
Hubungan Peran Orang Tua terhadap Kejadian Perilaku *Self Harm* pada Remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok

Syaiful Almunawar^{1*}, Teti Rahmawati², Indah Kurniawati³

^{1,2,3}Institut Kesehatan dan Teknologi Pondok Karya Pembangunan, Jakarta, Indonesia.

*Email Korespondensi: tetirahmawati97@gmail.com

Submitted : 01/12/2025

Accepted: 09/03/2026

Published: 31/03/2026

Abstract

Self-harm is the deliberate behavior of self-injury without suicidal intent, usually carried out by adolescents to cope with emotional stress or psychological problems. The role of parents in parenting, communication, and emotional support significantly influences the tendency of adolescents to commit self-harm. This study aims to determine the relationship between parental roles and the incidence of self-harm behavior in adolescents at SMK Negeri 4 Depok City. The study used a correlational design with a cross-sectional approach, involving 72 students as respondents. Data collection was carried out using a questionnaire. Self-harm measurement used a standard questionnaire, namely the Self-Harm Inventory (SHI), while parental roles were measured by a questionnaire created based on theory and journals. Data were analyzed univariately and bivariately using the Spearman rank test with a 95% confidence level. The results showed that the majority were male (76.4%), aged 16 years (59.7%), high school/vocational high school education (79.2%), did not feel the role of parents well (58.3%), and did not commit self-harm (40.3%). The Spearman rho test results showed a value of $\rho = 0.000$ ($\rho < 0.05$), which means there is a relationship between the role of parents and the incidence of self-harm behavior in adolescents at SMK Negeri 4, Depok City. This study suggests further research to explore the factors causing self-harm and the importance of health education for adolescents and parents regarding the impact and prevention of self-harm behavior.

Keywords: *self-harm, the role of parents, teenagers*

Abstrak

Self harm adalah perilaku sengaja melukai diri sendiri tanpa niat bunuh diri, biasanya dilakukan remaja untuk mengatasi tekanan emosional atau masalah psikologis. Peran orang tua dalam pola asuh, komunikasi, dan dukungan emosional berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan remaja melakukan *self harm*. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan peran orang tua terhadap kejadian perilaku *self harm* pada remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok. Penelitian menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, melibatkan 72 siswa sebagai responden. Pengumpulan dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Pengukuran *Self Harm* menggunakan kuesioner baku yaitu *Self Harm Inventori* (SHI) sedangkan peran orang tua diukur dengan kuesioner yang dibuat berdasarkan teori dan jurnal. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Spearman rank* dengan derajat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas berjenis kelamin laki laki sebanyak 76,4%, berusia 16 tahun sebanyak 59,7%, pendidikan orang tua SMA/SMK 79,2%, tidak merasakan peran orang tua dengan baik sebanyak 58,3%, dan tidak melakukan *Self-Harm* sebanyak 40,3%. Hasil uji *Spearman rho* menunjukkan nilai $\rho = 0,000$ ($\rho < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara peran orang tua dan kejadian perilaku *self harm* pada remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok. Penelitian ini menyarankan adanya pemberian edukasi oleh tenaga kesehatan kepada remaja dan orang tua mengenai dampak dan pencegahan *self harm*. Sedangkan bagi penelitian lanjutan untuk mendalami faktor penyebab

self harm dengan menggunakan metode yang lebih kompleks.

Kata Kunci: peran orang tua, remaja, *self harm*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang menjadi jembatan antara masa kanak-kanak dan dewasa, ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, sosial, dan psikologis (Fajaruddin, 2024). Masa ini sering diwarnai konflik psikologis. Konflik ini tidak dapat dihindari tetapi harus dihadapi oleh remaja. Remaja harus belajar mengambil keputusan antara keinginan untuk menjadi mandiri dan kebutuhan untuk tetap bergantung pada orang lain. Menurut Pangaribuan et al., (2024) masa remaja juga memberikan kesempatan individu untuk mengasah berbagai keterampilan termasuk kemampuan mengambil keputusan dan mengelola emosi untuk mempersiapkan diri menghadapi masalah di masa depan

Salah satu tugas perkembangan remaja yang harus diselesaikan adalah kemampuan mengatur emosi (Kartini et al., 2023). Pengelolaan emosi berarti kemampuan seseorang untuk memahami, mengenali, serta mengontrol cara mengekspresikan perasaannya sesuai dengan norma budaya yang berlaku. Keterampilan ini sangat penting untuk mencapai tujuan jangka panjang dan mengelola emosi dengan efektif (Suryana et al., 2022).

Remaja yang kesulitan dalam mengelola emosi sering kali melakukan cara maladaptif untuk menangani kecemasan atau tekanan emosional yang mereka alami (Fajaruddin, 2024). Salah satu perilaku maladaptif yang umum terjadi adalah *Self-Harm*, yaitu tindakan menyakiti diri sendiri sebagai cara yang salah dalam mengelola perasaan negatif. Menurut Freud (1974) dalam Guan & Poh (2025), ketidakmampuan remaja dalam

menghadapi masalah dapat dianalisis melalui teori kepribadian, dimana salah satu pembentuk kepribadian yaitu ego yang berperan dalam menghasilkan pemikiran rasional dan biasanya digunakan untuk memecahkan masalah

Self-harm merupakan perilaku yang dilakukan seseorang sebagai upaya menghadapi tekanan emosional dengan cara melukai atau merugikan diri sendiri, tanpa disertai niat untuk mengakhiri hidup (Kalangi, 2024). Walaupun tidak selalu berhubungan dengan keinginan bunuh diri, berbagai studi menunjukkan bahwa *Self-Harm* dapat menjadi faktor risiko untuk bunuh diri, terutama pada kelompok yang rentan seperti remaja, orang dengan gangguan kesehatan mental, serta orang dewasa. Tingginya angka kejadian *Self-Harm* di lingkungan sekolah, kota, dan secara nasional menggambarkan seberapa umum perilaku ini terjadi dalam Masyarakat (Kandar et al., 2024).

Menurut WHO (2024) Prosentase siswa usia 13–17 tahun yang serius mempertimbangkan bunuh diri dan melakukan perilaku *self harm* meningkat dari 5,4% tahun 2015 menjadi 8,5% tahun 2023. Di Indonesia, hasil survei *YouGov Omnibus* tahun 2019 menunjukkan 36,9% atau lebih dari sepertiga penduduk pernah melukai diri sendiri (Pratiwi, 2024). Hasil penelitian Azzahra & Destiwati (2022), menunjukkan 43% responden mengaku pernah melakukan *self-harm* berasal dari Kota Depok.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada kelas 10 jurusan penerbangan di SMK Negeri 4 Kota Depok yang berjumlah 72 orang dengan cara menyebarkan kuesioner dengan 5 pertanyaan yang berbeda diperoleh hasil 41,56% pernah melakukan *Self-Harm*.

Hal ini menunjukkan masih rendahnya kemampuan remaja dalam pengelolaan emosi (psikologi) dalam menghadapi masalah.

Menurut Kalangi (2024), Perilaku *self-harm* dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor eksternal yaitu peran orang tua yang otoriter dan disorganisasi keluarga. Peran orang tua yang sangat ketat dan lingkungan keluarga yang tidak stabil (seperti akibat perceraian orang tua) dapat memicu munculnya perilaku *self-harm*.

Menurut Desi (2022) peran orang tua dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional anak sangat penting karena dapat mempengaruhi keharmonisan dalam keluarga. Tidak adanya peran orang tua dapat meningkatkan risiko remaja melakukan *Self-Harm* berulang. Sehingga peran orang tua penting untuk membantu remaja mengelola emosi dengan baik dan menghindari perilaku *Self-Harm* (Dan & Dengan, 2023). Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis Hubungan Peran Orang Tua terhadap kejadian perilaku *Self-Harm* pada remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional *cross sectional* dimana variabel independen dan dependen diamati dan diukur pada waktu yang sama (Sujarweni, 2014). Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 4 kota Depok pada periode Oktober 2024 hingga Juli 2025 dengan Populasi berjumlah 72 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, dengan kriteria inklusi adalah siswa/i bersedia mengikuti penelitian dan memberikan persetujuan (*informed consent*), sedangkan kriteria eksklusi

adalah siswa/i yang tidak memiliki kedua orang tua.

Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Variabel *Self Harm* menggunakan kuesioner baku yaitu *Self Harm Inventori* (SHI) dengan nilai $r = 0,30$ dan nilai *Cronbach's alpha* 0,831 (Kusumadewi & Sumarni, 2021) sedangkan peran orang tua diukur dengan kuesioner yang dibuat oleh peneliti berdasarkan teori dan jurnal yang berhubungan dengan penelitian ini sehingga sebelum dilakukan pengumpulan data dilakukan uji validitas dengan rentang hasil nilai $r = 0,46 - 0,587$. Yang selanjutnya pernyataan-pernyataan tersebut digunakan untuk pengambilan data.

HASIL

A. Analisis Univariat

1. Karakteristik Remaja

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok (n= 72)

Karakteristik	Jumlah	Presentase (%)
1. Jenis kelamin		
Laki-laki	55	76,4
Perempuan	17	23,6
2. Umur		
15 tahun	7	9,7
16 tahun	43	59,7
17 tahun	22	30,6
3. Pendidikan Orang Tua		
SMP	3	4,2
SMA/SMK/MA	57	79,2
Perguruan Tinggi	12	16,7
Total	72	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan mayoritas berjenis kelamin laki laki sebanyak 76,4%, berusia 16 tahun sebanyak 59,7%, dan memiliki pendidikan SMA/SMK/MA sebanyak 79,2%.

2. Peran Orang Tua

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Peran Orang Tua Remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok (n= 72)

Peran Orang Tua	Frekuensi	Presentase (%)
Peran Baik	30	41,7
Peran Tidak Baik	42	58,3
Jumlah	72	100

Tabel 2 menunjukkan remaja merasakan peran orang tua tidak baik sebanyak 58,3%.

3. Kejadian Perilaku *Self Harm*

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian *Self Harm* pada Remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok (n= 72)

Kejadian Perilaku <i>Self Harm</i>	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak <i>Self Harn</i>	29	40,3
<i>Self Harm</i> Ringan	23	31,9
<i>Self Harm</i> sedang	20	27,8
<i>Self Harm</i> berat	0	0
Jumlah	72	100

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar remaja tidak melakukan perilaku *Self-Harm* sebanyak 40,3%.

B. Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Peran Orang Tua Terhadap Kejadian Perilaku *Self Harm* Pada Remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok (n= 72)

		<i>Self-Harm</i>						Total	P Value	
		Tidak		Ringan		Sedang				
		n	%	n	%	n	%			
Peran Orang Tua	Baik	29	96,7	13	52,3	0	0	3	10	0,000
	Tidak Baik	0	0	2	52,4	2	47,6	4	10	

k

Total	29	40,3	23	31,9	20	27,8	0	0
-------	----	------	----	------	----	------	---	---

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan peran orang tua baik sebanyak 30 orang dimana 29 orang (96,7%) tidak *Self-Harm* dan 1 orang (3,3%) *Self-Harm* ringan, Sedangkan peran orang tua tidak baik dirasakan oleh 42 orang dimana 22 orang (52,4%) *Self-Harm* ringan dan 20 orang (47,6%) *Self-Harm* sedang. Hasil uji statistik *Spearman Rho*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 yang lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05, sehingga hipotesis nol (*H0*) ditolak dan hipotesis alternatif (*HA*) diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan perilaku *Self-Harm* pada remaja di SMK Negeri 4 Kota Depok. Selain itu.

PEMBAHASAN

a. Karakteristik Remaja

1) Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas remaja berjenis kelamin laki laki sebanyak 55 orang (76,4%). Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian Jannah et al., (2025) menyatakan laki laki yang berperilaku *self harm* sebanyak 44,44%. Hal ini menunjukkan perilaku menyakiti diri sendiri banyak dialami oleh remaja laki-laki, yang disebabkan kesulitan mengatur emosi, perundungan, rasa kesepian, dan masalah dalam keluarga.

Menurut Saputra et al. (2022) salah satu faktor yang memicu perilaku *self-harm* adalah kurangnya komunikasi yang efektif antara remaja dan orang tua. Anak laki-laki cenderung kurang berkomunikasi dengan keluarga, sehingga ketika memiliki masalah sering kali dipendam sendiri.

2) Usia

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas remaja berusia 16 tahun sebanyak 43 orang (59,7%). Menurut Farida Isroani (2023) pada usia 16 tahun, remaja termasuk kategori remaja madya (*middle adolescence*). Pada tahap ini remaja sering mengalami kebingungan dalam menentukan pilihan yang tepat dan mencapai kemandirian emosional dipengaruhi oleh peran orang tua dan orang dewasa lainnya (Smith et al., 2024). Sehingga ketika remaja memiliki masalah secara emosional masih membutuhkan bimbingan atau arahan dari orang lain terutama orang agar keputusan yang dipilihnya benar.

3) Pendidikan Orang Tua

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas remaja memiliki orang tua yang berpendidikan SMA/SMK/MA sebanyak 57 orang (79,2%). Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian Zata et al. (2025) pendidikan orang tua yang tinggi dapat meningkatkan keterlibatan orang tua dalam pengasuhan, sehingga mengurangi risiko *self-harm* pada anak. Orang tua yang berdidikan tinggi juga lebih mudah menerima informasi baru dan belajar berbagai hal mengenai pola pengasuhan anak yang baik sehingga dapat mencegah anak melakukan *Self-Harm*.

b. Peran Orang Tua

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas remaja tidak merasakan peran orang tua dengan baik sebanyak 42 (58,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Antonelda et al. (2025), dimana orang tua yang kurang memberikan perhatian dan

berkomunikasi dengan remaja dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya perilaku *self-harm* pada remaja. Selain itu orang tua yang memiliki ekspektasi terlalu tinggi terhadap anak, memberikan hukuman yang keras, pengawasan yang ketat, serta penolakan yang kuat dari orang tua, memiliki hubungan yang jelas dengan munculnya perilaku *Self-Harm* (Gofara et al., 2023).

Meskipun begitu masih terdapat remaja yang merasakan peran orang tua dengan baik sebanyak 30 orang (41,7%) yang mengatakan remaja menerima perhatian dan dukungan dari keluarga sehingga ketika mengalami masalah remaja memiliki tempat untuk membantu menyelesaikannya dengan cara berdiskusi dan meminta pendapat orang tua sehingga putusan yang diambil benar dan risiko *self-harm* lebih rendah.

c. Kejadian *Self Harm*

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas remaja tidak melakukan *Self-Harm* sebanyak 29 orang (40,3%), *Self-Harm* Ringan sebanyak 23 orang (31,9%), dan *Self-Harm* Sedang 20 orang (27,8%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja tidak melakukan *self-harm*, namun remaja yang melakukan *self-harm* masih cukup tinggi sehingga perlu mendapatkan perhatian dalam upaya pencegahan masalah kesehatan mental.

Menurut Escofet-Colet, I., et al. (2025), perilaku *self-harm* merupakan tindakan menyakiti diri secara sengaja tanpa tujuan untuk mengakhiri hidup, tetapi dilakukan sebagai cara untuk meredakan tekanan emosional atau psikologis yang dirasakan individu. Perilaku ini sering muncul ketika individu mengalami kesulitan dalam

mengelola emosi, stres, atau konflik psikologis yang berkepanjangan.

Berdasarkan hasil kuesioner pada penelitian ini, remaja yang tidak melakukan *self-harm* dipengaruhi oleh kemampuan regulasi emosi yang baik dan lingkungan keluarga yang suportif. Hasil ini sejalan dengan penelitian Paul L. Plener (2021), dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya memiliki peran penting dalam menurunkan risiko perilaku *self-harm* pada remaja. Individu yang memiliki hubungan sosial positif cenderung lebih mampu mengelola stres dan mencari bantuan ketika menghadapi masalah sehingga tidak menggunakan perilaku menyakiti diri sebagai mekanisme koping.

Namun demikian, hasil penelitian ini juga menunjukkan masih terdapat remaja yang mengalami *self-harm* ringan (31,9%) dan *self-harm* sedang (27,8%). Hal ini menunjukkan remaja masih menggunakan strategi koping yang kurang adaptif dalam menghadapi tekanan psikologis. Menurut *American Psychiatric Association* *self-harm* ringan merupakan tindakan melukai diri sendiri dengan luka ringan tanpa niat mengakhiri hidup biasanya berupa perilaku seperti mencubit diri, menggaruk kulit secara berlebihan, atau memukul benda keras, sedangkan *self-harm* sedang melibatkan luka lebih dalam dan frekuensi lebih tinggi yang dapat berdampak serius secara emosional dan fisik (Tarigan & Apsari, 2022). Jika perilaku ini tidak segera ditangani, maka terdapat kemungkinan perilaku tersebut berkembang menjadi lebih berat dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental yang lebih serius.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian David A. Brent (2022) perilaku *self-harm* umum

terjadi pada remaja dan dewasa muda sebagai respons terhadap tekanan emosional dan masalah psikososial. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu yang mengalami stres berkepanjangan, konflik keluarga, tekanan akademik, serta masalah hubungan interpersonal memiliki risiko lebih tinggi untuk melakukan *self-harm*. Secara global, perilaku *self-harm* juga menjadi isu kesehatan mental yang cukup signifikan. Hasil *systematic review dan meta-analysis* menunjukkan bahwa prevalensi perilaku menyakiti diri pada remaja di masyarakat berkisar antara 16%–22% secara global. Temuan ini menunjukkan bahwa *self-harm* merupakan masalah kesehatan mental yang cukup sering terjadi pada kelompok usia remaja dan dewasa muda (Farkas, B. F., et al, 2024).

David A. Brent (2022) menemukan bahwa individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang rendah lebih rentan menggunakan *self-harm* sebagai cara untuk mengatasi perasaan negatif. Salah satu terapi psikologis yang dapat dilakukan untuk membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif yang dapat memicu perilaku *self-harm* adalah *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT). Terapi ini membantu individu mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif sehingga mampu menghadapi tekanan emosional tanpa harus menyakiti diri sendiri (Azizah, N., & Ardhani, T, 2023).

d. Hubungan Peran Orang Tua dengan Kejadian Self Harm di SMK Negeri 4 Kota Depok

Hasil analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rho* diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti adanya hubungan positif

antara peran orang tua dengan perilaku *self-harm* pada remaja. Hasil ini menunjukkan semakin buruk peran orang tua, maka semakin tinggi kejadian *self-harm* pada remaja. Hasil ini diperkuat dengan data penelitian dimana dari 72 remaja, sebanyak 42 remaja merasakan peran orang tua kurang baik dan kondisi tersebut berkaitan dengan meningkatnya kejadian *self-harm*, dimana remaja mengalami *self-harm* ringan (52,4%) dan *self-harm* sedang (47,6%).

Hasil penelitian ini menunjukkan peran orang tua merupakan faktor penting dalam perkembangan kesehatan mental remaja. Pada masa ini, remaja membutuhkan dukungan emosional, perhatian, serta komunikasi yang baik dari orang tua untuk membantu mereka menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Menurut Rahma et al., (2024) dukungan sosial termasuk peran orang tua yang baik dapat mengurangi perilaku *self-harm*. Apabila peran orang tua tidak optimal, misalnya kurang memberikan dukungan emosional, komunikasi yang buruk, atau pola pengasuhan yang tidak konsisten, maka remaja cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola emosi dan stres yang dapat memicu perilaku *self-harm*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Janssens, J., et al. (2023), menyatakan adanya hubungan dan keterikatan antara orang tua dan anak memiliki peran penting dalam mencegah perilaku *self-harm* pada remaja. Peneliti menemukan bahwa kualitas *attachment* antara remaja dan orang tua berkaitan dengan munculnya pikiran dan perilaku *self-harm*, dimana hubungan yang kurang baik dengan orang tua meningkatkan risiko perilaku menyakiti diri pada remaja.

Penelitian Wu, S. L., et al. (2023), menunjukkan gaya pengasuhan yang tidak efektif, seperti kontrol psikologis yang berlebihan, kurangnya kehangatan emosional, serta disiplin yang tidak konsisten dapat meningkatkan risiko munculnya *non-suicidal self-injury* (NSSI) pada remaja. Kondisi ini terjadi karena pola pengasuhan tersebut dapat menurunkan harga diri remaja dan mengganggu kemampuan regulasi emosi sehingga remaja lebih rentan menggunakan perilaku menyakiti diri sebagai mekanisme koping terhadap tekanan psikologis. PeerJ (2024), mengungkapkan kurangnya dukungan emosional dari orang tua serta tingginya kontrol dan hukuman dari orang tua berhubungan dengan meningkatnya perilaku *self-harm* pada remaja. Remaja yang mengalami pola pengasuhan yang kurang suportif cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dan lebih sering menggunakan strategi koping yang tidak adaptif, termasuk perilaku *self-harm*.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian mengenai lingkungan keluarga dan faktor orang tua terhadap kesehatan mental remaja yang menunjukkan bahwa keluarga dengan fungsi yang kurang baik memiliki risiko lebih tinggi terhadap munculnya distress psikologis dan perilaku *self-harm* pada remaja. Lingkungan keluarga yang kurang harmonis, konflik keluarga, serta kurangnya dukungan dari orang tua dapat meningkatkan kerentanan remaja terhadap masalah kesehatan mental (Jiang, X., et al, 2026).

Secara teoritis, perilaku *self-harm* sering digunakan oleh remaja sebagai mekanisme koping maladaptif untuk mengatasi emosi negatif, seperti stres, kemarahan, kecemasan, maupun

perasaan tidak berharga. Remaja yang tidak mendapatkan dukungan emosional yang cukup dari orang tua cenderung mengalami kesulitan dalam mengekspresikan perasaan secara sehat. Akibatnya, mereka mencari cara lain untuk meredakan tekanan emosional, salah satunya melalui perilaku menyakiti diri. Penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan orang tua yang rendah dan konflik keluarga dapat menurunkan kemampuan regulasi emosi remaja, yang pada akhirnya meningkatkan risiko perilaku *self-harm*. (Dawe-Lane, E., & Flouri, E, 2023).

Dalam konteks keperawatan komunitas dan kesehatan mental, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya peran keluarga sebagai sistem pendukung utama bagi remaja. Intervensi keperawatan tidak hanya berfokus pada remaja sebagai individu, tetapi juga perlu melibatkan keluarga, terutama orang tua. Edukasi kepada orang tua mengenai pola asuh yang suportif, komunikasi efektif dengan remaja, serta kemampuan memahami kondisi emosional anak sangat penting untuk mencegah munculnya perilaku *self-harm*. Selain itu, tenaga kesehatan juga perlu melakukan promosi kesehatan mental, deteksi dini, serta intervensi keluarga untuk meningkatkan kualitas hubungan antara orang tua dan remaja. Dengan meningkatkan keterlibatan orang tua dalam kehidupan remaja, diharapkan remaja dapat memiliki mekanisme koping yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan emosional sehingga risiko perilaku *self-harm* dapat diminimalkan.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan berupa potensi bias jawaban pada kuesioner *self-harm* yang sensitif,

kurangnya pembedaan peran ayah-ibu secara terpisah, serta sampel terbatas pada siswa SMK Negeri 4 Kota Depok sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi secara luas dan memerlukan studi lanjutan dengan sampel lebih besar dan beragam

SIMPULAN

Pada penelitian ini dapat disimpulkan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki, berusia 16 tahun, pendidikan orang tua SMA/SMK/MA, merasakan peran orang tua yang tidak baik, dan sebagian besar tidak melakukan perilaku *self-harm*. Penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan antara peran orang tua dan kejadian perilaku *self-harm* pada remaja, dengan nilai koefisien korelasi *Spearman* sebesar 0,894 yang menunjukkan korelasi positif sangat kuat, yang berarti semakin tinggi peran orang tua yang tidak baik, semakin tinggi pula kejadian perilaku *self-harm* pada remaja. Peran orang tua tidak baik seperti kurang pengawasan, komunikasi buruk, atau pola asuh permisif/otoriter memicu perilaku *self-harm* karena menyebabkan stres emosional, rendahnya harga diri, atau kurangnya dukungan psikososial pada remaja sehingga remaja mencari pelampiasan dengan melakukan perilaku *self-harm* sebagai koping negatif.

SARAN

Remaja diperlukan edukasi untuk mencegah *self harm* dengan memanfaatkan berbagai metode. Petugas kesehatan melakukan edukasi kesehatan mental yang tidak hanya berfokus pada remaja sebagai individu, tetapi juga melibatkan keluarga terutama orang tua, deteksi dini, serta intervensi keluarga untuk meningkatkan kualitas hubungan antara orang tua dan remaja secara terprogram. Penelitian selanjutnya dilakukan dengan menggunakan variabel

yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga hasil yang diperoleh bisa lebih *representative*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kesehatan kepada penulis. Kedua orang tua penulis, dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, motivasi, dan saran kepada penulis. Tidak lupa, terimakasih juga buat pihak sekolah yang telah memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis selama pengambilan data penelitian..

DAFTAR PUSTAKA

- Aisha, D., Rahayu, P., Rahman, U., Putrie, C., & Jawa, W. (2025). *Decision-Making In Adolescents At Risk For Non-Suicidal Self-Injury (Nssi) Behavior*. 01, 88–100.
- Ali, M. M., Hariyati, T., Pratiwi, M. Y., & Afifah, S. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Penerapannya Dalam Penelitian. *Education Journal*.2022, 2(2), 1–6.
- Antonelda, B., Wawo, M., Adolf, J., & Lema, E. R. (2025). *Health And Financial Journal*. 2, 209–217.
- Azzahra, C. W., & Destiwati, R. (2022). *Komunikasi Antarpribadi Orangtua Dan Anak (Studi Kasus Pada Remaja Pelaku Self-Injury Di Kota Depok)*. 5(2), 129–143.
- Azizah, N., & Ardhani, T. (2023). *Coping Mechanism pada Remaja dengan Perilaku Self-Harm Berdasarkan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy*.
- Dan, P., & Degan, K. (2023). *Self-Injury Behavior Pada Remaja Korban Kelekatatan Orang Tua*. 6(2), 198–220.
- David A. Brent. (2022). *Nonsuicidal self-injury in adolescents: Clinical perspectives*. *New England Journal*

of Medicine.

- Dawe-Lane, E., & Flouri, E. (2023). Parenting in early years and self-harm in adolescence. *Journal of Affective Disorders*.
- Desi, P. (2022). *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(1980), 1349–1358.
- Escofet-Colet, I., et al. (2025). *Non-Suicidal Self-Injury in Adolescents: Prevention and Intervention Programmes*. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*
- Fajaruddin, M. (2024). *Karakteristik Kesehatan Mental Remaja Dalam Perilaku Self Harm*. 7, 1–13.
- Farkas, B. F., et al. (2024). *The prevalence of self-injury in adolescence: A systematic review and meta-analysis*. *European Child & Adolescent Psychiatry*
- Guan, T. E., & Poh, L. L. (2025). A Perspective On Freud's Theories In Relation To Self-Harming Behaviour. *Journal Of Psychology And Social Health (Jpsysh)*.
- Indah, S., & Wita, O. (2024). *Peran Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Self-Injury Pada Remaja Indah Sundawati , Wita Oktaviana * Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Korespondensi Penulis : Wita Oktaviana . * Email : Wo763@Ums.Ac.Id Abstract Background : Self Inj. 18(9), 1104–1110.*
- Jannah, A. R., Dermawan, N. S., Puriani, R. A., & Putri, R. M. (2025). *Jurnal Edu Research Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (Iicls) Page 885*. 6, 885–892.
- Janssens, J., et al. (2023). Lifetime and current self-harm thoughts and behaviors and their relationship to parent and peer attachment. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention*

- and Suicide Prevention.
- Jiang, X., et al. (2026). The relationship between parental psychological control and non-suicidal self-injury in adolescents. *Behavioral Sciences*.
- Kalangi, P. Dkk. (2024). Self Harming Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, 5(1), 40–49. <https://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/didaskalia>
- Kandar, Dwi Cahyaningrum, D., & Kusuma Dewi, R. (2024). Manajemen Individu Dengan Resiko Self-Harm: Mengelola Resiko Dan Bahayanya Pada Diri Sendiri. *Jurnal Keperawatan Jiwa (Jkj): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 12(1), 1–8.
- Kartini, T., Effendy, D. I., & Rohman, E. T. (2023). Bimbingan Konseling Individu Mengatasi Regulasi Emosi Negatif Pada Remaja Fatherless. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 11(2), 167–188. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v11i2.30285>
- Lutfia, U., & Wahyuni, K. (2025). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Perilaku Self-Harm Pada Remaja Perempuan. 4(10), 7315–7326.
- Pangaribuan, L. R., Marpaung, A. K., & Situmorang, E. (2024). Efektivitas Kerja Paruh Waktu Terhadap Aktivitas Belajar Dan Psikologi Perkembangan Siswa Pada Fase Remaja. 02(01).
- Paul L. Plener. (2021). *The longitudinal course of non-suicidal self-injury and deliberate self-harm: A systematic review*. *Frontiers in Psychiatry*
- Pratiwi, N. I. (2024). Pengaruh Adverse Childhood Experiences Terhadap Self-Harm Behavior Yang Dimoderasi Oleh Social Support Pada Followers Di Instagram Dengan Orang Tua Bercerai.
- Rahma, R. A., Khairiah, S., & Noor, M. S. (2024). Hubungan Depresi Dengan Kejadian Self-Harm Pada. 173–178.
- Smith Et Al. (2024). Age As A Developmental Marker: Implications For Psychological Growth. *Developmental Psychology - Developmental*, 3.1, 23 Of 91. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/dev0001234>
- Sujarweni, V. W. (2014). Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, Dan Mudah Dipahami. *Metode Penelitian Kualitatif*, 17.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Tarigan, T., & Apsari, N. C. (2022). Perilaku Self-Harm Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (Self-Harm Or Self-Injuring Behavior By Adolescents). *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4(2), 213. <https://doi.org/10.24198/focus.v4i2.31405>
- Wu, S. L., et al. (2023). Parenting practices and adolescents' mental health: The mediating role of parental acceptance and self-efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- World Health Organization. (2021). *Suicide worldwide in the 21st century: Global health estimates*. Geneva: WHO
- Who. (2024). *Mentransformasi Kesehatan Remaja: Laporan Komprehensif Who Tentang*

Syaiful Almunawar, Teti Rahmawati Indah
Kurniawati³
JABJ, Vol.15, No. 1, Maret 2026, 149-159

*Hubungan Peran Orang Tua terhadap Kejadian
Perilaku Self Harm pada Remaja di SMK Negeri 4
Kota Depok*

*Kemajuan Dan Kesenjangan
Global. Who.
Https://Www.Who.Int/Indonesia/Id/
News/Detail/01-11-2024-
Transforming-Adolescent-Health--
Who-S-Comprehensive-Report-On-
Global-Progress-And-
Gaps?Utm_Source=Chatgpt.Com*

Zata, I., Haryanti, S., & Dwi, D. (2025).
*Self-Harm Behavior Among
Teenager And Father ' S
Involvement In Parenting: A Cross-
Sectional Study Perilaku Self-Harm
Pada Remaja Dan Keterlibatan
Ayah Dalam Pengasuhan: Studi
Cross- Sectional. 2655, 156–170.*