oleh Buri (1989) berdasarkan teori Baumrind (1991). Terdiri dari 30 item berdasarkan tiga dimensi yaitu, *permissive*, *authoritarian*, dan *authoritative* pola asuh orang tua. Pada kuesioner ini setiap dimensi terdiri dari 10 item. Skala yang digunakan adalah skala likert 1 sampai 4 yaitu 1 (sangat tidak sesuai), 2 (tidak sesuai), 3 (sesuai) dan 4 (sangat sesuai).

### **Analisis**

Pada penelitian ini dilakukan uji validitas alat ukur dengan *confirmatory factor analysis* (CFA) menggunakan *software* Mplus 7. Kemudian, analisis statistik data dilakukan dengan teknik *multiple regression* menggunakan *software* SPSS 17.0.

### **Hasil dan Pembahasan**

Responden penelitian merupakan siswa sekolah menengah pertama usia 12-16 tahun. Semua responden diperoleh dari siswa siswi SMP X dan MTS Y di DKI Jakarta. Responden merupakan remaja yang masih memiliki dan tinggal bersama orangtuanya. Total responden yang diperoleh 287 orang, yaitu 129 laki-laki dan 158 perempuan. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *nonprobability sampling*, setiap anggota populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi responden penelitian.

### **Uji Validitas Konstruksi**

**Self Injury.** Hasil pengujian skala *self injury* versi Indonesia dengan satu faktor yang berisikan 16 item awalnya menghasilkan model yang tidak fit. Kemudian, peneliti melakukan modifikasi sebanyak 51 kali terhadap model dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model fit dengan *Chi Square* = 67.72, *df* = 54, *P-value* = 0.09937, *RMSEA* = 0.030. Nilai *Chi-Square* menghasilkan *P-value* > 0.05 (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *self injury*. Skala ini memiliki nilai muatan faktor yang baik antara 0,54 – 0,90 pada keseluruhan butir.

## Hubungan Pertemanan

### a. *Reappraisal*

Hasil pengujian CFA pada skala *reappraisal* yang memiliki 9 butir soal dengan satu faktor memiliki model yang tidak *fit*. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model *fit* dengan dengan  $Chi\ Square = 30.76$ ,  $df = 21$ ,  $P\text{-value} = 0.07778$ ,  $RMSEA = 0.040$ . Nilai  $Chi\text{-Square}$  menghasilkan  $P\text{-value} > 0.05$  (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *reappraisal*. Muatan faktor pada skala ini memiliki nilai yang dapat diterima antara 0,42 – 0,68.

### b. *Suppression*

Hasil pengujian CFA pada skala *suppression* yang memiliki 10 butir soal dengan satu faktor memiliki model yang tidak *fit*. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model *fit* dengan dengan  $Chi\ Square = 39.67$ ,  $df = 27$ ,  $P\text{-value} = 0.05499$ ,  $RMSEA = 0.041$ . Nilai  $Chi\text{-Square}$  menghasilkan  $P\text{-value} > 0.05$  (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *suppression*. Muatan faktor keseluruhan butir pada skala ini memiliki nilai yang dapat diterima antara 0,26 – 0,65.

### c. *Trust*

Hasil pengujian CFA pada skala *trust* yang memiliki 8 butir soal dengan satu faktor memiliki model yang tidak *fit*. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model *fit* dengan dengan  $Chi\ Square = 26.41$ ,  $df = 17$ ,  $P\text{-value} = 0.06724$ ,  $RMSEA = 0.044$ . Nilai  $Chi\text{-Square}$  menghasilkan  $P\text{-value} > 0.05$  (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *supression*. Muatan faktor keseluruhan butir pada skala ini memiliki nilai yang dapat diterima antara 0,35 – 0,71.

### d. *Communication*

Hasil pengujian CFA pada skala *communication* yang memiliki 7 butir soal dengan satu faktor memiliki model yang tidak *fit*. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model *fit* dengan dengan  $Chi\ Square = 6,29$ ,  $df = 6$ ,  $P\text{-value} = 0.39123$ ,  $RMSEA = 0.013$ . Nilai  $Chi\text{-Square}$  menghasilkan  $P\text{-value} > 0.05$  (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *communication*. Muatan faktor keseluruhan butir pada skala ini memiliki nilai yang dapat diterima antara 0,54 – 0,76.

### e. *Alienation*

Hasil pengujian CFA pada skala *alienation* yang memiliki 7 butir soal dengan satu faktor memiliki model yang tidak *fit*. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model *fit* dengan dengan  $Chi\ Square = 1,14$ ,  $df = 2$ ,  $P\text{-value} = 0,56583$   $RMSEA = 0.000$ . Nilai  $Chi\text{-Square}$  menghasilkan  $P\text{-value} > 0.05$  (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *alienation*. Muatan faktor keseluruhan butir pada skala ini memiliki nilai yang dapat diterima antara 0,23 – 0,61.

## Gaya Kepengasuhan

### a. *Authoritative Parenting*

Hasil pengujian CFA pada skala *authoritative parenting* yang memiliki 10 butir soal dengan satu faktor memiliki model yang tidak *fit*. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model *fit* dengan dengan *Chi Square* = 39,84 df = 29, P-value = 0,08652 RMSEA = 0.036. Nilai *Chi-Square* menghasilkan P-value > 0.05 (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *authoritative parenting*. Muatan faktor keseluruhan butir pada skala ini memiliki nilai yang dapat diterima antara 0,20 – 0,65.

### b. *Authoritarian Parenting*

Hasil pengujian CFA pada skala *authoritarian parenting* yang memiliki 10 butir soal dengan satu faktor memiliki model yang tidak *fit*. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model *fit* dengan dengan *Chi Square* = 41.47, df = 31, P-value = 0.09913, RMSEA = 0.034. Nilai *Chi-Square* menghasilkan P-value > 0.05 (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *authoritarian parenting*. Muatan faktor keseluruhan butir pada skala ini memiliki nilai yang dapat diterima antara 0,25 – 0,80.

### c. *Permissive Parenting*

Hasil pengujian CFA pada skala *permissive parenting* yang memiliki 10 butir soal dengan satu faktor memiliki model yang tidak *fit*. Oleh karena itu, peneliti melakukan modifikasi dengan membebaskan parameter butir maka diperoleh model *fit* dengan dengan *Chi Square* = 38.83, df = 27, P-value = 0.06562, RMSEA = 0.039. Nilai *Chi-Square* menghasilkan P-value > 0.05 (tidak signifikan), yang artinya model satu faktor dapat diterima, bahwa seluruh item hanya mengukur satu faktor saja yaitu *permissive parenting*. Muatan faktor pada skala ini memiliki nilai yang dapat diterima antara 0,24 – 0,79. Terdapat satu butir yang dibuang karena memiliki nilai muatan faktor yang rendah dan nilai t sebesar 1,56 ( $t < 1,96$ ) tidak signifikan.

**Tabel 1**

*Model Regresi Berganda*

### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.335 <sup>a</sup>	.112	.087	9.09860

a. Predictors: (Constant), *Permissive, Trust, Suppression, Authoritarian Parenting, Authoritative Parenting, Alienation, Communication, Reappraisal*

| 103

Hasil uji hipotesa menunjukkan bahwa seluruh variabel independen secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap *self-injury* ( $F(8, 278) = 4.392, p < .001$ ). Berdasarkan Tabel 1, nilai R Square sebesar 0.112 menunjukkan bahwa 11.2% variasi *self-injury* dapat dijelaskan oleh variabel independen (*reappraisal, suppression, trust,*

*communication, alienation, authoritative parenting, authoritarian parenting, dan permissive parenting*). Sisanya, 88.8%, dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

**Tabel 2**

*Koefisien Regresi Variabel Independen terhadap Self Injury*

		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	52.714	8.340		6.321	.000
	<i>Reappraisal</i>	-.091	.078	-.085	-1.172	.242
	<i>Suppression</i>	-.149	.078	-.134	-1.907	.058
	<i>Trust</i>	.006	.077	.006	.083	.934
	<i>Communication</i>	.049	.070	.048	.703	.483
	<i>Alienation</i>	.264	.073	.219	3.644	.000
	<i>Authoritative parenting</i>	-.184	.072	-.154	-2.534	.012
	<i>Authoritarian parenting</i>	.008	.062	.007	.121	.904
	<i>Permissive</i>	.042	.064	.038	.659	.510

a. Dependent Variable: Self injury

Berdasarkan Tabel 3, hanya *alienation* dan *authoritative parenting* yang berpengaruh signifikan terhadap *self-injury* ( $p < 0.05$ ). *Alienation* memiliki koefisien positif ( $B = 0.264$ ), menunjukkan peningkatan *self-injury* dengan meningkatnya *alienation*. Sementara itu, *authoritative parenting* memiliki pengaruh negatif terhadap *self-injury* ( $B = -0.184$ ). Variabel lain seperti *reappraisal*, *suppression*, *trust*, *communication*, *authoritarian parenting*, dan *permissive parenting* tidak menunjukkan pengaruh signifikan ( $p > 0.05$ ).

Penelitian ini mengkaji pengaruh pola asuh orang tua (*authoritative*, *authoritarian*, dan *permissive parenting*), hubungan pertemanan (*trust*, *communication*, *alienation*), serta regulasi emosi (*reappraisal* dan *suppression*) terhadap perilaku *self injury* pada remaja. Hasil menunjukkan bahwa *authoritative parenting* dan *alienation* secara signifikan mempengaruhi *self-injury*. Pola asuh yang penuh kasih namun tegas (*authoritative*) menurunkan risiko *self-injury*, mendukung temuan Ferrey, dkk. (2016) yang menyatakan bahwa aturan yang jelas disertai kasih sayang menghasilkan anak yang lebih sehat secara emosional. Sebaliknya, pola asuh yang terlalu mengontrol atau menghukum tidak mempengaruhi secara signifikan dalam penelitian ini, berbeda dari penelitian sebelumnya.

Penelitian juga menemukan bahwa *alienation* dalam hubungan pertemanan berhubungan positif dengan peningkatan *self-injury*, konsisten dengan penelitian Gandhi, dkk. (2015). *Trust* dan *communication* dalam hubungan pertemanan tidak menunjukkan pengaruh signifikan. Selain itu, Nock (2014) menunjukkan bahwa disfungsi keluarga, seperti konflik dan kurangnya kelekatan, meningkatkan risiko *self injury*,

mendukung temuan bahwa faktor keluarga memainkan peran penting dalam perilaku tersebut.

Penelitian Newman, dkk. (2008) menunjukkan bahwa pola asuh orang tua berdampak signifikan terhadap pengembangan perilaku *self injury* pada remaja. Temuan ini menekankan bahwa kurangnya *communication* dan kelekatan dalam hubungan antara remaja dan orang tua, serta lingkungan keluarga yang rendah dalam kekompakan, ekspresifitas, kemandirian, dan tinggi dalam konflik, dapat meningkatkan risiko *self injury*.

Dalam penelitian ini, hanya *authoritative parenting* yang menunjukkan pengaruh signifikan terhadap *self injury*, dengan arah negatif. Artinya, semakin rendah penerapan *authoritative parenting*, semakin tinggi perilaku *self injury* pada remaja, dan sebaliknya. Temuan ini sejalan dengan Ferrey, dkk. (2016), yang menyatakan bahwa pola asuh yang jelas dan penuh kasih sayang dapat mengurangi risiko *self injury*.

Sebaliknya, *authoritarian parenting* dan *permissive parenting* tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap *self injury* dalam penelitian ini, berbeda dengan penelitian Ferrey, dkk. (2016) dan Baetens, dkk. (2014), yang mengidentifikasi pola asuh otoriter sebagai faktor risiko untuk *self injury*. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi interaksi antara berbagai gaya pengasuhan dan risiko *self injury*.

Orang tua yang memilih menggunakan *Authoritative parenting* pada pengasuhan anak berusaha untuk mengarahkan kegiatan anak secara rasional, dengan masalah-masalah kekinian. Orangtua mendorong secara lisan, memberi perhatian, dan berbagi mengenai aturan-aturan yang akan dibuat oleh orangtua kepada anak. *Authoritative parenting* dapat digunakan untuk menyelesaikan pertentangan antara kesenangan dan tugas dan antara kebebasan serta tanggung jawab (Baumrind, 1991).

Dengan melakukan gaya *Authoritative parenting* akan didapatkan seseorang mencapai kesesuaian bertanggung jawab pada kelompoknya tanpa kehilangan kemandirian atau rasa arsetif pada diri sendiri. Baumrind (1991) juga menyatakan orangtua tetap memantau kegiatan anak akan tetapi mereka tidak mengganggu dan tidak membatasi. Mereka lebih memilih mendukung metode disiplin dibanding pemberian hukuman. Remaja-remaja yang dibesarkan dengan *authoritative parenting* lebih menunjukkan perkembangan psikologis yang positif dan sehat mental. Remaja dari rumah yang menggunakan *Authoritative parenting* disekolah lebih berprestasi, kurangnya rasa depresi dan kecemasan, mandiri dan memiliki harga diri yang tinggi serta cenderung sedikit terlibat dalam perilaku antisosial, termasuk kenakalan dan penggunaan obat.

*Authoritative parenting* dianggap Kopko (2007) sebagai gaya pengasuhan yang optimal untuk meningkatkan perilaku remaja. Dengan menerapkan *Authoritative parenting* terkait dengan perkembangan remaja yang sehat dan memberikan keseimbangan antara kasih sayang dan dukungan yang tepat dari kontrol orangtua dalam mengelola perilaku remaja. Suasana seperti ini memberikan kesempatan bagi remaja untuk menjadi mandiri dan mengemabngkan rasa sehat secara otonomi dalam batasan, pedoman dan aturan yang diberikan oleh orangtua.

Selanjutnya hubungan pertemanan menunjukkan pengaruh pada perilaku *self injury*. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Glazebrook (2015) yaitu *insecure* hubungan pertemanan dapat menjadi peningkat perilaku *self injury*, sementara *secure* hubungan pertemanan menunjukkan lebih besar peningkatan penyelesaian masalah. Joly (2013) menyatakan anak remaja yang terlibat dengan perilaku *self injury* ditandai dengan

hubungan pertemanan yang bermasalah, kurangnya dukungan dan tidak adanya penerimaan dalam *peer group* membuat karakteristik remaja secara tidak langsung terlibat dengan *self injury*. Dengan demikian remaja yang memiliki *insecure* hubungan pertemanan lebih mudah dan mungkin terlibat dengan perilaku *self injury* karena kesulitan untuk mengatasi emosi negatif.

Irvin (2001) menjelaskan bahwa pada masa remaja kehadiran *peer group* membuat seorang remaja merasa memiliki sebuah dukungan terlebih dengan ketidakhadiran dukungan dari orangtua. Jika remaja tersebut merasa terasingkan serta tidak bisa mencari ketengan ataupun tidak menemukan orang lain yang bisa mendukungnya, maka seorang remaja melakukan penyelesaian masalah dengan tidak sehat salah satunya adalah melakukan *self injury*. Pada penelitian yang dilakukannya maka didapatkan hasil hubungan pertemanan (dengan dimensi *trust*, *communication* dan *alienation*) secara signifikan mempengaruhi frekuensi *self injury* dan perilaku *self injury* secara tidak langsung.

Kemudian, hubungan pertemanan merupakan faktor penting pada masa perkembangan seseorang, terutama saat memasuki usia remaja, dimana seseorang mulai mengandalkan kelekatan dengan orang lain diluar keluarga mereka (Armsden & Greenberg, 1987; Gorrese & Ruggiere. 2012). Hubungan pertemanan menjadi sumber berpengaruh sebagai cara bersosial dan mendapatkan dukungan emosional seorang remaja. Beberapa teori *attachment* dapat menggambarkan hubungan teman sebaya secara bertahap pada perkembangan seorang remaja. Selain itu, hubungan pertemanan merupakan tipe khusus dari hubungan sosial yang dapat dicirikan dengan adanya hal pengembangan individu melalui kontak berulang dan bagaimana individu mengatur pengalaman emosional dan merasa nyaman (Gorrese & Ruggiere. 2012).

Dengan hal tersebut, masa remaja merupakan masa di mana kualitas hubungan keterikatan teman sebaya secara bertahap mengambil lebih dari pada dengan orang dewasa ataupun orangtua. Bagi para remaja, teman dekat merupakan sumber utama keintiman, pengungkapan serta penyedia utama dukungan emosional dan sosial (Gorrese & Ruggiere, 2012). Hubungan keterikatan sangatlah berbeda di masa remaja dengan masa bayi, anak remaja memiliki kepentingan bersosial yang besar dan dengan memiliki hubungan keterikatan dengan teman sebaya akan mempengaruhi dirinya dalam menyesuaikan diri dikemudian hari.

Gorrese dan Ruggiere (2012) juga menyatakan bahwa model dari kelekatan dapat dilakukan dengan menilai pertama adanya afeksi positif atau pengalaman kognitif terhadap rasa percaya dan daya tanggap terhadap seseorang yang dekat dengannya, kedua adalah negatif afektif, yaitu pengalaman kognitif terhadap rasa marah atau keputusan yang dihasilkan dari seseorang yang dekat dengannya. Secara khusus Gorrese dan Ruggiere untuk fokus pada tiga dimensi dari *peer parents attachment* yaitu, pertama *trust*, percaya bahwa teman memahami dan menghormati kebutuhan serta keinginan mereka, kedua adalah *communication*, yaitu mengenai persepsi seorang remaja terhadap teman-teman sebayanya yang sensitif dan responsif terhadap keadaan emosional mereka dan menilai sejauh mana kualitas keterlibatan dan *communication* verbal dengan mereka dan yang ketiga yaitu *alienation*, dimensi ini mengacu pada perasaan remaja yang terisolasi, kemarahan dan pengalaman keterpisahan hubungan kelekatan dengan teman sebaya.

Pada penelitian yang sering dilakukan terdapat kesimpulan bahwa seorang individu yang melakukan hubungan dekat dengan mereka serta memiliki tingkat *trust* dan

*communication* yang tinggi dan dengan rasa keterasingan yang rendah maka dapat diklasifikasikan individu tersebut termasuk dalam *high security*. Namun demikian, jika seorang individu memiliki rasa *alienation* yang tinggi dan merasa rendah dalam mempercayai seseorang serta *communication* yang rendah diklasifikasikan sebagai individu *low security*. Oleh karena itu hubungan pertemanan memiliki peran penting dalam penyesuaian serta kesehatan psikologis remaja (Glazbrook, 2012). Akibat memiliki level yang rendah pada kualitas hubungan pertemanan maka seseorang akan memiliki *self esteem* yang buruk, kemudian terjadinya peningkatan depresi dan agresi.

Pada penelitian ini, hanya dimensi *alienation* yang memiliki pengaruh signifikan dan positif terhadap *self injury*, menunjukkan bahwa semakin tinggi *alienation*, semakin tinggi pula perilaku *self injury*. Temuan ini konsisten dengan penelitian Gandhi, dkk. (2015), yang menyatakan remaja dengan *alienation* lebih rentan terhadap *self injury*. Sementara itu, dalam penelitian Gandhi, dimensi *trust* dan *communication* tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap *self injury*, namun menjadi signifikan bila dikontrol dengan variabel usia dan jenis kelamin.

### Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini menunjukkan bahwa *authoritative parenting* dan *alienation* secara signifikan mempengaruhi perilaku *self injury* pada remaja, sementara dimensi lainnya seperti *authoritarian parenting*, *permissive parenting*, *trust*, *communication*, *reappraisal*, dan *suppression* tidak berpengaruh signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pola asuh orang tua yang penuh kasih sayang namun tegas (*authoritative*) dapat menurunkan risiko *self injury*, sedangkan perasaan terasing (*alienation*) dalam hubungan pertemanan meningkatkan risiko tersebut.

Saran untuk penelitian selanjutnya mencakup pemisahan kuesioner pola asuh berdasarkan peran ayah dan ibu, mengingat adanya perbedaan gaya pengasuhan. Penelitian juga dapat memperluas subjek dengan melibatkan rentang usia yang lebih beragam, baik dewasa maupun anak-anak, untuk meningkatkan generalisasi hasil. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi lebih dalam variabel-variabel lain yang mungkin memengaruhi *self injury*.

### Daftar Pustaka

- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Baetens, I., Claes, L., Onghena, P., Grietens, H., Van Leeuwen, K., Pieters, C., & Griffith, J. W. (2014). Non-suicidal self-injury in adolescence: A longitudinal study of the relationship between NSSI, psychological distress, and perceived parenting. *Journal of Adolescence*, 37(6), 817-826. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.05.010>
- Baumrind, D. (1991). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Public Health Service*.
- Burešová, I., Bartošová, K., & Čerňák, M. (2015). Connection between parenting styles and self-harm in adolescence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 171, 1106-1113. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.227>

- Buri, J. P. (1989). An instrument for the measurement of parental authority prototypes. Presented at the Annual Meeting of the Midwestern Psychological Association, Chicago, IL.
- Laible, D. J., Carlo, G., & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Faculty Publications, Department of Psychology*. <http://digitalcommons.unl.edu/psychfacpub/51>
- Ferrey, A. E., Hughes, N. D., Simkin, S., Locock, L., Stewart, A., Kapur, N., Gunnell, D., & Hawton, K. (2016). Changes in parenting strategies after a young person's self-harm: A qualitative study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *10*(20). <https://doi.org/10.1186/s13034-016-0110-y>
- Gandhi, A., Claes, L., Bosmans, G., Baetens, I., Wilderjans, T. F., Maitra, S., Kiekens, G., & Luyckx, K. (2015). Non-suicidal self-injury and adolescents' attachment with peers and mother: The mediating role of identity synthesis and confusion. *Journal of Child and Family Studies*, *24*(11), 3462-3471. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0350-0>
- Glazebrook, K. (2012). The implication of attachment style for outcomes in young people who self-harm (Doctoral thesis, University of Nottingham, UK).
- Glazebrook, K., Townsend, E., & Sayal, K. (2015). The role of attachment style in predicting repetition of adolescent self-harm: A longitudinal study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, *45*(6), 664-678. <https://doi.org/10.1111/sltb.12159>
- Gorrese, A., & Ruggieri, R. (2012). Peer attachment: A meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, *41*(5), 650-672. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9759-6>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, *2*(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, *39*(3), 281-291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2006). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). Guilford Press.
- Hilt, L. M., Cha, C. B., & Nolen-Hoeksema, S. (2008). Nonsuicidal self-injury in young adolescent girls: Moderators of the distress-function relationship. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *76*(1), 63-71. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.76.1.63>
- Irvin, A. A. (2001). The relationship of parental and peer attachment and romantic connections with self-injurious behaviors among college students (Doctoral dissertation, Northeastern State University).
- Joly, M. (2013). Attachment and non-suicidal self-injury: Parent and peer attachment relationships and non-suicidal self-injury in young adolescents (master's thesis, McGill University, Canada).
- Khanipour, H., Borjali, A., Golzari, M., Falsafinejad, M. R., & Hakim-Shushtari, M. (2013). Self-harm in adolescents with delinquency and history of mood disorder: Qualitative research. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, *2*(3), 195-207.
- King, L. A. (2010). *The science of psychology: An appreciative view* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Kopko, K. (2007). Parenting styles and adolescents. *Cornell Cooperative Extension*.

- Krause, M., Dailey, R., & Vassi, G. (2009). *Handbook of parenting: Styles, stresses, and strategies*. Nova Science Publishers, Inc.
- Lavender, J. M., Wonderlich, S. A., Engel, S. G., Gordon, K. H., Kaye, W. H., & Mitchell, J. E. (2015). Dimensions of emotion dysregulation in anorexia nervosa and bulimia nervosa: A conceptual review of empirical literature. *Clinical Psychology Review*, *40*, 111-122. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.05.010>
- Marion, D., Laursen, B., Zettergren, P., & Bergman, L. R. (2013). Predicting life satisfaction during middle adulthood from peer relationships during mid-adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, *42*(9), 1299-1307. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9969-6>
- McKenzie, M., & Gross, J. J. (2013). Nonsuicidal self-injury: An emotion regulation approach.
- Newman, K., Harrison, L., Dashiff, C., & Davies, S. (2008). Relationships between parenting styles and risk behaviors in adolescent health: An integrative literature review. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, *16*(1), 142-150. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692008000100022>
- Nock, M. K. (Ed.). (2014). *The Oxford handbook of suicide and self-injury*. Oxford University Press.
- Purington, A., & Whitlock, J. (2004). Self-injury fact sheet. *Cornell University*.
- Sharp, C. (2014). Non-suicidal self-injury: The associations among emotional, parental, and peer influences (Doctoral dissertation, University of Saskatchewan).
- Stallard, P., Montgomery, P., & Sayal, K. (2013). Self-harm in young adolescents (12–16 years): Onset and short-term continuation in a community sample. *BMC Psychiatry*, *13*, 328. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-13-328>
- Tresno, F., Ito, Y., & Mearns, J. (2012). Self-injurious behavior and suicide attempts among Indonesian college students. *Death Studies*, *36*(7), 627–639. <https://doi.org/10.1080/07481187.2011.604464>
- Wade, T. (2007). *Psikologi* (9th ed.). Erlangga.
- Whitlock, J. L., Powers, J. L., & Eckenrode, J. (2006). The virtual cutting edge: The Internet and adolescent self-injury. *Developmental Psychology*, *42*(3), 407-417. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.3.407>