

**HUBUNGAN ANTARA *ALEXYTHYMIA* DENGAN PERILAKU
SELF - INJURY PADA REMAJA KOTA SURAKARTA**

SKRIPSI

**Dalam Rangka Penyusunan Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Pendidikan Strata 1 Psikologi**



Disusun Oleh :

Aulia Kaharria Rahman

14150218K

Pembimbing :

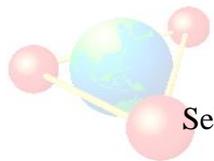
- 1. Nugraha Arif Karyanta, M. Psi, Psikolog**
- 2. Patria Mukti, S.Psi. M. Psi**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS SETIA BUDI**

2020

**HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DENGAN PERILAKU
SELF-INJURY PADA REMAJA DIKOTA SURAKARTA**

SKRIPSI



Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi Untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Aulia Kaharria Rahman

14150218K

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS SETIA BUDI SURAKARTA**

2020

PENGESAHAN SKRIPSI
HUBUNGAN ANTARA ALEXITHYMLA DENGAN PERILAKU SELF-INJURY PADA
REMAJA DI KOTA SURAKARTA

Oleh :

Aulia Kaharia Rahman
14150218K

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi Surakarta dan diterima untuk memenuhi
sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh
derajat gelar sarjana Psikologi

Pada tanggal :

27 Februari 2020

Mengesahkan,
Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi

Dekan,



Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D.

Penguji

1. Nugraha Arif Karyanta, M.Psi., Psikolog
2. Patria Mukti, S.Psi., M.Si
3. Arif Tri Setyanto, M.Psi., Psikolog

Tanda Tangan

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal – hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan dicabut.

Surakarta, 27 Februari 2020



Aulia Kaharria Rahman

PERSEMBAHAN

Skripsi ini merupakan karya terindah serta hasil perjuangan saya selama kuliah menempuh pendidikan Strata-1 di Universitas Setia Budi Surakarta.

Maka skripsi ini saya persembahkan kepada :

- ✚ Kedua Orang tua saya yang sangat saya sayangi Alm. Papah Sumedi dan Mamah Heti Rubiati S.Pd. Terima kasih telah memberikan motivasi, dukungan moril maupun materil kepada saya, yang selalu memberikan kasih sayang dan doa yang tak pernah berhenti saat ini demi kelancaran studi saya.**
- ✚ Untuk keluarga besarku yang sudah memberikan dukungan motivasi dan semangat mengerjakan skripsi.**
- ✚ Untuk Sulindra Adhya N atas dukungan semangat dan motivasi.**
- ✚ Untuk Teman seperjuangan skripsi fakultas psikologi yang sudah membantu penelitian, memberikan semangat, motivasi, dan arahan guna menyelesaikan skripsi ini.**
- ✚ Untuk tim dan pelanggan @makanyukk98 yang setia mendukung dan memberi semangat unuk mengerjakan skripsi.**

MOTTO

**“Orang – orang bilang bahwa motivasi tidak bertahan lama, dan itu benar.
Begitu juga dengan skripsi, kita perlu mengerjakannya setiap hari walaupun
hanya sebaris”**

-Zig Ziglar-

**“Hidup memang tidak selalu seperti yang kamu mau, tapi bagaimana kamu
melihat dan menjalaninya, itulah yang lebih penting”**

-Merry Riana-

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Antara *Alexithymia* dengan Perilaku *Self-Injury* pada Remaja dikota Surakarta”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Psikologi.

Pada proses penyusunan skripsi ini banyak kesulitan yang penulis alami karena kemampuan penulis yang masih terbatas, namun karena rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini bukan hanya hasil kerja penulis pribadi, namun terselesaikannya skripsi ini tidak lepas atas bantuan, bimbingan, dan dorongan motivasi yang diberikan dari berbagai pihak terhadap penulis. Dukungan yang diberikan oleh pihak akademis (Kampus), keluarga, dan sahabat. Untuk itu dengan kerendahan hati penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Secara khusus peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya yang tak terhingga kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir.
2. Yayasan Pendidikan Universitas Setia Budi Surakarta yang telah memberikan sarana dan prasarana yang memadai selama saya menempuh pendidikan Srata-1 di Universitas Setia Budi Suarakarta

3. Bapak Dr. Ir. Djoni Tarigan, MBA., selaku Rektor Universitas Setia Budi Surakarta.
4. Bapak Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi.
5. Ibu Prilya Shanty, M.Si., Psi selaku Kepala Program Studi S1 Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
6. Bapak Nugraha Arif Karyanta, M. Psi, Psikolog selaku Pendamping Skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu disela-sela kesibukan untuk memberikan bimbingan, arahan, saran serta semangat kepada penulis dengan penuh kesabaran dari awal sampai akhir ini.
7. Bapak Patria Mukti, S.Psi, M.Si selaku Dosen Pendamping Skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu disela-sela kesibukan untuk memberikan bimbingan, arahan, saran serta semangat kepada penulis dengan penuh kesabaran dari awal sampai akhir ini.
8. Ibu Dra. Endang Widyastuti, MA., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang memberikan masukan, bimbingan, serta arahan agar skripsi ini menjadi lebih kaya dan berkembang.
9. Bapak Sujoko, S.Pdi, S.Psi, M.Si., Bapak Mohammad Khasan, S.Psi, M.Si., Ibu Rosita Yuniati, S.Psi, M.Psi, Psikolog., Bapak Yustinus Dwi Joko Nugroho, S.Psi, M.Psi, Psikolog. Selaku bapak/ibu dosen yang telah memberikan ilmu dan bimbingan dalam menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
10. Kepada Sulindra Adhya N untuk semangat dan motivasinya.

11. Kepada Team @Makanyukk98 : Sule, Elsa, Destrin, Feby
12. Kepada teman-teman Grup PUBG : Dya, Endah
13. Kepada teman-teman BEM UNIV periode 2018/2019.
14. Kepada teman-teman Psikologi angkatan 2015 pada umumnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terima Kasih telah memberikan semangat serta membantu dalam proses penelitian.
15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga segala bentuk bantuan yang telah penulis terima akan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis sendiri maupun pembaca umumnya.

Surakarta, Februari 2020

Penulis

Aulia Kaharria Rahman

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN.....	ii
PERSEMBAHAN	iii
MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
A. <i>Self Injury</i>	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian <i>Self-Injury</i>	Error! Bookmark not defined.
2. Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Injury</i>	Error! Bookmark not defined.
3. Aspek <i>Self-Injury</i>	Error! Bookmark not defined.
B. <i>Alexithymia</i>	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian <i>Alexithymia</i>	Error! Bookmark not defined.
2. Aspek <i>Alexithymia</i>	Error! Bookmark not defined.
3. Karakteristik <i>Alexithymia</i>	Error! Bookmark not defined.
C. Remaja	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Remaja	Error! Bookmark not defined.
2. Faktor Perkembangan Remaja	Error! Bookmark not defined.
3. Tugas Perkembangan Remaja	Error! Bookmark not defined.

D.	Hubungan antara <i>Alexithymia</i> dengan Perilaku <i>Self-Injury</i>	Error! Bookmark not defined.
E.	Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III	METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A.	Identifikasi Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B.	Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D.	Metode dan Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
1.	Skala <i>Self - Injury</i>	Error! Bookmark not defined.
2.	Skala <i>Alexithymia</i>	Error! Bookmark not defined.
E.	Validitas dan Realibilitas	Error! Bookmark not defined.
1.	Validitas	Error! Bookmark not defined.
2.	Realibilitas	Error! Bookmark not defined.
F.	Teknik Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
1.	Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
2.	Uji linearitas	Error! Bookmark not defined.
3.	Uji Regresi	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A.	Persiapan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.	Orientasi Kancan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2.	Proses Perijinan	Error! Bookmark not defined.
3.	Pesiapan Alat Ukur	Error! Bookmark not defined.
B.	Pelaksanaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.	Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
2.	Pelaksanaan Skoring	Error! Bookmark not defined.
C.	Deskripsi Data Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.	Deskripsi Subjek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2.	Deskripsi Perilaku <i>Self-injury</i>	Error! Bookmark not defined.
3.	Deskripsi Statistik Data Hasil Penelitian ...	Error! Bookmark not defined.
D.	Analisis Data Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.	Uji Asumsi Dasar	Error! Bookmark not defined.
E.	Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
F.	Uji Regresi	Error! Bookmark not defined.
G.	Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
H.	Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A.	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B.	Saran	Error! Bookmark not defined.
1.	Saran Teoritis	Error! Bookmark not defined.
2.	Saran Praktis	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

LAMPIRAN**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Blue print Rencana Skala	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. Blue Print Skala <i>Alexythymia</i> TAS-20 ..	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. Skala <i>Self Injury</i>	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. Skala <i>Alexythymia</i> TAS-20.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 5. Waktu Pelaksanaan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 6. Deskripsi Subjek Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 7. Deskripsi Perilaku <i>Self-injury Berdasarkan jenis kelamin</i>	Error! Bookmark not defined.
Tabel 8. Deskripsi Statistik Data Hasil Penelitan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 9. Norma Kategorisasi Skor Subjek	Error! Bookmark not defined.
Tabel 10. Deskripsi Kategori Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 12. Hasil Uji Linieritas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 14. Hasil Uji Regresi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 15. Koefisien Regresi	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Alat Ukur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Tabulasi Data Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Analisis Deskriptif, Uji Asumsi, dan Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4. Grafik Perilaku <i>Self-injury</i>	77
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6. Foto Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DENGAN PERILAKU *SELF-INJURY* PADA REMAJA DIKOTA SURAKARTA

Aulia Kaharria Rahman
14150218K

INTISARI

Remaja merupakan suatu fase perkembangan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Pada fase ini remaja banyak mengalami badai dan tekanan yang dapat mempengaruhi emosi dan perilaku. Hal tersebut menjadikan remaja melakukan sesuatu berdasarkan pengalaman ataupun rasa penasaran yang dimiliki. Sehingga banyaknya perilaku yang dilakukan oleh remaja sebagian besar dikeluarkan berdasarkan emosi yang sedang dirasakan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku *self-injury* pada remaja dikota Surakarta. Subjek dalam penelitian ini merupakan remaja surakarta yang melakukan perilaku *self-injury* dengan jumlah 45 orang. Penelitian ini menggunakan dua alat berupa skala TAS-20 *alexithymia* dan skala *self-injury*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku *self-injury* pada remaja dikota Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*.

Metode yang digunakan untuk analisis data adalah *product momen* sederhana menggunakan bantuan SPSS 21.0 *for windows release*. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = 0,430$ dengan $p = 0,002$ ($p < 0,01$). Hal tersebut membuktikan ada peran yang signifikan antara *alexithymia* dengan perilaku *self-injury* pada remaja. Sehingga, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Kata Kunci : *Alexithymia*, *Self-Injury*, Remaja

**RELATIONSHIP BETWEEN ALEXITHYMIA WITH SELF-INJURY
BEHAVIOR IN ADOLESCENTS IN SURAKARTA CITY**

**Aulia Kaharria Rahman
(14150218K)**

ABSTRACT

Adolescents are a developmental phase from childhood to adulthood. In this phase, many adolescents experience storms and stresses that can affect emotions and behavior. This makes teens do things based on experience or curiosity they have. So that the number of behaviors carried out by adolescents are mostly issued based on the emotions that are being felt.

This research aimed to determine the relationship between alexithymia with self-injury behavior in adolescents in the city of Surakarta. Subjects in this study were adolescents in Surakarta who did self-injury behavior with 45 people. This research uses two tools in the form of TAS-20 alexithymia scale and self-injury scale. The hypothesis proposed in this study is that there is a relationship between alexithymia and self-injury behavior in adolescents in the city of Surakarta. This research uses purposive sampling method.

The method used for data analysis is a simple product moment using SPSS 21.0 for windows release. The results showed a correlation coefficient of $r_{xy} = 0.430$ with $p = 0.002$ ($p < 0.01$). This proves there is a significant role between alexithymia with self-injury behavior in adolescents. Thus, the hypothesis proposed in this study was accepted.

Keyword : *Alexithymia, Self-Injury, Adolescents*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan sebuah fase dimana individu memiliki emosi yang cenderung tidak stabil sehingga dapat mempengaruhi perilaku. Monks (2009) Remaja merupakan sebuah fase dimana individu tidak mempunyai tempat yang jelas dikarenakan tidak termasuk kedalam golongan anak ataupun dewasa. Selain itu, remaja juga dijelaskan sebagai sebuah masa perkembangan transisi antara anak – anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, sosial dan emosional (Santrock, 2005). Hal tersebut membuat remaja cenderung melakukan sebuah perilaku dengan tujuan untuk menambah pengalaman dengan rasa ingin tahu yang dimilikinya. Salah satu bentuk perilaku yang dilakukan oleh remaja untuk mengungkapkan emosi dan menuntaskan rasa penasaran yang dimilikinya dengan melakukan perilaku *self-injury*. Perilaku *self-injury* adalah salah satu bentuk perilaku melukai diri yang dilakukan oleh individu untuk mengungkapkan emosi negatif yang tidak mampu diekspresikan secara verbal.

Sebuah penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat dan Kanada menunjukkan bahwa 15 % remaja pernah melakukan perilaku *self-injury* dengan cara menyayat kulit (Klonsky, Jenifer, & Muehlkamp, 2007). Di Negara Inggris pada tahun 2008 terdapat 1.758 remaja melakukan *self-injury*

dan persentasenya menjadi naik 50% pada tahun 2010 dengan jumlah 2.727. RCS (*Rich Communication Service*) memberitahukan kepada para pemilik situs untuk lebih berhati – hati dalam membuat konten dengan tujuan untuk mencegah penonton melakukan perilaku yang berbahaya. Puluhan ribu video yang berisi cara mengatasi pencederaan diri sendiri sudah dipasang di situs-situs seperti Youtube, hal ini dilakukan agar meminimalisir perilaku *self-injury*. Kenaikan jumlah perilaku *self-injury* pada remaja di Inggris tersebut karena terjadinya tekanan hidup yang semakin keras dan banyaknya tuntutan yang diberikan oleh orang tua (BBC News Indonesia, 2017).

Perilaku *self-injury* juga terjadi di Negara Indonesia, dimana dapat dilihat dari berbagai kasus yang muncul di media masa, misalnya perilaku *self-injury* yang dilakukan oleh 56 remaja di Riau dan 41 remaja di Lampung melakukan perilaku *self-injury* pada tahun 2018 dengan cara menyayat tangan menggunakan benda tajam. Hal tersebut dilakukan karena adanya rasa penasaran dan keingintahuan yang tinggi dari para remaja setelah menonton video di media sosial, yang akan berdampak pada dirinya sendiri dan akan mempengaruhinya dalam melakukan perilaku *self-injury* (Suharno & Gunungsugih, 2018). Selain itu, berdasarkan info yang didapatkan dari TribunBatam.id (2018) 56 siswa SMP di Jawa Timur melakukan perilaku *self-injury* yang disebabkan tingginya tekanan emosi pada individu dan masalah psikologis yang berasal dari lingkungan tempat tinggal.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pertama yang dilakukan dengan 2 narasumber, terdapat fenomena perilaku *self-injury* yang dilakukan

oleh mereka. Hasil wawancara pada narasumber pertama yang berinisial F (19) memaparkan bahwa dirinya melakukan perilaku *self-injury* dengan sengaja dan dihentikan ketika dirinya mendapatkan rasa sakit yang membuat individu menjadi lebih tenang.

“...aku kalo lagi kesel sama orang yang lagi ngobrol denganku biasanya aku langsung nyakar leher bagian belakang pake kuku. Soalnya kuku aku juga panjang. Nanti pas aku udah ngerasa sakit dan aku sedikit tenang baru deh aku berenti nyakar leherku sendiri..”

Hal tersebut juga disampaikan oleh narasumber kedua yang berinisial E (21), narasumber mengemukakan bahwa ia melakukan perilaku *self-injury* tetapi tidak sering, ia menyatakan bahwa setelah melukai dirinya sendiri, ia sedikit merasa tenang dan mengurangi stres pada dirinya.

“...Perilaku melukai diri yang saya lakuin ya nyayat bagian paha.. Itupun saya lakukan jarang sekali, tetapi ketika saya merasa stress saya langsung melakukannya dengan tujuan untuk merasa sedikit tenang walaupun belum sepenuhnya...”

Berdasarkan wawancara pertama yang dilakukan dengan kedua narasumber menunjukkan, bahwa terdapat suatu masalah pada remaja yang terjadi saat emosi sedang tinggi. Hal tersebut terjadi dikarenakan kebiasaan yang sudah sering dilakukan untuk mencari sebuah ketenangan, namun tanpa adanya niat untuk melakukan bunuh diri. Favazza (1996) mengemukakan, bahwa *self-injury* adalah sebuah bentuk cedera diri yang dilakukan secara sukarela tanpa mengancam jiwa dan tidak ada niat untuk melakukan perilaku bunuh diri. *Self-injury* juga merupakan bentuk perilaku melukai diri yang dilakukan dengan sengaja oleh individu untuk mencari ketenangan dari emosi yang dirasakan. selain itu, perilaku *self-injury* dapat menjadi salah satu cara individu mencari perhatian dari orang sekitar.

Niwa & Mandrusiak (2012) menjelaskan bahwa perilaku *Self-injury* merupakan perilaku melukai diri yang banyak dilakukan oleh remaja pada usia 13 tahun sampai 21 tahun. Sebanyak 35% remaja pernah melakukan perilaku *self-injury*. Perilaku tersebut dilakukan dengan alasan tertentu yang dimiliki oleh setiap remaja. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Klonsky (2007) bahwa remaja menjadi salah satu kalangan yang banyak melakukan perilaku *self-injury*. Alasan tersebut dapat terjadi karena perilaku *self-injury* berhubungan dengan emosi negatif individu yang muncul akibat ketidakpuasan mengungkapkan emosi dan kurangnya kesadaran serta pemahaman mengenai perilaku yang telah dilakukan. *Self-injury* juga menjadi salah satu dari cara individu untuk mencari kepuasan dari tekanan yang tidak mampu diungkapkan.

Beberapa peneliti sebelumnya menjelaskan bahwa perilaku *self-injury* dipengaruhi oleh emosi yang dimiliki oleh individu. Perilaku *self-injury* dapat terjadi karena adanya ketidakmampuan individu mengungkapkan emosi yang dirasakan. Perilaku *self-injury* sering terjadi pada remaja sebagai bentuk ekspresi dari emosi yang tidak dapat diungkapkan secara verbal, sehingga diekspresikan kedalam suatu perilaku. Ketidakmampuan individu dalam mengungkapkan emosi secara verbal dalam DSM IV disebut sebagai *alexithymia*.

Alexithymia menurut Mazaher (2012) merupakan sebuah fenomena kognitif–emosional yang menjadi sebuah gangguan karena adanya penghambatan informasi terhadap perasaan emosional. Sedangkan Sabine &

Hartwig (2013) menjelaskan, bahwa *alexithymia* adalah sebuah kesulitan yang dialami individu dalam mengidentifikasi dan mengungkapkan keadaan emosi dalam diri kedalam ekspresi ataupun perilaku. Tetapi, kasus ini banyak dialami oleh remaja dikarenakan pada masa ini remaja masih beradaptasi dengan diri dan lingkungan. sehingga, ketidakmampuan yang dinamakan *alexithymia* tersebut lebih banyak dialami oleh remaja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizqi (2011) dijelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara emosi dan kecenderungan perilaku *self-injury*. Hal tersebut membuktikan bahwa emosi yang dimiliki oleh remaja mampu membuat individu melakukan perilaku *self-injury* dikarenakan kematangan emosi yang dimiliki oleh remaja belum stabil. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Sofia (2017) menjelaskan bahwa kematangan emosi yang tinggi pada remaja memiliki kecenderungan untuk melakukan perilaku *self-injury*.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pertama yang dilakukan dengan narasumber berinisial S (20), ia menyatakan bahwa ketika dirinya sedang emosi, ia tidak mampu mengungkapkan secara verbal.

"....Saya biasanya ketika merasa marah banget sama orang lain biasanya saya melakukan sesuatu untuk memberitahu dia kalo saya lagi marah. Contohnya saya membanting barang dihadapannya sekaligus biar dia mengerti...."

Hasil wawancara pertama dengan narasumber menunjukkan bahwa, terdapat suatu masalah yang terjadi pada remaja ketika merasakan emosi dan tidak mampu mengungkapkan secara verbal. Bagby & Parker (2003) menjelaskan, bahwa *alexithymia* merupakan sebuah gangguan emosi yang

dimiliki oleh individu dikarenakan terhambatnya proses pengungkapan emosi melalui kata-kata. Hal ini dapat menjadi kesimpulan awal dari penelitian ini, bahwa *alexithymia* dan perilaku *self-injury* saling berkaitan dikarenakan adanya pengaruh yang kuat antara emosi dan perilaku.

Berdasarkan paparan yang diuraikan beberapa peneliti diatas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam lagi dan mengetahui sejauh mana “Hubungan antara *Alexythymia* dengan Perilaku *Self-Injury* Pada Remaja di Kota Surakarta”, sehingga penelitian dengan judul “Hubungan antara *Alexythymia* dengan Perilaku *Self-Injury* Pada Remaja di Kota Surakarta” menjadi judul yang menarik untuk peneliti.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : “Apakah terdapat hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku *self-injury* pada remaja di kota Surakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui apakah terdapat hubungan antara *alexithymia* dengan perilaku *self-injury* pada remaja dikota surakarta.

D. Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat diperoleh manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan mampu memberi sumbangan ilmiah dan menambah ilmu terutama dalam dunia psikologi klinis serta pengetahuan tentang *alexithymia* dan *self-injury* bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diperoleh dari penelitian ini, yaitu :

a. Bagi Subyek Penelitian

Hasil penelitian diharapkan mampu bermanfaat bagi subyek dalam mengurangi perilaku *self-injury* dan memahami tentang ekspresi dari emosi yang dirasakan.

b. Bagi Orangtua / Keluarga

Hasil penelitian diharapkan mampu bermanfaat bagi orangtua dalam menambah ilmu pengetahuan tentang *self-injury* dan pentingnya peran orang tua dalam perkembangan dan perilaku anak.

c. Bagi Pemerintah / Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pemerintah untuk mengurangi fenomena perilaku melukai diri. khususnya untuk sekolah agar menambahkan seminar atau materi tentang pengolahan emosi yang baik dan benar.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya yang terkait dengan *Alexithymia* dan *Self-Injury*.

