



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU  
*NONSUICIDAL SELF-INJURY* (NSSI) PADA REMAJA PUTRI**

**SKRIPSI**

**ZALYALEOLITA YULIANDHANI HELMI ZAKARIA**

**1610211100**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA**

**2020**



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU  
*NONSUICIDAL SELF-INJURY* (NSSI) PADA REMAJA PUTRI**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran**

**ZALYALEOLITA YULIANDHANI HELMI ZAKARIA**

**1610211100**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA  
2020**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria  
NRP : 1610211100  
Tanggal : 10 Januari 2020

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 10 Januari 2020

Yang Menyatakan,



Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademika Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria  
NRP : 1610211100  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU NONSUICIDAL SELF-INJURY (NSSI) PADA REMAJA PUTRI”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 10 Januari 2020

Yang Menyatakan,



Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria  
NRP : 1610211100  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku *Nonsuicidal Self-Injury* (NSSI) pada Remaja Putri

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Dr. dr. Suzy Yusna Dewi, Sp.KJ (K), MARS

Ketua Penguji



Dr. dr. Ria Maria Theresa, Sp.KJ, M.H

Pembimbing



Dr. dr. Prijo Sidipratomo, Sp.Rad (K), M.H

Dekan Fakultas Kedokteran



dr. Niniek Hardini, Sp.PA

Ka. Program Studi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 10 Januari 2020

# **FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU NONSUICIDAL SELF-INJURY (NSSI) PADA REMAJA PUTRI**

**Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria**

## **Abstrak**

*Nonsuicidal Self-Injury* (NSSI) adalah perilaku melukai diri sendiri yang disengaja tanpa disertai niat untuk bunuh diri. Perilaku NSSI berperan sebagai penyebab percobaan bunuh diri pada remaja putri di berbagai tempat di dunia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik, latar belakang, dan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku NSSI pada remaja putri. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan kualitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Subjek penelitian ini adalah remaja putri dengan riwayat perilaku NSSI yang berjumlah 2 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara semiterstruktur, observasi, dan kuesioner. Uji kredibilitas dalam penelitian ini menggunakan triangulasi teknik dan *member check*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab perilaku NSSI adalah disregulasi emosi yang berujung pada pemilihan perilaku NSSI sebagai mekanisme koping maladaptif, akibat permasalahan seperti pengaruh teman sebaya yang negatif melalui tindakan *bullying* dan ketidakharmonisan hubungan dalam keluarga. Metode perilaku NSSI yang sering digunakan adalah *self-cutting* dan *self-hitting*. Perilaku NSSI juga dapat muncul karena minimnya alternatif positif untuk mengatasi masalah yang dialami seseorang dengan kecenderungan NSSI.

**Kata Kunci** : *Nonsuicidal Self-Injury*, NSSI, Remaja Putri

# **FACTORS THAT INFLUENCE THE BEHAVIOR OF NONSUICIDAL SELF-INJURY (NSSI) IN TEENAGE GIRLS**

**Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria**

## **Abstract**

Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) is an intentional self-injuring behavior without the intention of suicide. NSSI acts as a cause of suicide attempts in teenage girls in various places in the world. This study aims to determine the characteristics, background, and factors that influence NSSI behavior in teenage girls. This research uses analytic descriptive with qualitative approach. The sampling technique uses purposive sampling. The subjects of this study were 2 teenage girls with a history of NSSI behavior. Data collection techniques used in this study were semistructured interviews, observations, and questionnaires. The credibility test in this study uses technical triangulation and member check. The results showed that the factors causing NSSI behavior were emotional dysregulation which led to the selection of NSSI behavior as a maladaptive coping mechanism, due to problems such as negative peer influence through bullying and disharmony relationships within the family. NSSI behavioral methods that are often used are self-cutting and self-hitting. NSSI behavior can also arise due to the lack of positive alternatives to overcome problems experienced by someone with NSSI tendencies.

**Kata Kunci :** Nonsuicidal Self-Injury, NSSI, Teenage Girls

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku *Nonsuicidal Self-Injury* (NSSI) pada Remaja Putri”. Penulis menyadari bahwa banyak pihak terkait yang telah memberikan bantuan sejak dimulainya masa perkuliahan hingga saat ini, oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. dr. Prijo Sidipratomo, Sp.Rad (K), M.H selaku Dekan Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta, dr. Niniek Hardini, Sp.PA selaku Kepala Program Studi Pendidikan dokter, serta Tim *Community Research Program* yang telah memberikan ilmu dan fasilitas untuk menunjang penelitian ini.
2. Dr. dr. Ria Maria Theresa, Sp.KJ, M.H, selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan serta memberi dukungan dan perhatian yang sangat besar pada penulis selama proses penyusunan skripsi ini serta Dr. dr. Suzy Yusna Dewi, Sp.KJ (K), MARS, selaku penguji utama yang telah memberikan umpan balik dan saran yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Saurma Anita Sibarani, S.Pd, selaku guru Bimbingan Konseling partisipan 1 yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam melakukan penelitian, serta kedua remaja putri yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini.
4. Kedua orang tua, Bapak Zahron Helmi dan Ibu Ita Rosita, serta seluruh keluarga yang selalu memberikan doa, motivasi, dan dukungan penuh sejak awal kepada penulis dalam keadaan apapun sehingga dapat berhasil mencapai tahap ini.
5. Kakak Zahita Cahyani dan sahabat semasa SMA penulis Ryana Puspa Andita yang telah memberikan inspirasi dalam pemilihan topik penelitian ini.
6. Teman-teman team sukses yang juga sahabat semasa kuliah penulis, yaitu Khadijah Ratna Widiyani, Salma Rizqi Amanah, Kusvandita Giopratiwi, Shafira Dwi Resnasari, Laura Nevaranda, Gracia Kaesatara Marsha, dan Zafirah Aribah Saniyah Indrapati yang selalu meluangkan waktunya untuk memberi semangat



dan hiburan kepada penulis selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.

7. Teman-teman seperjuangan, Sarah Khairunnisa, Selia Cahyani, dan Nurus Sa'adah yang selalu berjuang bersama dan saling membantu sejak awal perkuliahan hingga saat ini.
8. Keluarga besar Korps Bantuan Kesehatan "Avicenna" dan FK UPNVJ angkatan 2016, yang menemani, membagi ilmu, dan membantu penulis melewati kehidupan perkuliahan selama ini.
9. Teman-teman departemen jiwa, Alfini Syahputra, Joshua Sebastian Pratama Sondakh, Asyifa Widya Wardaningtyas, Khusnul Khotimah, dan Ghassani Izlyn yang saling memberi bantuan dan dukungan selama penyusunan skripsi.
10. Pihak-pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, untuk bantuan dan kontribusi yang diberikan kepada penulis demi kelancaran penulisan skripsi serta kehidupan perkuliahan yang penulis lalui di FK UPN "Veteran" Jakarta.

Penulis berharap semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis menerima kritik dan saran yang membangun dalam perbaikan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk pembaca.

Jakarta, 10 Januari 2020

Penulis

Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria

## DAFTAR ISI

|   |      |
|---|------|
| HALAMAN JUDUL .....                             | i    |
| PERNYATAAN ORISINALITAS .....                   | iii  |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....          | iv   |
| SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....         | iv   |
| PENGESAHAN .....                                | v    |
| ABSTRAK .....                                   | vi   |
| ABSTRACT.....                                   | vii  |
| KATA PENGANTAR .....                            | viii |
| DAFTAR ISI.....                                 | x    |
| DAFTAR TABEL.....                               | xii  |
| DAFTAR GAMBAR .....                             | xiii |
| DAFTAR BAGAN .....                              | xiv  |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                            | xv   |
| <br>  |      |
| BAB I PENDAHULUAN.....                          | 1    |
| I.1 Latar Belakang .....                        | 1    |
| I.2 Perumusan Masalah .....                     | 3    |
| I.3 Tujuan Penelitian .....                     | 3    |
| I.4 Manfaat Penelitian .....                    | 4    |
| <br>  |      |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....                    | 5    |
| II.1 Remaja.....                                | 5    |
| II.2 <i>Nonsuicidal Self-Injury</i> (NSSI)..... | 7    |
| II.3 Kerangka Teori.....                        | 13   |
| II.4 Kerangka Konsep.....                       | 13   |
| II.5 Penelitian Terkait .....                   | 14   |
| <br>  |      |
| BAB III METODE PENELITIAN.....                  | 15   |
| III.1 Jenis Penelitian.....                     | 15   |
| III.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....         | 15   |
| III.3 Subjek Penelitian.....                    | 15   |
| III.4 Teknik Pengambilan Sampel.....            | 15   |
| III.5 Besar Sampel.....                         | 16   |
| III.6 Teknik Pengumpulan Data .....             | 16   |
| III.7 Instrumen Penelitian.....                 | 16   |
| III.8 Definisi Operasional.....                 | 17   |
| III.9 Pengujian Keabsahan Data.....             | 18   |
| III.10 Analisis Data .....                      | 18   |
| III.11 Alur Penelitian .....                    | 20   |
| <br>  |      |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....               | 21   |
| IV.1 Hasil Penelitian .....                     | 21   |
| IV.2 Pembahasan Hasil Penelitian .....          | 21   |
| IV.3 Keterbatasan Penelitian .....              | 51   |

|                      |    |
|----------------------|----|
| BAB V PENUTUP.....   | 52 |
| V.1 Kesimpulan ..... | 52 |
| V.2 Saran.....       | 52 |
| <br>                 |    |
| DAFTAR PUSTAKA ..... | 54 |
| RIWAYAT HIDUP        |    |
| LAMPIRAN             |    |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 1 Prevalensi Perilaku Melukai Diri Sendiri yang Disengaja atau <i>Deliberate Self-Harm</i> (DSH) dari Berbagai Penelitian ..... | 8  |
| Tabel 2 Metode Perilaku <i>Self-Harm</i> atau NSSI .....  | 11 |
| Tabel 3 Penelitian Terkait .....  | 14 |
| Tabel 4 Definisi Operasional .....  | 17 |

## DAFTAR GAMBAR

|  |   |
|--|---|
| Gambar 1 Prevalensi Perilaku Melukai Diri Sendiri ( <i>Self-Harm</i> ) dan Bunuh Diri ( <i>Suicide</i> ) pada Remaja ..... | 8 |
|--|---|

## DAFTAR BAGAN

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Bagan 1 Kerangka Teori .....  | 13 |
| Bagan 2 Kerangka Konsep.....  | 13 |
| Bagan 3 Alur Penelitian ..... | 20 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Persetujuan Proposal Penelitian
- Lampiran 2 Pengesahan Judul Skripsi
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 4 Penjelasan Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 6 Daftar Pertanyaan Wawancara
- Lampiran 7 Kuesioner SHBQ
- Lampiran 8 Surat Bebas Plagiarisme
- Lampiran 9 Hasil Uji Turnitin