

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN REGULASI
EMOSI DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF
INJURY* PADA REMAJA PUTRI**

TESIS

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi Profesi (S2)
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya



Oleh :

CHAIRUN NISAA'
NPM : 1521900006

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI PROFESI (S2)
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN REGULASI
EMOSI DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF
INJURY* PADA REMAJA PUTRI**

Tesis

**Diajukan Kepada Program Studi Psikologi Profesi (S2)
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**



**Oleh :
Chairun Nisaa'
1521900006**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI PROFESI (S2)
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2022**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN REGULASI EMOSI
DENGAN KECENDERONGAN PERILAKU *SELF INJURY* PADA
REMAJA PUTRI**

Diajukan oleh:

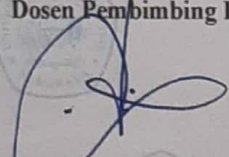
Chairun Nisaa'

1521900006

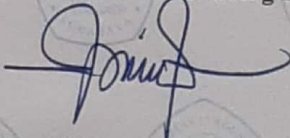
Disetujui untuk diuji:

Surabaya, 07 Juli 2022

Dosen Pembimbing I


Dr. Suroso, M.S., Psikolog

Dosen Pembimbing II


Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Si., Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN TESIS
Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Tesis
Program Studi Psikologi Profesi (S2)
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh Derajat
Magister Psikologi, Psikolog

Pada Tanggal: 13 Juli 2022

Dewan Penguji


1. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog

2. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Psi, Psikolog

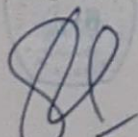
3. Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog

Mengesahkan,

Dekan
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya


Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog

Kaprodi Psikologi Profesi (S2)
Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya


Dr. Andik Matulesy, M.Si, Psikolog

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Chairun Nisaa'
NPM : 1521900006
Alamat : Jl. Nginden II No.117
Telepon : 0877-020-372-22

1. Menyatakan bahwa tesis dengan judul "Hubungan antara *Self Esteem* dan Regulasi Emosi dengan Kecenderungan Perilaku *Self Injury* pada Remaja Putri" saya buat untuk memenuhi sebagian syarat kelulusan pada Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, adalah hasil karya saya sendiri.
2. Pada tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kemaisteran di suatu perguruan tinggi lain dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka
3. Tesis ini adalah hasil karya ilmiah yang saya tulis dengan dibimbing oleh dosen dari Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan demikian tesis ini merupakan karya intelektual bersama Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan karenanya tidak akan saya publikasikan dalam bentuk apapun tanpa seijin Program Studi Psikologi Profesi (S2) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Selanjutnya apabila terjadi pelanggaran atau kecurangan pada penulisan karya tulis ini, saya bersedia menerima sanksi, sesuai hukum atau peraturan yang berlaku di Indonesia. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan dari siapapun.

Surabaya, 11 Juli 2022

Hormat saya,



(Chairun Nisaa')



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
e-mail : perpustakaan@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chairun Nisaa'
NBI/ NPM : 1521900006
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi Profesi (S2)
Jenis Karya : Tesis

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, atas karya saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN REGULASI EMOSI
DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF INJURY* PADA
REMAJA PUTRI**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 25 Juli 2022

Yang Menyatakan,



(Chairun Nisaa')

*Coret yang tidak perlu

MOTTO

خير الناس أنفعهم للناس

“Sebaik-baiknya manusia adalah yang bermanfaat bagi orang lain”

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan Tesis ini untuk mereka yang sedang mengalami kondisi terburuk karena keadaan. Terimakasih karena telah bertahan sampai saat ini. Tetap bertahan dan jangan meyerah. Jadikanlah tekanan sebagai motivasi untuk tetap melangkah dan semakin berkembang. Belajarlah dari pengalaman sebagai bentuk evaluasi diri dan pelajaran dalam mengambil keputusan di kemudian hari.

KATA PENGANTAR

Bismillaahirrohmaanirrohiim,

Alhamdulillahirabbal ‘alamiin segala puji syukur kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta’ala, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad S.A.W. yang kita nantikan syafa’atnya kelak di hari akhir. Peneliti menyadari bahwa dalam menyelesaikan penelitian ini terdapat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA., selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
3. Dr. Andik Matulesy, M.Si, selaku Ketua Program Studi Psikologi Profesi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Suroso, M.S., Psikolog dan Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing tesis.
5. Seluruh sivitas akademika Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, terutama untuk seluruh dosen dan admin Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
6. Kedua orang tua penulis, Aba Bushiri Ali Mufi dan Ummi Maryam Mahfodz, Kak Muhammad Yazid, Kak Ahmad Habiburrahman, Mbak Illiyah Hamizah, Mbak Zulviatin, serta saudara-saudara penulis yang sudah memberikan semangat dan do’anya sehingga penulis selalu berusaha mengerjakan tugas akhir dengan sebaik-baiknya.
7. Teman seperjuangan penulis Yusmita, Uvinavelia Hardysta, dan Lapa Annalicia Christabel Sonia yang menemani dalam suka dan duka serta mendukung penulis selama berada di Mapro.
8. Guru-guru serta kerabat penulis yaitu ibu Mus’idah Amin, adik Arieza Qonita, mbak Ri’ayatul Maziyah, Istibsyaroh, Asmaul Husna, Isti’anah, Uswatun Hasanah, Zilvia Jamilah dan Nuruzzulfa yang telah memberikan bantuan, bantuan dan do’a tiada henti kepada penulis.
9. Teman-teman Mapro Angkatan 27. Terimakasih sudah menjadi rumah bagi penulis selama penulis merantau dan menyelesaikan proses perkuliahan ini.
10. Subjek penelitian yang telah merelakan bantuan baik dalam bentuk pikiran, waktu dan tenaganya selama proses penelitian.

11. Seluruh pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan tesis ini baik moril maupun materiil. Semoga penelitian ini dapat memberi manfaat, khususnya bagi peneliti sendiri dan umumnya bagi pembaca

Akhir kata, penulis berharap semoga penyajian tesis ini dapat bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya. Segala yang benar datangnya dari Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* dan keterbatasan milik penulis.

Surabaya, 11 Juli 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan Oleh Pembimbing	ii
Halaman Pengesahan Oleh Penguji	iii
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan	iv
Halaman Pernyataan Publikasi	v
Halaman Motto	vi
Halaman Persembahan	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Abstrak	xv
Abstract	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	5
D. Keaslian Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. <i>Self Injury</i>	7
1. Pengertian <i>Self Injury</i>	7
2. Bentuk-bentuk Perilaku <i>Self Injury</i>	8
3. Dimensi dan Aspek <i>Self Injury</i>	9
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Injury</i>	11
B. <i>Self Esteem</i>	12
1. Definisi <i>Self Esteem</i>	12
2. Aspek dan Karakteristik <i>Self Esteem</i>	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Esteem</i>	15
C. Regulasi Emosi	16
1. Definisi Regulasi Emosi	16
2. Aspek dan Indikator Regulasi Emosi.....	18
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	19
D. Kerangka Berpikir.....	20
E. Hipotesis.....	23

BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Subjek Penelitian	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel	25
B. Desain Penelitian	25
1. Definisi Operasional.....	25
2. Pendekatan yang Digunakan dalam Penelitian	26
C. Pengembangan Alat Ukur	27
1. Skala <i>Self injury</i>	28
2. Skala <i>Self Esteem</i>	29
3. Skala Regulasi Emosi.....	30
D. Pengujian Alat Ukur	30
1. Uji Dsikriminasi Aitem	30
2. Uji Reliabilitas.....	34
3. Uji Asumsi.....	35
a. Uji Normalitas.....	35
b. Uji Linearitas	36
c. Uji Multikolinieritas.....	36
d. Uji Heteroskedastisitas.....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil Penelitian	39
1. Deskripsi Subjek Penelitian	39
2. Uji Analisis Regresi Simultan	39
3. Uji Analisis Regresi Parsial.....	39
4. Persamaan Garis Regresi.....	40
5. Sumbangan Efektif Variabel	40
B. Pembahasan.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penilaian Pernyataan Favourable dan Unvafavourable Skala	27
Tabel 2. Distribusi Aitem <i>Self injury</i>	28
Tabel 3. Distribusi Aitem Skala <i>Self esteem</i>	29
Tabel 4. Dsistribusi Aitem Skala Regulasi Emosi.....	30
Tabel 5. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala <i>Self injury</i>	31
Tabel 6. Distribusi Aitem Sahih Skala <i>Self injury</i>	32
Tabel 7. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala <i>Self esteem</i>	32
Tabel 8. Distribusi Aitem Sahih Skala <i>Self esteem</i>	33
Tabel 9. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala regulasi emosi.....	33
Tabel 10. Distribusi Aitem SahihSkala Regulasi Emosi.....	34
Tabel 11. Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self injury</i>	34
Tabel 12. Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self esteem</i>	35
Tabel 13. Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	35
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas	35
Tabel 15. Hasil Uji Linieritas Hubungan	36
Tabel 16. Hasil Uji Multikolinearitas.....	36
Tabel 17. Hasil Uji Heteroskedastisitas	37
Tabel 18. Data Sampel Penelitian	39
Tabel 19. Hasil Uji Analisis Simultan.....	39
Tabel 20. Hasil Uji Analisis Parsial	39
Tabel 21. Nilai Sumbangan Efektif.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	22
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala <i>Self Injury</i> Sebelum Uji Coba	56
Lampiran 2. Skala <i>Self Esteem</i> Sebelum Uji Coba	58
Lampiran 3. Skala Regulasi Emosi Sebelum Uji Coba	60
Lampiran 4. Skala <i>Self Injury</i> Setelah Uji Coba	62
Lampiran 5. Skala <i>Self Esteem</i> Setelah Uji Coba	63
Lampiran 6. Skala Regulasi Emosi Setelah Uji Coba	65
Lampiran 7. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Injury</i>	66
Lampiran 8. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Esteem</i>	67
Lampiran 9. Validitas dan Reliabilitas Skala Regulasi Emosi	68
Lampiran 10. Uji Prasyarat	69
Lampiran 11. Uji Hipotesis	71

HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DAN REGULASI EMOSI DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF INJURY* PADA REMAJA PUTRI

Chairun Nisaa'

Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi, M.Si, Psikolog

Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog

Program Studi Profesi Psikologi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstrak

Masa remaja dimulai dengan perubahan fisik yang cepat dan peningkatan dramatis dalam tinggi badan, berat badan serta perubahan bentuk tubuh. Di titik ini terjadi peningkatan pemikiran abstrak dan idealis pada masa remaja yang menjadi dasar untuk mencari identitas diri. Masa remaja dianggap sebagai periode *storm and stress* dimana periode tersebut adalah waktu yang bergejolak yang dibebankan dengan berbagai permasalahan dan perubahan suasana hati. Remaja pada umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi sehingga seringkali ingin mencoba-coba, mengkhayal, merasa gelisah, serta berani melakukan pertentangan jika dirinya disepelkan atau tidak dianggap. Remaja awal rentan melakukan tindakan melukai diri (*self injury*) karena cenderung sulit mengontrol dan mengatur emosi yang tidak stabil. Kasus *self injury* terjadi pada bulan Februari 2021 di salah satu sekolah di daerah Sumenep Madura. Tercatat kurang lebih 45 siswi SMP melukai pergelangan tangan, lengan dan juga betis. Salah satu faktor penyebab *self injury* adalah *self esteem* dan regulasi emosi yang rendah. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yang berjumlah 120 remaja putri di salah satu sekolah di Sumenep Madura. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan dianalisis dengan menggunakan Uji regresi ganda dengan program *SPSS 16 IMB for Windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self esteem* dan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku *self injury*. Artinya semakin tinggi *self esteem* dan regulasi emosi maka semakin rendah kecenderungan perilaku *self injury*. Begitupula sebaliknya, semakin rendah *self esteem* dan regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan perilaku *self injury*.

Kata kunci : *Self esteem*, Regulasi emosi, *Self injury*, Remaja putri

THE CORRELATION BETWEEN SELF ESTEEM AND EMOTIONAL REGULATION WITH THE TENDENCY TO SELF-INJURY BEHAVIOR IN ADOLESCENTS

Chairun Nisaa'

Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi, M.Si, Psikolog

Dr. IGAA Noviekayati, M.Si., Psikolog

Program Studi Profesi Psikologi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstract

Adolescence begins with rapid physical changes and dramatic increases in height, weight and changes in body shape. At this point there is an increase in abstract and idealistic thinking in adolescence that becomes the basis for the search for self-identity. Adolescence is considered a period of storm and stress where it is a turbulent time that is charged with various problems and mood swings. Teenagers generally have a high curiosity so they often want to dabble, fantasize, feel uneasy, and dare to conflict if they are underestimated or not considered. Early adolescents are prone to self-injury because they tend to have difficulty controlling and regulating unstable emotions. A case of self-injury occurred in February 2021 at one of the schools in Sumenep Madura. It was recorded that approximately 45 junior high school students injured their wrists, arms and calves. One of the factors causing self injury is self esteem and low emotional regulation. The sample taken in this study was a total population of 120 young women in one of the schools in Sumenep Madura. This study is a quantitative study and was analyzed using a double regression test with the SPSS 16 IMB for Windows program. The results showed that there was a negative relationship between self esteem and emotional regulation with a tendency to self-injury behavior. This means that the higher the self esteem and emotional regulation, the lower the tendency to self-injury behavior. Conversely, the lower the self esteem and emotional regulation, the higher the tendency to self-injury behavior.

Keywords : self esteem, regulation emotion, self injury, adolescent