

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dewasa ini, angka gangguan kesehatan mental kian melonjak terutama di kalangan anak muda. Berdasarkan *Indonesian National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS), yaitu survei kesehatan mental pertama yang mengukur angka kejadian gangguan mental pada remaja di Indonesia, mendapatkan hasil bahwa satu dari tiga remaja di Indonesia memiliki masalah kesehatan mental (Wahdi dkk, 2022). Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 juga menunjukkan bahwa 9,8% atau lebih dari 19 juta penduduk pada kelompok remaja usia 15 tahun ke atas memiliki gangguan mental emosional yang menunjukkan gejala depresi dan gangguan kecemasan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Apabila tidak ditangani dengan benar gangguan mental pada remaja dapat menimbulkan berbagai dampak, salah satunya penderita berpeluang untuk melakukan tindakan nekat yang dapat merugikan dirinya seperti menyakiti diri (Insani & Savira, 2023). Perilaku menyakiti diri merupakan suatu bentuk perilaku yang dilakukan dengan tujuan mengatasi gangguan emosi atau rasa sakit emosional dengan menyakiti diri tanpa adanya niat untuk bunuh diri (Klonsky dkk, 2011). Perilaku menyakiti diri ini biasa disebut dengan *self injury*. Berbagai penelitian telah mengaitkan antara gangguan mental dengan perilaku menyakiti diri atau *self-injury*, seperti penelitian yang dilakukan oleh Suhada dkk (2019) pada 176 siswa SMA bahwa individu dengan gejala depresi berpeluang 4 kali lebih mungkin melakukan perilaku menyakiti diri atau *self injury* dibandingkan dengan yang tidak memiliki gejala depresi.

Fenomena *self injury* tidak hanya ditemukan pada remaja yang memiliki gejala klinis seperti depresi, mengingat fenomena *self injury* merupakan isu penting yang marak terjadi di masyarakat modern saat ini. Hal ini sesuai dengan pernyataan yang disampaikan oleh Psikolog H, pada 5 Januari 2024 yang menyampaikan bahwa *self injury* menjadi tren yang dilakukan hanya untuk ikut-ikutan.

*“...Ternyata self injury bisa didasarkan karena ikut-ikutan sama teman. Padahal sebenarnya nggak butuh itu. Ada yang ngajarin, beberapa klien yang saya dapat, ada yang ngajarin oleh sepupunya, ada yang ngajarin dari media sosial, seperti itu.”
(Psikolog H, 5 Januari 2024)*

Portal media baik cetak maupun *online* juga kerap kali memberitakan temuan *self injury* di kalangan remaja. Salah satunya seperti di Kabupaten Bengkulu Utara, sebanyak 52 siswa SMP ditemukan memiliki sayatan-sayatan di lengan (Radio Republik Indonesia, 2023). Sementara di kalangan mahasiswa, hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dkk (2021), dari 215 partisipan 107 diantaranya mengaku pernah melakukan *self injury* atau NSSI (*Non Suicidal Self Injury*).

Self injury sendiri merupakan suatu bentuk perilaku menyakiti diri yang secara sengaja dilakukan oleh individu untuk mengatasi rasa sakit emosional, tanpa berniat untuk bunuh diri. *American Psychiatric Association* atau APA (2013) mendefinisikan *Non Suicidal Self-Injury* (NSSI) sebagai perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan dengan sengaja, seperti menyayat, membakar, dan menusuk diri yang ditujukan untuk menyebabkan kerusakan pada tubuh seperti menyebabkan rasa sakit, memar, dan bahkan pendarahan, tanpa disertai keinginan untuk bunuh diri. *Self injury* juga dapat diartikan sebagai tindakan pengalihan yang dilakukan seseorang untuk mengubah suasana hati dengan cara menimbulkan rasa sakit atau luka ke tubuh (Salsabila dkk, 2023). Oleh karena itu, *self injury* hanya berdampak pada kelegaan yang bersifat sementara dan tidak dapat membantu mengatasi akar permasalahan.

Sesuai dengan pernyataan tersebut, melalui wawancara bersama salah satu subjek dengan perilaku *self injury* pada 12 Desember 2023, subjek F menyampaikan bahwa dirinya merasa lebih lega setelah menyakiti diri, walaupun emosi negatifnya tidak sepenuhnya terselesaikan. Sementara subjek D pada 15 Desember 2023, menyampaikan bahwa dirinya merasakan perasaan puas setelah membuat luka menggunakan gunting pada lengannya.

“Menampar sama mukul diri itu, F ngerasa kayak lega gitu loh kak, kayak masalah yang saat itu F rasakan itu bisa reda dikit gitu loh kak, dan itu bisa membuat F sedikit, emosi F kayak berkurang dikit gitu loh kak, walaupun dak semuanya berkurang gitu.”(Subjek F, 12 Desember 2023)

“Pertama itu gini, em... eh, tertekan terus kayak mau marah tapi nggak tau mau kayak gimana, ketemu gunting, nge, eh nge-itu sampe berdarah, lanjut, lanjut, lanjut, lanjut, sudah selesai, udah puas, misalnya udah panjang gitukan....” (Subjek D, 15 Desember 2023)

Self injury sendiri merupakan isu global, dimana pada salah satu penelitian oleh Gillies, dkk (2018) yang melibatkan 597.548 partisipan dari 41 negara selama tahun 1990 hingga 2015, menyatakan bahwa hampir 17% orang-orang di dunia pernah melakukan *self injury*. Sementara itu, prevalensi *self injury* di Indonesia berdasarkan data dari survei YouGov Omnibus (2019), menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga atau setara dengan 36% orang di Indonesia pernah melukai diri mereka dengan sengaja. Dari hasil survey tersebut, kelompok usia 18-24 tahun memiliki prevalensi *self injury* tertinggi, dimana sebanyak 45% partisipan dari kelompok usia ini mengaku pernah melakukan *self injury*. Artinya kelompok usia yang paling banyak melakukan *self injury* adalah kelompok remaja akhir dan dewasa awal, dimana menurut Monks, dkk (2014) kategori remaja, khususnya remaja akhir berada pada rentang usia 18-21 tahun.

Sebagian besar peneliti juga menyampaikan bahwa kelompok usia yang paling banyak melampiaskan emosi melalui perilaku menyakiti diri adalah para remaja, dimana hal ini juga menjadi masalah kesehatan mental utama di banyak Negara (Morgan, dkk., 2017). Menurut Stuart (2016) remaja adalah suatu tahap perkembangan yang unik dimana seseorang telah beralih dari masa anak-anak, akan tetapi belum dapat disebut sebagai dewasa.

Individu pada masa remaja dituntut untuk dapat beradaptasi dengan baik terhadap berbagai perubahan dari tugas-tugas perkembangannya. Sehingga tidak jarang pula, individu dalam periode ini mengalami tekanan atau stress (Thesalonika & Apsari, 2021). Ketidakmampuan remaja dalam menyelesaikan masalah dapat menimbulkan emosi dan dampak negatif pada perkembangan

dirinya, kemudian ketika emosi negatif tersebut tidak terkendali, remaja seringkali memiliki kecenderungan untuk melakukan tindakan yang merugikan dirinya, misalnya seperti melukai diri (Notosoedirdjo & Latipun, 2014).

Seorang remaja menyelesaikan masalah melalui perilaku menyakiti diri untuk memperkecil tekanan emosional yang dirasakannya sehingga mendapatkan perasaan lega dan nyaman (Thesalonika & Apsari, 2021). Sesuai dengan pernyataan tersebut, melalui wawancara bersama salah satu subjek dengan perilaku *self injury* pada 12 Desember 2023, subjek F menyampaikan bahwa dirinya hanya terpikirkan menampar dan memukul diri sendiri sebagai cara untuk melampiaskan emosi. Begitupun dengan subjek D pada 15 Desember 2023, menyampaikan bahwa dirinya hanya dapat melampiaskan perasaannya melalui *self injury*.

“Nggak ada sih kak, karena F kepikirannya ya cuma itu..” (Subjek F, 12 Desember 2023)

“Karena saya cuman, apa ya, bingung, cuma self harm kalo cuma yang bisa ngelampiasin gitu” (Subjek D, 15 Desember 2023)

Subjek F juga menyampaikan bahwa dirinya tidak memiliki mekanisme *coping* adaptif lain yang dapat dia lakukan, sehingga subjek memilih tidur dan hanya akan memendam emosi maupun masalahnya sendirian.

“Kalo seringnya itu ehh tidur sih kak, tidur ehh... udah. Dibawa tidur gitu sih kak. Tetep disimpen aja gitu kak” (Subjek F, 12 Desember 2023).

Perilaku *self-injury* sendiri bukanlah sebuah gangguan jiwa, melainkan kegagalan *coping* seseorang dalam menghadapi stres (Carroll dkk, 2014). *Self Injury* ditujukan individu sebagai bentuk penyaluran tekanan yang dirasakan, atau dapat dikatakan sebagai *coping* yang maladaptif (Aini & Puspitasari, 2022). Menurut Maryam (2017) *coping* merupakan respon berupa perilaku dan pikiran yang dilakukan secara sadar untuk mengatasi dan mengurangi permasalahan yang dialami oleh individu dengan menggunakan sumber daya yang dimiliki dirinya sendiri maupun dari lingkungan sekitar, dimana permasalahan ini dapat berupa

konflik dari dalam diri maupun konflik dari lingkungan. *Self injury* merupakan salah satu bentuk mekanisme *coping* yang tidak baik atau maladaptif. Meski begitu masih banyak individu yang melakukan *self injury* dengan anggapan bahwa mekanisme *coping* ini adalah cara yang efektif bekerja pada diri mereka, sehingga dapat menyebabkan kecenderungan untuk mengulangi perilakunya diikuti dengan peningkatan frekuensi.

Kecenderungan mengulangi perilaku menyakiti diri ini dibuktikan melalui sebuah penelitian oleh Hidayati dkk (2021) yang menemukan bahwa 38% partisipan pernah melukai diri sendiri 5 hingga 10 kali dan 28% melukai diri sendiri 11 sampai 50 kali pada 100 mahasiswa yang pernah melakukan *self injury*. Metode menyakiti diri yang digunakan oleh partisipan penelitian tersebut antara lain, seperti menyayat, menggigit, mengukir, mencubit, menarik rambut, menggaruk, memukul, mengganggu penyembuhan luka, menusuk, dan menelan zat berbahaya. Sehingga, perilaku *self injury* dapat menyebabkan berbagai kerusakan pada organ tubuh seperti kehilangan darah dan dapat merusak tendon, saraf, dan jaringan otot pada tubuh, selain itu individu yang menggunakan bahan korosif atau bahan beracun lain dapat membuat kulit tubuh menjadi rusak (Guntur dkk, 2021).

Perilaku menyakiti diri ini tidak dapat menyelesaikan inti permasalahan yang dihadapi oleh individu, sehingga setelah melakukan *self-injury*, individu akan mengalami perasaan malu dan bersalah karena telah melakukan *self-injury*. *Self-injury* dapat mengakibatkan individu menjadi lebih terisolasi, memiliki harga diri yang semakin rendah, menimbulkan dampak adiksi terhadap perilaku *self-injury*, dan bahkan dapat mengarahkannya pada upaya bunuh diri (Guntur dkk, 2021).

Dampak perilaku *self injury* tersebut dapat dihindari apabila remaja mengetahui strategi *coping* yang dapat membantu memutus siklus perilaku menyakiti diri (Foye dkk, 2018). Sejalan dengan hal tersebut, dalam wawancara yang dilaksanakan bersama Psikolog H pada tanggal 5 Januari 2024, salah satu hal yang dapat dilakukan untuk membantu proses intervensi pada klien dengan

self injury adalah pemberian psikoedukasi mengenai emosi dan pengekspresian emosi yang sehat, serta strategi *coping* adaptif.

“Yang pertama adalah kepengetahuan tentang psikoedukasi. Dia memiliki psikoedukasi yang cukup, sudah tau tentang apa itu emosi. Yang penting banget adalah memberikan pengetahuan sebanyak-banyaknya. Nggak hanya tentang bilang, stop ya, cuttingnya sembunyi ini ya, cuttingnya nggak. Tapi dia paham apa sih yang dia rasain. Ini tuh sebutannya apa? Kalau aku lagi ini, ini karena apa? So, client dipaksa untuk menggunakan amigdalanya atau bagian-bagian otak dimana rasionalitas itu digunakan.” (Psikolog H, 5 Januari 2024)

“Yang kedua, harus belajar bisa mengekspresikan emosi dan pengetahuan mengenai strategi coping yang lebih baik.” (Psikolog H, 5 Januari 2024)

Pengetahuan terkait strategi *coping* ini dapat diberikan kepada para remaja melalui psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengembangkan pemahaman dan/atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya dan/atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas atau masyarakat (Himpunan Psikologi Indonesia, 2010). Psikoedukasi digunakan sebagai sarana penyampaian informasi edukatif dengan tujuan agar lingkungan sosial dapat lebih memahami masyarakat dengan gangguan mental tertentu dan mampu membantu orang disekitarnya yang terdampak melalui *coping* (Srivastava & Panday, 2016).

Sementara menurut Hastuti & Sahrani (2018), psikoedukasi merupakan suatu kegiatan intervensi yang berfokus pada upaya mendidik individu, keluarga, ataupun kelompok mengenai tantangan signifikan dalam hidup, mengembangkan sumber-sumber dukungan dan megembangkan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan tersebut, serta mengembangkan keterampilan *coping* untuk menghadapi tantangan tersebut. Psikoedukasi dapat dilakukan oleh psikolog dan/atau ilmuwan psikologi yang memahami metode psikoedukasi maupun masalah yang ada dalam suatu komunitas dan/atau masyarakat (Himpunan Psikologi Indonesia, 2010).

Namun, di Indonesia jumlah para remaja yang menemui tenaga ahli untuk mendapatkan pertolongan masih sangat memprihatinkan. Temuan dari *Indonesian National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) sebesar 38.2% orang-orang yang mengasuh anak remaja memilih untuk mengakses layanan kesehatan mental melalui pelayanan yang diberikan oleh sekolah. Di lain sisi, sebesar 43.8% atau lebih dari dua perlima orang yang mengasuh anak remaja ini menyatakan bahwa remaja mereka membutuhkan bantuan, namun mereka tidak mencari pelayanan kesehatan mental karena lebih memilih untuk menangani sendiri masalah tersebut atau dengan dukungan dari keluarga dan teman-teman (Wahdi dkk, 2022). Selain itu, yang lebih mengkhawatirkan adalah sulitnya mengidentifikasi jumlah data riil perilaku *self injury*, karena data-data dan penelitian yang telah diperoleh dan dilakukan belum benar-benar menguak realitas yang terjadi sebenarnya (Thesalonika & Apsari, 2021).

Permasalahan ini dapat berlanjut dan menjadi semakin buruk, mengingat banyaknya individu pelaku *self injury* yang belum mendapatkan pertolongan. Oleh karena itu, dibutuhkan media psikoedukasi yang praktis dan dapat dengan mudah disebarluaskan sebagai pegangan bagi remaja dengan perilaku *self injury*. Penggunaan *booklet* dapat menjadi salah satu alternatif media intervensi yang dapat digunakan untuk memberikan psikoedukasi kepada para remaja dengan perilaku *self injury*. *Booklet* merupakan media edukasi berbentuk buku kecil yang berisi tulisan, gambar atau keduanya (Rehusisma dkk, 2017).

Penggunaan *booklet* sebagai media edukasi kesehatan mental dinilai lebih praktis dalam upaya menyampaikan materi edukasi karena terangkum dalam sebuah buku kecil yang dapat dibawa kemana saja, serta dapat kembali dipelajari apabila terdapat penjelasan materi yang terlupakan. Idealnya *booklet* paling sedikit memiliki lima halaman dan tidak lebih dari empat puluh delapan halaman, diluar dari hitungan sampul (Pralisaputri, 2016). Penggunaan media *booklet* umumnya disertai dengan pemaparan yang ringkas sehingga dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman yang lebih jelas kepada individu, karena adanya interaksi langsung disertai dengan diskusi (Basri dkk, 2014).

Oleh karena itu, peneliti menyadari bahwa penting untuk para individu dengan perilaku menyakiti diri (*self injury*) untuk memiliki pegangan ataupun panduan yang dapat mereka gunakan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui pengembangan booklet sebagai media psikoedukasi *coping* pada remaja yang melakukan *self injury* ini, peneliti berharap dapat membantu para individu dengan perilaku menyakiti diri dalam menemukan strategi *coping* yang lebih adaptif sehingga dapat mengurangi tindakan *self injury* yang mereka lakukan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu: “Bagaimana uji validitas isi *booklet* STOPING sebagai media psikoedukasi pada remaja yang melakukan *self injury* dalam mengembangkan *coping strategies*?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui nilai validitas isi *booklet* STOPING sebagai media psikoedukasi dalam mengembangkan strategi *coping* pada remaja yang melakukan *self injury*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu:

1. Menyusun *booklet* mengenai edukasi strategi *coping* terhadap fenomena menyakiti diri pada remaja usia 17-21 tahun.
2. Mengetahui kesesuaian isi *booklet* dengan tujuan pada tiap sesi untuk mengembangkan pengetahuan remaja mengenai strategi *coping* adaptif terhadap fenomena *self injury*.
3. Mendapatkan umpan balik dari validator untuk pengembangan *booklet* psikoedukasi *coping* adaptif pada fenomena *self injury*.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini, diharapkan penelitian pengembangan *booklet* STOPING sebagai media psikoedukasi dalam mengembangkan strategi *coping* pada remaja yang melakukan *self injury* ini dapat

memberikan manfaat kepada semua pihak yang terkait. Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini diantaranya yaitu:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah ilmu pengetahuan di bidang psikologi, terkait dengan pengembangan *booklet* sebagai media psikoedukasi terhadap fenomena *self injury*, gambaran *self injury* pada remaja dan intervensi yang dapat dilakukan pada fenomena *self-injury*.

1.4.2 Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian pengembangan *booklet* sebagai media psikoedukasi terhadap fenomena *self injury* ini dapat memberikan manfaat bagi:

1. Bagi Masyarakat. Diharapkan penelitian ini dapat berguna sebagai media psikoedukasi berupa *booklet* dalam mengembangkan strategi *coping* terhadap fenomena *self injury* pada remaja
2. Bagi Profesional Kesehatan Mental. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi alternatif media intervensi dalam proses konseling fenomena *self injury* pada remaja, serta membantu konselor dalam memantau hasil dari proses konseling.
3. Bagi Remaja Dengan *Self Injury*. Diharapkan penelitian ini dapat membantu remaja menumbuhkan pengetahuan terkait strategi *coping* yang lebih adaptif untuk mengurangi *self injury*, serta menjadi salah satu bentuk pencegahan agar dirinya tidak kembali melukai diri sendiri.
4. Bagi Penelitian Selanjutnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian yang berkaitan dengan pengembangan media intervensi terhadap fenomena *self injury*, gambaran *self injury* pada remaja dan intervensi yang dapat dilakukan pada fenomena *self-injury*.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini akan meneliti terkait Uji Validitas *Booklet* ‘STOPING’ Sebagai Media Psikoedukasi Strategi *Coping* pada Remaja yang Melakukan *Self Injury* di Kota Jambi. Subjek pada penelitian ini berjumlah 3 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* pada remaja yang melakukan *self-injury* dengan kriteria usia 17-21 tahun. Penelitian ini akan dilaksanakan di Kota Jambi

dengan tujuan untuk mengembangkan *booklet*, serta menguji validitas isi *booklet* sebagai media psikoedukasi dalam mengembangkan strategi *coping* pada remaja yang melakukan *self injury*. Penelitian ini menggunakan uji validitas isi modul yang meliputi perancangan suatu modul dan menguji validitas modul tersebut. Pada penelitian ini proses validasi dilakukan oleh validator yang dipilih secara *purposive* yang kriterianya ditentukan oleh peneliti. Kemudian hasil penelitian akan dikaji dengan teknik analisis menggunakan *Aiken's V*. Penelitian ini berlangsung sejak bulan Desember 2023 sampai bulan April 2024 yang dimulai dari pengumpulan data melalui wawancara kepada remaja yang melakukan *self injury*.

1.6 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian dapat diartikan bahwa topik penelitian yang akan dilaksanakan bersifat asli, otentik, dan berbeda dengan penelitian sebelumnya. Adapun perbedaan dengan penelitian-penelitian yang terdahulu adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Adinda Nur Aini, Dwi Nikmah Puspitasari (2022)	Dinamika Koping pada Penyintas <i>Nonsuicidal Self-Injury</i> (NSSI)	Penelitian kualitatif fenomenologis	Setiap partisipan pada penelitian ini memiliki koping dan alasan berhenti dari perilaku menyakiti diri yang beragam. Jenis koping yang digunakan partisipan dalam penelitian ini, diantaranya yaitu <i>planning</i> , <i>using instrumental support</i> , <i>self-distraction</i> , <i>using emotional support</i> , <i>denial</i> , <i>religion</i> , <i>positive reframing</i> , dan <i>acceptance</i> .

				sedangkan alasan partisipan berhenti NSSI, yaitu mendapatkan <i>social support</i> dan menumbuhkan motivasi diri, serta terselesaikannya sumber masalah pemicu NSSI
2.	D. Bhattacharyya, M. Namdeo, A. K. Dwivedi (2018)	<i>Proactive coping style and intentional self-harm: A cross-sectional study</i>	Studi <i>cross sectional</i>	Koping proaktif tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan tindakan menyakiti diri sendiri yang disengaja, dimana tidak ada perbedaan yang signifikan antara subjek dan kontrol untuk koping proaktif.
3.	Sabihi Anggi Rahmawati, Setia Asyanti (2022)	<i>Spiritual Coping Pada Remaja yang Melakukan Self Harm</i>	Penelitian kualitatif deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek penelitian melakukan <i>spiritual coping</i> yang tidak konsisten. Namun, subjek akan melakukan <i>spiritual coping</i> yang lebih konsisten ketika terjadi masalah yang menekannya hingga memunculkan keinginan untuk melakukan <i>self harm</i> .
4.	Maharani Putri (2022)	Ardi Psikoedukasi Bahaya Gangguan Psikologis <i>Non-Suicidal Self Injury</i> (Peningkatan Kesadaran	Penelitian kualitatif	Psikoedukasi terkait <i>self harm</i> perlu dilakukan dengan lebih intens, mengingat adanya peningkatan perilaku dari tahun ke tahun, kurangnya sumber

		Mengenai Perilaku Menyakiti Diri Sendiri)		informasi yang tepat khususnya untuk para remaja, dan kemampuan remaja yang belum maksimal dalam mengelola masalah dan emosi.
5.	Nikita Amanda Putri, Prof. Mochamad Nursalim, (2016)	Amanda Widodo, Dr. M.Si Penerapan Konseling <i>Rational Emotive Behavior</i> Untuk Mengurangi <i>Self-Injury</i> Pada Peserta Didik Kelas X Di Smkn 1 Dlanggu Mojokerto	Metode kuantitatif dengan desain <i>one group pre-test posttest</i>	Konseling <i>Rational Emotive Behavior</i> terbukti berpengaruh terhadap penurunan kategori <i>self-injury</i> menjadi kategori rendah melalui hasil perhitungan <i>post test</i> kelompok dengan uji <i>Wilcoxon signed rank test</i> , didapatkan nilai <i>P-value</i> 0.041 pada taraf signifikansi 0.05
6.	Niken Titi Pratitis, Sabella Sacharissa Azalia Djoenaedi (2020)	Terapi <i>Neuro Linguistic Programming</i> (NLP) Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Remaja dengan <i>Non-Suicidal Self Injury</i> (NSSI)	Penelitian Kuantitatif dengan pendekatan <i>pre-experimental design</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi <i>Neuro Linguistic Programming</i> terbukti meningkatkan resiliensi pada remaja NSSI melalui hasil perhitungan <i>post test</i> kelompok dengan uji <i>Wilcoxon signed rank test</i> , didapatkan nilai <i>P-value</i> 0.043 pada taraf signifikansi 0.05
7.	Febryanita Rahmadaningtyas, Herlan Pratikto (2020)	Efektivitas <i>Self Talk Therapy</i> Pada Perilaku <i>Self Injury</i>	Studi Kasus Tunggal	Dari hasil penelitian didapatkan bahwa <i>self talk</i> efektif untuk menurunkan stress terhadap perilaku <i>self injury</i> . Selain itu

				juga ditemukan bahwa <i>self talk</i> dapat digunakan sebagai <i>self reminder</i> bagi subjek ketika perasaan atau emosi pemicu <i>self injury</i> itu timbul
8.	Dinar Saputra, Monty P. Satiadarma, dan Untung Subroto (2019)	Penerapan <i>Art Therapy</i> Untuk Mengurangi Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (<i>Self-Injurious Behavior</i>) Pada Dewasa Muda Yang Mengalami Distress Psikologis	<i>Single Subject Experimental Design</i>	Dari hasil evaluasi ketiga subjek disimpulkan bahwa intervensi <i>art therapy</i> cukup efektif untuk menangani SIB yang disebabkan oleh distress masing-masing subjek. Kemudian ketiga subjek yang mengikuti intervensi <i>art therapy</i> juga mengalami penurunan tingkat distress dan SIB yang diketahui dari hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>

Pada tabel di atas dijelaskan beberapa penelitian terdahulu untuk melihat keaslian dari penelitian yang akan dilakukan. Berdasarkan penelitian terdahulu terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu dari segi variabel yang diteliti berupa strategi *coping* dan psikoedukasi, serta beberapa penelitian yang memberikan intervensi terhadap *self injury*. Namun, terdapat perbedaan berupa pemberian intervensi perilaku *self injury* dilakukan melalui psikoedukasi strategi *coping* yang dikemas dalam bentuk *booklet*, sehingga penelitian ini ditujukan untuk menguji validitas *booklet* sebagai media psikoedukasi dalam mengembangkan *coping strategies* pada remaja yang melakukan *self injury*. Selain itu, penelitian ini menggunakan jenis penelitian uji validitas isi modul yang meliputi perancangan suatu modul dan menguji validitas modul tersebut. Subjek pada penelitian ini pun difokuskan pada pelaku *self injury* dengan usia remaja 17-21 tahun.