

# Gambaran Kebermaknaan Hidup Pelaku Non-Suicidal Self-Injury (NSSI)

Nurul Qomariah<sup>1\*</sup>, Dyan Evita Santi<sup>2</sup>

Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

\*Penulis Koresponden : Nurul Qomariah. Email : nurul\_s2@untag-sby.ac.id

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana gambaran kebermaknaan hidup bagi pelaku Non-Suicide Self-Injury (NSSI). Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kualitatif model studi kasus. Teknik pengumpulan data diambil melalui wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan pelaku NSSI memandang bahwa dirinya tidak berharga, tidak berdaya dan perasaan kecewa atas penghinaan. Penghayatan makna kehidupan menjadi suatu hal yang tidak penting, namun pelaku NSSI masih memiliki harapan untuk kehidupan mereka. Kebermaknaan hidup didapati melalui pemenuhan salah satu atau ketiga nilai kehidupan yaitu nilai daya cipta, nilai pengalaman dan nilai sikap. Bila keinginan untuk hidup bermakna dapat dipenuhi maka kehidupan akan dirasa berguna, berharga dan berarti.

**Kata Kunci:** kebermaknaan Hidup, nssi, dewasa muda

## 1. Pendahuluan

Setiap individu memiliki tugas perkembangan yang harus diselesaikan. Tugas perkembangan ini bermula sejak individu lahir, anak-anak, remaja, beranjak dewasa hingga usia lanjut. Setiap tahapan perkembangan yang dijalani memiliki tugas tertentu dan dapat menghasilkan perilaku tertentu. Hal ini tergantung apakah tugas tersebut berhasil diselesaikan atau mengalami kendala sehingga tahapan perkembangan tersebut menjadi terhambat. Tugas perkembangan yang mengalami hambatan akan berdampak pada tahapan perkembangan berikutnya.

Tahap perkembangan dewasa muda merupakan transisi dari tahap perkembangan remaja. Pada tahapan ini akan bermunculan perilaku yang tidak sesuai apabila tahapan perkembangan sebelumnya mengalami kendala. Hurlock (1996) menyatakan usia dewasa muda dalam rentang 18 tahun sampai kira-kira 40 tahun. Usia ini ditandai oleh perubahan fisik dan psikologis yang juga disertai berkurangnya kemampuan reproduktif. Pada usia dewasa muda, individu dituntut untuk mampu beradaptasi pada pola kehidupan yang baru serta adanya harapan-harapan sosial baru. Individu yang berada pada tahapan perkembangan dewasa muda juga diharapkan dapat menyesuaikan dengan peran baru yang lebih mandiri seperti menjalani peran sebagai suami/istri, orang tua, mandiri secara ekonomi artinya mulai mencari atau mendapatkan pekerjaan, keinginan baru, kebebasan menentukan perjalanan hidup dan diharapkan memiliki pandangan masa depan lebih realistis. Masa dewasa muda juga dapat ditandai sebagai tahapan perkembangan yang penuh masalah, ketegangan emosi, periode isolasi, periode komitmen dan masa ketergantungan dan juga kreativitas. Erikson (dalam Monks, Knoers & Haditono, 2001) menyampaikan bahwa usia dewasa muda berkisar antara usia 20 hingga 30 tahun. Dimana pada Usia ini, individu mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat. Selain itu, perkembangan dewasa muda juga erat dikaitkan dengan situasi Quarter Life Crisis (QLC).

Individu yang mampu melewati setiap tahapan perkembangannya dengan baik, maka pada tahapan perkembangan dewasa muda individu tersebut akan memiliki daya tahan dan kesehatan yang prima

sehingga individu tersebut mampu melakukan kegiatan dengan inisiatif, kreatif, energik, cepat dan proaktif. Sebaliknya, jika tahapan perkembangan sebelumnya belum terselesaikan dengan baik maka akan menimbulkan berbagai kendala, baik kendala hubungan pribadi maupun sosial seperti kesulitan menyesuaikan diri pada situasi baru. Mahtani, dkk (2017) menyatakan bahwa ketidakmampuan individu dalam menyesuaikan diri rentan membuat individu tersebut mengalami stress. Individu perlu melakukan strategi *coping* untuk menghadapi stress yang dialami, hanya saja tidak semua individu memiliki strategi *coping* yang tepat.

Biromo (2015) berpendapat bahwa salah satu bentuk strategi coping yang tidak tepat adalah dengan menyakiti diri sendiri tanpa motif untuk bunuh diri (Non-Suicidal Self-Injury; NSSI). Joana & Andrzej (2018) berpendapat bahwa NSSI diekspresikan dalam berbagai bentuk seperti menggaruk, mencabut rambut, mengganggu penyembuhan luka, hingga bentuk yang lebih ekstrim adalah memotong, membakar atau memukul. Perilaku NSSI dilakukan tanpa ada keinginan bunuh diri, meskipun individu yang melakukan NSSI mungkin saja memiliki keinginan bunuh diri dan pikiran pasif tentang mati. Selain itu, data dari PDSKJI pada Oktober 2020 menunjukkan bahwa satu dari lima warga berusia 18 – 29 tahun berpikir ingin mengakhiri hidup karena situasi pandemi atau setidaknya melukai diri sendiri dengan berbagai cara.

Studi terdahulu menemukan faktor yang berkaitan dengan perilaku NSSI, seperti kondisi mental individu, status sosial ekonomi, pengalaman kekerasan hingga gaya hidup tidak sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Swahn dkk. (2012) menunjukkan bahwa status sosial ekonomi, masalah perilaku, masalah pikiran, regulasi emosi yang buruk, komunikasi yang buruk, perilaku berisiko dan agresif dikaitkan dengan ide bunuh diri atau perilaku menyakiti diri sendiri. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Halicka & Kiejna (2018) memberikan informasi bahwa emosi yang tidak menyenangkan berkaitan dengan NSSI adalah perasaan ketakutan, kesedihan rasa malu atau rasa bersalah, ketegangan, kecemasan atau panik, frustrasi dan penghinaan. Selain itu NSSI dilakukan sebagai cara untuk mengatasi permasalahan dan cara untuk bertahan hidup, mengurangi ketakutan dan ketegangan, membantu menumbuhkan kemarahan yang diterapkan untuk menghindari suatu permasalahan sehingga fokus pada rasa sakit untuk mengendalikannya.

Martin dkk, (2016) menyampaikan bahwa ada kejadian signifikan yang menjadi tekanan hidup pada umumnya berkaitan dengan relasi orang tua atau anggota keluarga lain. Tuntutan hidup yang ditetapkan oleh lingkungan sosial membuat pelaku NSSI tertekan dan tidak berdaya. Individu yang merasa tidak berdaya memiliki kepercayaan bahwa mereka tidak memiliki pengaruh yang nyata atas situasi individu itu sendiri. Individu itu akan merasa bahwa tidak ada yang bisa dilakukan untuk mengubah atau meningkatkan hidup mereka, sehingga individu tersebut memiliki pemikiran bahwa hidup adalah tempat yang menyedihkan dan masa depan tidak dapat diubah. Pernyataan ini memberikan kesimpulan bahwa pelaku NSSI kurang memiliki gambaran yang jelas tentang makna hidup, sehingga pandangan hidup mereka dipenuhi oleh standar yang ditetapkan orang lain.

Frankl (dalam Koeswara, 1992) berpendapat terkait status makna, yakni makna sebagai sesuatu yang objektif berada diseberang keberadaan manusia. Frankl juga menyatakan bahwa berkat status objektif itulah makna memiliki sifat menuntut atau menantang manusia untuk mencapainya. Sebaliknya jika status objektif itu tidak dimiliki oleh makna dan makna itu hanya sebagai keberadaan, hanya sebagai rancangan subjektif, maka makna tidak akan bersifat menuntut dan tidak akan menjadi tantangan nyata bagi manusia untuk mencapainya. Artinya, setiap individu menginginkan dirinya untuk menjadi seseorang yang berguna bagi dirinya, keluarga, lingkungan kerja, masyarakat sekitar dan berharga. Setiap manusia memiliki keinginan hidup bermakna. Bila keinginan ini terpenuhi maka kehidupan akan

dirasa berguna, berharga dan berarti. Namun sebaliknya jika keinginan tersebut tidak terpenuhi maka kehidupan akan dirasa sebagai penuh tekanan, kesulitan, ketidakberdayaan dan tidak berarti.

Dari pembahasan di atas memberikan ide bagi peneliti untuk melakukan penelitian. Berdasarkan hal tersebut penelitian ini dilakukan sebagai studi kasus awal untuk melihat bagaimana gambaran kebermaknaan hidup bagi pelaku NSSI. Dengan demikian, nantinya akan ditemukan faktor-faktor pemicu dari perilaku NSSI berdasarkan makna hidup yang diartikan oleh pelaku. Kemudian, data hasil penelitian akan dijadikan sebuah referensi, untuk melakukan Tindakan prevensi atau pencarian solusi untuk menangani perilaku NSSI.

## 2. Kebermaknaan Hidup

Dalam kehidupan terdapat tiga bidang kegiatan yang secara potensial mengandung nilai-nilai yang memungkinkan seseorang menemukan makna hidup di dalamnya apabila nilai-nilai itu diterapkan dan dipenuhi. Menurut Frankl terdapat tiga sistem nilai fundamental yang berhubungan dengan tiga cara memberi arti kepada kehidupan, ketiga nilai (*values*) ini adalah nilai-nilai daya cipta atau kreatif (*creative values*), nilai-nilai pengalaman (*experiential values*), dan nilai-nilai sikap (*attitudinal values*) (Bastaman, 2007).

*Creative values* (nilai-nilai kreatif) seperti kegiatan berkarya, bekerja, mencipta serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab. Menurut Frankl pekerjaan atau kegiatan yang dilakukan dan siapa yang melakukan bukanlah menjadi persoalan. Menekuni suatu pekerjaan dan meningkatkan keterlibatan pribadi terhadap tugas serta berusaha untuk mengerjakannya dengan sebaik-baiknya merupakan salah satu contoh dari kegiatan berkarya. Melalui karya dan kerja seseorang dapat menemukan arti hidup dan menghayati kehidupan secara bermakna. Menurut Frankl, makna terletak bukanlah pada jenis pekerjaannya melainkan pada bagaimana seseorang menjalankan pekerjaan itu (Koeswara, 1992).

*Experiential values* (nilai-nilai pengalaman) yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. Menghayati dan meyakini suatu nilai dapat menjadikan seseorang berarti hidupnya. Tidak sedikit orang-orang merasa menemukan arti hidup berasal dari agama yang diyakininya, atau ada orang-orang yang menghabiskan sebagian besar usianya untuk menekuni suatu cabang seni tertentu. Cinta kasih dapat menjadikan seseorang menghayati perasaan berarti dalam hidupnya, dengan mencintai dan merasa dicintai, seseorang akan merasa hidupnya penuh dengan pengalaman hidup yang membahagiakan (Bastaman, 2007).

*Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap) yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran, dan keberanian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakkan lagi, seperti sakit yang tidak dapat disembuhkan, kematian, dan menjelang kematian, setelah segala upaya dan ikhtiar dilakukan secara maksimal (Bastaman, 2007). Dalam hal ini yang diubah bukan keadaannya, melainkan sikap yang diambil dalam menghadapi keadaan itu. Sikap menerima dengan penuh ikhlas dan tabah hal-hal tragis yang tak mungkin dielakkan lagi dapat mengubah pandangan kita dari yang semula diwarnai penderitaan semata-mata menjadi pandangan yang mampu melihat makna dan hikmah dari penderitaan itu.

### 3. Metode

Penelitian studi kasus lebih menekankan pada pengamatan secara lebih mendalam terhadap fenomena yang sedang terjadi tentang individu atau unit sosial (Herdiansyah, 2015). Partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang yang sampai saat ini masih melakukan NSSI, diantaranya GA usia 20 tahun, BW usia 22 tahun dan FN berusia 25 tahun.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Wawancara dalam penelitian ini dilakukan oleh peneliti sendiri dengan wawancara langsung, dimana peneliti langsung berhadapan dan mewawancarai partisipan penelitian. Teknik wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan wawancara semi terstruktur. Jenis wawancara ini sudah termasuk dalam kategori in deep interview yang dalam pelaksanaannya lebih bebas dan bertujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana subjek diminta pendapat dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh subjek serta mencatat perilaku subjek yang tampil selama proses wawancara.

Analisa data dilakukan dengan mengorganisasikan terlebih dahulu data-data yang telah didapat. Selain itu peneliti juga harus memiliki kepekaan teoritis agar peneliti mudah dalam mengolah data tersebut sebelum melakukan analisis. Langkah-langkah yang dilakukan dalam analisis ini adalah verbatim, koding, dan analisis awal.

### 4. Hasil dan Pembahasan

Peristiwa dalam hidup membuat beberapa individu merasa tertekan dan mengalami stress. Ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri menghadapi perubahan, peran baru atau lika-liku kehidupan membuat beberapa individu mengambil strategi coping yang tidak adaptif. Coping yang tidak adaptif justru membuat permasalahan baru muncul dan memperburuk keadaan individu tersebut, salah satunya adalah perilaku melukai diri tanpa ada keinginan bunuh diri atau NSSI. Perilaku NSSI dinilai sebagai solusi yang tepat untuk menghindari permasalahan yang sebenarnya. Rasa sakit dari perilaku NSSI dijadikan fokus pengalihan dari ketidakberdayaan menghadapi kenyataan.

GA seorang mahasiswi usia 20 tahun menyampaikan ia pernah mengunjungi psikolog sebanyak tiga kali untuk konsultasi terkait persoalan yang ia alami. GA terbiasa untuk menarik rambut dan membenturkan kepala ketika muncul perasaan tidak berharga seperti dianggap bodoh, cengeng dan tidak berguna. GA memiliki bekas luka di kepala akibat benturan yang dilakukan oleh almarhum ayah semasa kecil. Saat ia tidak sengaja melihat bekas luka itu kembali, ia selalu memiliki keinginan untuk membenturkan kepala ke tembok. GA menyampaikan pernah berhasil beberapa bulan berhenti melakukan NSSI. Namun beberapa peristiwa mengecewakan berkaitan dengan relasi sebaya terjadi membuat GA tidak mampu menahan keinginan melukai diri dengan menarik rambut dan membenturkan kepala ke tembok. GA menyampaikan bahwa ketika ia berada di kondisi itu ia merasa hidupnya adalah kegagalan dan sia-sia. Ia merasa bahwa apa yang dikatakan oleh ayahnya dahulu adalah sebuah kenyataan yang harus ia terima bahwa ia bodoh, cengeng dan tidak berguna.

FN seorang wanita usia 22 tahun menyampaikan bahwa sebelumnya ia juga sudah mendatangi psikolog dan psikiater untuk berkonsultasi mengenai kebiasaan melukai diri dengan memukul mulut dan kepala serta menyilet lengan. FN mengatakan bahwa kebiasaan melukai diri muncul ketika ia kuliah semester 4 dan mulai mencoba memposting kebiasaannya bermain *game* ke Youtube. Diketahui bahwa FN adalah individu yang suka melakukan kegiatan sendiri, tidak suka banyak teman dan juga tidak menyukai keramaian. Suatu ketika ia berusaha keluar dari zona nyamannya yang kemudian mendapat respon kurang baik dari pertemanan. Ia sering mendapat hujatan tiap kali memposting

video. Ia mendapatkan hujatan berupa komentar bahwa ia tidak cantik, gendut banyak jerawat dan beberapa komentar yang menunjukkan mengapa ia terlahir begitu cacat. Hujatan yang ia dapatkan membuat ia merasa kecewa dan merasa lingkungan tidak menerima kehadirannya. Ditambah lagi saat ini ia sudah menyelesaikan kuliah dan belum mendapatkan pekerjaan. Orang tua FN tidak pernah menuntut FN untuk segera bekerja atau mengambil kuliah lanjutan. Orang tua FN sangat memberikan kebebasan pada FN.

Berbeda dengan BW usia 22 tahun. BW menyampaikan belum pernah mendatangi psikolog maupun psikiater untuk berkonsultasi perihal melukai diri. Sebelumnya BW memiliki keinginan berkonsultasi tetapi ia memiliki anggapan bahwa perilaku NSSI ini akan segera ia sudahi. Namun pada kenyataannya ia tidak mampu untuk menghentikan perilaku NSSI ini. BW terbiasa menggaruk lengan dan kakinya serta membenturkan kepala ke tembok. BW mengatakan kebiasaan ini ia sadari sejak ia mulai kuliah. Menurut BW perilaku NSSI ini dilatarbelakangi oleh kondisi keluarganya saat ini. Kedua orang tua BW memutuskan bercerai saat ia kuliah semester 1. Kehidupan BW berubah drastis hingga ia memutuskan untuk berhenti kuliah saat semester 3. Selain itu, BW menyampaikan bahwa sering melihat ayah memukul ibu BW. Ayah tetap memukul ibu BW meskipun saat itu BW melihatnya secara langsung. BW mengaku tidak membenci ayahnya, justru saat ini BW merasa rindu kehadiran ayah. Setelah perceraian kedua orang tuanya, BW tinggal sendirian sedangkan ibu di desa dan ayahnya pergi untuk menikah lagi. Diketahui bahwa ayah BW sudah melakukan pernikahan beberapa kali. Ayah BW meninggalkan ibu dan BW tanpa kabar hingga saat ini. BW menyampaikan ketika ia merasakan rindu pada ayahnya seeringkali secara tidak sadar ia menggaruk lengan tangan dan kakinya hingga terluka dan berdarah. Ia akan membenturkan kepala saat ia kembali menyadari bahwa saat ini ia sendiri dan merelakan cita-citanya untuk menjadi arsitek karena perceraian kedua orang tuanya. Pada kondisi ini ia merasa tidak berdaya dan memiliki anggapan bahwa hidup ini tidak adil. Saat ini BW memilih bekerja mencari kesibukan agar ia dapat menjalani kehidupan selanjutnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketiga partisipan didapatkan tiga tema yang disampaikan oleh partisipan yaitu perasaan tidak berharga, tidak berdaya dan perasaan kecewa atas penghinaan. Ketiga tema ini akan dibahas keteraitannya dengan kebermaknaan hidup menurut Frankl (Bastaman, 2007). Menurut Frankl ada tiga sistem nilai yang berhubungan dengan kebermaknaan hidup yaitu nilai-nilai daya cipta atau kreatif (*creative values*), nilai-nilai pengalaman (*experiential values*), dan nilai-nilai sikap (*attitudinal values*).

*Creative values* (nilai-nilai kreatif). Dalam hal ini BW memilih untuk melanjutkan hidupnya dengan bekerja. Meskipun saat ini ia berusaha untuk dapat menghentikan perilaku NSSI yang telah menjadi kebiasaan. BW berharap dengan ia bekerja, ia akan dapat mulai menata hidup dan cita-citanya kembali. Sejalan dengan hal itu FN juga memilih untuk mengambil waktu beristirahat dari sosial media untuk kemudian ia mulai mengunggah video ke Youtube dengan membuat konsep yang berbeda. Ia meyakini dengan membuat video dan mengunggah ke akun media sosial adalah cara terbaik untuk mematahkan hujatan yang diterima. Meskipun demikian, FN mengakui bahwa sampai saat ini ia masih memiliki keinginan untuk melakukan NSSI hanya saja sudah tidak *se-intens* dulu. Sama halnya dengan yang dilakukan GA. GA mengikuti berbagai macam organisasi yang mendukung kompetensi jurusan yang ia ambil guna mengatasi keinginannya untuk melukai diri. Ia berharap dengan mengikuti organisasi dapat menemukan teman atau motivasi berprestasi untuk membantah anggapan bahwa ia bodoh dan tidak berguna.

*Experiential values* (nilai-nilai pengalaman) yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. Ketiga partisipan memiliki keyakinan bahwa yang dapat menolong ia dalam situasi ini adalah kepeduliannya terhadap

dirinya sendiri, sehingga ketiga partisipan berusaha mengatasi situasi ini dengan menjalani kegiatan yang mampu menumbuhkan cinta terhadap dirinya, serta melihat dari sudut pandang lain bahwa bagaimanapun juga akan selalu ada orang yang mendukung ketiga partisipan untuk menjalani hidup lebih baik. Dukungan itu baik dari orang tua, relasi pertemanan atau pencapaian atas apa yang mereka melakukan.

*Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap). Ketiga partisipan meyakini bahwa ia tidak bisa lepas atau menahan orang lain untuk memberikan penilaian tentang hidup mereka. GA mengakui bahwa tindakan yang dilakukan oleh almarhum ayah GA adalah suatu peristiwa yang meninggalkan kekecewaan. GA berusaha untuk memaafkan meskipun GA merasa kesulitan. GA juga menyampaikan bahwa perilaku NSSI ini juga mengganggu aktivitasnya untuk itu ia menghubungi psikolog untuk membantu melewati situasi ini. Begitu pula yang dilakukan oleh FN, ia memutuskan untuk memberi waktu pada dirinya untuk istirahat dan menjalani treatment dengan psikolog dan psikiater. FN memiliki anggapan bahwa membuat konten video dan mengunggah ke Youtube adalah salah satu hobinya. Ia tidak bisa menuntut semua orang menyukai karyanya sehingga merupakan suatu kewajiban jika ada yang tidak menyukai karyanya. Sejalan dengan hal itu BW beranggapan bahwa hidup terus berjalan membenci ayah dan kondisi keluarganya tidak membuat situasi kemudian akan membaik. Meskipun demikian BW tetap berusaha mengurangi intensitas perilaku NSSI.

Berdasarkan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan masih memiliki harapan tentang makna hidup mereka. Meskipun demikian tidak dapat dipungkiri bahwa perilaku NSSI masih sulit dikendalikan. Harapan yang dimiliki ketiga partisipan setidaknya menjadi solusi awal untuk mengatasi tindakan melukai diri dan menemukan makna hidup.

## Rujukan

- Arinda, O. D., & Mansoer W. W. (2020). NSSI (Non-Suicidal Self-Injury) pada Dewasa Muda di Jakarta: Studi Fenomenologi Interpretatif. *Jurnal Psikologi Ulayat*. DOI: 10.24854/jpu150
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Biromo, A. R. (2015). Uji validitas dan reliabilitas Self-harm Behavior Questionnaire versi bahasa Indonesia [Tesis, Universitas Indonesia]. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/2016-5/20417225-SP-Anastasia%20Ratnawati%20Biromo.pdf>
- Halicka, J., & Kiejna, A. (2018). Non-suicidal self-injury (NSSI) and suicidal: Criteria differentiation. *International Journal Clinical and Experimental Medicine*. DOI: 10.17219/acem/66353
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodelogi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Koeswara, E. (1992). *Logoterapi Psikoterapi Viktor Frankl*. Yogyakarta: Kanisius
- Mahtani, S., Melvin, G., & Hasking, P. (2017). Shame proneness, shame coping, and functions of nonsuicidal self-injury (NSSI) among emerging adults. *Emerging Adulthood*, 6(3), 159-171.
- Martin, J., Bureau, J. F., Yurkowski, K., Fournier, T. R., Lafontaine, M. F., & Cloutier, P. (2016). Family-based risk factors for non-suicidal self-injury: Considering influences of maltreatment, adverse family-life experiences, and parent-child relational risk. *Journal of Adolescence*, 49, 170-180.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Swahn, M. H., Ali, B., Bossarte, R. M., Van Dulmen, M., Crosby, A., Jones, A. C., & Schinka, K.C. (2012). Self-harm and suicide attempts among high-risk, urban youth in the US: Shared and unique risk and protective factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9(1), 178-191.
- Sugiono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.