

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai persepsi siswa terhadap perilaku self-injury di SMA Swasta Pelita Raya Jambi, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Persepsi siswa terhadap perilaku self-injury berada dalam kategori tinggi.
Hasil angket menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki pengetahuan yang baik, sikap emosional yang empatik, serta kecenderungan perilaku yang positif dalam merespons isu self-injury. Rata-rata skor persepsi siswa adalah 105,93 dengan persentase 75,67%, yang mengindikasikan bahwa siswa secara umum memahami bahaya self-injury dan tidak mendukung perilaku tersebut.
2. Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi persepsi siswa terhadap perilaku self-injury. Faktor-faktor tersebut antara lain tingkat pengetahuan (aspek kognitif), sikap atau respons emosional (aspek afektif), dan kecenderungan perilaku untuk membantu atau menghindari perilaku tersebut (aspek konatif). Selain itu, lingkungan sekolah, akses terhadap informasi kesehatan mental, pengalaman pribadi atau sosial, serta dukungan guru atau teman sebaya juga turut memengaruhi persepsi siswa.
3. Siswa telah memahami dampak psikologis dan emosional yang ditimbulkan oleh self-injury. Hal ini tercermin dari tingginya skor pada indikator afektif dan konatif, di mana siswa menyatakan keprihatinan

terhadap teman yang melakukan self-injury serta menyadari bahwa perilaku tersebut merupakan tanda seseorang membutuhkan bantuan. Pemahaman ini berperan penting dalam membentuk sikap preventif siswa dan meningkatkan solidaritas sosial untuk saling membantu antar sesama teman.

Dengan demikian, persepsi siswa terhadap self-injury secara umum sudah terbentuk dengan baik, namun tetap memerlukan penguatan melalui pendidikan kesehatan mental dan bimbingan konseling secara berkelanjutan di lingkungan sekolah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pihak sekolah, disarankan untuk lebih mengintensifkan program edukasi dan sosialisasi terkait kesehatan mental, khususnya mengenai self-injury. Kegiatan tersebut dapat dilakukan melalui layanan bimbingan dan konseling, seminar, maupun diskusi kelas yang melibatkan siswa secara aktif.
2. Bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK), diharapkan dapat memberikan layanan konseling preventif maupun intervensi bagi siswa yang menunjukkan gejala stres emosional. Selain itu, guru BK juga perlu memfasilitasi pembentukan kelompok sebaya yang dapat menjadi support system bagi siswa lainnya.

3. Bagi siswa, diharapkan dapat terus meningkatkan literasi psikologis dan bersikap terbuka terhadap isu kesehatan mental, termasuk self-injury. Siswa juga perlu membangun keberanian untuk mencari bantuan ketika menghadapi tekanan emosional dan mendukung teman yang mengalami masalah serupa.
4. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan pendekatan kualitatif guna menggali lebih dalam pengalaman subjektif siswa terkait perilaku self-injury, atau mengembangkan intervensi yang dapat meningkatkan ketahanan mental siswa secara lebih terukur.