



<http://ijec.ejournal.id>

## INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING

ISSN 2541-2779 (print) || ISSN 2541-2787 (online)

UNIVERSITAS MATHLA'UL ANWAR BANTEN



Research Based Article

# Pengaruh Faktor Lingkungan Sosial terhadap Perilaku Self-harm pada Remaja

Najiyah Nur Fadhilah<sup>1</sup>, Aisyadinandya Hermawan<sup>2</sup>, Achmad Hafiz Al-Gifari<sup>3</sup>, Ati Kusmawati<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup> Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

### Article History

Received: 09.06.2025  
Received in revised form:  
21.07.2025  
Accepted: 31.07.2025  
Available online: 31.07.2025

### ABSTRACT

THE INFLUENCE OF SOCIAL ENVIRONMENTAL FACTORS ON SELF-HARM BEHAVIOR IN ADOLESCENTS. Self-harm behavior in adolescents is a complex phenomenon influenced by various social environmental factors. This study aims to analyze the effect of social environmental factors, including family, peers, schools, and society, on the tendency of self-harm in Indonesian teenagers. The method used is a Systematic Literature Review (SLR) with a PRISMA approach, covering 15 selected scientific articles from Google Scholar databases that meet the inclusion criteria. Research results show that dynamic interactions between family factors (such as authoritarian parenting and lack of emotional support), academic pressure in schools, and stigma and rejection from peers contribute significantly to self-harm behavior. In addition, the unsupportive social environment worsens the regulation of adolescents' emotions, thus increasing the risk of self-harm. The study also identified the importance of social support as a protective factor, including the role of spirituality and school-based interventions such as the Multi-Tiered System of Support (MTSS) model. The study's conclusions emphasized the need for a holistic and contextual approach to self-harm prevention, involving families, schools, and communities to create an environment that supports adolescents' mental health.

KEYWORDS: Self-harm, Social, Environment, Adolescents.

DOI: 10.30653/001.202041.508



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.  
© 2025 Najiyah Nur Fadhilah, Aisyadinandya Hermawan, Achmad Hafiz Al-Gifari, Ati Kusmawati.

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang kompleks, ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan emosional. Remaja berada dalam fase pencarian jati diri dan sangat rentan terhadap tekanan eksternal seperti hubungan keluarga, ekspektasi sosial, dan dinamika pertemanan (Putri et al., 2023). Saat stres, kecemasan, atau depresi muncul, sebagian remaja dapat mengalami perasaan

<sup>1</sup> Corresponding author's address: Universitas Muhammadiyah Jakarta; Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten 15419, Indonesia. Email: najiyahnrfh@gmail.com

tidak berharga dan rendah diri, yang memicu perilaku maladaptif seperti self-harm (melukai diri sendiri dengan sengaja). Saputro et al., (2025) menyatakan bahwasanya saat masa remaja terjadi banyak perubahan, terutama perubahan perilaku yang rentan dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti lingkungan sosial. Sebagian besar remaja mudah terkena stres kecemasan, emosi yang tidak stabil, dan depresi, sehingga dapat menimbulkan sebuah perasaan tidak berharga dan kurangnya kapasitas untuk menghargai dirinya dengan baik. Akibatnya, muncul bentuk pelampiasan dari ketidakmampuan diri mereka dalam mengelola emosi dan tekanan yang dialaminya dengan melukai diri sendiri atau self-harm.

Menurut Nock (2010), seperti dikutip Marlina et al. (2025), self-harm sering kali merupakan cara coping emosional ketika individu tidak mampu mengendalikan stres berat atau kecemasan berlebihan. Interaksi keluarga, rekan sebaya, dan tekanan sosial adalah faktor yang diduga kuat memicu perilaku ini. Self-harm dapat menjadi pelampiasan emosi seseorang akibat emosi yang tidak stabil guna mengalihkan pikiran-pikiran negatif yang ada di dalam pikiran mereka. Perilaku ini juga kerap muncul sebagai respons terhadap perasaan terisolasi atau ketidakmampuan mengekspresikan beban psikologis secara verbal. Tanpa dukungan yang memadai, remaja mungkin melihat self-harm sebagai satu-satunya mekanisme untuk mengatasi penderitaan emosional yang mereka alami.

Berbagai studi di Indonesia menyoroiti pengaruh lingkungan sosial terhadap perilaku self-harm. Penelitian Wahdah & Akbar (2022) menemukan bahwa Adverse Childhood Experiences (ACE) menyebabkan dysregulasi emosi yang berkontribusi terhadap self-injury, dan dukungan sosial tidak secara signifikan memperbaiki regulasi emosi pada remaja di Bandung. Di sisi lain, studi oleh Hanan et al. (2024) menyatakan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai faktor pelindung yang mengurangi risiko self-harm pada remaja yang merasa kesepian. Lingkungan sosial memiliki pengaruh penting terhadap perkembangan psikologis remaja. Karena pada usia remaja sangat rentan terhadap pengaruh eksternal, termasuk penerimaan sosial, ekspektasi lingkungan, dan dinamika hubungan interpersonal. Lingkungan yang sehat dan mendukung mampu membantu individu mengatasi tekanan psikologis dengan coping yang positif. Namun, tidak semua remaja mempunyai lingkungan yang sehat untuk masa pertumbuhan emosional mereka. Tidak jarang pula lingkungan toxic yang membawa pada hal-hal negatif pada remaja.

Metaanalisis lain (Wrycza & Susilawati, 2023) menunjukkan bahwa emosi negatif yang tidak tersalurkan, kesulitan menyelesaikan masalah, pola asuh orang tua, dan paparan media merupakan faktor risiko utama yang memicu self-harm di kalangan remaja. Selain itu, contoh kasus di sekolah menengah menunjukkan bahwa bullying berkorelasi erat dengan perilaku self-injury, hasil penelitian spearman rank menunjukkan  $p=0.000$ , menandakan hubungan signifikan antara bullying dan self-harm. Fenomena self-harm pada remaja tidak hanya persoalan individu semata, tetapi juga mencerminkan kondisi sosial di sekitarnya. Dalam kondisi demikian, tindakan menyakiti diri sendiri sering kali menjadi cara untuk mengungkapkan penderitaan emosional yang sulit diutarakan secara verbal. Oleh karena itu, pendekatan terhadap isu ini perlu mempertimbangkan konteks sosial yang kompleks dan beragam.

Meski berbagai penelitian telah mengidentifikasi faktor risiko individual, seperti ACE, dysregulasi emosi, *bullying*, masih terbatas sintesis komprehensif yang memetakan interaksi dinamis antara domain lingkungan sosial (keluarga, sekolah, masyarakat, media) dalam konteks Indonesia. Belum banyak terdapat analisis yang mengintegrasikan variabel risiko dan protektif secara sistematis. Ditambah, banyaknya remaja belum memiliki kemampuan yang cukup untuk mengendalikan emosi mereka. Hal ini sering terjadi karena mereka tidak mendapat pengetahuan cukup tentang kesehatan mental atau dukungan dari orang-orang di sekitarnya. Ketika tidak bisa mengatur perasaan negatif dengan baik, remaja mungkin mencari cara lain yang justru bisa membahayakan diri mereka sendiri. Perilaku self-harm sering muncul sebagai upaya untuk

mengalihkan rasa sakit emosional atau merasa lebih bisa mengontrol keadaan yang terasa tidak bisa dihadapi. Sehingga perilaku self-harm ini dapat dilihat sebagai cara untuk mengatur emosi mereka.

Hasil penelitian kuantitatif deskriptif Self-harm dengan sampel 35 siswa SMP di Kota Padang. 46,9 % siswa mengalami kesepian dalam kategori sedang. Self-harm juga dilaporkan terjadi pada kategori menengah. Namun penelitian ini tidak menyajikan nilai korelasi statistik  $r$  maupun  $p$  secara eksplisit. Meski demikian, peneliti menekankan adanya indikasi keterkaitan antara kesepian dan perilaku self-harm di tingkat sekolah menengah pertama. (Fadilla & Ardi, 2024). Hal ini mencerminkan kurangnya keterlibatan aktif dari berbagai elemen, baik itu keluarga, pendidik, maupun masyarakat, dalam membentuk pola asuh dan komunikasi yang sehat. Pentingnya penanaman nilai-nilai positif serta keterampilan pengelolaan emosi sejak dini dapat menjadi salah satu upaya preventif terhadap perilaku self-harm. Remaja yang merasa dihargai, dipahami, dan memiliki ruang untuk mengungkapkan diri, cenderung lebih mampu menghadapi tekanan hidup dengan cara yang lebih adaptif. Selain itu, penting juga untuk menghapus stigma terhadap isu kesehatan mental agar remaja tidak merasa malu atau takut untuk mencari bantuan. Kesadaran kolektif akan pentingnya dukungan sosial yang sehat menjadi landasan untuk menciptakan generasi muda yang tangguh secara emosional.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mensintesis faktor risiko dan protektif dalam lingkungan sosial remaja Indonesia yang berkaitan dengan perilaku self-harm (keluarga, teman sebaya, sekolah, media) dan juga menganalisis interaksi dinamis antar domain lingkungan sosial dan bagaimana interaksi ini memengaruhi regulasi emosi dan keputusan self-harm. Meskipun banyak penelitian telah mengidentifikasi berbagai faktor risiko individual dan sosial untuk self-harm, sintesis komprehensif yang secara khusus memetakan interaksi dinamis antara berbagai domain lingkungan sosial, seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat, serta implikasinya untuk pengembangan intervensi bimbingan dan konseling yang terstruktur dalam konteks budaya Indonesia masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut melalui tinjauan literatur sistematis yang terfokus pada konteks lokal.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) yang disusun berdasarkan pedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Tujuan dari metode ini adalah untuk mengidentifikasi, menyaring, mengevaluasi, dan mensintesis hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan mengenai pengaruh lingkungan sosial terhadap perilaku self-harm pada remaja. SLR dipilih agar proses penelitian berjalan sistematis, transparan, dapat direplikasi, dan menghasilkan kesimpulan yang valid secara akademik.

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui penelusuran artikel ilmiah di database Google Scholar. Kata kunci yang digunakan meliputi: "*self-harm pada remaja*", "*lingkungan sosial dan self-harm*", dan "*faktor penyebab self-injury*". Kriteria inklusi mencakup (1) artikel ilmiah yang membahas remaja dan self-harm, (2) tersedia dalam akses terbuka (*open access*), (3) diterbitkan dalam rentang waktu 2011–2024, dan (4) memuat relevansi dengan konteks lingkungan sosial. Tahapan seleksi data terdiri dari empat tahap sesuai pedoman PRISMA:

1. Identifikasi : Menemukan 53 artikel melalui pencarian awal.
2. Penyaringan : Menyeleksi 27 artikel berdasarkan judul dan abstrak.
3. Kelayakan : Membaca penuh dan menilai kualitas metodologi serta relevansi isi.
4. Inklusi : Menetapkan 15 artikel akhir yang dianalisis lebih lanjut.

Data dianalisis dengan pendekatan analisis tematik. Setiap artikel yang lolos tahap inklusi dievaluasi isinya dan dikategorikan berdasarkan tema-tema utama yang muncul, yaitu: (1) faktor keluarga (pola asuh, komunikasi, dukungan emosional), (2) tekanan akademik dan peran sekolah, dan (3) pengaruh pergaulan serta stigma sosial. Analisis dilakukan dengan menyoroti pola, hubungan, dan kesamaan dalam narasi masing-masing studi.

Untuk menjaga validitas, seluruh proses seleksi artikel dilakukan secara dokumentatif dan sistematis, dan hanya artikel yang mencantumkan latar belakang metodologis yang kuat serta keterkaitan langsung terhadap tema yang dianalisis lebih lanjut. Selain itu, penggunaan sumber teoretis tetap dilakukan secara selektif dan berdasarkan urgensi pembahasan. Seluruh artikel yang dikutip dan dianalisis dalam bagian pembahasan berasal dari 15 sumber yang telah melewati proses SLR ini yang digunakan untuk mendukung penjelasan psikologis tentang fase perkembangan remaja.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) didapati 15 temuan penelitian terdahulu yang membahas pengaruh faktor lingkungan sosial terhadap perilaku self-harm pada remaja. Adapun hasil pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) ditampilkan pada Tabel 1.

Tabel 1. *Temuan Penelitian Terdahulu Mengenai Faktor Lingkungan Sosial dan Self-Harm pada Remaja.*

No	Penulis dan Tahun	Fokus Penelitian	Faktor Lingkungan Utama	Temuan Utama
1.	Thesalonika & Apsari (2021)	Self-harm & prevalensi remaja	Pergaulan/ Stigma Sosial	Self-harm meningkat pada remaja dengan pengalaman kekerasan dan stigma.
2.	Kalangi et al. (2024)	Self-harming pada remaja	Keluarga	Pola asuh otoriter dan komunikasi buruk memicu self-harm.
3.	Aufa & Hasibuan (2024)	Stres akademik dan perilaku self-harm	Sekolah	Tekanan akademik dan kurangnya dukungan guru memicu distress emosional.
4.	Khadijah et al. (2024)	Stigma kesehatan mental	Teman Sebaya/Sosial	Stigma dari teman dan masyarakat menambah isolasi dan perilaku self-harm.
5.	Suryananta & Wilani (2024)	Sosialisasi keluarga dan remaja	Keluarga	Hubungan keluarga sebagai faktor utama pembentukan emosi remaja.
6.	Izzani et al. (2024)	Perkembangan remaja	Keluarga & Sekolah	Masa transisi remaja perlu dukungan emosional yang stabil.
7.	Alpiani & Bafadal (2024)	Self-love dan kecenderungan self-injury	Individu & Sosial	Self-awareness rendah meningkatkan risiko self-harm.
8.	Nasution & Angraini (2021)	Kesadaran diri dan self-harm	Individu/Keluarga	Minim dukungan dan kontrol diri menjadi faktor pemicu utama.
9.	Elvira & Sakti (2022)	Bentuk self-harm	Keluarga	Self-harm muncul akibat emosi yang tidak tersalurkan dalam lingkungan dekat.
10.	Marlina et al. (2025)	Religious coping dan self-harm	Spiritualitas & Keluarga	Dukungan spiritual efektif dalam meredam keinginan self-harm.
11.	Safira & Insani (2024)	Kasus self-harm perempuan remaja	Sosial/Teman Sebaya	Dukungan teman dan keluarga sangat berpengaruh terhadap coping remaja.

12.	Sibarani et al. (2021)	Definisi dan bentuk self-harm	Umum	Memberikan klasifikasi dan motif perilaku menyakiti diri.
13.	Zanisa et al. (2024)	Konsep diri dan self-harm	Keluarga	Citra diri buruk dari keluarga memicu self-harm.
14.	Qonita (2023)	Santri dan self-harm	Sosial/Religi	Tekanan norma sosial dapat memicu pelarian emosional melalui self-harm.
15.	Wati (2024)	Regulasi emosi pada pelaku self-harm	Sekolah	Edukasi emosi perlu diperkuat di lingkungan sekolah.

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa perilaku self-harm pada remaja tidak dapat dijelaskan hanya dari satu dimensi sosial semata. Terdapat interaksi kompleks antara berbagai faktor lingkungan seperti keluarga, teman sebaya, dan sekolah yang membentuk dinamika psikososial remaja. Kalangi et al. (2024) dan Suryananta & Wilani (2024) menegaskan bahwa pola asuh otoriter dan minimnya komunikasi terbuka dalam keluarga berperan besar terhadap terbentuknya emosi negatif yang sulit disalurkan. Dalam hal ini, keluarga bukan hanya sebagai sumber dukungan emosional, namun juga berfungsi sebagai arena pertama pengenalan strategi pengelolaan emosi. Ketika keluarga gagal menjalankan perannya secara adaptif, remaja cenderung mencari pelarian melalui perilaku maladaptif seperti self-harm.

Namun demikian, dampak negatif dari keluarga yang disfungsi kerap diperparah oleh dinamika sosial di lingkungan sekolah dan teman sebaya. Temuan Aufa & Hasibuan (2024) menunjukkan bahwa tekanan akademik yang tinggi, tanpa disertai dukungan psikososial dari guru dan konselor, menjadi pemicu distress yang signifikan. Dalam hal ini, sekolah berfungsi sebagai sistem sekunder setelah keluarga, yang semestinya menyediakan ruang aman dan suportif bagi remaja untuk mengekspresikan diri dan mengembangkan ketahanan psikologis. Temuan Khadijah et al. (2024) dan Safira & Insani (2024) juga memperkuat pentingnya kelompok teman sebaya sebagai sumber validasi emosional. Ketika remaja mengalami penolakan sosial, stigma terkait isu kesehatan mental, atau bahkan bullying, maka perasaan terasing dan tidak berharga menjadi lebih kuat, yang kemudian meningkatkan risiko self-harm.

Interaksi antara ketiga faktor lingkungan seperti lingkungan keluarga, sekolah, dan pergaulan sosial, tidak terjadi dalam ruang hampa. Izzani et al. (2024) menyebut masa remaja sebagai fase kritis perkembangan identitas, yang membutuhkan kestabilan dukungan emosional lintas sistem. Oleh karena itu, pendekatan intervensi yang bersifat fragmentaris tidak akan cukup. Dibutuhkan suatu model dukungan yang terstruktur dan integratif seperti *Multi-Tiered System of Supports* (MTSS), yang secara bertahap mengklasifikasikan intervensi berdasarkan tingkat kebutuhan siswa (Goodman-Scott, E. et al. 2019). Pada level *Tier 1*, semua siswa memperoleh edukasi tentang regulasi emosi dan kesehatan mental secara universal melalui kurikulum sekolah. Di level *Tier 2*, kelompok siswa yang menunjukkan tanda-tanda distress diberi konseling kelompok atau program mentoring. Adapun pada *Tier 3*, siswa dengan risiko tinggi atau yang telah melakukan self-harm menerima intervensi individual yang intensif, melibatkan psikolog, guru BK, dan dukungan keluarga.

Namun perlu diingat, penerapan sistem intervensi seperti MTSS harus mempertimbangkan budaya yang ada di Indonesia. Intervensi berbasis pendekatan yang diadaptasi dari luar sering kali menekankan individualisme dan ekspresi verbal langsung, yang belum tentu sesuai dengan nilai-nilai kolektivistik dan norma sosial lokal. Oleh karena itu, adaptasi lokal sangat penting, dengan melibatkan peran tokoh masyarakat, nilai-nilai spiritual seperti yang disarankan oleh Marlina et al. (2025), dan pendekatan komunikasi yang kontekstual. Dalam budaya Indonesia, peran keluarga besar, rasa hormat terhadap otoritas, serta nilai agama harus diintegrasikan ke dalam program preventif maupun kuratif. Model MTSS, jika diterapkan secara lokal dengan prinsip kultural yang sesuai, dapat menjadi jembatan yang efektif antara sistem pendidikan dan kebutuhan psikososial remaja.

Akhirnya, upaya pencegahan dan penanganan self-harm harus melibatkan pendekatan holistik yang tidak hanya fokus pada individu, tetapi juga pada ekosistem sosialnya. Penelitian ini menyimpulkan bahwa hanya dengan menciptakan lingkungan sosial yang suportif secara menyeluruh dari rumah, sekolah, hingga remaja dapat didorong untuk membentuk ketahanan emosional dan strategi coping yang sehat. Upaya ini harus diperkuat dengan penghapusan stigma terhadap isu kesehatan mental serta pelatihan keterampilan emosional sejak dini. Seluruh aktor sosial, termasuk orang tua, guru, dan pembuat kebijakan, memiliki tanggung jawab bersama untuk membangun generasi muda yang tangguh, adaptif, dan berdaya dalam menghadapi tekanan psikologis tanpa harus menyakiti dirinya sendiri.

## SIMPULAN

Berdasarkan kajian literatur yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pencegahan perilaku self-harm pada remaja menuntut pendekatan yang bersifat sistemik, intersektoral, dan kontekstual. Intervensi yang efektif tidak cukup hanya menargetkan individu, melainkan harus melibatkan reformasi pada lingkungan sosial yang lebih luas, termasuk keluarga, sekolah, dan masyarakat. Oleh karena itu, dibutuhkan sinergi antara edukasi kesehatan mental, pelatihan keterampilan emosional, serta penyediaan layanan dukungan berlapis seperti model Multi-Tiered System of Supports (MTSS) yang disesuaikan dengan kearifan budaya lokal. Selain itu, penting untuk menghapus stigma terhadap isu psikologis agar remaja merasa aman dan dihargai saat mencari bantuan. Upaya ini diharapkan tidak hanya menurunkan angka self-harm, tetapi juga mendorong terbentuknya generasi muda yang lebih resilien, sehat secara mental, dan mampu membangun relasi sosial yang positif.

## REFERENSI

- Alpiani, N., & Bafadal, I. (2024). Hubungan Self Love dan Kecenderungan Self Injury (Analisis Tinjauan Faktor Gender dan Usia pada Remaja). *HARAPAN: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Psikologi*, 1(2), 71-82. <https://doi.org/10.70115/harapan.v1i2.219>
- Anugrah, M. F., Karima, K., Puspita, N. M. S. P., Amir, N. A. B., & Mahardika, A. (2023). Self harm and suicide in adolescents. *Jurnal Biologi Tropis*, 23(1), 200-207. <https://doi.org/10.29303/jbt.v23i1.5902>
- Aprilia, A. A. T., Wibawa, A., & Suharti, B. (2024). Komunikasi Intrapersonal (Self-Talk) Dalam Meningkatkan Kesadaran Dampak Buruk Self-Harm Pada Remaja Brokenhome. *Jurnal Communio: Jurnal Jurusan Ilmu Komunikasi*, 13(1), 29-43. <https://doi.org/10.35508/jikom.v13i1.9284>
- Aufa, N. B., & Hasibuan, A. D. (2025). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Self Harm Pada Siswa. *Jurnal Tarbiyah*, 31(2), 298-310. <http://dx.doi.org/10.30829/tar.v31i2.4009>
- Eka, M., Rosyidi, H., & Andiarna, F. (2024). Bentuk Regulasi Emosi Pada Remaja yang Pernah Melakukan Self-Harm. *Proceedings of PsychoNutrition Student Summit*, 1(1), 67-72. Retrieved from <https://proceedings.uinsa.ac.id/index.php/PINUSS/article/view/2337>
- Elvira, S. R., & Sakti, H. (2022). Eksplorasi pengalaman nonsuicidal self-injury (NSSI) pada wanita dewasa awal: Sebuah interpretative phenomenological analysis. *Jurnal Empati*, 10(5), 319-327. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32933>
- Goodman-Scott, E., Betters-Bubon, J., Donohue, P., & Olsen, J. (Eds.). (2019). *The school counselor's guide to multi-tiered systems of support*. UK: Routledge.
- Hanan, A. F., Kusmawati, A., Putri, T. E., & Oktaviani, T. (2024). Pentingnya dukungan sosial terhadap perilaku self-harm pada remaja yang merasa kesepian. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 3(1), 211-218. <https://doi.org/10.55606/concept.v3i1.998>

- Izzani, T. A., Octaria, S., & Linda, L. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), 259–273. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>
- Kalangi, P., Rempowatu, F., Tumewu, V., & Ilat, I. P. (2024). Self harming pada remaja. *DIDASKALIA: Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, 5(1), 40-49. <https://doi.org/10.51667/djpk.v5i1.1853>
- Khadijah, S., Prasetya, H., Caturini, E., & Sulistyowati, D. A. (2024). PEMBERDAYAAN REMAJA: KAMPANYE NO STIGMA DAN PENCEGAHAN DEPRESI DAN SELF HARM DI LINGKUNGAN SEKOLAH SMP SURAKARTA. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 3(04), 1–8. Retrieved from <https://jurnalpengabdiankomunitas.com/index.php/pengabmas/article/view/235>
- Marlina, M., Amanda, R. S., Suroji, S. A., Juliansyah, D., & Putri, M. (2025). Efektivitas Terapi Religius Coping dalam Mengatasi Self-Harm pada Mahasiswa. *Journal of Islamic Psychology and Behavioral Sciences*, 3(1), 1-14. <https://doi.org/10.61994/jipbs.v3i1.389>
- Nasution, F. Z., & Angraini, S. (2021). Gambaran perilaku self harm pada remaja. *Jurnal rumpun ilmu kesehatan*, 1(1), 121-137. <https://doi.org/10.55606/jrik.v1i1.3028>
- Qonita, A. A., Shidiqoh, A., Ramadlani, R. S., Wulandar, W. C., & Agustanti, A. (2023). Pj Faktor-Faktor Pendorong Self Harm Pada Santri Remaja Putri: Pendidikan. *Islamic Education and Counseling Journal*, 2(1). Retrieved from <http://jurnal.stitihsanulfikri.ac.id/index.php/iecj/article/view/53>
- Insani, S. M., & Savira, S. I. (2023). Studi kasus: Faktor penyebab perilaku self-harm pada remaja perempuan. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 439-454. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v10i2.53861>
- Saputro, R. T., Matulesy, A., & Pratitis, N. (2025). Peran Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 2(2), 692-705. <https://doi.org/10.61722/jinu.v2i2.3969>
- Sibarani, D. M., Niman, S., & Widiatoro, F. X. (2021). Self-harm dan depresi pada dewasa muda. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(4), 795-802. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkj/article/view/8139>
- Suryananta, I. G. A. D., & Wilani, N. M. A. (2024). Penyebab Perilaku Self-Harm Pada Remaja: Literature Review. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(5), 3502-3515. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i5.15150>
- Tarigan, T., & Apsari, N. C. (2021). 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), 213-224. <https://doi.org/10.24198/focus.v4i2.31405>
- Zanisa, I., Alini, A., & Kurniadi, R. (2024). Hubungan Konsep Diri dengan Perilaku Selh Harm Pada Siswa/i SMAN 1 Salo Wilayah Kerja UPT Salo. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, 1(3), 113-120. <https://doi.org/10.70437/jpk.v1i3.416>
- Fadilla, S. & Ardi, Z. (2024). Hubungan Antara Loneliness Dengan Tindakan Self-harm pada Siswa SMP di Kota Padang. *Jurnal Pendidikan dan Sains*, 5(4), 972-973. <https://ejournal.yasin-alsys.org/masaliq/article/view/3384/2640>
- Hanan, A. F., Kusmawati, A., Putri, T. E., & Oktaviani, T. (2024). Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Self-Harm Pada Remaja Yang Merasa Kesepian. *Journal of Social Humanities and Education*, 1(3), 215-216. <https://journal-stiayappimakassar.ac.id/index.php/Concept/article/view/998/1020>
- Wrycza, I. M. T. & Susilawati, L. K. P. A. (2023). Faktor-faktor yang Memengaruhi Self-Injury pada Remaja. *Jurnal Psikologi Mandala*, 1(8), 35-36. <https://www.scribd.com/document/798327881/4-Faktor-faktor-yang-Memengaruhi-Self-Injury-pada-Remaja-Fix>
- Putri, T. H., Dewi, V., et al. (2023). Gambaran Perilaku NSSI pada Remaja di Masa Pandemi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 2(11), 415-416. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/12141/pdf>