



PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENANGANI *SELF HARM* SISWA KELAS VIII SMP PLUS SALAFIYAH PEMALANG



FAIZ MUTTAQIN
NIM. 3520099

2026



PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENANGANI *SELF HARM* SISWA KELAS VIII SMP PLUS SALAFIYAH PEMALANG



FAIZ MUTTAQIN
NIM. 3520099

2026

**PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING
DALAM MENANGANI *SELF HARM* SISWA
KELAS VIII SMP PLUS SALAFIYAH PEMALANG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
Dalam Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh :

FAIZ MUTTAQIN
NIM. 3520099

**PROGRAM STUDI
BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2026**

**PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING
DALAM MENANGANI *SELF HARM* SISWA
KELAS VIII SMP PLUS SALAFIYAH PEMALANG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
Dalam Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh :

FAIZ MUTTAQIN
NIM. 3520099

**PROGRAM STUDI
BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Faiz Muttaqin
NIM : 3520099
Prodi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi yang berjudul **“PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENANGANI *SELF HARM* SISWA KELAS VIII SMP PLUS SALAFIYAH PEMALANG”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila dikemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 10 Desember 2025

Yang menyatakan,



FAIZ MUTTAQIN
NIM. 3520099

NOTA PEMBIMBING

Annisa Mutohharoh, M. Psi

Jln. Sadewa, Duwet, Bojong Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdr. Faiz Muttaqin

Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah

c.q. Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam

di **PEKALONGAN**

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi Saudara:

Nama : Faiz Muttaqin

NIM : 3520099

Judul : **PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM
MENANGANI *SELF HARM* SISWA KELAS VIII SMP
PLUS SALAFIYAH PEMALANG**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 18 Desember 2025

Pembimbing,



Annisa Mutohharoh, M. Psi

NIPPPK. 199106022023212033



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **FAIZ MUTTAQIN**

NIM : **3520099**

Judul Skripsi : **PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM
MENANGANI *SELF HARM* SISWA KELAS VIII SMP
PLUS SALAFIYAH PEMALANG**

yang telah diujikan pada Hari Rabu, 24 Desember 2025 dan dinyatakan **LULUS**
serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial
(S.Sos) dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Ani, M.Pd.I
NIP. 198503072015032007

Penguji II

Dr. Muhammad Rifa'i Subhi, M.Pd.I
NIP. 198907242020121010

Pekalongan, 10 Juli 2026

Disahkan Oleh

Dekan



Dr. Tri Astutik Harwati, M.Ag
NIP. 197411182000032001

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Keputusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

1. Konsonan Tunggal

Fonem konsonan Bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian di lambangkan dengan tanda ,dan sebagian lagi dengan huruf dan tanda sekaligus. Dibawah ini daftar huruf arab dan transliterasinya dengan huruf Latin :

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	<i>Alif</i>	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	<i>Bā'</i>	B	Be
ت	<i>Tā'</i>	T	Te
ث	<i>Ṣā'</i>	Ṣ	es (dengan titik diatas)
ج	<i>Jim</i>	J	Je
ح	<i>Hā'</i>	Ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	<i>Khā'</i>	Kh	ka dan ha
د	<i>Dal</i>	D	De
ذ	<i>Ẓal</i>	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	<i>Rā'</i>	R	Er

ز	<i>Zai</i>	Z	Zet
س	<i>Sīn</i>	S	Es
ش	<i>Syīn</i>	Sy	es dan ye
ص	<i>Ṣād</i>	Ṣ	Es (dengan titik di bawah)
ض	<i>Dād</i>	Ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	<i>Tā'</i>	Ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	<i>Zā'</i>	Ẓ	zet titik di bawah)
ع	<i>'Ayn</i>	‘	koma terbalik (di atas)
غ	<i>Gayn</i>	G	Ge
ف	<i>Fā'</i>	F	Ef
ق	<i>Qāf</i>	Q	Qi
ك	<i>Kāf</i>	K	Ka
ل	<i>Lām</i>	L	El
م	<i>Mīm</i>	M	Em
ن	<i>Nūn</i>	N	En
و	<i>Waw</i>	W	We
ه	<i>Hā'</i>	H	Ha
ء	<i>Hamzah</i>	‘	Apostrof
ي	<i>Yā</i>	Y	Ye

2. Vokal

Vokal Tunggal	Vokal Rangkap	Vokal Panjang
ا= a		ا= a
ي= i	ي ا= ai	ي= i
و= u	و ا= au	و= u

3. Ta'Marbutah

Ta Marbutah hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh:

مرآة جميلة = *mar'atun jamilah*

Ta Marbutah hidup dilambangkan dengan /h/

Contoh:

فاطمة = *Fatimah*

4. Syaddah (tasydid, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddad tersebut.

Contoh:

ربنا = *rabbana*

البر = *al-birr*

5. Kata Sandang

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” transliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشمس = *Asy-syamsu*

الرجل = *ar-rojulu*

السيدة = *As-sayyidah*

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qamariah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

القمر = *al-qamar*

البيد = *al-badi'*

الجلال = *al-jalal*

6. Hamzah

Hamzah yang berada diawal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di

akhir kata. Huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof /'/.

Contoh:

أمرت = *umirtu*

شيء = *syai'un*



PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala hidayah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam tetap tercurah kepada Nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi Wassalam, keluarga, sahabat, serta pengikut beliau yang istiqomah hingga hari akhir. Sebagai rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT, terima kasih atas segala rahmat dan hidayah-Mu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Dua orang yang paling berjasa dalam hidup saya, Bapak Sultoni dan Ibu Castriah, serta seluruh keluarga saya tersayang. Terima kasih atas kepercayaannya yang telah diberikan izin merantau dari kalian, serta pengorbanan, cinta, do'a, motivasi dan nasihat yang selalu diberikan. Dan juga tanpa lelah mendukung segala keputusan dan pilihan hidup saya, kalian sangat berarti. Semoga Allah SWT membalas setiap keringat yang kalian korbankan atas semua kasih sayangmu yang tidak dapat terukur oleh apapun.
3. Bapak Prof. Dr. Imam Kanafi, selaku dosen pembimbing akademik. Terima kasih atas support dan dukungannya.
4. Ibu Annisa Mutohharoh, M. Psi., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, pikiran, perhatian, dan memberikan semangat serta motivasi guna memberi bimbingan dan pengarahan demi menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa memudahkan segala urusannya.
5. Dosen dan staff di lingkungan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, tanpa ilmu yang diberikan saya tidak akan sampai di titik ini.
6. Almamater tercinta UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, terimakasih sudah memberikan banyak pengalaman dan ilmu selama di kampus.
7. Untuk diri saya sendiri terima kasih sudah mampu bertahan dan kuat dalam menyelesaikan studi sampai akhir yaitu skripsi. Serta kawan-kawan sekalian yang selalu menyemangati walaupun banyak drama yang kita lalui. Sekali lagi terima kasih sudah mewarnai hidup saya.
8. Teman-teman mahasiswa BPI angkatan 2020 yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

MOTTO

“You are not your mistakes. You are not your struggles, and you are here NOW with the power to shape your day.”

-Steve Maraboli

“Kamu bukanlah kesalahanmu. Kamu bukanlah perjuangan beratmu, dan kamu ada di sini SAAT INI dengan kekuatan untuk membentuk harimu.”



ABSTRAK

Muttaqin, Faiz, 2025. Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani *Self Harm* Siswa Kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang. Skripsi Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pembimbing Annisa Muthoharoh, M. Psi.

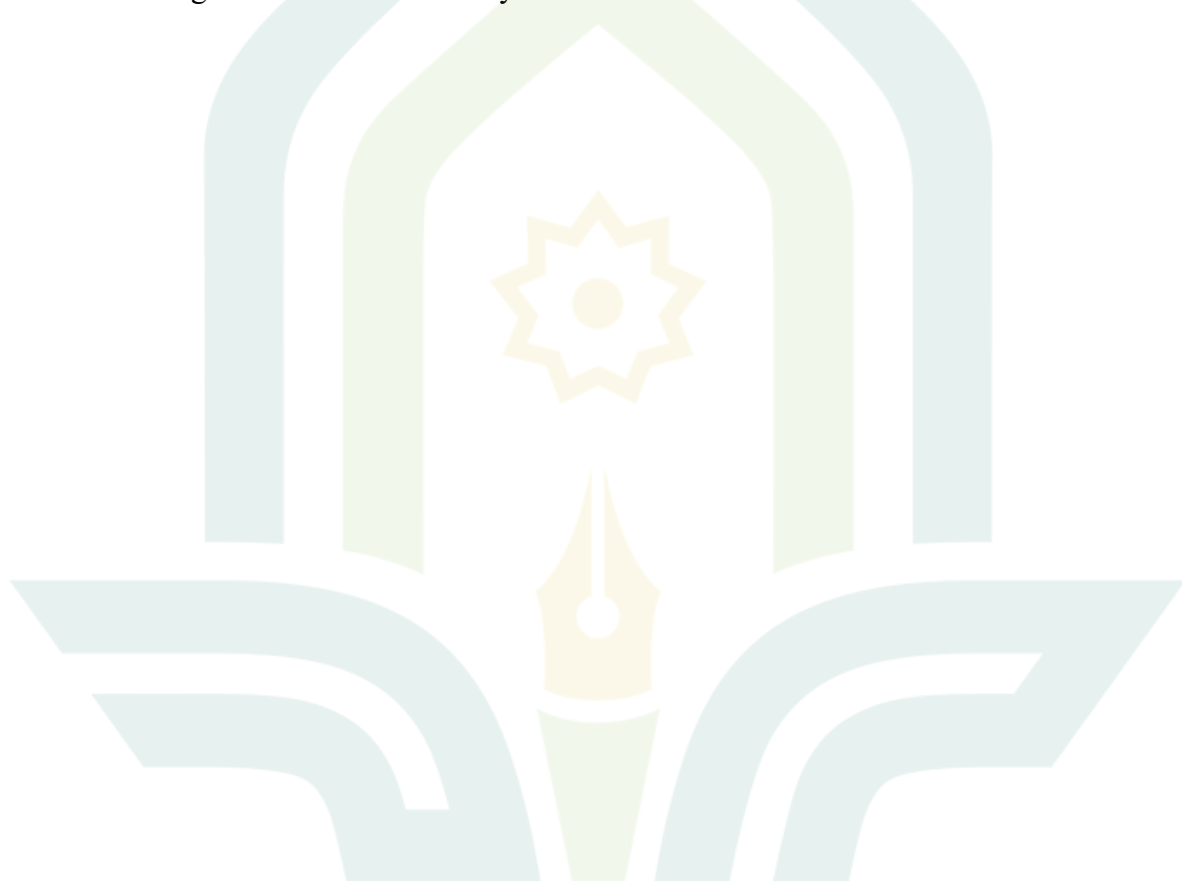
Kata Kunci: Guru Bimbingan Konseling, *Self Harm*, Remaja

Masa remaja merupakan fase transisi yang rentan terhadap tekanan psikologis, yang sering kali memicu fenomena *self-harm* sebagai mekanisme koping maladaptif. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh ditemukannya kasus *self-harm* pada siswa kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang yang membutuhkan intervensi profesional sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam dinamika perilaku *self-harm* siswa (bentuk dan faktor penyebab), serta mengetahui peran dan efektivitas penanganan yang dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling.

Landasan teoritis yang digunakan untuk membedah masalah dalam penelitian ini bersandar pada dua konsep utama. Pertama, fenomena *self harm* dianalisis menggunakan teori fungsional dari Matthew K. Nock dan Whitlock, yang mendefinisikan tindakan melukai jaringan tubuh secara sengaja sebagai bentuk regulasi emosi akibat kesulitan mengelola stres dan trauma lingkungan sosial. Kedua, analisis terhadap peran penanganan oleh guru pembimbing didasarkan pada teori bimbingan dan konseling komprehensif dari Prayitno, serta teori peran guru sebagai informator, motivator, dan fasilitator dari Sadirman A.M. Perpaduan teori ini digunakan sebagai pisau analisis untuk mengevaluasi strategi layanan bimbingan yang diterapkan dalam memulihkan kondisi psikologis siswa penyintas *self harm*.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan jenis penelitian lapangan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi. Subjek penelitian terdiri dari tiga siswa penyintas *self harm* serta seorang guru BK sebagai informan kunci. Teknik analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk mendapatkan pemahaman yang holistik serta akurat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat tiga siswa yang melakukan *self harm* dengan motif berbeda, yaitu siswa AP karena perundungan, siswa NA akibat tekanan orang tua, dan siswa KA karena latar belakang *broken home*. Ketiganya memiliki akar masalah yaitu perasaan kesepian dan tidak adanya ruang bercerita. Peran guru BK dalam menangani kasus ini terbukti efektif melalui tiga peran utama: 1) sebagai fasilitator, mengalihkan emosi negatif ke kegiatan positif seperti menulis *diary*, cerpen, dan menggambar, 2) sebagai motivator, memberikan validasi emosi dan dukungan psikologis, 3) sebagai informator, memberikan pemahaman manajemen diri. Intervensi ini berhasil mengubah perilaku siswa menjadi lebih adaptif dan menghentikan tindakan menyakiti diri sendiri.



KATA PENGANTAR

Segala puji kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat iman, Islam, dan ihsan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani *Self Harm* Siswa Kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang”. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, para sahabat, dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini tidak akan berhasil dan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak lain. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M. Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Dr. Tri Astutik Haryati, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
3. Dr. Muhamad Rifai Subhi, M. Pd. I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam.
4. Adib ‘Aunillah Fasya, M. Si., selaku Sekertaris Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam.
5. Prof. Dr. Imam Kanafi, selaku Dosen Wali yang telah memberikan arahan dan motivasi kepada penulis selama studi.
6. Annisa Mutohharoh, M. Psi., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan banyak sekali arahan, koreksi, semangat, dorongan, serta berbagai masukan dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
7. Kepada semua pihak Dewan Guru dan Staf SMP Plus Salafiyah Pemalang yang telah memberikan bantuan serta dukungan selama proses penelitian.
8. Siswa/I SMP Plus Salafiyah Pemalang yang sudah bersedia menjadi subjek dalam penelitian dan memberikan bantuan serta dukungan selama proses penelitian.
9. Serta seluruh pihak yang telah memberikan bimbingan dan

dukungan kepada penulis yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang telah diberikan kepada penulis, dengan balasan yang lebih baik lagi. Penulis menyadi skripsi ini jauh dari kata sempurna, untuk itu kritik dan saran penulis harapkan demi kesempurnaan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi semua pihak.

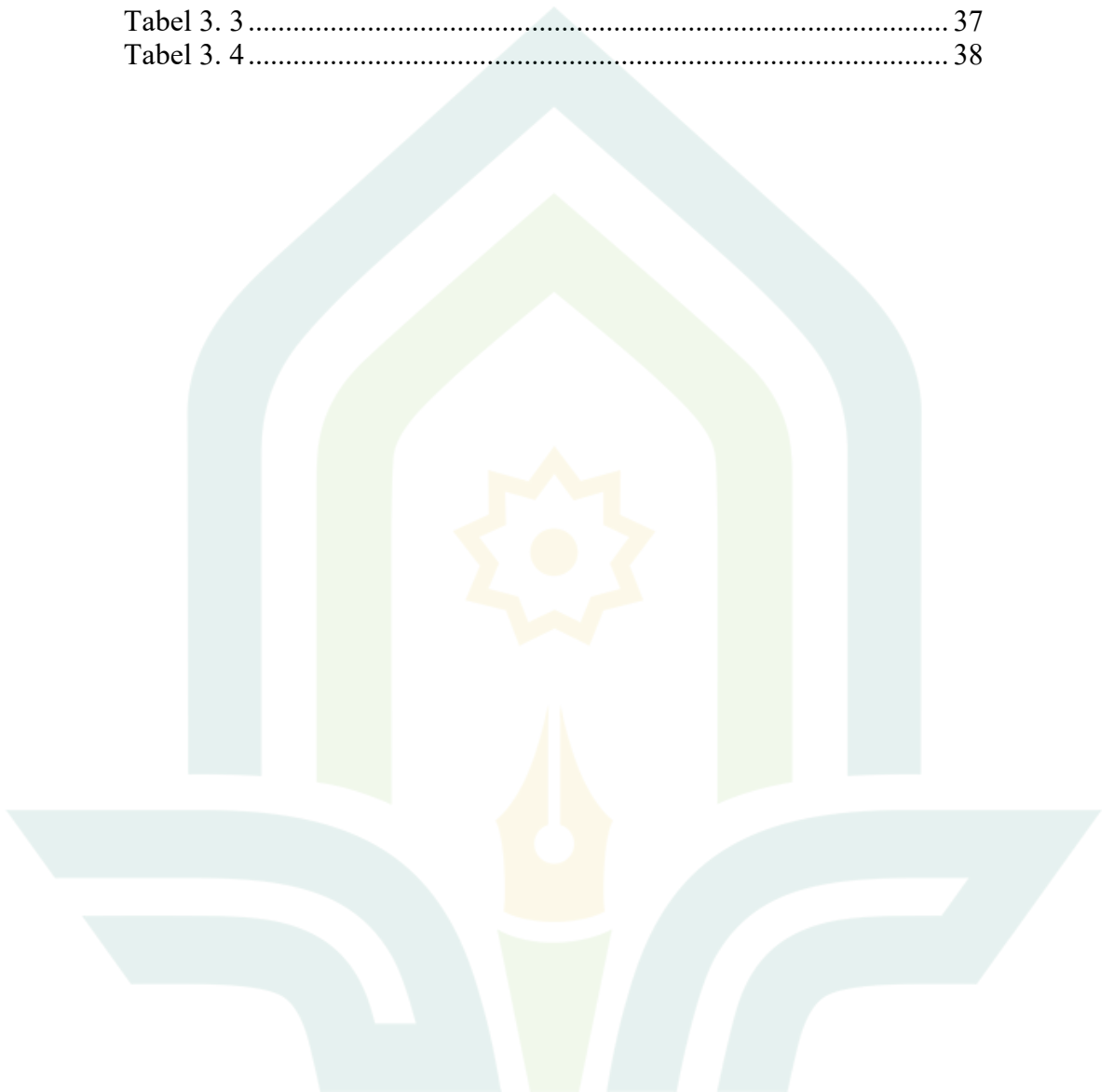


DAFTAR ISI

JUDUL HALAMAN	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	v
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	x
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR	xiii
BAB I	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Tinjauan Pustaka.....	7
F. Metode Penelitian.....	15
G. Sistematika Penulisan.....	19
BAB II	21
A. <i>Self Harm</i>	21
B. Guru Bimbingan Konseling.....	26
BAB III	33
A. Gambaran Umum SMP Plus Salafiyah Pemalang.....	33
B. Kondisi Perilaku <i>Self Harm</i> pada siswa Kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang.....	39
C. Peran Guru BK dalam Menangani Siswa <i>Self Harm</i>	51
BAB IV	55
A. Analisis Perilaku <i>Self Harm</i> SMP Plus Salafiyah Pemalang.....	55
B. Analisis Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani <i>Self Harm</i> Siswa Kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang.....	59
BAB V	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	36
Tabel 3. 2	37
Tabel 3. 3	37
Tabel 3. 4	38



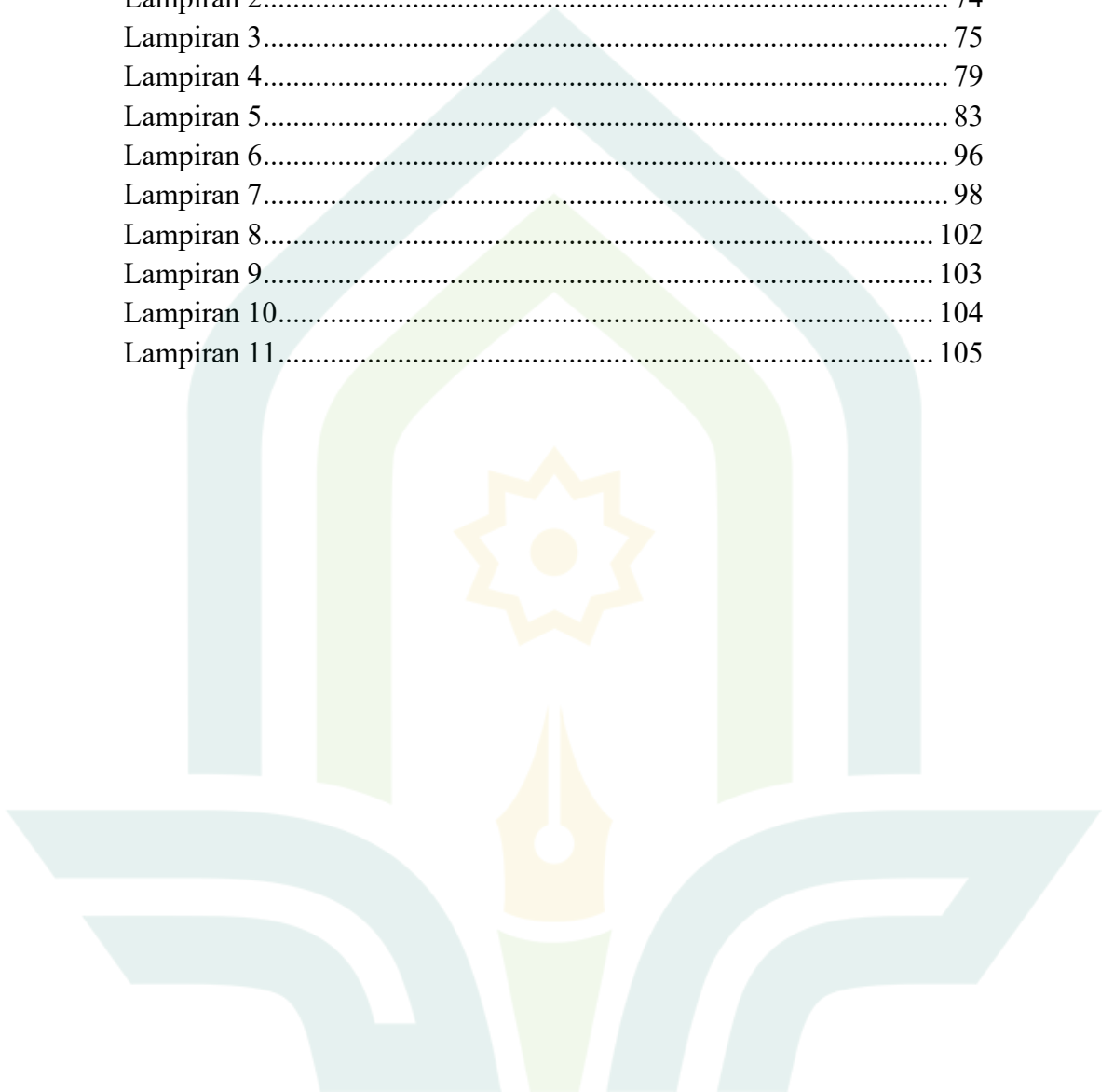
DAFTAR BAGAN

Bagan 1 1	15
-----------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.....	73
Lampiran 2.....	74
Lampiran 3.....	75
Lampiran 4.....	79
Lampiran 5.....	83
Lampiran 6.....	96
Lampiran 7.....	98
Lampiran 8.....	102
Lampiran 9.....	103
Lampiran 10.....	104
Lampiran 11.....	105



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja *adolescence* merupakan tahap perkembangan yang penting dalam kehidupan individu, di mana seseorang mulai mencari dan membentuk jati dirinya. Transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja ditandai oleh berbagai perubahan yang kompleks, baik secara fisik, psikologis, sosial, nilai-nilai, norma, dan gaya hidup.¹ Seiring dengan perubahan tersebut, berbagai tantangan psikologis juga kerap muncul, khususnya pada remaja dari Generasi Z, yang tumbuh dan berkembang dalam era digital. Seperti dalam penelitian Nur Wulan dan Moch. Didik yang mengungkapkan bahwa tingkat kasus gangguan psikologis, termasuk perilaku *self harm*, lebih tinggi pada Generasi Z dibandingkan generasi sebelumnya. Hal ini diduga berkaitan dengan tekanan sosial, akses terhadap informasi tanpa batas, serta kecenderungan untuk membandingkan diri di media sosial.² Saat ini banyak remaja yang merasa kesepian, tertekan, bahkan terkekang dalam lingkungan sosialnya, yang pada akhirnya memunculkan rasa putus asa dan kelelahan mental. Perasaan-perasaan tersebut kemudian diekspresikan dalam bentuk perilaku negatif, seperti kehilangan motivasi belajar, konflik dengan orang tua, perkelahian dengan teman, hingga melakukan tindakan menyakiti diri sendiri seperti *cutting* sebagai cara pelampiasan emosional.³

Self harm atau perilaku melukai diri sendiri merupakan salah satu bentuk masalah kesehatan mental yang semakin mendapat perhatian, terutama di kalangan remaja. Perilaku ini dapat mencakup

¹ Umi Purwanti, Skripsi: "*Hubungan Antara Harga Diri dan Kesepian Dengan Perilaku Self Harm Remaja SMK*" (Surakarta: Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023) Hal. 1.

² Nur Wulan dan Moch. Didik Nugraha, "Hubungan Antara Jenis Kelamin dengan Self Harm Pada Remaja Generasi Z di Sekolah Menengah Atas", *Journal of Nursing Practice and Education*, Vol. 5, No. 1, 2024. Hal. 141.

³ Thesanolika dan Nurliana Cipta Aspari, "Perilaku Self Harm atau Melukai Diri Sendiri yang Dilakukan oleh Remaja", *Jurnal Pekerjaan Sosial*, Vol. 4, No. 2, (Desember 2021) Hal. 219

berbagai tindakan seperti memotong, mencakar, atau menyakiti tubuh dengan cara lain, yang umumnya dilakukan sebagai mekanisme koping terhadap tekanan emosional atau psikologis yang intens. Secara psikologis, *self harm* bukan dikategorikan sebagai penyakit tersendiri, melainkan merupakan manifestasi dari gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, atau trauma akibat pengalaman hidup yang menyakitkan, termasuk kekerasan dalam hubungan sosial. Individu yang melakukan *self harm* seringkali bertujuan untuk mengalihkan atau melampiaskan rasa sakit emosional ke bentuk rasa sakit fisik sebagai bentuk pelarian, serta untuk mendapatkan rasa lega tanpa harus melakukan tindakan yang lebih fatal seperti bunuh diri.⁴ Fenomena ini tidak hanya memberikan dampak negatif pada kondisi psikologis individu, tetapi juga dapat mempengaruhi kehidupan sosial dan akademik mereka secara signifikan.⁵ Sedangkan secara umum menurut Whitlock, dalam penelitian Irma Rosalinda dan Lupi Yudhaningrum, *self harm* sebagian besar merupakan fenomena yang lazim terjadi pada remaja, meskipun tidak menutup kemungkinan perilaku ini dimulai dari masa kanak-kanak dan berlanjut hingga dewasa. Umumnya, perilaku ini muncul pada awal masa remaja, yaitu antara usia 11 hingga 15 tahun, dengan prevalensi tertinggi terjadi pada rentang usia 10 hingga 20 tahun.⁶

Masalah *self harm* atau perilaku melukai diri sendiri di kalangan siswa semakin mendapat perhatian dalam dunia pendidikan, termasuk di tingkat sekolah menengah. Fenomena ini dapat berdampak signifikan terhadap kesejahteraan emosional dan prestasi akademik siswa, serta menimbulkan tantangan tersendiri bagi pihak sekolah dalam menyediakan dukungan yang tepat dan memadai. Di SMP Plus

⁴ Privillia Karangi, Valentin Tumewu, Fernando Remowatu dan Irene Preisillia Ilati, "Self Harming Pada Remaja", *Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, Vol. 5, No. 1, (Juni 2024) Hal. 48

⁵ Fadilla Mulyaningrum, Skripsi; "Tingkat Pengetahuan Orang Tua Tentang Perilaku Self Harm (Melukai Diri Sendiri) Pada Penggunaan Media Sosial Remaja di Kelurahan Gombong" (Universitas Muhammadiyah Gombong, 2022) Hal. 4.

⁶ Irma Rosalinda Lubis dan Lupi Yudhaningrum, "Gambaran Kesenian pada Remaja Pelaku Self-Harm", *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, Vol.9 No.1, (April 2020), Hal. 15.

Salafiyah, misalnya, ditemukan beberapa kasus siswa yang melakukan tindakan *self harm* dengan cara membuat luka pada tubuh menggunakan benda tajam, yang dikenal sebagai perilaku *barcode*. Menurut kesaksian guru BK sekolah tersebut, perilaku itu didasarkan karena permasalahan yang dihadapi, seperti perundungan oleh teman-temannya maupun tekanan pola asuh orang tua yang terlalu ketat *strict parents*.⁷ Dalam konteks ini, peran guru Bimbingan dan Konseling BK menjadi sangat penting, yaitu dalam membantu siswa menghadapi tekanan emosional tersebut dengan pendekatan yang selaras dengan nilai-nilai keagamaan dan budaya lokal, sehingga penanganan dapat dilakukan secara holistik dan bermakna.

Berkaitan dengan permasalahan yang kerap terjadi, peran pendidikan sekolah termasuk salah satu dari sekian banyaknya tempat untuk mendidik anak agar dapat membangun atau menciptakan karakter dengan memberikan pemahaman hal baik dan hal buruknya, tentu rumah adalah wadah pertama bagi anak dalam membangun karakter beserta lingkungan sosial juga dapat mempengaruhi, akan tetapi dalam hal ini penulis akan menjabarkannya dalam dunia pendidikan. Dalam pendidikan sendiri pada zaman sekarang sudah banyak ditemukan guru bimbingan konseling, baik dari SD, SMP maupun SMA, biasanya dengan pembentukan karakter dari masa pubertas ini akan banyak dialami oleh siswa yang duduk di bangku SMP. Baik dari segi *mirroring* siswa akan melihat perilaku atau tingkah dari orang yang biasa dia lihat dan bahkan membuat mereka merasa ingin menjadi seperti itu, seperti contoh dalam hal positif ada suatu individu yang di kagumi dengan karakteristik bertanggung jawab, jujur, dan pekerja keras.⁸ Dengan hadirnya guru BK pada sekolah dapat memberikan peran-peran yang cukup membantu dalam penyelesaian masalah pada siswa pelajar. Peranan yang dapat dilakukan oleh guru BK dalam membantu mengatasi permasalahan pada siswa dengan meluangkan waktu untuk mendengarkan apa yang

⁷ Robiatul Adawiyah, Koordinator BK SMP PLUS Salafiyah, Wawancara Pribadi, Pemalang 30 September 2024

⁸ Fadhilah Suralaga, *Psikologi Pendidikan: Implikasi Dalam Pembelajaran*. ed. 1. (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2021), hal. 6

terjadi pada siswa tersebut agar mereka tidak berarut larut dengan masalahnya, dan diharapkan guru BK mampu memberikan hal yang positif pada siswa sebagai cara penyelesaiannya agar dapat memahami apa yang dirasakan oleh siswa.⁹

Pada tingkat pendidikan seperti usia 14-15 tahun yang berada dalam fase remaja, risiko dan dampak *selfharm* dapat menjadi sangat signifikan. Perubahan hormon, tekanan dari teman sebaya, dan tuntutan akademik sering kali menambah beban emosional yang mereka rasakan. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *self harm* sering kali merasa tidak memiliki *outlet* yang sehat untuk mengekspresikan perasaan mereka, sehingga mereka terjerumus pada perilaku tersebut sebagai cara untuk merasa lebih baik atau mendapatkan perhatian. Sesuai dengan yang tertera pada al Quran, surat Yunus ayat 44 sebagai berikut:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ الْتَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ الْتَّاسَ أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ﴿٤٤﴾

Artinya: “Sesungguhnya Allah tidak menzalimi manusia sedikit pun, tetapi manusia itulah yang menzalimi dirinya sendiri.” (QS. Yunus ayat 44)

Dalam dunia pendidikan, guru BK berperan penting dalam mengatasi kasus yang bersangkutan dengan semangat belajar siswa termasuk pada mengetahui perkembangan kepribadian siswa dengan tujuan agar nantinya dapat terkontrol lebih transparan dalam pembelajaran. Tentu dengan demikian dapat dikatakan bahwa guru BK harus mampu memahami nilai-nilai yang ada dalam psikologi pendidikan, seperti yang ada pada skema pendidikan yang dikemukakan oleh seorang ahli David W. Johson, yaitu menjadi peserta didik yang mampu menyesuaikan diri baik pada lingkungan sosial maupun masyarakat dan dapat mengaktualisasikan diri, memiliki pengetahuan dan keterampilan yang berguna bagi

⁹ Santi Riksa Pratiwi, Yoga Ayu Oktaria Rosawati, Rini Sugiarti dan Fendy Suhariadi, “Mekanisme Coping Guru BK Dalam Menghadapi Siswa Dengan Perilaku SelfHarm: Studi Kualitatif”, *Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, Vol. 5 No. 1, (Februari 2025), Hal. 257.

masyarakat.¹⁰ Pada SMP Plus Salafiah peran yang dilakukan guru BK mulai dari sebagai, fasilitator yang memberikan kesempatan untuk siswa menyuarkan keluh kesahnya, motivator yang memberikan dorongan serta penguatan pada siswa dan informator yang memberikan pemahaman buruk nya perilaku *self harm*.¹¹ Kendati demikian dapat disimpulkan bahwasanya memang peran pendidikan sangat berpengaruh dalam proses perkembangan masa remaja pada anak, dan dalam hal ini baik dari pengajar maupun pelajar harus sinkron satu sama lain agar, tidak timbul perilaku yang tidak mengenakan dilakukan oleh pelajar yang tidak diketahui pengajar.

Guru BK diharapkan mampu memberikan bimbingan yang efektif dengan pendekatan yang holistik, mencakup aspek spiritual, emosional, dan sosial. Pendekatan ini tidak hanya membantu siswa mengatasi masalah *self harm*, tetapi juga memperkuat karakter dan nilai-nilai keagamaan mereka. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran guru BK dalam menangani *self harm* di kalangan siswa kelas 8 di SMP Plus Salafiyah, serta mengevaluasi efektivitas strategi yang diterapkan dalam konteks pendidikan. Dengan memahami peran dan strategi yang diterapkan oleh guru BK, diharapkan akan diperoleh wawasan yang lebih baik mengenai cara yang efektif dalam menangani perilaku *self harm*, sehingga dapat meningkatkan kualitas bimbingan dan dukungan yang diberikan kepada siswa.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merumuskan judul penelitian: Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi *Self Harm* Sswa Kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian berikut adalah:

¹⁰ Faridah, Skripsi: “Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Problem Bullying Siswa di MAN 1 Kota Pekalongan” (Pekalongan: Institut Agama Islam Negeri Pekalongan, 2018) Hal. 5.

¹¹ Ririn Asma Wati dan Heru Purnomo, “Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Pembelajaran Guna untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Kelas IV SD Inpres Kerora”, *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, Vol. 5 No. 2, (Juli 2022), Hal. 49

1. Bagaimana perilaku *self harm* siswa kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang?
2. Bagaimana peran guru bimbingan konseling dalam menangani perilaku *self harm* siswa kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kondisi siswa dalam perilaku *self harm* pada kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang.
2. Untuk mengetahui peran guru bimbingan konseling dalam menangani perilaku *self harm* siswa kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang.

D. Manfaat Penelitian

Dengan penulisan proposal ini, penulis tidak hanya ingin mencapai tujuan sementara, akan tetapi diharapkan dapat berguna atau bermanfaat baik bagi penulis sendiri maupun bagi para pembaca. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi semua pihak, khususnya bagi pihak-pihak yang berkompeten serta dapat menambah wawasan keilmuan mengenai penerapan peran guru bimbingan konseling dalam menangani perilaku *self harm* pada siswa kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan terkait peran guru bimbingan konseling dalam menangani *self harm* siswa kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang agar dapat membantu pencapaian tujuan yang diharapkan, sehingga dapat bermanfaat bagi seluruh komponen lembaga terkait.

b. Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat di evaluasi dengan penanganan yang lebih efektif pada siswa pendidik yang memiliki kasus yang serupa agar bisa membantu siswa dalam upaya pencegahan terjadinya kembali kasus tersebut.

c. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan literasi yang digunakan untuk mengetahui seberapa buruk dari dampak yang ditimbulkan pada perilaku *self harm* ketika dilakukan, serta untuk mengurangi atau menghentikan perilakunya agar tidak terjadi kembali.

d. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk menambah dan mengembangkan pengetahuan *self harm* pada anak-anak nya agar semakin berkurang tingkat perilaku *self harm* pada anak-anak.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan menambah wawasan pengetahuan untuk peneliti selanjutnya tentang mengetahui peran guru bimbingan konseling dalam mengatasi *self harm* dan juga dapat dijadikan sebagai referensi pada penelitian selanjutnya.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. *Self harm* menurut Matthew Nock

Self harm menurut Nock yaitu tindakan yang sengaja dilakukan untuk merusak jaringan tubuh secara langsung tanpa niat untuk mengakhiri nyawa.¹² Sedangkan *self harm* menurut Whitlock secara umum ialah fenomena yang banyak terjadi pada masa remaja dalam menyakiti diri sendiri dan akan berkemungkinan berlanjut hingga masa dewasa, karena fenomena ini akan sering muncul pada masa remaja awal 11-15

¹² Matthew K. Nock, "Why Do People Hurt Themselves? New Insights Into the Nature and Functions of Self Injuiury", *Current Directions in Psychological Science* 18, No. 2 (2009) Hal. 78.

tahun.¹³ Sedangkan secara psikologi *self harm* perilaku atau tindakan yang dilakukan oleh individu pada dirinya sendiri dalam bentuk tanpa melihat ada atau tidaknya keinginan untuk mati, tindakan tersebut dilakukan dengan tujuan agar menghilangkan rasa depresi yang ada bisa tersalurkan pada bagian fisik tubuh untuk menutupi rasa sakit yang ada di hati. Terjadinya perilaku ini disebabkan karena adanya beberapa faktor yang biasa terjadi pada masa remaja diantaranya seperti tekanan orang tua, permasalahan yang ada pada sekolah, perkelahian dengan teman sebaya, dan putus cinta.¹⁴

Dalam tindakan ini juga memiliki beberapa jenis dan bentuk yang berbeda untuk menyakiti diri sendiri, terlepas dari keinginan untuk mati atau tidak nya seseorang biasa melakukan perilaku ini diantaranya dengan mencakar tubuh, membenturkan kepala, mengiris kulit, mengkonsumsi dengan beragam dosis.¹⁵ Pada dasarnya semua yang dilakukan itu memang tindakan yang dapat menyebabkan kematian bila dilakukan secara berlebihan, akan tetapi ada beberapa cara juga yang dapat diaplikasikan untuk menghilangkan keinginan menyakiti diri seperti mulai mencari hobi baru agar terjauhkan dari pikiran negatif yang merujuk untuk melukai diri. Contoh, memancing, mendaki gunung, atau mungkin bisa juga disalurkan pada menulis *diary*.¹⁶

b. Peran Guru Bimbingan Konseling

Bahwasannya guru mata pelajaran tidak dapat sepenuhnya mengawasi tingkah laku perkembangan siswanya,

¹³ Janis Whitlock dan Elizabeth Lloyd-Richardson, *Healing Self-Injury: A Compassionate Guide for Parents and Other Loved Ones* (New York: Oxford University Press, 2019), Hal. 12-14

¹⁴ Ida Maya Teresa Wrycza dan Luh Kadek Pande Ary Susilawati, "Faktor-faktor yang Mempengaruhi Self-Injury pada Remaja", *Jurnal Psikologi Mandala*, Vol. 8 No. 1, (2024), Hal. 32-35

¹⁵ M. Fardi Anugrah, Khaula Karima, Ni Made Sri Padma Puspita, Nurul Aulia Binti Amir dan Agustine Mahardika, "SelfHarm and Suicide in Adolescents", *Jurnal Biologi Tropis*, Vol. 23 No. 1, (2023), Hal. 201.

¹⁶ Robiatul Adawiyah, Koordinator BK SMP PLUS Salafiyah, Wawancara Pribadi, Pemalang 17 Februari 2025

maka perlu adanya seorang guru bimbingan konseling yang mampu memberikan bantuan atau pertolongan kepada siswa dalam menyelesaikan masalah yang ia hadapi, sehingga siswa akan lebih mudah untuk diarahkan menjadi siswa yang berbudi pekerti luhur serta memiliki kepribadian yang baik.

Tugas dan tanggung jawab utama guru sebagai pendidik adalah mendidik sekaligus mengajar, yaitu membantu siswa untuk mencapai kedewasaan. Dalam proses pembelajaran tugas utama guru selain sebagai pengajar juga pembimbing. Fungsi pengajar sekaligus pembimbing terintegrasi dalam peran guru dalam proses pembelajaran. Untuk dapat menjalankan tugas ini secara efektif, guru hendaknya memahami semua aspek pribadi siswa baik fisik maupun psikis.¹⁷

Peran guru pembimbing dalam pendidikan juga dikemukakan oleh Prayitno dalam penelitian Ahmad Yanizon dan Ryan Syarwendah, bahwa melalui kegiatan dan layanan bimbingan konseling yang diberikan oleh guru pembimbing diharapkan siswa mencapai “*tri sukses*”, yaitu sukses akademis, sukses persiapan karir serta sukses dalam hubungan bermasyarakat.¹⁸

Setelah memahami gejala dan faktor penyebab terjadinya tindakan *self harm* siswa, maka seorang guru bimbingan konseling harus memberikan layanan bimbingan konseling untuk menanggulangi tindakan tersebut pada siswa atau sebagai informator dalam memberikan pengertian buruknya perilaku tersebut, fasilitator dalam mendengarkan curhatan siswa dan motivator yang memberikan dorongan pada siswa agar dapat merubah perilaku tersebut.¹⁹ Bimbingan konseling Islam aktivitas yang “membantu” dan dianggap bermanfaat karena

¹⁷ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Depok: Rajawali Pers, 2019), Hal. 54.

¹⁸ Ahmad Yanizon, Ryan Syarwendah, “Hubungan Antara Penyesuaian Diri dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Riau Kepulauan”, *Jurnal Kopasta*, Vol. 5 No. 1, (2018), Hal. 34.

¹⁹ Wati dan Purnomo, “Peran Guru Bimbingan dan Knseling” 49.

pada hakikatnya individu harus hidup sesuai dengan petunjuk Allah SWT, agar diberikan jalan yang lurus dan diselamatkan. Karena seorang konselor sangat membantu memberikan bimbingan konseling kepada siswa agar terhindar dari masalah, konsekuensinya sendiri harus giat belajar memahami dan mengimplementasikan ajaran Islam (Al-Qur'an dan Hadits) pada saat bersamaan, yang terkandung dalam Islam yaitu Al-Qur'an dan Sunah, sifat religius dikembangkan secara langsung maka individu dapat menjalin hubungan baik dengan Allah.²⁰

2. Penelitian yang relevan

Dengan mengambil penelitian yang dilakukan, peneliti melakukan riset lebih jauh tentang permasalahan yang serupa dari beberapa penelitian terdahulu. Dalam hal ini peneliti menjadikan penelitian terdahulu menjadi sumber dari referensi yang dapat digunakan pada penelitian ini dengan berfokus pada permasalahan *self harm*. Dari beberapa referensi yang peneliti ambil dari penelitian terdahulu sebagai berikut:

- a. Skripsi Anggi Desfrilia Septia Putri 2022, Universitas Medan Area, dengan judul skripsi "*Self Harm* pada Remaja Putri di Kota Medan" penelitian pada skripsi ini meneliti tentang permasalahan apa yang berpotensi bagi remaja putri di Kota Medan melakukan perilaku *self harm*. Hasil penelitian ini adalah mengetahui alasan responden melakukan perilaku tersebut yang dilakukan atas dasar pengalihan perhatian dari rasa sakit dan berfokus pada luka yang dibuatnya, serta mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi tindakan *self harm*.²¹ Persamaan dalam penelitian ini peneliti memiliki subjek yang sama yakni orang-orang yang melakukan tindakan *self harm*. Perbedaan dalam penelitian ini peneliti memiliki lokasi yang berbeda, penelitian dari Anggi Desfrilia Septia Putri

²⁰ Aunur Rahim, Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 2016), hlm. 70

²¹ Anggi Desfrilia Septia Putri, *Self Harm Pada Remaja Putri di Kota Medan* (Medan: Universitas Medan Area, 2022)

berada di Kota Medan dengan berfokus kepada remaja putri, sedangkan peneliti berada di sekolah SMP Plus Salafiyah Pemalang Jawa tengah.

- b. Skripsi Umi Purwanti 2023, Universitas Islam Negeri Raden Said Surakarta, dengan judul skripsi “Hubungan antara Harga Diri dan Kesepian dengan Perilaku *Self Harm* pada Remaja SMK” penelitian pada skripsi ini meneliti tentang penjelasan adanya hubungan dari harga diri dan kesepian dan juga *self harm* remaja yang berkesinambungan secara signifikan. Hasil dari penelitian ini bahwa adanya hubungan antara harga diri dan kesepian terhadap perilaku *self harm* pada remaja yang artinya semakin rendah harga diri maka tingkat perilaku *self harm* cenderung tinggi dan jika kesepian tinggi maka tingkat perilaku *self harm* juga tinggi dan begitu juga sebaliknya.²² Persamaan dalam penelitian ini peneliti melakukan penelitian *self harm* dalam lingkup pendidikan (sekolah). Perbedaan dalam penelitian ini pada skripsi Umi Purwanti menggunakan pendekatan kuantitatif, sedangkan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif
- c. Skripsi Nadia Rachma Putri 2020, Universitas Negeri Semarang, dengan judul “ Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Self Injury* pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020” penelitian pada skripsi ini meneliti tentang pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku *self injury* pada siswa di SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Semarang. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa harga diri dan kecenderungan perilaku *self injury* keduanya berada pada kategori sedang, lalu dapat dikatakan adanya hubungan yang negatif secara signifikan pada harga diri yang meliputi kebajikan, kekuatan, keberanian dan

²² Umi Purwanti, *Hubungan Antara Harga Diri Dan Kesepian Dengan Perilaku Self Harm* (Surakarta: Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023)

kemampuan terhadap perilaku *self injury*.²³ Persamaan dari penelitian ini dengan peneliti adalah kedua nya memiliki subjek variabel yang sama yaitu penting adanya peran guru BK dalam memantau siswa. Perbedaan penelitian ini dengan peneliti yaitu, pada skripsi ini berfokus pada pengaruh harga diri yang ditimbulkan dari *self injury*, sedangkan peneliti berfokus pada peran guru BK dalam menangani dan mengatasi *self harm* pada siswa.

- d. Skripsi Faridah 2018, Institut Agama Islam Negeri Pekalongan, dengan judul “Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Problem *Bullying* Siswa di MAN 1 Kota Pekalongan” penelitian pada skripsi ini menjelaskan tentang peran guru BK dalam membantu siswa untuk mengatasi permasalahan *bullying* pada siswa di sekolah dengan tentu nya dijabarkan dari beberapa aspek yang perlu diperhatikan untuk penyelesaiannya. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat beberapa jenis *bullying* yang dilakukan di antaranya verbal, relasional, dan elektronik, lalu peran guru BK yang dilakukan juga berhasil efektif dengan memberikan bimbingan dan konseling yang ada. Persamaan penelitian ini dengan peneliti yaitu dari kedua penelitian sama-sama berfokus pada pentingnya peran guru BK pada sekolah untuk membantu siswa menyelesaikan permasalahannya yang ada pada sekolah.²⁴ Perbedaan penelitian ini dengan peneliti, pada penelitian Faridah memiliki subjek peran guru BK dalam mengatasi *bullying* sedangkan peneliti dengan subjek peran guru BK dalam mengatasi *self harm* pada siswa.
- e. Jurnal Firdha Aini Hakim dan Indah Sukmawati 2023, Jurnal Pendidikan Tambusai, dengan judul “Gambaran Perilaku *Self*

²³ Nadia Rachma Putri, *Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Self Injury Pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020* (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2020)

²⁴ Faridah, *Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Problem Bullying Siswa di MAN 1 Kota Pekalongan* (Pekalongan: Institut Agama Islam Negeri Pekalongan, 2018)

Harm pada Mahasiswa dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling” jurnal ini membahas tentang mencari tahu seberapa banyak dan besar dari tindakan *self harm* yang ada pada mahasiswa di Universitas Negeri Padang serta mendeskripsikan perilaku apa saja yang dilakukan oleh pelaku *self harm*. Hasil dari penelitian ini adalah menunjukkan persentase yang dilakukan oleh pelaku masih kategori rendah namun tidak menutup kemungkinan masih terdapat pelaku yang melakukan *self harm*, lalu dalam penelitian ini juga terdapat layanan Bimbingan dan Konseling yang dapat dilakukan untuk mereduksi perilaku *self harm*, di antaranya yaitu layanan informasi, layanan konseling individual, layanan konseling kelompok serta kegiatan alih tangan kasus.²⁵ Persamaan dalam penelitian ini yaitu keduanya sama-sama menjelaskan *self harm* namun dengan sasaran variabel yang berbeda. Perbedaan dari penelitian ini dengan peneliti, pada jurnal ini menggunakan metode penelitian kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif.

3. Kerangka Berfikir

Peran guru bimbingan konseling dalam sekolah SMP Plus Salafiyah Pemalang dapat dikatakan membantu dalam menangani permasalahan siswa yang terjadi pada sekolah, dalam hal ini termasuk permasalahan adanya perilaku *self harm* yang dilakukan oleh siswa kelas 8 ini dapat diatasi dengan beberapa *treatment* yang digunakan dan cocok kepada siswa tersebut. Mulai dari pemahaman tentang dampak buruk yang diakibatkan dari *self harm* hingga solusi atau langkah yang harus dilakukan oleh siswa agar mereka dapat berhenti melakukan *self harm*. Sedangkan perilaku *self harm* yang dilakukan oleh siswa seperti melukai diri menggunakan *cutter* untuk membuat *barcode* pada bagian anggota tubuh.

²⁵ Firdha Aini Hakim dan Indah Sukmawati, “Gambaran Perilaku Self Harm pada Mahasiswa dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling”, Jurnal Pendidikan Tambusai, Vol. 23 No. 1, (2023)

Dengan adanya penanganan yang diberikan oleh guru BK pada SMP Plus Salafiyah ini, terlihat adanya keberhasilan yang terjadi dan penulis berharap hal-hal seperti ini juga dilakukan di lembaga pendidikan lainnya agar anak muda sekarang lebih dapat memperhatikan dirinya sendiri. Dengan adanya peran guru BK yang dapat membantu menyelesaikan permasalahan siswa ini, membuat siswa-siswa yang melakukan tindakan *self harm* menjadi mengurangi hingga berhenti melakukan *self harm* dan beralih ke kegiatan dan tindakan yang lebih bermanfaat dan lebih berguna bagi siswa tersebut serta tidak merugikan untuk kedepannya untuk siswa tersebut.

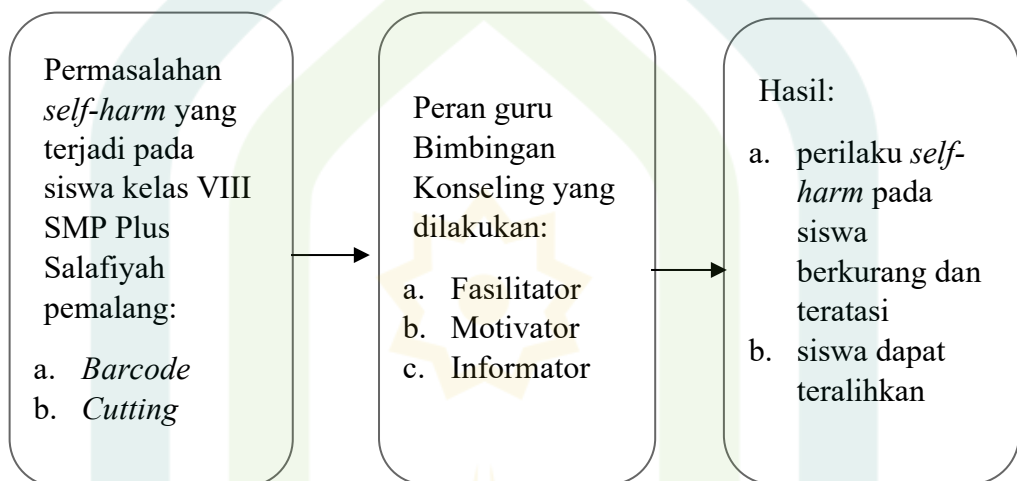
Langkah yang dilakukan oleh guru BK, dalam menangani siswa yang melakukan perilaku *self harm* ini sebagai, fasilitator yang memberikan kesempatan untuk siswa menyuarakan keluh kesahnya, motivator yang memberikan dorongan serta penguatan pada siswa dan informator yang menjelaskan bahwa perilaku ini tidak baik bagi psikis dan juga nantinya akan meninggalkan bekas luka yang akan ditimbulkan dari *self harm* terutama dengan tindakan yang seperti *cutting* (barcode) yang dikemudian hari akan membekas dan membuat mereka menjadi tidak nyaman untuk dilihat.²⁶ Pada dasarnya stigma *cutting* pada masyarakat juga sudah negatif, banyak dari masyarakat yang memandang hal tersebut adalah perilaku yang tidak bagus selain terkesan tidak menghargai dengan hidup nya *self harm* juga membuat pelaku yang melakukan jadi dibutakan dengan arti hidup yang seharusnya dapat dimanfaatkan sebaik baiknya oleh kita sendiri dan mereka yang melakukan terlalu menganggap remeh hal tersebut. Bahkan tidak sedikit dari pelaku yang melakukan *self harm* ini berfikir kalau mereka akan mengakhiri hidupnya dengan melakukan *self harm*.²⁷

Pada kasus seperti ini guru BK dapat mengatasinya dengan mengaplikasikan teori psikologi yang ada, pada SMP Plus

²⁶ Wati dan Purnomo, "Peran Guru Bimbingan dan Knseling" 49.

²⁷ Vanda Azmi Sabrina dan Tina Afiatin, "Peran Disregulasi Emosi terhadap Kecenderungan Melakukan Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) pada Remaja", *Jurnal of Psychology*, Vol. 9 No. 2, (2023), Hal. 195.

Salafiyah ini peran guru yang dilakukan adalah menggunakan teori behavior. Yang mana behavior ini berfokus dapat mengubah perilaku negatif yang dilakukan menjadi perilaku yang positif, dengan membuat perjanjian pada siswa agar merubah perilaku tersebut dengan memberikan *reward* bila siswa berhasil melakukan dan akan memberikan *punishment* bila siswa tidak melakukan.²⁸ Tentu dari *reward* dan *punishment* nya perlu ada persetujuan dari siswa tersebut untuk membuat perjanjian yang akan dibuat. Demikian bagan dari kerangka berfikir pada penelitian ini:



Bagan 1 1

Kerangka Berfikir

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian dan Pendekatan

Jenis penelitian pada penelitian ini menggunakan metode penelitian lapangan, penelitian ini dikerjakan secara langsung ke lokasi yang akan diteliti untuk memperoleh data secara langsung,

²⁸ Indra Murthi Saputra, "Teori Belajar Behavioristik Dalam Pembelajaran", *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, Vol. 2 No. 2, (Juni 2023), Hal. 335.

yang mana penelitian lapangan ini memiliki tujuan yang dapat menggambarkan fenomena atau peristiwa yang terjadi dengan mengumpulkan data yang ada dengan tujuan menggambarkan keadaan apa yang ada, dan tanpa manipulasi dengan mengikutsertakan guru BK dan siswa kelas 8 SMP Plus Salafiyah sebagai pengumpulan data nya. Metode pengumpulan data yang dilakukan juga menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan dengan apa adanya dan sesuai keaslian alamiah suatu peristiwa, dengan bertujuan agar dapat diinvestigasi dan dipahami tentang persoalan apa yang terjadi. Penelitian kualitatif ini juga dilakukan agar dapat menggambarkan peristiwa secara naratif dan mudah dipahami, agar kegiatan yang dilakukan serta dampak yang diakibatkan dari peristiwa tersebut dapat dipelajari kembali.²⁹

Alasan penulis menggunakan penelitian kualitatif deskriptif ini adalah supaya dapat mendapatkan informasi yang terkait menjadi lebih mudah diterima dan menggunakan berbagai penelitian dari sumber lain untuk dijadikan referensi penulis. Dengan memodifikasi penelitian yang sudah ada dan menambahkan informasi yang lebih baru lagi dari wawancara dan observasi yang dilakukan maka dapat dikatakan penelitian ini menjadi penelitian yang menarik.

2. Sumber Data

a. Sumber data primer

Suatu bentuk data yang didapatkan dari sumbernya. Data primer dapat berupa pendapat seseorang, keadaan seseorang secara demografi atau ekonomi, dan perilaku masyarakat.³⁰ Penelitian ini sumber datanya dengan menggunakan wawancara dan observasi yang dilakukan oleh 1 guru bimbingan konseling di SMP Plus Salafiyah dan 3 siswa yang mengalami *self harm*

²⁹ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori & Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2017), hlm. 6.

³⁰ Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*, Cet. VII (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2017). hlm. 137.

b. Sumber data sekunder

Data asli yang telah didapatkan dan dikumpulkan dari berbagai sumber. Setelah didapatkan kemudian diolah sehingga dapat dikembangkan untuk bahan penelitian. Sumber data sekunder dapat diperoleh dari tinjauan pustaka dengan membaca buku atau jurnal dan artikel yang relevan serta wawancara dengan pihak yang terkait sehingga dapat membantu dalam penelitian.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan yang digunakan dalam penelitian ini diantaranya:

a. Observasi

Observasi ialah salah satu dari sekian banyak metode yang dapat dilakukan pada penelitian, yang mana dengan cara peneliti terjun langsung ke tempat (lapangan), dengan tujuan agar peneliti dapat mengetahui secara langsung bagaimana peristiwa yang terjadi pada lokasi tersebut.³¹ Teknik yang dilakukan yaitu observasi non partisipatif dengan fokus observasi terhadap peran guru BK, tujuannya agar mendapatkan informasi tentang bagaimana peran yang dilakukan oleh guru BK dalam menangani perilaku *self harm* pada SMP Plus Salafiyah Pemalang.

b. Wawancara

Wawancara menjadi teknik yang banyak digunakan dalam setiap penelitian, dengan menggali informasi yang terkait pada penelitian peneliti dapat mencari tahu lebih dalam tentang bagaimana permasalahan yang terjadi pada penelitian. Cara pengaplikasian teknik ini dengan cara membuat percakapan tanya jawab pada orang yang sekiranya dapat dicari tahu informasinya, dan pada wawancara ini juga dilakukan dengan adanya timbal balik dari kedua belah pihak dengan tujuan untuk

³¹ M. Djunaedi Ghony, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), hlm. 167.

mengumpulkan informasi yang bisa didapat.³² Pada proses wawancara ini peneliti memperoleh data yang dibutuhkan dengan melakukan wawancara langsung terhadap 1 guru BK dan 3 siswa yang melakukan *self harm*, tujuannya untuk memahami serta memvalidasi terkait permasalahan dan penyelesaian *self harm*, yang ada di sekolah SMP Plus Salafiyah Pemalang. Sedangkan teknik yang digunakan dalam wawancara ini peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik yang digunakan pada setiap penelitian dengan tujuan untuk menambah data dan informasi yang sudah didapat dan dijadikan sebagai penguat dalam penelitian.³³ Dengan teknik dokumentasi ini juga peneliti dapat memperoleh informasi tambahan yang dapat dijelaskan dengan penggambaran pada lokasi penelitian. Adapun data yang didapat meliputi, foto kegiatan guru BK, website sekolah, dan absensi siswa.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data pada penelitian kualitatif merupakan, pencarian yang tersusun kepada hasil penelitian yang sudah dilakukan dan dipaparkan pada data lapangan seperti, observasi, wawancara dan dokumentasi. Tujuannya untuk menggambarkan objek penelitian secara sistematis.³⁴ Dalam hal ini, langkah analisisnya adalah:

a. Reduksi data

Reduksi data merupakan proses upaya pemilahan dan memfokuskan terkait hal-hal pokok yang diteliti agar data dapat dikumpulkan dengan mudah. Sedangkan reduksi data ini didapatkan dari lapangan, jadi semakin lama peneliti terjun ke lapangan maka semakin banyak pula jumlah data yang

³² M. Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif, Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya* (Jakarta: Prenada Media Group, 2021), hlm. 111.

³³ Beni Ahmad Saebeni, Yana Sutisna, *Metode Penelitian* (Bandung: Pustaka Setia, 2018), Hal. 19.

³⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2024) Hal. 246.

didapatkan. Pada hal ini peneliti memakai proses yang dilakukan dengan mengutip data-data penelitian yang sesuai dengan rumusan masalah.

b. Penyajian data

Penyajian data adalah penyajian data dalam bentuk bagan, diagram alir, uraian singkat dan lain sebagainya. Lalu kemudian data yang disajikan akan lebih dipermudah untuk dipahami dalam merumuskan strategi selanjutnya berdasarkan pemahaman tersebut. Pada hal ini peneliti memakai data yang disajikan dalam bentuk narasi dan tabel.

c. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan adalah langkah yang dilakukan oleh peneliti untuk membuat penelitian ini menjadi lebih fokus, dan menghubungkan topik penelitian dengan data yang disajikan oleh peneliti, sehingga dapat mempermudah peneliti dalam menarik kesimpulan.

G. Sistematika Penulisan

Secara keseluruhan pada penelitian ini terdapat 5 Bab yang mana pada setiap Bab nya berisikan subbab dan rincian subbabnya antara lain:

Bab I Pendahuluan, berisikan tentang penguraian latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, penelitian terdahulu, metode penelitian, serta sistematika penulisan.

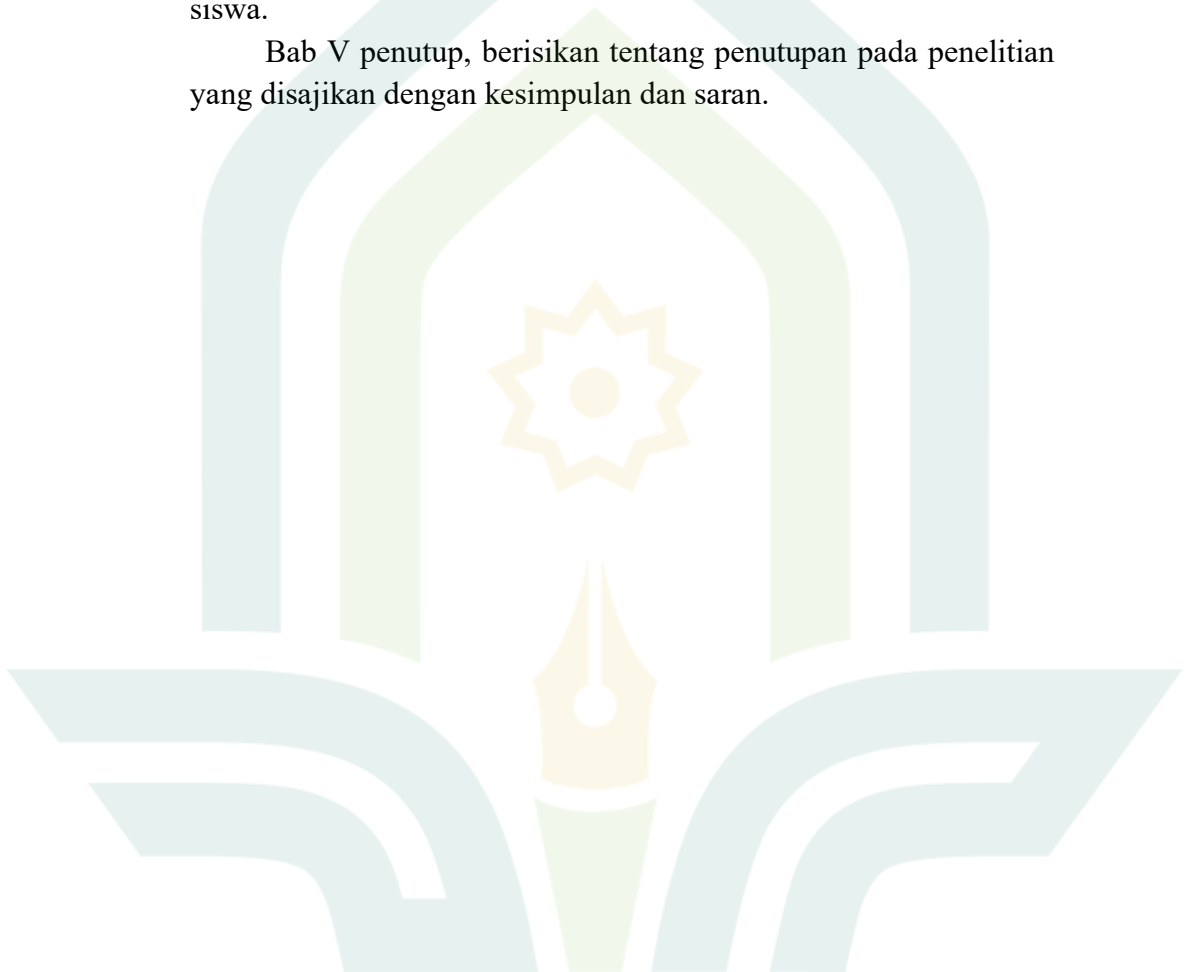
Bab II Peran guru BK dan *self harm*, dalam bab ini peneliti menguraikan peran guru BK dan *self harm*. Pembahasan pertama menjelaskan tentang peran guru BK tentang definisi, jenis dan manfaat dari peran guru BK. Pembahasan selanjutnya menjelaskan tentang pengertian *self harm*, permasalahan *self harm*, faktor-faktor yang mempengaruhi *self harm* dan juga penyelesaian dalam mengatasi *self harm*.

Bab III Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani *Self Harm* Siswa Kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang, pada bab ini menjelaskan dan menguraikan gambaran umum di SMP Plus Salafiyah Pemalang. Berisikan sejarah sekolah, visi dan misi

sekolah, dan struktur keanggotaan sekolah, serta perilaku *self harm* yang dilakukan oleh siswa, dan peran guru BK dalam menangani siswa *self harm*,

Bab IV Analisis Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani *Self Harm* Siswa Kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang, dalam bab ini meliputi dari analisis peran guru BK dalam mengatasi *self harm* yang ada pada siswa kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang, dan analisis *self harm* yang dilakukan oleh siswa.

Bab V penutup, berisikan tentang penutupan pada penelitian yang disajikan dengan kesimpulan dan saran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang peran guru bimbingan konseling dalam menangani *self harm* siswa kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang, disimpulkan bahwa:

1. Perilaku *self harm* pada siswa kelas VIII yang terjadi di SMP Plus Salafiyah Pemalang, diketahui bahwa ditemukannya 3 siswa sebagai penyintas *self harm*. Dari ketiga siswa yang melakukan *self harm* tersebut mereka memiliki motif yang berbeda-beda. Diantaranya ada siswa AP karena sering dirundung di media sosial dan di sekolah, siswa NA karena merasa sering dibandingkan dengan kakaknya, dan siswa KA karena ada permasalahan *broken home*. Jadi dapat disimpulkan dari ketiga siswa tersebut memiliki kesamaan dalam akar permasalahan yaitu sama-sama mengalami kesepian sehingga tidak memiliki tempat untuk bercerita tentang apa yang dialaminya. Lalu diketahui juga dari ketiga siswa tersebut memiliki bentuk *self harm* yang berbeda-beda di antaranya siswa AP memukul kepala hingga mencakar tubuh, sedangkan siswa NA menggores tangan menggunakan ujung pulpen atau jepit rambut, dan siswa KA menggores tangan sama seperti siswa NA akan tetapi siswa KA menggunakan silet atau jarum. Namun dengan adanya peran guru BK dalam menangani siswa yang melakukan perilaku *self harm* tersebut dapat dikatakan bahwa peran guru BK berlangsung secara efektif dan dapat membuat perubahan bagi siswa serta memberikan penanganan yang lebih positif seperti, menulis *diary*, menggambar, dan menulis cerpen.
2. Peran guru bimbingan konseling dalam menangani *self harm* siswa kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang, di antaranya sebagai peran fasilitator yang mana guru BK berperan tidak hanya sebatas mendengarkan melainkan juga memberi masukan dalam memberikan mekanisme koping yang lebih positif seperti menulis *diary*, menggambar dan membuat

cerpen, lalu peran motivator dimana guru BK memberikan validasi terkait perasaan yang dialami oleh siswa sehingga siswa merasa bahwa mereka didukung sepenuhnya oleh guru BK, dan juga peran informator dimana guru BK memberikan sosialisasi atau bimbingan secara klasikal mengenai pentingnya *self management* yang dilakukan oleh siswa agar lebih bermanfaat. Sehingga dari peran-peran yang dilakukan oleh guru BK pada SMP Plus Salafiyah Pematang Jaya dapat dikatakan berhasil dengan cukup baik, dengan terbentuknya karakter siswa merasa memiliki cara yang lebih sehat untuk melampiaskan emosinya.

B. Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti topik serupa, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan memungkinkan dalam pengembangan dapat lebih terkait kondisi spesifik yang dialami oleh perilaku *self harm*. Terutama dalam memberikan terapi pada penyintas *self harm*, dan juga penelitian dilakukan pada remaja yang lebih muda.
2. Bagi siswa harus memerhatikan pendidikan dan edukasi yang diberikan oleh sekolah terkait pentingnya melatih manajemen stress agar terhindar dari tindakan *self harm*, dan bagi siswa yang melakukan *self harm* agar tidak mengulangnya kembali dan dapat menyalurkan emosinya ke hal yang lebih positif.
3. Bagi guru BK, supaya selalu mengawasi dan memberikan dukungan terhadap masalah yang dialami oleh siswa, terutama dalam perilaku *self harm*, agar mereka selalu didampingi dan masalah tersebut dapat terselesaikan. Dengan harapan agar dapat meningkatkan proses belajar atau prestasi siswa secara optimal.