

## **POLA ASUH ORANG TUA DAN PERILAKU *SELF-HARM* PADA REMAJA: STUDI DESKRIPTIF**

**Henny Kusumawati<sup>1\*</sup>, Syenshie Virgini Wetik<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Fatmawati, Jakarta

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik De La Salle Manado

\*henny\_cgr1@yahoo.com

### **ABSTRAK**

**Pendahuluan:** *Self-harm* pada remaja saat ini menjadi fenomena kesehatan mental yang semakin kompleks dan mengkhawatirkan seiring meningkatnya tekanan psikologis, sosial, dan akademik pada fase perkembangan. Perilaku ini tidak hanya mencerminkan gangguan regulasi emosi, tetapi juga merupakan bentuk ekspresi distress psikologis yang tidak tersalurkan secara adaptif. Pola asuh orang tua memiliki peran penting dalam membentuk kerentanan maupun ketahanan psikologis remaja. **Objektif:** Untuk mengidentifikasi gambaran pola asuh orang tua serta perilaku *Self-harm* pada remaja. **Metode:** Menggunakan kuantitatif deskriptif dengan desain survei. Populasi 120 siswa, responden 91 siswa yang teridentifikasi pernah *Self-harm*. Hasil: 91 siswa (75,83%) melaporkan pernah melakukan *Self-harm*. Berdasarkan tingkatnya, mayoritas berada pada kategori rendah yaitu 68 siswa (74,73%), diikuti kategori sedang 20 siswa (21,98%), dan kategori tinggi 3 siswa (3,29%). Responden yang pernah melakukan *Self-harm* paling banyak mengalami pola asuh permisif dari ayah maupun ibu, yaitu 48 siswa (52,75%). **Kesimpulan:** Prevalensi *Self-harm* pada remaja tergolong tinggi dan paling banyak terjadi pada remaja dengan pola asuh permisif, sehingga menegaskan pentingnya peran pola asuh orang tua dalam regulasi emosi dan pencegahan *Self-harm*.

**Kata Kunci:** Kesehatan Mental; Perilaku *Self-harm* Remaja; Pola Asuh Orang Tua; Pola Asuh Permisif

## ***PARENTING STYLE AND SELF-HARM AMONG ADOLESCENTS: A DESCRIPTIVE STUDY***

### **ABSTRACT**

**Introduction:** *Self-harm* among adolescents has become an increasingly complex and concerning mental health phenomenon, along with rising psychological, social, and academic pressures during this developmental stage. This behavior not only reflects impaired emotion regulation but also represents an expression of psychological distress that is not adaptively channeled. Particularly parenting styles, plays an important role in shaping adolescent vulnerability and psychological resilience. **Objective:** To identify the description of parenting styles and *Self-harm* behavior among adolescents. **Method:** This study used a quantitative descriptive design with a survey approach. The population consisted of 120 students, while the respondents are 91 were those identified as having experienced *Self-harm*. **Result:** 91 students (75.83%) reported having engaged in *Self-harm*. Based on severity, most were in the low category, 68 students (74.73%), followed by the moderate category with 20 students (21.98%), and the high category with 3 students (3.29%). Respondents who had engaged in *Self-harm* most commonly experienced permissive parenting from both fathers and mothers, totaling 48 students (52.75%). **Conclusion:** The prevalence of *Self-harm* among adolescent is relatively high and is most commonly found among those raised with permissive parenting styles. This highlights the important role of parenting in emotional regulation and the prevention of *Self-harm* behavior.

**Keywords:** *Adolescents; Mental Health; Parenting Style; Permissive Parenting; Self-harm Behavior*

## PENDAHULUAN

Perilaku *Self-harm* pada remaja merupakan isu kesehatan mental global yang semakin meningkat dan menjadi perhatian serius dalam beberapa dekade terakhir. *Self-harm* atau *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) didefinisikan sebagai perilaku melukai diri secara sengaja tanpa tujuan bunuh diri, namun dapat menimbulkan cedera fisik serta berkaitan erat dengan peningkatan risiko percobaan bunuh diri (Fadlyah & Wartono, 2025; Nur Utami & Raharjo, 2021). Secara global, prevalensi *Self-harm* pada remaja berkisar antara 17–22% dan menunjukkan kecenderungan meningkat dalam beberapa tahun terakhir (Alho et al., 2026). Kondisi ini menegaskan bahwa *Self-harm* telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan pada kelompok usia remaja.

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang rentan terhadap gangguan kesehatan mental, dengan sekitar 10–20% remaja di dunia mengalami gangguan mental yang sebagian besar muncul sebelum usia 14 tahun (Hutahaean et al., 2020). Ketidakmatangan regulasi emosi pada fase ini menyebabkan remaja lebih rentan mengekspresikan distress melalui perilaku maladaptif, termasuk *Self-harm* (Tarigan & Apsari, 2022). *Self-harm* sering digunakan sebagai mekanisme coping negatif untuk meredakan emosi intens seperti stres, marah, kecewa, dan perasaan tidak berharga (Suryananta & Wilani, 2024). Secara etiologis, *Self-harm* bersifat multifaktorial yang melibatkan faktor psikologis dan sosial. Faktor psikologis meliputi stres, depresi, kesepian, serta maladaptif coping, sedangkan faktor sosial mencakup interaksi keluarga, hubungan interpersonal, pengalaman traumatis, dan relasi teman sebaya (Khatami et al., 2025; Suryananta & Wilani, 2024). Selain itu, kemampuan regulasi emosi dan manajemen stres juga terbukti berperan penting dalam menentukan kerentanan remaja terhadap perilaku *Self-harm* (Gaspar et al., 2025).

Salah satu faktor yang paling konsisten berpengaruh adalah pola asuh orang tua. Pola asuh yang tidak adaptif, seperti otoriter dan permisif, diketahui meningkatkan risiko *Self-harm*, sedangkan pola asuh authoritative bersifat protektif (Khatami et al., 2025; Sepriliyana & Aurora, 2025). Kualitas hubungan orang tua–anak yang ditandai oleh rendahnya komunikasi, minimnya dukungan emosional, serta adanya invalidasi psikologis dapat memperburuk regulasi emosi remaja dan meningkatkan kecenderungan *Self-harm*. Selain faktor keluarga, lingkungan teman sebaya juga memiliki peran penting. Paparan perilaku *Self-harm* dalam jejaring sosial remaja dapat meningkatkan risiko perilaku serupa melalui mekanisme social transmission (Alho et al., 2026). Hal ini menunjukkan bahwa *Self-harm* tidak hanya merupakan fenomena individual, tetapi juga dipengaruhi oleh sistem sosial yang lebih luas, termasuk keluarga, sekolah, dan lingkungan pertemanan.

Tren *Self-harm* pada remaja juga menunjukkan pola yang mengkhawatirkan. Studi longitudinal menunjukkan peningkatan prevalensi dari 18,0% tahun 2018) menjadi 21,8% pada tahun 2022, dan tetap tinggi sebesar 20,2% tahun 2024 (Gaspar et al., 2025). Pola ini menunjukkan bahwa *Self-harm* merupakan masalah yang persisten pada masa remaja, terutama pada usia awal hingga pertengahan remaja. Di Indonesia, fenomena *Self-harm* pada remaja juga menunjukkan angka yang tinggi. Beberapa studi melaporkan prevalensi hingga 36,9% hingga 45% pada kelompok remaja, dengan sebagian melakukan perilaku tersebut secara berulang (Luluk Puji Rahayu & Dian Ariana, 2023; Sepriliyana & Aurora, 2025). Bentuk perilaku yang muncul meliputi menyayat tubuh, membenturkan diri ke benda keras, hingga berbagai bentuk pelampiasan emosi lainnya (Suryananta & Wilani, 2024).

Secara khusus, di wilayah DKI Jakarta dan sekitarnya, penelitian menunjukkan bahwa perilaku *Self-harm* telah ditemukan pada remaja SMP dan berkaitan erat dengan regulasi emosi yang rendah, pola asuh orang tua, serta relasi teman sebaya (Khatami et al., 2025). Temuan lain di wilayah Jabodetabek juga menguatkan bahwa self-injury pada remaja

dipengaruhi oleh kondisi keluarga, rendahnya self-esteem, serta kurangnya dukungan sosial (Suryananta & Wilani, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa *Self-harm* pada remaja di lingkungan perkotaan seperti Jakarta bukan lagi fenomena individual yang terisolasi, melainkan sudah menjadi masalah kesehatan mental yang nyata dan memerlukan perhatian serius. Berdasarkan fenomena yang ada, diperlukan kajian lebih lanjut mengenai hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku *Self-harm* pada remaja, khususnya di lingkungan sekolah menengah pertama wilayah perkotaan. *Self-harm* pada remaja tidak hanya berkaitan dengan faktor individual, tetapi juga erat dengan konteks keluarga sebagai lingkungan perkembangan utama.

Di SMP Negeri 253 Jakarta dan SMP Muhammadiyah 36 Jakarta, ditemukan kasus *Self-harm* pada remaja berupa perilaku melukai diri seperti menyayat tubuh yang diduga berkaitan dengan tekanan akademik dan dinamika keluarga. Kondisi ini menunjukkan bahwa *Self-harm* telah terjadi di lingkungan sekolah dan menjadi isu yang perlu mendapat perhatian serius, khususnya terkait pola asuh orang tua. Namun demikian, penelitian yang ada masih didominasi oleh kajian faktor individual seperti kondisi psikologis dan regulasi emosi, sedangkan peran pola asuh orang tua sebagai faktor lingkungan keluarga masih terbatas dikaji secara spesifik. Beberapa laporan kasus juga menunjukkan keterkaitan antara tekanan orang tua dan perilaku *Self-harm* pada remaja. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola asuh orang tua dan perilaku *Self-harm* pada remaja di SMP Negeri 253 Jakarta dan SMP Muhammadiyah 36 Jakarta sebagai kontribusi data empiris mengenai peran keluarga dalam perilaku *Self-harm* remaja.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif. Pendekatan ini digunakan untuk menggambarkan fenomena penelitian dalam bentuk data numerik yang diperoleh dari hasil pengumpulan data di lapangan. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 36 Jakarta dan SMP Negeri 253 Jakarta. Pemilihan kedua sekolah ini didasarkan pada pertimbangan bahwa keduanya berada di wilayah perkotaan dengan karakteristik siswa yang beragam serta memiliki potensi paparan tekanan akademik dan sosial yang relevan dengan fokus penelitian. Selain itu, kedua sekolah tersebut juga memberikan izin dan akses pelaksanaan penelitian sehingga proses pengumpulan data dapat dilakukan secara efektif.

Populasi = 120 siswa, responden (n) = 91 siswa yang teridentifikasi pernah *Self-harm*. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Pemilihan kelas VIII dilakukan karena pada fase ini remaja berada pada periode perkembangan yang rentan terhadap perubahan emosional dan pengaruh lingkungan sosial. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 120 siswa. Pemilihan responden dilakukan untuk memperoleh gambaran yang representatif mengenai variabel yang diteliti.

## HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dan Presentase Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Kategori	f	%
1	Usia	13 tahun	9	9,89
		14 tahun	60	65,93
		15 tahun	19	20,88
		16 tahun	3	3,3
2	Jenis Kelamin	Perempuan	57	62,64
		Laki-laki	34	37,36

3	Status	Bersama	77	84,61
	Pernikahan	Cerai hidup	10	10,99
	Orang Tua	Cerai mati	4	4,4
<b>Total</b>			<b>91</b>	<b>100</b>

Berdasarkan data karakteristik tabel 1. Usia responden, mayoritas siswa berada pada usia 14 tahun yaitu sebanyak 60 responden (65,93%), diikuti usia 15 tahun sebanyak 19 responden (20,88%), usia 13 tahun sebanyak 9 responden (9,89%), dan usia 16 tahun sebanyak 3 responden (3,30%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia remaja awal hingga pertengahan. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan yaitu sebanyak 57 responden (62,64%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 34 responden (37,36%). Data ini menunjukkan bahwa partisipasi responden perempuan lebih dominan dibandingkan laki-laki dalam penelitian ini.

Selanjutnya, berdasarkan status pernikahan orang tua, sebagian besar responden menyatakan bahwa orang tua mereka masih bersama, yaitu sebanyak 77 responden (84,61%). Sementara itu, responden dengan orang tua yang mengalami cerai hidup sebanyak 10 responden (10,99%), dan cerai mati sebanyak 4 responden (4,4%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari keluarga dengan orang tua yang masih utuh.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku *Self-harm*

No	Perilaku <i>Self-harm</i>	f	%
1	Pernah	91	75,83
2	Tidak Pernah	29	24,17
<b>Total</b>		<b>120</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil distribusi tabel 2. Frekuensi perilaku *Self-harm*, diketahui bahwa dari total 120 responden, sebanyak 91 responden (75,83%) menyatakan pernah melakukan perilaku *Self-harm*. Sementara itu, sebanyak 29 responden (24,17%) menyatakan tidak pernah melakukan perilaku *Self-harm*. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini pernah mengalami atau melakukan perilaku *Self-harm*, sehingga dapat disimpulkan bahwa prevalensi *Self-harm* pada responden tergolong tinggi.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku *Self-harm*

No	Tingkat <i>Self-harm</i>	f	%
1	Rendah	68	74,73
2	Sedang	20	21,98
3	Tinggi	3	3,29
<b>Total</b>		<b>91</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 3 mengenai distribusi frekuensi perilaku *Self-harm*, dari 91 responden yang pernah melakukan *Self-harm*, sebagian besar berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 68 responden (74,73%). Selanjutnya, responden dengan kategori sedang sebanyak 20 responden (21,98%), dan kategori tinggi sebanyak 3 responden (3,29%). Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden pernah melakukan *Self-harm*, tingkat perilaku tersebut didominasi oleh kategori rendah. Namun demikian, masih terdapat responden dengan tingkat *Self-harm* sedang hingga tinggi yang perlu mendapat perhatian

lebih lanjut, mengingat perilaku *Self-harm* merupakan indikator adanya masalah kesehatan mental pada remaja.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Persentase Pola Asuh Orang Tua

No	Pola Asuh	Ayah		Ibu	
		f	%	f	%
1	Permisif	48	52,75	48	52,75
2	Otoriter	22	24,18	31	34,07
3	Demokratis	17	18,68	9	9,89
4	Tidak dengan orang tua/ orang tua meninggal	4	4,39	3	3,29
<b>Total</b>		<b>91</b>	<b>100</b>	<b>91</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 mengenai distribusi frekuensi pola asuh orang tua, diketahui bahwa pola asuh permisif merupakan kategori yang paling dominan baik pada ayah maupun ibu, yaitu masing-masing sebanyak 48 responden (52,75%). Pada pola asuh otoriter, ditemukan pada ayah sebanyak 22 responden (24,18%) dan pada ibu sebanyak 31 responden (34,07%). Sementara itu, pola asuh demokratis lebih banyak ditemukan pada ayah dibandingkan ibu, yaitu 17 responden (18,68%) pada ayah dan 9 responden (9,89%) pada ibu. Selain itu, terdapat responden yang tidak tinggal bersama orang tua atau memiliki orang tua yang telah meninggal, yaitu sebanyak 4 responden (4,39%) pada ayah dan 3 responden (3,29%) pada ibu. Hasil ini menunjukkan bahwa pola asuh yang paling dominan dalam penelitian ini adalah pola asuh permisif, baik dari sisi ayah maupun ibu. Hal ini menjadi penting karena pola asuh merupakan salah satu faktor lingkungan keluarga yang dapat berhubungan dengan perilaku remaja, termasuk perilaku *Self-harm*.

## PEMBAHASAN

Pada karakteristik responden, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 14 tahun yang termasuk dalam rentang remaja awal. Pada fase ini, individu berada dalam periode transisi perkembangan yang ditandai oleh peningkatan tuntutan psikososial, perubahan emosi yang cepat, serta proses pencarian identitas diri. Kondisi tersebut membuat remaja lebih rentan terhadap tekanan psikologis dan kesulitan dalam regulasi emosi, yang dapat berdampak pada munculnya perilaku maladaptif seperti *Self-harm* (Rahman et al., 2021; Valencia & Sinambela, 2021). Dominasi responden perempuan juga sejalan dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki kecenderungan lebih tinggi dalam mengekspresikan distress emosional melalui perilaku *Self-harm* dibandingkan laki-laki. Hal ini berkaitan dengan perbedaan pola coping emosional, di mana perempuan cenderung menggunakan strategi internalisasi seperti menyalahkan diri sendiri atau melampiaskan emosi ke dalam bentuk perilaku menyakiti diri (Widyawati & Kurniawan, 2021). Selain itu, sebagian besar responden berasal dari keluarga dengan orang tua yang masih utuh. Kondisi ini secara teoritis dapat menjadi faktor protektif, namun hasil penelitian menunjukkan bahwa struktur keluarga saja tidak cukup untuk menjamin kesehatan psikologis remaja, karena kualitas interaksi dan pola asuh tetap menjadi determinan utama dalam perkembangan perilaku (Novan Rizky Ramadan & Aulia, 2025; Nurul Alifah et al., 2026).

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa karakteristik demografis seperti usia, jenis kelamin, dan status struktur keluarga tidak berdiri sendiri sebagai faktor penentu munculnya perilaku *Self-harm* pada remaja. Meskipun mayoritas responden berada pada fase remaja awal dan berasal dari keluarga dengan orang tua yang masih utuh, tingginya

prevalensi *Self-harm* menunjukkan bahwa faktor yang lebih berperan adalah kualitas pengasuhan, interaksi emosional dalam keluarga, serta kemampuan regulasi emosi remaja. Jadi, hasil ini menegaskan bahwa pendekatan pencegahan *Self-harm* tidak cukup hanya berfokus pada aspek demografis, tetapi perlu menitikberatkan pada penguatan pola asuh dan hubungan orang tua–anak sebagai faktor protektif utama dalam kesehatan mental remaja.

Pada gambaran perilaku *Self-harm* remaja, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden pernah melakukan perilaku *Self-harm*, dengan mayoritas berada pada kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun tingkat keparahan dominan rendah, prevalensi perilaku *Self-harm* pada remaja dalam penelitian ini tergolong sangat tinggi. Secara konseptual, *Self-harm* merupakan perilaku menyakiti diri secara sengaja tanpa niat untuk mengakhiri hidup, yang dikenal sebagai Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) (Kusumadewi et al., 2020; Tarigan & Apsari, 2022). Perilaku ini sering dipahami sebagai mekanisme maladaptif dalam meredakan tekanan emosional, kecemasan, maupun distress psikologis yang tidak dapat diekspresikan secara adaptif. Tingginya prevalensi *Self-harm* dalam penelitian ini dapat dikaitkan dengan fase perkembangan remaja yang cenderung memiliki ketidakstabilan emosi dan impulsivitas yang lebih tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa remaja berada dalam kondisi neurodevelopmental yang belum matang, khususnya pada area regulasi emosi, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap perilaku impulsif termasuk *Self-harm* (Lindgren et al., 2022; Valencia & Sinambela, 2021). Selain itu, meskipun sebagian besar berada pada kategori rendah, keberadaan kasus *Self-harm* tingkat sedang hingga tinggi (sekitar 25%) tetap menjadi perhatian serius karena perilaku ini memiliki potensi eskalasi menjadi ide bunuh diri apabila tidak ditangani secara tepat. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa frekuensi dan intensitas *Self-harm* yang meningkat dapat menjadi prediktor risiko suicidality pada remaja ((Knipe et al., 2022; Rahman et al., 2021).

Hasil ini dapat diasumsikan bahwa tingginya prevalensi *Self-harm* pada responden tidak hanya merefleksikan adanya perilaku maladaptif sesaat, tetapi juga mengindikasikan adanya kerentanan psikologis yang bersifat menetap pada sebagian remaja. Kondisi ini menunjukkan bahwa *Self-harm* perlu dipahami sebagai sinyal distress emosional yang tidak tersalurkan secara adaptif, sehingga remaja cenderung menggunakan perilaku melukai diri sebagai bentuk regulasi emosi yang disfungsi. Sehingga, meskipun sebagian besar berada pada kategori rendah, keberadaan proporsi pada kategori sedang hingga tinggi tetap menjadi indikator penting perlunya perhatian serius terhadap faktor-faktor yang melatarbelakangi perilaku tersebut, baik dari aspek individu maupun lingkungan keluarga dan sosial.

Pada gambaran pola asuh orang tua, hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang paling dominan adalah pola asuh permisif baik pada ayah maupun ibu. Pola asuh permisif ditandai dengan rendahnya kontrol, minimnya batasan, serta kecenderungan orang tua untuk memberikan kebebasan tanpa pengawasan yang memadai. Secara teoritis, pola asuh permisif sering dikaitkan dengan lemahnya pembentukan disiplin diri dan rendahnya internalisasi norma pada remaja. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko munculnya perilaku menyimpang, termasuk perilaku *Self-harm*, karena kurangnya arahan dan kontrol emosional dari lingkungan keluarga (Imran et al., 2024; Nur Utami & Raharjo, 2021). Sebaliknya, pola asuh demokratis yang ditandai dengan keseimbangan antara kontrol, kehangatan, dan komunikasi terbuka diketahui dapat berfungsi sebagai faktor protektif terhadap perilaku maladaptif remaja. Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh demokratis berhubungan dengan rendahnya kecenderungan perilaku menyimpang karena remaja memiliki ruang untuk mengekspresikan emosi sekaligus tetap berada dalam batasan yang jelas (Novan Rizky Ramadan & Aulia, 2025; Wulan Sari et al., 2022) Dalam penelitian ini, meskipun pola asuh

demokratis masih ditemukan, proporsinya lebih rendah dibandingkan pola asuh permisif. Hal ini menunjukkan adanya potensi ketidakseimbangan dalam fungsi pengasuhan, khususnya dalam aspek kontrol dan keterlibatan emosional orang tua terhadap anak.

Hasil ini mengindikasikan bahwa dominasi pola asuh permisif dalam keluarga responden berpotensi menciptakan kondisi pengasuhan yang kurang optimal dalam mendukung perkembangan regulasi emosi remaja. Rendahnya pengawasan dan keterlibatan orang tua dapat menyebabkan remaja lebih bebas dalam mengeksplorasi perilaku tanpa batasan yang jelas, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap perilaku maladaptif sebagai bentuk pelampiasan emosi yang tidak terarah. Dalam hal ini, pola asuh tidak hanya dipahami sebagai gaya pengasuhan semata, tetapi juga sebagai faktor lingkungan utama yang membentuk kemampuan coping remaja dalam menghadapi tekanan psikologis. Tingginya proporsi pola asuh permisif dapat diasumsikan sebagai salah satu kondisi yang memperkuat munculnya perilaku *Self-harm* dalam populasi penelitian ini, terutama ketika tidak diimbangi dengan dukungan emosional dan komunikasi yang efektif dalam keluarga.

Pada hubungan pola asuh dengan perilaku *Self-harm* remaja, hasil utama penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan perilaku *Self-harm* pada remaja. Secara spesifik, pola asuh permisif cenderung berkaitan dengan tingginya kejadian *Self-harm*, sedangkan pola asuh demokratis berperan sebagai faktor protektif. Hasil ini konsisten dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa kualitas pengasuhan merupakan determinan penting dalam pembentukan regulasi emosi remaja. Pola asuh yang kurang optimal, terutama yang minim kontrol dan kehangatan, dapat menyebabkan remaja mengalami kesulitan dalam mengelola emosi negatif, sehingga meningkatkan risiko penggunaan *Self-harm* sebagai mekanisme *coping* ((Faishol & Budiyo, 2021; Puspita Sari, 2020)

Selain itu, penelitian juga menunjukkan bahwa pola asuh otoriter dapat berkontribusi terhadap peningkatan distress emosional pada remaja akibat tekanan psikologis yang tinggi, komunikasi satu arah, dan kurangnya validasi emosi anak. Kondisi ini dapat memicu frustrasi yang kemudian diekspresikan dalam bentuk perilaku agresif maupun *Self-harm* (Sefianmi & Apriliani, 2025; Yuliyanti & Soetjningsih, 2024) Lebih lanjut, hubungan keluarga yang tidak harmonis, kurangnya komunikasi efektif, serta rendahnya kehangatan emosional juga menjadi faktor yang memperkuat munculnya perilaku *Self-harm*. Kondisi tersebut menciptakan lingkungan emosional yang tidak aman bagi remaja, sehingga meningkatkan risiko internalisasi masalah psikologis (Hutahaean et al., 2020; Oktaviana Dwi Kartikasari et al., 2024). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pola asuh bukan hanya sekadar gaya pengasuhan, tetapi merupakan faktor psikososial penting yang berperan dalam pembentukan mekanisme *coping* remaja. Kualitas interaksi orang tua-anak, terutama dalam aspek kehangatan dan kontrol, menjadi kunci dalam mencegah munculnya perilaku *Self-harm*.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa sebagian besar responden pernah melakukan *Self-harm* dengan tingkat dominan pada kategori rendah, serta pola asuh yang paling banyak ditemukan adalah pola asuh permisif pada ayah maupun ibu. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan *Self-harm* pada remaja yang berkaitan dengan pola asuh dalam keluarga. Hasil ini diharapkan menjadi perhatian bagi orang tua untuk menerapkan pola asuh yang lebih seimbang, bagi pihak sekolah untuk memperkuat edukasi dan layanan konseling kesehatan mental, serta bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan upaya promotif dan preventif khususnya keperawatan jiwa. Peneliti selanjutnya disarankan mengembangkan penelitian dengan variabel yang lebih luas dan desain analitik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alho, J., Webb, R. T., Gutvilig, M., Niemi, R., Komulainen, K., Suokas, K., Böckerman, P., Elovainio, M., Kapur, N., & Hakulinen, C. (2026). Examination of *Self-harm* clustering in adolescent peer networks: A nationwide registry cohort study in Finland. *The Lancet Regional Health - Europe*, 60, 101517. <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2025.101517>
- Fadlyah, N. A., & Wartono, M. (2025). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Melukai Diri Sendiri Pada Dewasa Muda. *Jurnal Akta Trimedika*, 2(3), 817–828. <https://doi.org/10.25105/aktatrimedika.v2i3.22870>
- Faishol, L., & Budiyo, A. (2021). Hubungan Antara Kurangnya Pengawasan Orang Tua Dengan Perilaku Menyimpang Siswa: Hubungan Antara Kurangnya Pengawasan Orang Tua Dengan Perilaku Menyimpang Siswa. *Coution: Journal Counseling and Education*, 2(1), 42–50. <https://doi.org/10.47453/coution.v2i1.289>
- Gaspar, T., Serafim, C., Matos, M. G. D., & Carvalho, M. (2025). Trend Analysis of *Self-harm* Behaviors and Stress Management Skills in Adolescents Between 2018, 2022, and 2024: A Comprehensive Ecological Model. *Children*, 12(9), 1230. <https://doi.org/10.3390/children12091230>
- Hutahaean, E. Saut. H., Nugraha, A. Corsini. W., Perdini, T. A., Bastoro, R., & Marbun, R. (2020). Analisis Pola Asuh, Kontrol Diri, dan Moralitas Kepribadian Sebagai Faktor Kenakalan Remaja di Kota Bekasi. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 11. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i1.7812>
- Imran, Y., Somantri, E. B., & Rahayu, S. (2024). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Pergaulan Siswa Kelas X SMA Mujahidin Pontianak Tahun Ajaran 2023/2024. *Tarbawi Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan Islam*.
- Khatami, M., Yundianto, D., & Maulidina, D. (2025). Kenapa Terjadi Self Injury pada Remaja? Mengurai Peran Regulasi Emosi, Pola Asuh, dan Relasi Pertemanan di DKI Jakarta. *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan*, 97–109. <https://doi.org/10.33476/knpk.v5i1.5166>
- Knipe, D., John, A., Padmanathan, P., Eyles, E., Dekel, D., Higgins, J. P. T., Bantjes, J., Dandona, R., Macleod-Hall, C., McGuinness, L. A., Schmidt, L., Webb, R. T., & Gunnell, D. (2022). Suicide and *Self-harm* in low- and middle- income countries during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *PLOS Global Public Health*, 2(6), e0000282. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000282>
- Kusumadewi, A. F., Yoga, B. H., Sumarni, S., & Ismanto, S. H. (2020). *Self-harm* Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku *Self-harm*. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 8(1), 20. <https://doi.org/10.20473/jps.v8i1.15009>
- Lindgren, B.-M., Wikander, T., Neyra Marklund, I., & Molin, J. (2022). A Necessary Pain: A Literature Review of Young People's Experiences of *Self-harm*. *Issues in Mental Health Nursing*, 43(2), 154–163. <https://doi.org/10.1080/01612840.2021.1948640>
- Luluk Puji Rahayu, A., & Dian Ariana, A. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Secara Daring Melalui Twitter Dengan Perilaku Nonsuicidal Self-Injury Pada Remaja. *Jurnal Syntax Fusion*, 3(05), 537–547. <https://doi.org/10.54543/fusion.v3i05.312>
- Novan Rizky Ramadan, & Aulia, Q. (2025). The Relationship between Negative Parenting and Delinquent Behavior in Children at the Special Children's Development Institution for Grade 1 Medan: A Literature Study: Hubungan Pengasuhan Neglektif dan Perilaku Delinkuen pada Anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Medan: Studi Literatur. *Jurnal Pemasarakatan Dan Keadilan*, 1(2), 95–113. <https://doi.org/10.64272/4jtt3z57>
- Nur Utami, A. C., & Raharjo, S. T. (2021). Pola Asuh Orang Tua Dan Kenakalan Remaja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.24198/focus.v4i1.22831>
- Nurul Alifah, Dea Kartika Utami, Adinda Dwi Cahyani, Ullly Arta Silitonga, Rizki Novirson, & Resti Okta Sari. (2026). Urgensi Pola Asuh Orang Tua untuk Menghindari Perilaku Bermasalah Remaja. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 4(2), 257–271. <https://doi.org/10.62383/risoma.v4i2.1611>
- Oktaviana Dwi Kartikasari, Yeni Fitria, Fitri Deviantony, Erti Ikhtiarini Dewi, & Enggal Hadi Kurniyawan. (2024). The Relationship between Parenting Styles and *Self-harm* Behavior in

- Early Adolescents in The Agricultural Area of Jember Regency. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 4(3), 314–322. <https://doi.org/10.53713/nhsj.v4i3.373>
- Puspita Sari, C. W. (2020). Pengaruh Pola Asuh Otoriter Orang Tua Bagi Kehidupan Sosial Anak. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 2(1), 76–80. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v1i2.597>
- Rahman, F., Webb, R. T., & Wittkowski, A. (2021). Risk factors for *Self-harm* repetition in adolescents: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 88, 102048. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102048>
- Sefianmi, D., & Apriliani, S. (2025). Dari Rumah ke Sekolah: Pengaruh Pola Asuh dan Pengendalian Diri terhadap Sikap Agresi Remaja Di SMAN X. *Jurnal Psikologi*, 3(1), 9. <https://doi.org/10.47134/pjp.v3i1.5082>
- Septiliyana, R. N., & Aurora, W. (2025). Pola Asuh Orangtua Dengan Kejadian Self Harm Pada Remaja. *Journal of Borneo Holistic Health*, 8(2), 138–145.
- 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. (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>
- Valencia, J., & Sinambela, F. C. (2021). The Relationship Between *Self-harm* Behavior, Personality, and Parental Separation: A Systematic Literature Review: International Conference on Psychological Studies (ICPSYCHE 2020). <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210423.002>
- Widyawati, R. A., & Kurniawan, A. (2021). Pengaruh Paparan Media Sosial Terhadap Perilaku *Self-harm* Pada Pengguna Media Sosial Emerging Adulthood. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 120–128. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24600>
- Wulan Sari, R. A., Soesilo, T. D., & Tagela, U. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kenakalan Remaja Siswa Kelas IX SMP Islam Sudirman Ambarawa Tahun Ajaran 2021/2022. *Jurnal Wahana Konseling*, 5(2), 91–102. <https://doi.org/10.31851/juang.v5i2.7887>
- Yuliyanti, A. D., & Soetjningsih, C. H. (2024). Pola Asuh Otoriter dan Perilaku Agresif pada Siswa SMK X Salatiga. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(2).