



Hubungan Keberfungsian Keluarga Dengan Perilaku Self-Injury Pada Remaja

M. Rafly Adam, Dwi Nastiti*

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Abstrak: Fase perkembangan remaja dianggap menjadi tahap penting tercapainya kemampuan dalam menjalin hubungan sosial, remaja akan mengalami berbagai macam permasalahan dan tekanan dalam perkembangannya yang akan menimbulkan beberapa dampak pada remaja yaitu, timbulnya rasa cemas, rasa tidak aman, dan depresi. Sehingga nantinya akan menimbulkan keinginan untuk melakukan self-injury dan keinginan bunuh diri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara keberfungsian keluarga dengan self-injury pada remaja di Candi Sayang, Sidoarjo. Menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Partisipan merupakan remaja dengan rentan usia 17 sampai 25 tahun berjumlah sebesar 47 orang. Data diperoleh menggunakan alat ukur berupa skala keberfungsian keluarga dan skala self-injury kemudian dianalisis menggunakan metode statistik korelasi Product Moment. Hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi $r = -0,96$ dengan p value sebesar 0,000 (Sig. < 0,05) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan self-injury pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik fungsi keluarga, semakin rendah tingkat tindakan menyakiti diri sendiri di kalangan remaja.

Kata Kunci: Keberfungsian Keluarga, Melukai Diri, Remaja

DOI: <https://doi.org/10.47134/pjp.v3i3.5818>

*Correspondence: Dwi Nastiti

Email: dwinastiti@umsida.ac.id

Received: 23-03-2026

Accepted: 23-04-2026

Published: 23-05-2026



Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Abstract: The stage of Young adult development is considered a crucial phase for achieving the ability to establish social relationships. During this time, Young adult will face various problems and pressures in their development, which can lead to several impacts on them, such as feelings of anxiety, insecurity, and depression. This will eventually lead to a desire for self-injury and suicidal thoughts. The purpose of this study is to investigate the relationship between the functioning of the family and the self-injury among a Young adult in Candi Sayang, Sidoarjo. Using a correlational quantitative approach. The participants are teenagers aged 17 to 25, totaling 47 individuals. Data was obtained using measurement tools in the form of a family functioning scale and a self-injury scale, then analyzed using the Product Moment correlation statistical method. The results of the data analysis showed a correlation coefficient of $r = -0.96$ with a p value of 0.000 (Sig. < 0.05), indicating a significant negative relationship between family functioning and self-injury in Young adult. It can be concluded that the higher the family functioning, the lower the self-injury among young adult. Conversely, if family functioning is low, self-injury tends to be higher.

Keywords: Family Functioning, Self-Injury, Young Adult

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan dalam kehidupan seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Individu pada fase remaja diharapkan dapat beradaptasi dengan lingkungannya agar individu tersebut dapat menemukan jati dirinya ([Indriyani & Asmuji, 2014](#)). Fase remaja dianggap sebagai tahap labil yang penuh konflik

dan stress sehingga harus dilakukan adaptasi dan pencarian jati diri karena fase remaja merupakan masa transisi yang penting dalam perkembangan individu, di mana terjadi proses pendewasaan diri, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk identitas mereka sendiri dan akan mengalami atau menghadapi bermacam-macam permasalahan dan tekanan. Berbagai permasalahan yang akan dihadapi inilah yang akan menimbulkan beberapa dampak pada remaja yaitu, timbulnya rasa cemas, rasa tidak aman, dan depresi ([Pamungkas & Kamalah, 2021](#)). Pada dasarnya, remaja dapat menghadapi kesulitan dan hambatan yang dialaminya, namun ketika remaja tidak dapat mengatasinya, remaja akan merasa tertekan sehingga memunculkan permasalahan lainnya. Ada berbagai cara seseorang dalam menyalurkan perasaan tertekan karena sulit mengatasi masalah maupun hambatan yang dialami tersebut dengan cara yang positif dan tidak merugikan diri sendiri contohnya, bermain musik, menonton film, ataupun melakukan aktivitas-aktivitas positif lainnya. Namun, tidak sedikit juga yang menyalurkan perasaan mereka dengan cara-cara yang negatif seperti, meminum alkohol, narkoba, atau bahkan menyakiti diri mereka sendiri (self-injury).

Apabila individu tidak dapat mengatasi masalah yang lebih besar maka individu tersebut akan mengalami kondisi depresi. Dengan permasalahan yang tidak mampu diselesaikan dengan baik dapat menyebabkan kecenderungan terjadinya tekanan secara mental ([Wenzel, 2017](#)). Tindakan self injury yang awalnya non suicidal akan dapat meningkat menjadi self injury yang bertujuan bunuh diri. Komisi Nasional Perlindungan Anak (KPAI) pada tahun 2014 melaporkan ada 89 kasus bunuh diri pada anak dan remaja. Sembilan kasus pada rentang usia 5 sampai 10 tahun. Sementara 12 hingga 15 tahun ada 39 kasus. Sedangkan yang berusia di atas 15 tahun ada 27 kasus ([Zulaikha & Febriyana, 2018](#)).

Perilaku menyakiti diri sendiri atau Self-injury yaitu secara sengaja menyakiti atau melukai diri sendiri namun tidak sampai bunuh diri atau dinamakan nonsuicidal self-injury. Menurut American Psychiatric Association nonsuicidal, self-injury dapat diartikan sebagai kerusakan pada jaringan atau bagian pada tubuh tanpa adanya niat untuk melakukan bunuh diri. Lebih dari 36% penduduk Indonesia dilaporkan pernah melakukan tindakan melukai diri, dan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sejumlah responden pernah melakukan perilaku tersebut. Sekitar 45% dari responden yang terlibat dalam perilaku self-injury berada pada usia remaja ([Paramita et al., 2021](#)). Perilaku self-injury pada remaja biasanya dimulai antara usia 11 sampai 15 tahun, dengan angka kejadian tertinggi ditemukan pada rentang usia 10 sampai 20 tahun ([Alifiando et al., 2022](#)).

Self-harm dapat berupa menggigit, menyayat bagian tubuh tertentu, menulis di kulit, membakar, mematahkan tulang, memasukkan benda ke dalam tubuh atau bagian kulit, hingga mencabut rambut, dan dapat ditandai dengan tindakan seperti membenturkan kepala terhadap benda-benda di sekitarnya. Mereka mungkin menusuk kulit mereka dengan benda tajam, memukul diri sendiri, mencegah penyembuhan luka dengan cepat, mencubit diri sendiri, dan bahkan meludahkan racun. Perilaku ini dilakukan oleh orang-orang bukan dengan tujuan untuk menimbulkan rasa sakit fisik atau mengakhiri hidup mereka, tetapi untuk menenangkan perasaan depresi berat atau sakit mental ([Guntur et al., 2021](#)). Hal ini dilakukan untuk meredakan ketegangan, meningkatkan gairah seksual,

meredakan amarah, menciptakan kepuasan dengan menghukum diri sendiri, memanipulasi orang lain, serta mengurangi perasaan kesepian, kehilangan, dan keterasingan. Dipercaya bahwa ketika perilaku ini dilakukan berulang kali, maka tekanan psikologis yang dirasakan akan berkurang dan inilah alasan utama mengapa seseorang melakukan perilaku tersebut ([Takwati, 2019](#)).

Perilaku ini banyak ditemukan pada usia remaja, karena remaja dianggap masih belum dapat mengambil keputusan dan mengelola emosi secara baik. Sebagian orang menganggap remaja yang melakukan perilaku ini hanya untuk mendapatkan perhatian semata, namun pada kenyataannya mereka cenderung menyembunyikan bekas lukanya karena merasa malu atas apa yang dialami dan dilakukannya. Menurut Eliana self injury terdiri dari tiga aspek yaitu: (a) berdasarkan kepribadian pelaku; (b) berdasarkan lingkungan keluarga pelaku; (c) berdasarkan lingkungan sosial pelaku. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya self injury menurut Martinson yaitu: (a) Faktor keluarga, kurangnya peran model dalam mengekspresikan emosi selama masa kecil dan minimnya komunikasi antar anggota keluarga dapat berkontribusi pada perilaku self-injury. Ketidakmampuan keluarga untuk menyediakan contoh positif dan saluran komunikasi yang baik dapat membuat individu kesulitan dalam mengatasi perasaan mereka.; (b) Faktor pengaruh biokimia, individu yang melakukan self-injury seringkali mengalami masalah dalam sistem erotogenic otak mereka, yang dapat menyebabkan peningkatan impulsivitas dan agresivitas. Ketidakseimbangan biokimia ini dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk mengendalikan dorongan mereka; (c) Faktor psikologis, individu merasakan adanya tekanan emosional yang tidak nyaman dan merasa tidak mampu mengatasinya dengan cara yang sehat. Ketidakmampuan untuk mengelola dan mengatasi emosi ini dapat mendorong mereka untuk melukai diri sendiri sebagai cara untuk meredakan ketegangan.; (d) Faktor kepribadian, tipe kepribadian introvert memiliki kecenderungan yang lebih tinggi terhadap perilaku self-injury dibandingkan dengan tipe kepribadian ekstrovert, terutama ketika menghadapi masalah. Individu introvert mungkin mengalami kesulitan dalam mengekspresikan perasaan mereka dan terkadang menahan perasaan tersebut, yang dapat berkontribusi pada perilaku melukai diri sendiri.. Selain itu, terdapat faktor tambahan yang menunjang perilaku tersebut meliputi, perubahan suasana hati yang drastis atau ketidakstabilan emosional, rendahnya harga diri, pola pikir yang kaku atau sulit untuk beradaptasi dengan perubahan dan kesulitan dalam mengomunikasikan perasaan ([Tanthawi, 2023](#)).

Berkaitan dengan fenomena mengenai self-injury, peneliti melakukan penyebaran angket pada remaja yang ada di desa Candi Sayang dengan partisipan sebanyak 11 remaja, meliputi 6 remaja (RT 08), 2 remaja (RT 07), 2 remaja (RT 06) , 1 remaja (RT 05). Kemudian dilakukan wawancara terhadap 11 remaja tersebut. Hasil wawancara menunjukkan perilaku self-injury yang pernah mereka lakukan ialah menarik rambut atau mencabut rambut kepala, mengopek kuku hingga berdarah, mengopek luka yang mulai mengering, dan terkadang memukul kepala. Hal tersebut dilakukan ketika mereka memiliki banyak masalah yang menumpuk dan tidak tahu harus menceritakan atau meminta solusi untuk

masalah tersebut kepada siapa. Indikasi yang peneliti temukan ini sesuai dengan ciri-ciri self injury yang dikemukakan oleh V del Barrio ([Mukaromah et al., 2018](#)).

Menurut Zakaria perilaku ini dapat terjadi karena adanya faktor penyebab, faktor keluarga adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi. Remaja yang melukai dirinya sendiri merupakan remaja dengan kehidupan keluarga yang tidak dapat mengutarakan dan kemarahannya emosi sehingga, individu tersebut tidak tahu bagaimana cara untuk mengekspresikan emosinya dengan baik. Kurangnya peran atau dukungan dari keluarga adalah salah satu penyebab utama munculnya perasaan-perasaan tidak berharga dan depresi yang nantinya akan mengarahkan remaja untuk melakukan non-suicidal self-injury ([Zakaria & Theresa, 2020](#)). Mariyanti, dkk menjelaskan secara khusus faktor keluarga yang berpengaruh ada terjadinya self injury ada pada fungsi keluarga, yaitu interaksi yang terjalin antar anggota keluarga sehingga akan menimbulkan rasa nyaman, aman, dan kesejahteraan baik fisik, psikologis dan sosial ([Mariyanti et al., 2021](#)). Menurut Ryan (2005) mengembangkan model teori fungsi keluarga The McMaster Model of Family Functioning ada enam aspek fungsi keluarga yaitu: (a) pemecahan masalah; (b) komunikasi; (c) peran; (d) responsivitas afektif; (e) keterlibatan afektif; (f) kontrol perilaku. Menurut DeFrain keberfungsian keluarga dimaksudkan pada bagaimana peran yang dilakukan setiap anggota keluarga, serta perilaku dan sikap yang dimunculkan saat berinteraksi bersama, hal tersebut dapat mempengaruhi dinamika dan kesejahteraan keluarga secara keseluruhan. Lingkungan keluarga berperan penting dalam perkembangan remaja, dengan keluarga yang berfungsi secara efektif dukungan emosional dan psikologis yang dibutuhkan oleh remaja dapat terpenuhi. Kemampuan untuk bekerja sama dalam menyelesaikan masalah misalnya ketika masalah muncul, semua anggota keluarga terlibat dalam proses mencari solusi, saling mendengarkan, dan memberikan dukungan, komunikasi yang jelas, terbuka dan jujur antara anggota keluarga sehingga merasa bebas untuk mengungkapkan perasaan, pendapat, dan kekhawatiran mereka tanpa takut dihakimi atau disalahpahami, memiliki peran dan tugas yang jelas, sesuai dengan usia dan kemampuan masing-masing. Pembagian tanggung jawab ini dilakukan secara adil sehingga tidak ada satu pun anggota yang terbebani secara berlebihan, dan anggota mampu mengekspresikan reaksi emosionalnya, terlibat secara sensitif dalam keluarga, atau saling mendukung dan mendukung, dapat memahami perasaan, menerapkan aturan logis, dan bersikap fleksibel dan toleran ketika ada anggota yang melakukan kesalahan. Orang tua yang memiliki ambisi yang kuat dan menuntut terlalu banyak kepada anak dapat menyebabkan anak takut akan kegagalan, kegagalan, dan perasaan tidak berharga. Di sisi lain, sikap demokratis dapat menciptakan keseimbangan antara individu dan masyarakat, serta membentuk mentalitas yang sehat pada anak. Selain sikap, hubungan interpersonal dengan keluarga adalah yang paling dibutuhkan oleh remaja. Hal-hal tersebut dapat meminimalisir munculnya rasa kesepian ([Fitriana et al., 2022](#)). Kesepian bisa menjadikan tekanan tersendiri bagi remaja yang dapat mengarah ke arah depresi. Oleh sebab itu, keluarga memerankan peran penting pada kehidupan remaja, sebagai pendukung atau support system, dan tempat bercerita agar remaja tidak akan mengalami kesepian.

Penelitian-penelitian tentang self injury sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Julianto yang berjudul hubungan keluarga dengan perilaku non suicidal self-injury (NSSI) pada remaja di desa Sumberrejo Trucuk Bojonegoro, yang melibatkan populasi remaja usia 12-17 tahun sebanyak 45 orang, ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku NSSI (Yudiati et al., 2018). Penelitian lainnya oleh M.A. Tanthawi meneliti self-injury sebagai variabel X yaitu tentang hubungan kecenderungan self-injury dengan emotional stability pada remaja di desa Aikmel kabupaten lombok timur yang menggambarkan bahwa orangtua yang memberi pengaruh paling kuat dalam pembentukan konsep diri pada anak dan perannya sangat dibutuhkan, terutama orangtua yang ikut berperan untuk mengembangkan konsep diri anak menjadi lebih positif, agar dapat mengatasi tindakan NSSI (Julianto et al., 2024).. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini meneliti hubungan antara keberfungsian keluarga dengan self-injury pada remaja.

Berdasarkan survey awal peneliti dan telaah teori dan penelitian penelitian sebelumnya, peneliti menyimpulkan jika belum terdapat penelitian yang menggunakan variabel keberfungsian keluarga dengan self-injury pada lingkup wilayah desa Candi Sayang maupun sekitarnya dan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk memperjelas hubungan antara fungsi keluarga dengan self-harm pada remaja di desa Candi Sayang. Hipotesis yang diajukan peneliti adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara fungsi keluarga dengan self-harm pada remaja. Semakin tinggi keberfungsian keluarga maka makin rendah self-injury pada remaja. Sebaliknya jika keberfungsian keluarga rendah maka self-injury akan makin tinggi. Kontribusi penelitian ini ialah memberi masukan bagi keluarga akan pentingnya memaksimalkan keberfungsian keluarga. Selain itu juga membantu memperluas pengetahuan dan menyempurnakan hasil penelitian yang sudah ada sehingga dapat dijadikan bahan perbandingan dan referensi untuk berbagai penelitian selanjutnya

Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel independen (X) keberfungsian keluarga dan variabel dependen (Y) yaitu self injury. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja yang melakukan self injury sebanyak 47 orang (17 laki-laki dan 30 perempuan) dengan rentang usia antara 17 sampai 25 tahun dan dari desa Candi Sayang yang diperoleh dengan teknik snowball. Snowball sampling adalah teknik pengambilan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil kemudian semakin lama semakin membesar ibarat bola salju (Sugiyono, 2010).

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala psikologi self injury dan skala keberfungsian keluarga. Model skala likert menjadi model yang digunakan untuk kedua skala pengambilan data pada penelitian ini. Peneliti mengumpulkan data penelitian menggunakan metode menyebarkan skala dengan menggunakan google form kepada partisipan.

Self-harm diartikan sebagai tindakan menyakiti diri sendiri dengan sengaja yang dilakukan oleh seseorang yang mempunyai konflik atau masalah internal, misalnya tidak mempunyai tempat untuk melampiaskan perasaannya. Pada penelitian ini, self-injury diukur dengan menggunakan skala self injury mengadopsi dari skala yang telah dikembangkan oleh Andika Tanthawi ([Tanthawi, 2023](#)), berdasarkan teori dari Eliana (2008) yang terdiri tiga aspek yaitu: (a) berdasarkan kepribadian pelaku; (b) berdasarkan lingkungan keluarga pelaku; (c) berdasarkan interaksi sosial pelaku. Aitem yang digunakan dalam penelitian sebanyak 22 aitem. Dengan skor validitas bergerak dari 0,380 - 0,655 dan nilai reliabilitasnya berdasarkan Cronbach's alpha sebesar 0,866.

Keberfungsian keluarga merupakan sikap perilaku anggota keluarga yang saling berinteraksi satu sama lain serta melaksanakan sesuai perannya dalam mencapai fungsi keluarga. Pada penelitian ini keberfungsian keluarga diukur dengan menggunakan skala keberfungsian keluarga mengadopsi dari skala yang telah dikembangkan oleh Sri Utami (Utami, 2020) berdasarkan konsep teori McMaster Model of Family Functioning (MMFF) Ryan, dkk (2005). Terdiri dari enam dimensi yaitu: (a) problem solving (penyelesaian masalah); (b) communication (komunikasi); (c) roles (peran); (d) affective responsiveness; (e) affective involvement; (6) behavioral control (kontrol perilaku). Aitem yang digunakan dalam penelitian sebanyak 40 aitem. Dengan skor validitas bergerak dari 0,264 - 0,782 dan nilai reliabilitasnya berdasarkan Cronbach's alpha sebesar 0,923.

Analisis data dilakukan menggunakan metode statistik korelasi Product Moment untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan yaitu melihat hubungan antara variabel independen (keberfungsian keluarga) terhadap variabel dependen (self injury) menggunakan bantuan software SPSS version 27 for windows.

Hasil dan Pembahasan

Data penelitian yang telah diperoleh akan diolah dan diinterpretasikan. Terlebih dahulu dilakukan analisis statistik deskriptif kemudian data akan dilakukan uji asumsi dan uji hipotesis. Data diolah menggunakan bantuan aplikasi statistik *SPSS 27 version for windows*. Hasil dari analisis statistik deskriptif dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Uji Deskriptif

Descriptive Statistics	Descriptive Statistics	
	Keberfungsian Keluarga	Self-Injury
Valid	47	47
Missing	0	0
Mean	115,72	50,63
Std. Deviation	16,593	10,861
Minimum	80,000	32,000
Maximum	147,000	74,000

Berdasarkan tabel diatas, nilai (N) jumlah total responden yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 47 remaja.. Rata-rata skor pada variabel keberfungsian keluarga adalah 115,72, yang mengindikasikan tingkat fungsi keluarga pada responden , kemudian nilai

maksimum sebesar 147 dan nilai minimum sebesar 80 menunjukkan rentang variasi dalam keberfungsian keluarga, standar deviasi sebesar 16,593 menunjukkan bahwa skor keberfungsian keluarga cukup bervariasi, sedangkan variabel *Self-Injury* mendapat Rata-rata skor 50,63, menunjukkan tingkat perilaku *self-injury* di antara responden, dengan nilai maximum sebesar 32 dan nilai minimum sebesar 74 menunjukkan rentang variasi dalam *self-injury*, standar deviasi sebesar 16,593 menunjukkan bahwa skor keberfungsian keluarga cukup bervariasi. Hasil penelitian dari Skala Keberfungsian Keluarga menunjukkan standar deviasi sebesar 16,593; sedangkan pada Skala *Self-injury* sebesar 10,861. Hal ini menunjukkan bahwa skor rata-rata data penelitian bervariasi dikarenakan jumlah standar deviasi yang lebih dari 6 (1 SD = 6).

Tabel 2. Kategorisasi

Kategori	Keberfungsian keluarga		<i>Self-Injury</i>	
	Frekuensi	Presentase %	Frekuensi	Presentase %
Sangat Tinggi	0	0	9	19
Tinggi	0	0	6	13
Sedang	31	66	11	23
Rendah	9	19	14	30
Sangat Rendah	7	15	7	15
Total	47	100	47	100

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, kecenderungan distribusi frekuensi keberfungsian keluarga pada kategori sedang (66%), diikuti kategori rendah (9%), dan tidak ada kecenderungan keberfungsian keluarga dengan kategori tinggi. Sedangkan pada *self-injury* ada kecenderungan pada kategori rendah (30%), diikuti kategori sedang (23%), tetapi ada indikasi adanya kecenderungan *self injury* yang tinggi (13%), bahkan sebanyak 19% ada kecenderungan *self injury* sangat tinggi.

Uji normalitas dilakukan dalam analisis statistik untuk menentukan apakah data dari variabel-variabel penelitian berdistribusi normal. Dalam penelitian ini, Uji Shapiro-Wilk digunakan untuk menguji normalitas data variabel keberfungsian keluarga dan *self-injury*. Hasil uji normalitas akan memberikan nilai signifikansi (p-value) yang digunakan untuk menilai apakah data berdistribusi normal atau tidak. Distribusi data dikatakan normal jika nilai signifikan >0,05, sedangkan apabila nilai signifikan <0,05 maka distribusi data dikatakan tidak normal. Uji Normalitas yang digunakan pada penelitian ini adalah Shapiro-Wilk Test menggunakan aplikasi statistik SPSS version 27 for windows. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
K Keluarga	,109	47	,200*	,963	47	,142
Self-injury	,112	47	,180*	,960	47	,108

Berdasarkan hasil tabel di atas, nilai signifikansi variabel Keberfungsian Keluarga adalah sebesar 0,142 dan Self-Injury adalah sebesar 0,108, dimana nilai signifikan $>0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel penelitian ini yakni keberfungsian keluarga dan self-injury memiliki data yang berdistribusi normal. Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui status linieritas suatu data penelitian. Uji linieritas pada penelitian ini menggunakan teknik statistik test for linearity. Berikut ini adalah kriteria uji hubungan linieritas:

Tabel 4. Uji Linearitas

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Self_Injury *	Between Groups	(Combined)	5370,351	32	167,823	41,585	,000
		Linearity	5022,487	1	5022,487	1244,510	,000
K_Keluarga a		Deviation from Linearity	347,864	31	11,221	2,781	,023
	Within Groups		56,500	14	4,036		
	Total		5426,851	46			

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikan *linearity* dari perilaku *self-injury* dengan keberfungsian keluarga sebesar 0,00 yang berarti nilai $p < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel keberfungsian keluarga dengan variabel *self-injury* adalah linier.

Penelitian ini mempunyai hipotesis yaitu terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara Keberfungsian Keluarga dengan *Self-Injury* yang telah diujikan kepada 47 remaja, data diolah menggunakan rumus korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil perolehan data dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Uji Korelasi

		K Keluarga	Self-Injury
K Keluarga	Pearson Correlation	1	-,962**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	47	47
Self-Injury	Pearson Correlation	-,962**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	47	47

Berdasarkan hasil uji hipotesis seperti di tabel 4, diketahui bahwa koefisien korelasi menunjukkan $r = -0,96$ dengan p value sebesar 0,000 (Sig. $< 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti diterima, yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan *self-injury* pada remaja. Hasil ini menunjukkan makin tinggi keberfungsian keluarga maka makin rendah *self-injury* pada remaja. Sebaliknya jika keberfungsian keluarga rendah maka *self-injury* makin tinggi.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara keberfungsian keluarga dengan self-injury. Oleh karena itu, ketika fungsi keluarga tinggi, remaja cenderung tidak melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Demikian pula, ketika fungsi keluarga menurun, tindakan menyakiti diri sendiri meningkat. Self-harm adalah tindakan melukai bagian tubuh dengan sengaja dengan tujuan untuk mengatasi atau menghilangkan tekanan psikologis yang tertekan dari seseorang. Perilaku ini seringkali dilakukan sebagai cara untuk mengatasi rasa sakit emosional, stres, atau ketidakmampuan untuk mengungkapkan perasaan secara verbal. Terutama pada remaja yang kurang atau tidak sama sekali merasakan peran atau fungsi dari orang tua, sehingga remaja tersebut akan kembali beradaptasi, serta menanggung tekanan secara emosional akibat tidak adanya sosok dari orang tua.

Hasil di atas sesuai dengan pendapat Martinson bahwa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya self-injury yaitu: (a) Keluarga, kurangnya peran model saat masa kecil dalam mengekspresikan emosi dan kurangnya komunikasi antar anggota keluarga; (b) Pengaruh biokimia; (c) Psikologis; (d) Kepribadian. Salah satu faktor tersebut adalah keluarga, kurangnya peran atau dukungan dari keluarga adalah salah satu penyebab utama munculnya perasaan-perasaan tidak berharga dan depresi yang nantinya akan mengarahkan remaja untuk melakukan non-suicidal self-injury. Menurut Mariyanti, dkk menjelaskan secara khusus faktor keluarga yang mempengaruhi terjadinya self-injury pada remaja seringkali terkait dengan keberfungsian keluarga. Keberfungsian keluarga mencakup interaksi antara anggota keluarga yang dapat menyediakan kenyamanan serta kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial. Ketika keluarga berfungsi dengan baik, remaja akan merasa aman, terlindungi, memiliki teman untuk berkomunikasi, dapat mengekspresikan emosinya dengan bebas, dan merasakan keterlibatan yang positif dalam keluarga. Hal ini dapat mengurangi kemungkinan perilaku negatif seperti self-injury. Sebaliknya, jika keluarga tidak berfungsi secara efektif misalnya, ketika keterlibatan keluarga dalam mengatasi masalah tidak ada atau orang tua bertindak acuh, merasakan ketidaknyamanan, kesulitan mengekspresikan emosi secara tepat remaja tersebut mungkin merasa tidak memiliki dukungan atau tempat untuk berbagi masalah. Dalam situasi ini, remaja dapat melampiaskan perasaan mereka kepada orang lain maupun diri sendiri. Menurut Cahyanti keluarga memiliki peran penting dalam membentuk psikologi remaja. Keluarga sebagai tempat berkumpulnya individu dan kelompok, tempat pertama sosialisasi anak, ibu, bapak, kakak dan adik serta keluarga lainnya, sebagai tempat pertama kontak dan belajar anak. Keluarga sendiri memiliki pengaruh yang besar, terutama terhadap perkembangan mental anak.

Penelitian yang sama dengan penelitian ini belum ada yang melakukan, sehingga belum ditemukan hasil penelitian sejenis. Penelitian yang memiliki kemiripan adalah penelitian Julianto yaitu hubungan keluarga dengan perilaku non suicidal self-injury (NSSI) pada remaja di desa Sumberrejo Trucuk Bojonegoro, yang melibatkan populasi remaja usia 12-17 tahun sebanyak 45 orang, ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku NSSI. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat

dukungan keluarga yang baik dapat mempengaruhi frekuensi dan intensitas perilaku NSSI di kalangan remaja di desa tersebut. Dukungan keluarga yang positif dapat berfungsi sebagai faktor perlindungan yang mengurangi kemungkinan remaja terlibat dalam perilaku NSSI.

Berdasarkan tabel kategorisasi keberfungsian keluarga, kecenderungan distribusi frekuensi keberfungsian keluarga pada kategori sedang (66%), diikuti kategori rendah (9%), dan tidak ada kecenderungan keberfungsian keluarga dengan kategori tinggi. Hasil ini menggambarkan bahwa keluarga remaja yang melakukan self injury kurang berfungsi. Hal ini bisa berdampak negatif yaitu makin tingginya kecenderungan self injury. Sedangkan pada kategorisasi self-injury ada kecenderungan pada kategori rendah (30%), diikuti kategori sedang (23%), tetapi ada indikasi adanya kecenderungan self injury yang tinggi (13%), bahkan sebanyak (19%) ada kecenderungan self injury sangat tinggi. Perilaku self-injury dapat ditekan dengan meningkatkan keberfungsian keluarga, yang ditunjukkan oleh beberapa faktor, seperti kemampuan keluarga dalam mengatasi permasalahan dengan kolektif, adanya komunikasi yang terbuka, jelas, dan langsung antara anggota keluarga, pembagian peran atau tugas yang terdefinisi dengan baik yang dilaksanakan dengan tanggung jawab, kemampuan untuk mengekspresikan emosi dengan baik, keterlibatan empati di antara anggota keluarga, penerapan aturan yang masuk akal, dan adanya batas toleransi dalam lingkungan keluarga. Orang tua yang mempunyai ambisi yang kuat dan menuntut terlalu banyak pada anak dapat menyebabkan anak takut gagal, frustrasi, dan merasa tidak berharga. Di sisi lain, sikap demokratis dapat menciptakan keseimbangan antara individu dan masyarakat, serta membentuk mentalitas yang sehat pada anak. Selain sikap, hubungan interpersonal dengan keluarga adalah yang paling dibutuhkan oleh remaja.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang pertama, penelitian hanya dilakukan pada lingkup wilayah dan cakupan responden yang terbatas. Kedua, variasi dari variabel independen yang digunakan untuk memahami variabel dependen masih terbatas, oleh sebab itu, perlu dilakukannya penelitian lebih lanjut dengan mempertimbangkan penggunaan variabel lain yang lebih beragam dan mampu mempengaruhi self injury pada remaja.

Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara fungsi keluarga dan tindakan menyakiti diri sendiri pada remaja. Hasil ini menunjukkan bahwa fungsi keluarga yang lebih baik berhubungan dengan tingkat tindakan menyakiti diri sendiri yang lebih rendah di kalangan remaja. Di sisi lain, ketika fungsi keluarga menurun, tindakan menyakiti diri sendiri akan meningkat.

Hasil dari penelitian ini diharapkan orang tua mampu memaksimalkan keberfungsian keluarga untuk meminimalisir self injury pada anak-anak mereka, misalnya dimulai dengan mendengarkan keluh kesah mereka dan memberikan feed back yang positif atau masukan dan kritikan yang disampaikan dengan baik, mengapresiasi segala pencapaiannya, dan saling terbuka satu sama lain. Bagi remaja berusaha meminimalisir

self injury dengan berusaha mengkomunikasikan masalah dengan keluarga, atau minimal dengan teman yang dipercaya sehingga beban masalah berkurang. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan penelitian sejenis tentang self-injury dengan faktor lain yang belum diungkapkan dalam penelitian ini, sehingga dapat mengidentifikasi faktor-faktor tambahan yang mempengaruhi self-injury.

Referensi

- Alifiando, B. K., Pinilih, S. S., Amin, M. K., & Kesehatan. (2022). Gambaran kecenderungan perilaku self-harm pada remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 11–18. Retrieved from <https://www.ejournal.akperkbn.ac.id/index.php/jkkb/article/view/105/111>
- Cahyanti, L., et al. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien pre-operasi general anestesi di RS PKU Muhammadiyah Gamping. *Caring: Jurnal Keperawatan*, 9(2), 129–143.
- Feng, Y. (2024). Association between bullying victimization and mental health problems among Chinese left-behind children: a cross-sectional study from the adolescence mental health promotion cohort. *Frontiers in Psychiatry*, 15, ISSN 1664-0640, <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1440821>
- Fitriana, R., Karsih, & Fitri, S. (2022). Pengembangan self-help book untuk mengatasi kesepian pada remaja dengan teknik menulis cerita. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(1), 81–92.
- Gordon, K. (2023). Social prescribing for children and young people with neurodisability and their families initiated in a hospital setting: A systematic review. *BMJ Open*, 13(12), ISSN 2044-6055, <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-078097>
- Guntur, I. A., Dewi, P. M. E., & Ridfah, A. (2021). Dinamika perilaku self-injury pada remaja laki-laki. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), 42–54. <https://doi.org/10.26858/jtm.v1i1.22692>
- Indriyani, D., & Asmuji. (2014). Model integrated maternity management melalui penguatan promotif dan preventif sebagai upaya menurunkan angka kematian ibu dan bayi. *Jurnal Ners*, 9(2), 159–172.
- Julianto, E. K., Ardianti, I., & Abidin, A. Z. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku non-suicidal self-injury (NSSI) pada remaja di Desa Sumberrejo Trucuk Bojonegoro. *Ilmu Kesehatan MAKIA*, 14(1), 17–22. <https://doi.org/10.37413/jmakia.v14i1.309>

- Mariyanti, S., Patricia, L. L., & Luthfi, A. (2021). Keberfungsian keluarga dan aspek-aspek yang berkontribusi terhadap perilaku kecanduan smartphone remaja di Jakarta. *Journal of Psychology Humanlight*, 2(1), 15–30. <https://doi.org/10.51667/jph.v2i1.556>
- Mukaromah, D., Sugiyo, S., & Mulawarman, M. (2018). Keterlibatan siswa dalam pembelajaran ditinjau dari efikasi diri dan self-regulated learning. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(2), 14–19. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v7i2.17949>
- Pamungkas, B. A., & Kamalah, A. D. (2021). Gambaran tingkat depresi pada remaja: Literature review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1332–1341. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.832>
- Paramita, A. D., Faradiba, A. T., & Mustofa, K. S. (2021). Adverse childhood experience dan deliberate self-harm pada remaja di Indonesia. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1), 16. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v9i1.2137>
- Radita, A. R. P., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Hubungan dukungan sosial dan kecenderungan perilaku menyakiti diri. *Psikovidya*, 27(2), 34–41. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v27i2.202>
- Rostam-Abadi, Y. (2024). An exploratory study of the prevalence and adverse associations of in-school traditional bullying and cyberbullying among adolescents in Connecticut. *Journal of Psychiatric Research*, 173, 372–380, ISSN 0022-3956, <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2024.03.033>
- Sari, I. P., Sitasari, N. W., & M. S. (2022). Keterkaitan keberfungsian keluarga dan perilaku bullying pada remaja di Jakarta. *JCA Psikologi*, 3(1), 38–46. Retrieved from <https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/view/186>
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kualitatif dan kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Takwati, L. S. (2019). Proses regulasi emosi remaja pelaku self-injury. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 208–214. Retrieved from <https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/15913>
- Tanthawi, M. A. (2023). *Hubungan kecenderungan self-injury dengan emotional stability pada remaja di Desa Aikmel Kabupaten Lombok Timur* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Mataram). Retrieved from <https://etheses.uinmataram.ac.id/4310/1/Muhammad%20Andika%20Tanthawi%20190303091.pdf>

-
- Utami, S. (2020). *Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan konsep diri siswa SMA Negeri 6* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh). Retrieved from <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/12856/>
- Wang, L.J.Z. (2023). Impact of the COVID-19 and psychological risk factors on non-suicidal self-injury behavior among high school students: a one-year follow-up study. *BMC Psychiatry*, 23(1), ISSN 1471-244X, <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05021-2>
- Wenzel, A. (2017). National Institute of Mental Health. In *SAGE Encyclopedia of Abnormal and Clinical Psychology*. <https://doi.org/10.4135/9781483365817.n886>
- Yudiati, E. A., Yuwono, D., Sugiharto, P., Purwanto, E., & Sunawan, S. (2018). Peran relasi dalam keluarga dalam membentuk konsep self pada wanita pelaku self-injury. In *Prosiding Pascasarjana Universitas Negeri Semarang* (pp. 367–371). Retrieved from <http://pps.unnes.ac.id/pps2/prodi/prosiding-pascasarjana-unnes>
- Zakaria, Z. Y. H., & Theresa, R. M. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku nonsuicidal self-injury (NSSI) pada remaja putri. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 85. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26404>
- Zhou, H.y. (2023). Exploring psychological and psychosocial correlates of non-suicidal self-injury and suicide in college students using network analysis. *Journal of Affective Disorders*, 336, 120-125, ISSN 0165-0327, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.05.089>
- Zulaikha, A., & Febriyana, N. (2018). Bunuh diri pada anak dan remaja. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 7(2), 62. <https://doi.org/10.20473/jps.v7i2.19466>