



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*

البديع = *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.

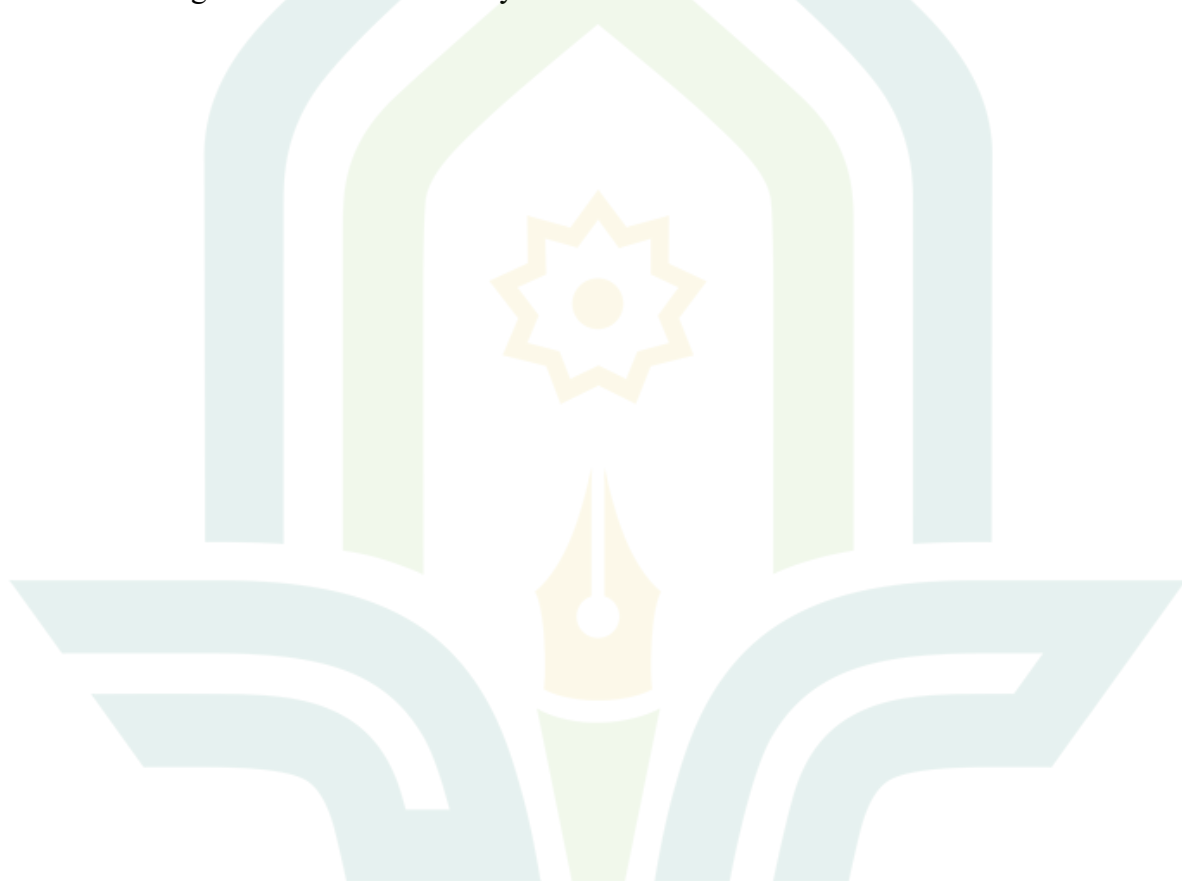
Kata Kunci: Guru Bimbingan Konseling, *Self Harm*, Remaja

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.

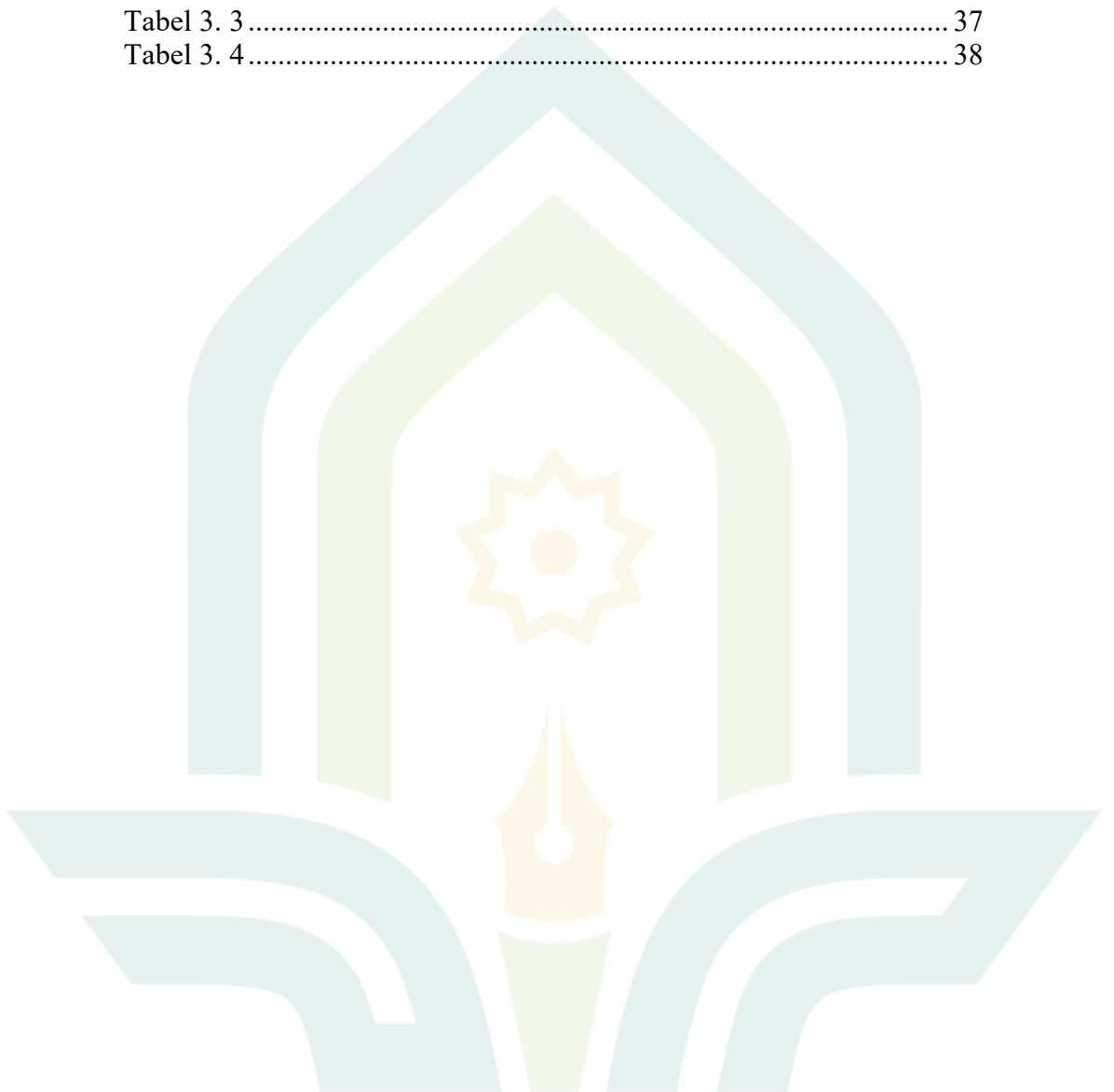


DAFTAR ISI

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



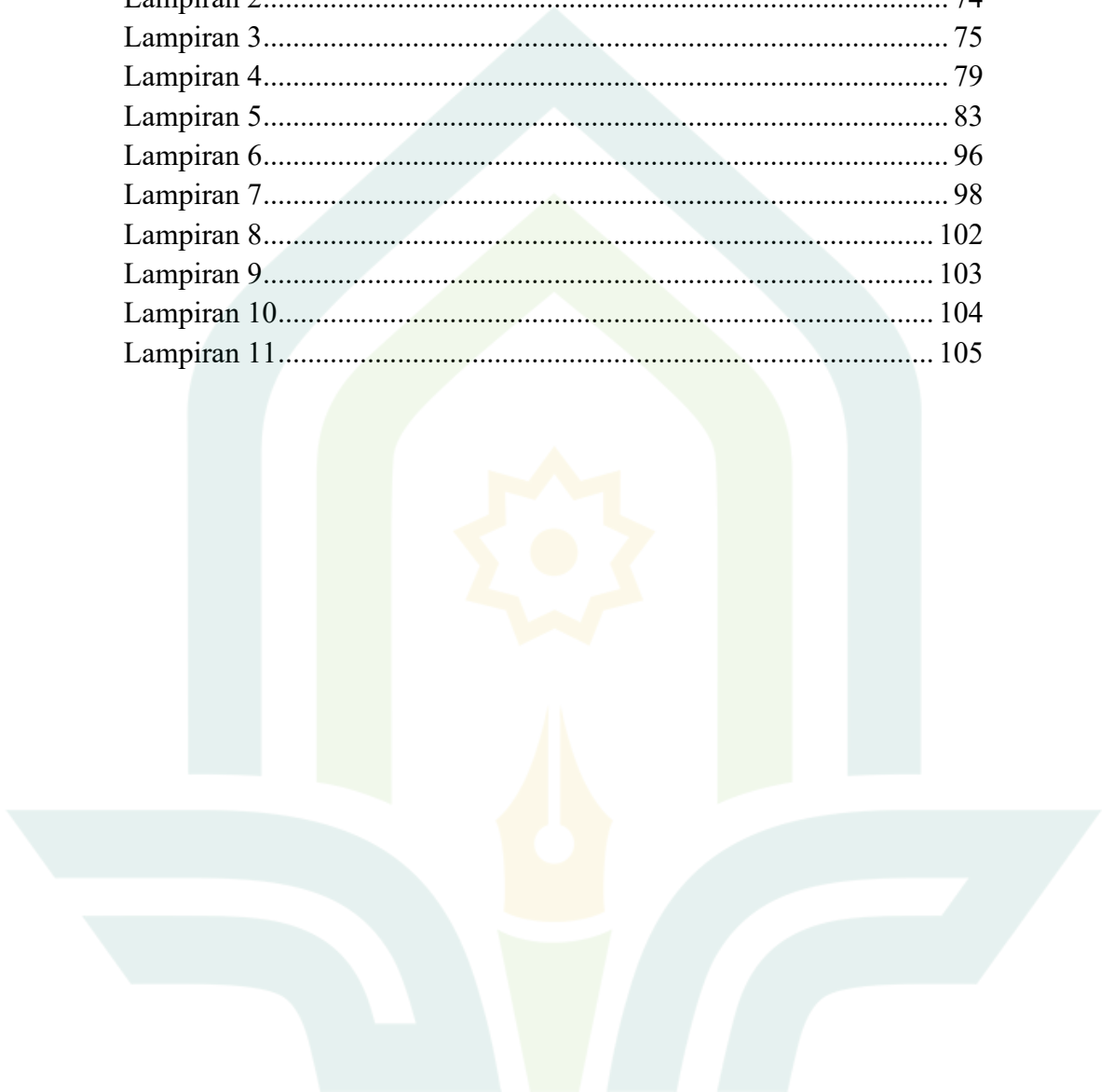
DAFTAR BAGAN

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 Ilatt, "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 Kesepian 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 simpulkan 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.

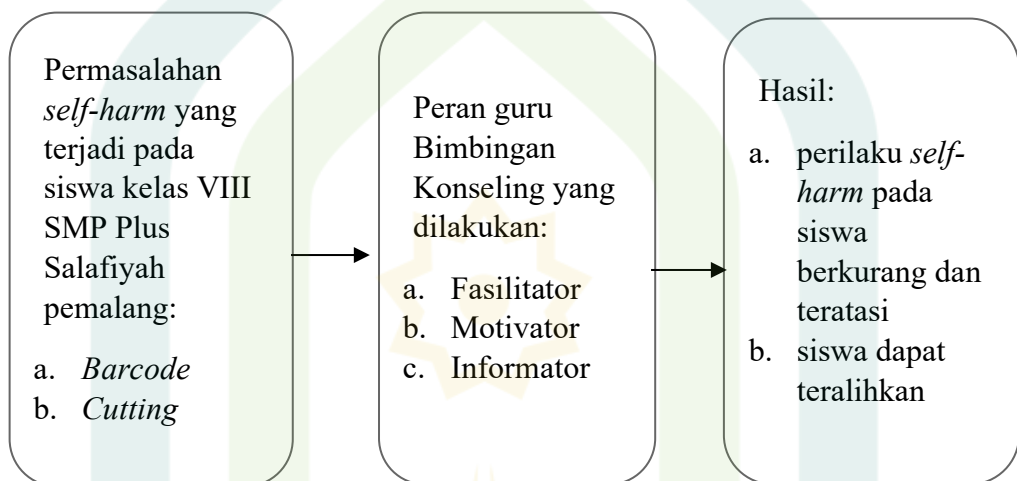
Langkah yang dilakukan oleh guru BK, dalam menangani siswa yang melakukan perilaku *self harm* ini sebagai, fasilitator yang memberikan kesempatan untuk siswa menyuarkan keluh kesahnya, motivator yang memberikan dorongan serta penguatan pada siswa dan informator yang menjelaskan bahwa perilaku ini tidak 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 penelitan 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 peneiti 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.

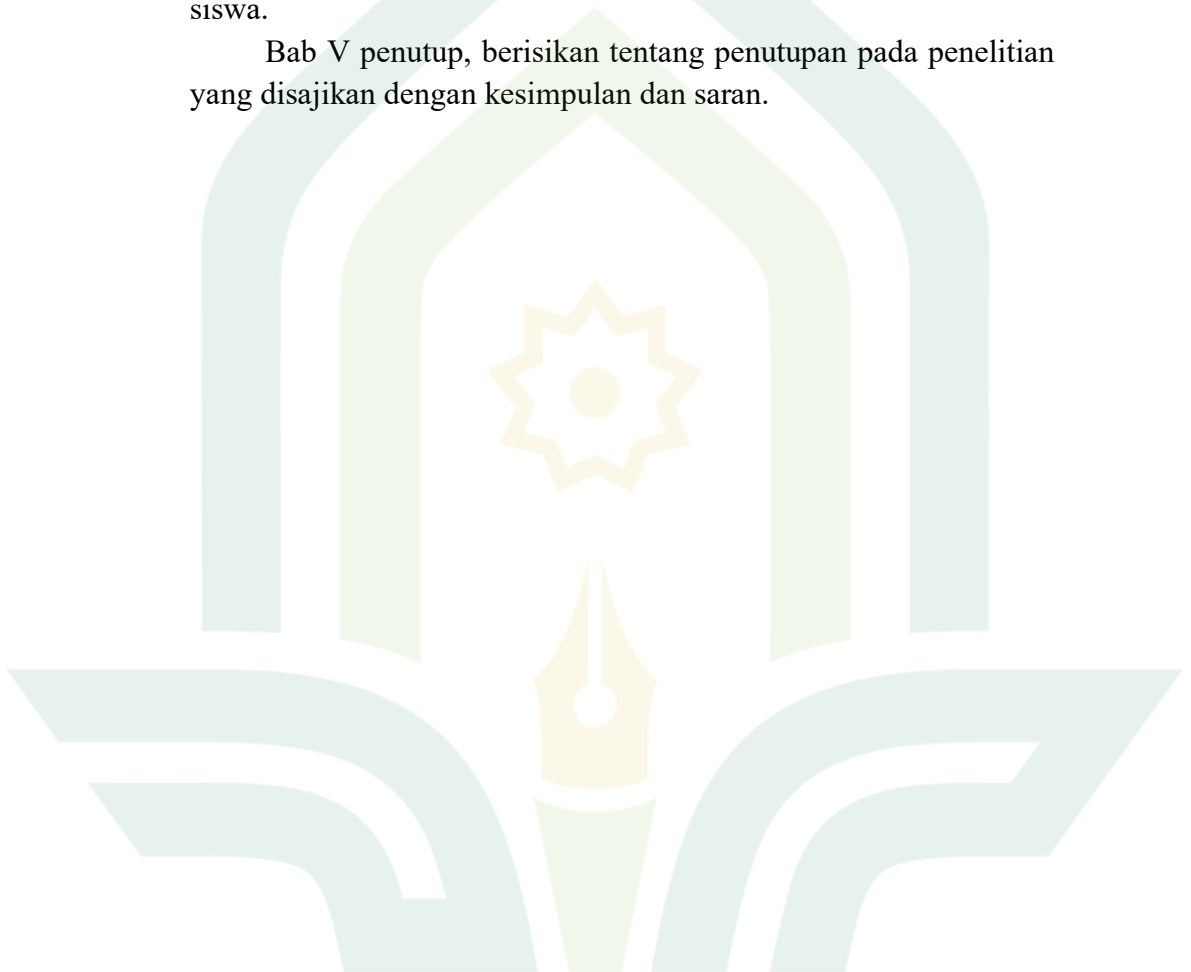
Bab II Peran guru BK dan *self harm*, dalam bab ini peneliti menguraikan peran guru BK dan *self harm*. Pembahasan pertama menjelaskan tentang peran guru BK tentang definisi, jenis dan manfaat dari peran guru BK. Pembahasan selanjutnya menjelaskan tentang pengertian *self harm*, permasalahan *self harm*,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

GURU BIMBINGAN KONSELING DAN *SELF HARM*

A. *Self Harm*

1. Pengertian *Self Harm*

Secara konseptual, *self harm* merupakan perilaku yang dilakukan secara sadar oleh individu dengan tujuan untuk mengekspresikan atau meluapkan perasaan emosional yang negatif melalui luka fisik pada tubuhnya. Menurut Nock dalam penelitiannya, *self harm* didefinisikan sebagai tindakan merusak jaringan tubuh yang dilakukan secara sadardan sengaja, namun sama sekali tidak didasari oleh motivasi untuk bunuh diri. Tindakan ini umumnya mulai marak dijumpai pada fase awal perkembangan remaja, dengan manifestasi perilaku yang dominan berupa tindakan menyayat atau melukai kulit menggunakan benda tajam seperti silet ataupun pisau.³⁵ Sedangkan *self harm* menurut Whitlock adalah, fenomena yang umum terjadi pada masa remaja dan berpotensi berlanjut hingga masa dewasa, dengan puncak kejadian biasanya terjadi pada usia 11 hingga 15 tahun, yaitu awal remaja.³⁶

2. Bentuk *Self Harm*

Self harm atau perilaku menyakiti diri sendiri merupakan masalah kesehatan mental yang kompleks dan banyak ditemukan terutama pada remaja muda. Beberapa permasalahan utama yang sering dijumpai terkait *self harm* menurut penelitian Nock, meliputi:

a. Memotong Diri (*Cutting*)

Memotong diri merupakan perilaku yang biasanya paling umum dilakukan, terutama pada area lengan, paha, maupun perut. Meskipun dikatakan *cutting*, perilaku ini sering dijumpai dengan sebutan *barcode* dikalangan gen z. Tindakan ini biasanya digunakan sebagai cara untuk meredakan atau

³⁵ Nock, "Why Do People Hurt Them selves?" 78...

³⁶ Whitlock dan Llyod-Richardson, *Healing Self Injury*. 12-14...

mengelola rasa emosional yang sangat intens (*affect regulation*).³⁷

b. Membakar Kulit (*Burning*)

Membakar kulit biasanya dilakukan dengan menggunakan korek api, rokok, ataupun benda panas lainnya. Tindakan ini sering kali berfungsi sebagai bentuk hukuman diri atau sebagai cara untuk merasakan nyeri fisik yang nyata sebagai respon terhadap tekanan emosional yang berat.³⁸

c. Menusukkan Benda Tajam ke Tubuh (*Self Embedding*)

Self Embedding ialah perilaku memasukkan benda tajam seperti jarum, klip, atau logam ke dalam jaringan kulit secara sengaja. Perilaku ini lebih sering ditemukan pada pasien psikiatri rawat inap dan biasanya terkait dengan gangguan kejiwaan tertentu, seperti gangguan psikotik, kepribadian, atau gangguan faktisia. *Self Embedding* sering kali sulit terdeteksi karena pelaku cenderung menyembunyikannya dari keluarga maupun tenaga medis.³⁹

d. Membenturkan Kepala atau Memukul Diri

Perilaku membenturkan kepala atau memukul diri sendiri sering dilakukan sebagai cara untuk mengakhirkan pikiran atau melampiaskan amarah yang tertahan pada diri sendiri. Tindakan ini umumnya ditemukan pada remaja yang mengalami trauma masa kecil atau gangguan kontrol impuls, dan biasanya berfungsi sebagai mekanisme koping untuk mengatasi emosi negatif seperti stres, frustrasi, atau kecemasan.⁴⁰

e. Mengelupas Luka atau Menggaruk Berlebihan (*Wound Picking*)

Gangguan ini, yang juga biasa dikenal sebagai *excoriation disorder* atau *dermatillomania*, ditandai dengan

³⁷ Matthew K. Nock, "Self Injury", *Annual Review of Clinical Psychology* 6. 339-363.

³⁸ *Ibid.*

³⁹ Matthew K. Nock and J. Prinstein, "A Functional Approach to the Assessment of Self Mutilative Behavior", *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 72, no. 5 (2004): hal. 886

⁴⁰ *Ibid.*

kebiasaan impulsif mengelupas atau menggaruk kulit sendiri secara berulang, sering kali tanpa disadari. Perilaku ini dapat menyebabkan luka infeksi, jaringan parut, dan berdampak negatif pada fungsi sosial serta kualitas hidup penderitanya. Kondisi ini umumnya muncul pada masa remaja dan sering dipicu oleh stres, kecemasan, atau ketegangan emosional, serta dapat terjadi bersamaan dengan gangguan psikologis lain seperti OCD dan depresi.⁴¹

f. Overdosis atau Konsumsi Zat Secara Sengaja

Overdosis yang disengaja adalah tindakan mengonsumsi obat atau zat dalam jumlah yang melebihi dosis aman tanpa niat untuk bunuh diri (*nonsuicidal overdose*). Meskipun tanpa intens mengakhiri hidup, perilaku ini tetap beresiko tinggi berkembang menjadi percobaan bunuh diri dan memerlukan perhatian serius. Perilaku ini sering terjadi pada individu dengan gangguan mental, stres berat, atau sebagai bentuk melukai diri sendiri, sehingga penanganan medis dan psikologis yang tepat sangat penting untuk mencegah komplikasi serius maupun risiko kematian.⁴²

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Harm*

Dari penjelasan tentang bagaimana bentuk *self harm* yang biasanya dijumpai dapat diartikan semua perilaku atau tindakan dengan bentuk menyakiti diri dilakukan dengan berdasarkan beberapa faktor yang terjadi, diantaranya:

a. Kesulitan Mengelola Emosi dan Stres

Individu yang melakukan *self harm* sering mengalami kesulitan dalam mengatur emosi negatif seperti kecemasan, depresi, dan frustrasi. *Self harm* menjadi mekanisme maladaptif untuk meredakan tekanan emosional yang dirasakan.⁴³

⁴¹ Nock, "Self Injury", Hal. 339-363.

⁴² Matthew K. Nock et al., "Self Injurious Thoughts and Behaviors Interview: Development, Reliability, and Validity in a Adolescent Sample", *Psychological Assessment* 19, no. 3 (2007). Hal. 311.

⁴³ Vanda Azmi Sabrina dan Tina Afiatin, "Peran Disregulasi Emosi Terhadap Kecenderungan Melakukan Perilaku Nonsuicidal Self Injury pada Remaja", *Jurnal of Psychology Gadjah Mada*, Vol. 9, No. 2, (2023) Hal. 202.

b. Pengaruh Trauma dan Lingkungan Sosial

Trauma masa kecil, konflik keluarga, *bullying*, dan kurangnya dukungan sosial merupakan faktor risiko signifikan yang berkontribusi pada munculnya perilaku *self harm*. Paparan kekerasan dan tekanan dari lingkungan sosial dapat memperburuk kondisi psikologis individu.⁴⁴

c. Peran Media Sosial

Penelitian terbaru menunjukkan hubungan antara durasi penggunaan media sosial yang tinggi dengan peningkatan risiko *self harm* pada remaja. Media sosial dapat menjadi media yang mempengaruhi persepsi diri dan memicu perilaku menyakiti diri, terutama bila diwarnai oleh tekanan sosial dan *bullying daring*.⁴⁵

d. Perbedaan Gender

Studi menunjukkan bahwa prevelensi *self harm* lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki, dengan jenis *self harm* yang berbeda-beda. Perempuan cenderung melakukan *self harm* dengan cara menggores atau melukai kulit, sedangkan laki-laki sering melakukan bentuk kekerasan fisik lainnya.⁴⁶

e. Dampak Jangka Panjang

Self harm pada masa remaja berisiko hingga dewasa dan dapat meningkatkan kemungkinan gangguan mental seperti depresi, kecemasan, penyalahgunaan zat, serta percobaan bunuh diri. Perilaku ini juga berdampak pada keterlibatan sosial dan pendidikan.⁴⁷

⁴⁴ Najja Barouatul Afa dan Ali Daud Hasibuan, “Analisis Faktor Penyebab Perilaku *Self Harm* pada Siswa”, Jurnal Tarbiyah, Vol. 31, No. 2, (2024) Hal. 306.

⁴⁵ *Ibid.*, Hal. 299.

⁴⁶ Horvath, C., Szabo, A., and Farkas, J, “Gender Differences in Adolescent *Self Harming Behaviour*”, International Journal of Health Sciences, Vol. 16, No. 4, (2022) Hal. 45-53.

⁴⁷ Zortea, T., Moller, L., dan Bortoluzzi, A, “Psychological Pain and Self Harming Behaviour in Adulthood”, *European Journal of Psychiatry*, Vol. 34, No. 2, Hal. 101-110.

f. Kesulitan Deteksi dan Penanganan

Self harm sering terjadi secara tersembunyi dan tidak mudah terdeteksi oleh keluarga atau tenaga kesehatan. Hal ini menghambat intervensi dini yang sangat penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Pendekatan terapi seperti *Dialectical Behavior Therapy* (DBT) terbukti efektif dalam mengurangi frekuensi *self harm* pada pasien rawat inap.⁴⁸

4. Penanganan *Self Harm*

Self harm merupakan tindakan melukai diri sendiri yang tidak bertujuan untuk bunuh diri, umumnya dilakukan sebagai mekanisme untuk menghadapi tekanan emosional. Penanganan *self harm* perlu dilakukan dengan pendekatan menyeluruh yang mencakup terapi psikologis, dukungan dari lingkungan sosial, serta perawatan medis jika dibutuhkan, dan berikut beberapa upaya bentuk penanganan dalam membantu *self harm*:

a. Terapi dan Konseling

Terdapat beberapa terapi dan konseling yang dapat diterapkan dalam menangani *self harm*, dan yang biasa dijumpai salah satunya dengan, terapi perilaku kognitif (CBT). Terapi tersebut dapat membantu individu mengenali dan mengubah pola pikir negatif yang menjadi pemicu perilaku *self harm* serta mengajarkan pengembangan strategi koping yang lebih sehat dan adaptif.⁴⁹

b. Pengelolaan Emosi

Individu diajarkan untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengatur emosi secara sehat melalui teknik seperti relaksasi, meditasi, olahraga, atau terapi seni. Dalam artian bahwa latihan regulasi emosi penting untuk mencegah

⁴⁸ Fajar Kusumadewi, Yoga, dan Sumarni, “Self Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self Harm”, *Jurnal Psikiatri Surabaya*, Vol. 8, No. 1, (2019) Hal. 24.

⁴⁹ Yurike Delyaputri, Cherryaa Gumay Vara, Salsabila Patrisia, Difani Nurhafizha, Risma Anita Puriani, dan Rizki Novirson, “Fenomena Self Injury pada Remaja”, *Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, Vol. 3 No 2, (2025), Hal. 99.

perubahan *mood* yang ekstrem yang dapat memicu keinginan melakukan *self harm*.⁵⁰

c. Dukungan Sosial

Membangun hubungan sosial yang sehat dengan keluarga, maupun kerabat sangat penting agar individu merasa didukung dan tidak merasa sendiri saat menghadapi dorongan untuk menyakiti diri sendiri. Berbagi pengalaman dengan orang terdekat saat muncul keinginan *self harm* dapat membantu mengalihkan pikiran negatif dan mengurangi resiko tindakan tersebut.⁵¹

d. Penanganan Medis

Perawatan medis segera diperlukan apabila terjadi luka fisik akibat *self harm*. Dan disarankan berkonsultasi kepada dokter agar dapat direkomendasikan untuk penggunaan obat-obatan yang dapat mengendalikan gejala gangguan mental yang mendasari, seperti depresi atau kecemasan.⁵²

e. Menghindari Pemicunya

Dalam hal ini berfokus pada penting nya untuk mengidentifikasi dan menghindari situasi, pikiran, atau lingkungan yang dapat memicu keinginan melakukan *self harm*, guna membantu individu mempertahankan kontrol diri.⁵³

B. Guru Bimbingan Konseling

1. Pengertian Guru Bimbingan Konseling

Pada dasarnya guru bimbingan dan konseling (BK) memiliki hubungan yang sangat erat dengan seluruh proses bimbingan di sekolah. Berbeda dengan guru mata pelajaran, guru BK tidak andil secara langsung dalam pembelajaran klasikal akademik di kelas, melainkan bergerak dalam ranah fasilitasi perkembangan psikologis dan sosial siswa. di lingkungan pendidikan, keberadaan

⁵⁰ Kandar, Dessy Dwi Cahyaningrum, dan Rian Kusuma Dewi, “Manajemen Individu dengan Resiko Self Harm: Mengelola Resiko dan Bahayanya pada Diri Sendiri”, *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol. 12 No. 1, (2024), Hal. 6.

⁵¹ Yurike, et al., “*Fenomena Self Injury pada Remaja*”...

⁵² M, Fardi Anugraha et al., “*Self Harm and Suicide in Adolescents*”...204

⁵³ Kandar et al., “*Manajemen Individu dengan Resiko Self Harm: Mengelola Resiko dan Bahayanya pada Diri Sendiri*”...

guru BK lazim dijumpai untuk membantu kelancaran proses pembelajaran bagi siswa, terutama bagi mereka yang memiliki problematika pribadi, belajar, karier, maupun dalam lingkungan sosialnya.

Guna memahami hakikat profesi ini, W.S. Winkel dan Sri Hastuti menegaskan bahwa guru bimbingan dan konseling adalah tenaga profesional yang telah mendapatkan pendidikan khusus di perguruan tinggi dan sepenuhnya mengabdikan waktunya untuk memberikan pelayanan bimbingan dan konseling di institusi pendidikan. Tenaga ahli ini memegang tanggung jawab penuh dalam menyediakan berbagai program layanan bimbingan kepada siswa, sekaligus berperan sebagai konsultan bagi staf sekolah, guru mata pelajaran, dan orang tua.⁵⁴ Sejalan dengan pandangan tersebut, Prayitno dan Erman Amti menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (konselor/guru BK) kepada individu atau sekelompok individu agar mereka mampu mengembangkan kemampuan dirinya secara mandiri.⁵⁵ Melalui pemikiran ini, guru BK ditekankan sebagai stimulator dan fasilitator ahli yang mendampingi siswa agar dapat mencapai kemandirian psikologis serta kematangan emosi di sekolah.

Selain bertindak sebagai fasilitator pengembangan diri, guru BK juga memegang peran penting dalam proses pengentasan masalah siswa. Sebagaimana dikemukakan oleh Namora Lumongga Lubis, sebagai individu yang paling memahami dasar-dasar dan teknik konseling secara luas, seorang konselor profesional harus mampu menguasai berbagai keterampilan intelektual guna memberikan layanan yang unik, bermakna, serta

⁵⁴ W.S. Winkel dan Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2012), Hal. 45.

⁵⁵ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), Hal. 99.

mendampingi siswa hingga mereka mampu menemukan dan mengatasi masalah yang dihadapinya.⁵⁶

Berdasarkan uraian para tokoh di atas, dapat disintesis bahwa guru BK adalah pendidik profesional eksklusif di sekolah yang memiliki kualifikasi akademik khusus untuk menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling demi memandirikan siswa. keberadaan guru BK menjadi sangat krusial dalam mendeteksi dan menangani berbagai hambatan nyata yang dihadapi siswa, baik yang bersifat verbal, maupun nonverbal. Hambatan atau persoalan yang kerap ditemui dalam dinamika sekolah saat ini di antaranya adalah perilaku *bullying*, perkelahian antar siswa, penurunan motivasi belajar, hingga problematika psikologis yang lebih kompleks. Mengingat sebagian besar permasalahan remaja kerap bersumber dari faktor di luar sekolah, setiap gejala perilaku menyimpang tidak dapat dianggap sepele. Oleh karena itu, seluruh aktivitas pelayanan yang dirancang oleh guru BK harus diarahkan pada pencapaian tujuan institusi, yaitu menyediakan layanan protektif dan kuratif yang mendukung siswa mencapai perkembangan optimal serta membantu mereka mengatasi berbagai hambatan hidup yang sedang dihadapi.

2. Jenis Peran Guru Bimbingan Konseling

Dalam menghadapi berbagai dinamika dan permasalahan yang ditimbulkan oleh peserta didik di sekolah, guru BK memegang kendali operasional dalam memberikan berbagai bentuk penanganan strategis. Prayitno menjelaskan bahwa peran profesional guru BK tidak hanya terbatas pada pemberian bantuan personal secara individual melalui ruang konseling (aspek klinis), melainkan juga mencakup peran manajerial yang komprehensif.⁵⁷ Peran manajerial ini diwujudkan melalui perencanaan, pengorganisasian, dan pelaksanaan layanan bimbingan terstruktur yang mampu memotivasi siswa, melibatkan

⁵⁶ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, Cet. IV (Jakarta: Kencana, 2022), Hal. 21.

⁵⁷ Prayitno, *Konseling Profesional yang Berhasil*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2005), Hal. 122.

peran serta orang tua secara aktif, serta menyediakan tindakan pengayaan (*enrichment*) psikologis guna memastikan seluruh aspek perkembangan siswa berjalan secara optimal.

Di samping peran manajerial dan layanan klinis tersebut, dalam konstelasi interaksi pendidikan di sekolah, peran guru BK juga bersinggungan erat dengan aktivitas instruksional dan pedagogis. Sadirman A.M. mengemukakan sejumlah peran strategis guru pembimbing dalam proses interaksi belajar mengajar di sekolah, yang meliputi Sembilan peran utama sebagai berikut:⁵⁸

a. Sebagai Informator

Guru BK berperansebagai pusat dan sumber informasi utama di sekolah. Peran ini diwujudkan melalui pemberian data, pengetahuan, serta penyediaan layanan informasi terkait aktivitas akademik, pemahaman diri, tugas perkembangan, maupun informasi karier yang relevan bagi masa depan siswa.

b. Sebagai Organisator

Guru BK bertanggung jawab mengorganisasikan dan mengola berbagai program pelayanan bimbingan secara terstruktur. Hal ini mencakup perancangan program mingguan, bulanan, hingga tahunan agar pelaksanaan bimbingan dapat membantu siswa beradaptasi secara efektif dengan lingkungan sekolah, staf pengajar, maupun teman sebaya.

c. Sebagai Motivator

Guru BK dituntut mampu memberikan dorongan, stimulasi, dan rangsangan positif agar potensi terpendam yang dimiliki siswa dapat berkembang secara maksimal. Melalui peran ini, guru BK menumbuhkan inisiatif (*swadaya*) dan kreativitas (*daya cipta*) siswa dalam mengatasi hambatan belajarnya.

⁵⁸ Sadirman A.M. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2011), Hal. 142-144.

d. Sebagai Director

Dalam peran ini, guru BK berfungsi mengarahkan dan membimbing perilaku serta kebiasaan belajar siswa agar senantiasa selaras dengan tujuan pendidikan nasional. Guru BK membantu siswa mengarahkan diri dalam pembentukan karakter yang adaptif.

e. Sebagai Inisiator

Guru BK bertindak sebagai pencetus ide-ide kreatif dan inovatif dalam merancang strategi pemberian layanan bantuan. Guru BK dituntut aktif menginisiasi program bimbingan yang kontekstual dan sesuai dengan tren probematika remaja saat ini.

f. Sebagai Transmitor

Guru BK bertugas menyampaikan atau meneruskan nilai-nilai karakter, kebijakan bimbingan, serta regulasi sekolah kepada siswa dan komunitas sekolah demi terciptanya lingkungan belajar yang kondusif

g. Sebagai Fasilitator

Guru BK berkewajiban menyediakan fasilitas, media, kemudahan, serta kenyamanan psikologis seperti tersedianya ruang konseling yang representatif guna mendukung kelancaran proses pengentasan masalah siswa.

h. Sebagai Mediator

Guru BK bertindak sebagai penengah yang netral dan bijaksana dalam menjembatani konflik atau permasalahan interaksional yang dialami siswa, baik konflik antar siswa, siswa dengan guru mata pelajaran, maupun siswa dengan orang tua.

i. Sebagai Evaluator

Guru BK memiliki otoritas untuk melakukan penilaian dan evaluasi terhadap efektivitas layanan bimbingan yang telah diberikan serta memantau perkembangan perilaku sosial psikologis siswa secara berskala sebagai dasar menentukan langkah tindak lanjut (*follow up*).

3. Tujuan Pelayanan Guru Bimbingan dan Konseling dalam Pendampingan Kasus di Sekolah

Setelah mengkaji hakikat pengertian dan keragaman peran guru BK di sekolah, komponen teoritis berikutnya yang krusial untuk dipahami adalah tujuan dari diselenggarakannya pelayanan tersebut. Secara makro, Prayitno dan Erman Amti menegaskan bahwa tujuan umum dari bimbingan dan konseling adalah untuk memandirikan individu, yang dijabarkan ke dalam kemampuan memahami diri, menerima diri, mengambil keputusan, serta mengarahkan dan mengaktualisasikan diri secara positif.⁵⁹ Dalam konteks protektif di sekolah, seluruh muara kemandirian tersebut ditujukan agar siswa memiliki ketahanan psikologis sehingga terhindar dari perilaku-perilaku destruktif yang merugikan diri sendiri, seperti fenomena menyakiti diri.

Lebih lanjut, Tohirin menjelaskan bahwa tujuan bimbingan dan konseling di sekolah diarahkan untuk membantu siswa mencapai tugas-tugas perkembangan secara optimal dalam aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier.⁶⁰ Mengacu pada landasan pendampingan terhadap berbagai kasus psikologis maupun kedisiplinan siswa di sekolah dapat dirinci sebagai berikut:

a. Menyelenggarakan Layanan Konseling Individual dan Kelompok yang Responsif

Bertujuan untuk memfasilitasi pengentasan ketegangan emosional dan roblem pribadi sosial siswa melalui intervensi klinis yang intensif, sehingga siswa mendapatkan dukungan emosional untuk keluar dari krisis psikologis yang dihadapinya.

b. Meningkatkan Kemampuan Adaptasi Sosial dan Emosional Siswa

Bertujuan membentuk karakter siswa yang adaptif dan memiliki regulasi emosi yang matang, guna meminimalisir

⁵⁹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), Hal. 114-116.

⁶⁰ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2007), Hal. 26-28.

pelarian stres ke arah tindakan menyimpang atau perilaku mencederai diri sendiri.

- c. Membangun Pendekatan Kolaboratif dengan Orang Tua dan Guru

Bertujuan menciptakan keselarasan tindakan penanganan kasus antara pihak sekolah dan keluarga melalui layanan konsultasi maupun kunjungan rumah, sehingga pemulihan kondisi psikologis siswa berjalan berkesinambungan.

- d. Mencegah Perilaku Negatif dan Tindakan Devian di Lingkungan Sekolah

Bertujuan mereduksi potensi terjadinya kasus-kasus pelanggaran tata tertib, perkelahian, maupun perilaku perundungan melalui program edukasi preventif yang sistematis dan berkelanjutan.

- e. Menginisiasi Program Tutor Sebaya dan Pengembangan Diri

Bertujuan membentuk wadah pendukung sesama siswa demi meningkatkan rasa percaya diri, kepedulian sosial, serta kemandirian kelompok dalam mendeteksi dini indikasi stres pada teman sebaya.

- f. Mengarahkan Siswa dalam Pengambilan Keputusan yang Bertanggung Jawab

Bertujuan membimbing penalaran objektif siswa agar mampu memilih solusi pemecahan masalah secara rasional dan bertanggung jawab, baik dalam ranah akademik maupun non akademik.

- g. Mengelola Layanan Bimbingan dan Konseling secara Terintegrasi dan Terstruktur

Bertujuan memastikan seluruh manajemen program BK mulai dari perencanaan layanan, pelaksanaan pendampingan kasus, hingga evaluasi akhir berjalan secara terorganisir demi terciptanya efektivitas penanganan yang komprehensif.

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

A. Gambaran Umum SMP Plus Salafiysh Pemalang

1. Profil SMP Plus Salafiyah Pemalang

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| a. Nama Sekolah | : SMP Plus Salafiyah Pemalang |
| b. NPSN | : 20324284 |
| c. Jenjang Pendidikan | : SMP |
| d. Status Sekolah | : Swasta |
| e. Kurikulum Kitab | : Extra |
| f. Alamat Sekolah | : Jl. Kauman, No. 17 Kebondalem |
| RT/RW | : 004/006 |
| Kelurahan | : Kebondalem |
| Kecamatan | : Pemalang |
| Kabupaten/Kota | : Pemalang |
| Provinsi | : Jawa Tengah |
| Negara | : Indonesia |
| g. SK Pendirian Sekolah | : 425.1/1797/DP/2002 |
| h. Tanggal SK Pendirian | : 29-05-2002 ⁶¹ |

2. Sejarah Berdirinya SMP Plus Salafiyah Pemalang

SMP Plus Salafiyah Pemalang merupakan salah satu sekolah menengah pertama unggulan yang berlokasi di Jalan Kauman No. 17, Desa Kebondalem, Kecamatan Pemalang, Jawa Tengah. Kecamatan Pemalang memiliki wilayah seluas 1.115 km² dan terletak sangat strategis di pusat kota, tepatnya di sekitar alun-alun Pemalang, sehingga akses menuju sekolah ini sangat mudah dijangkau dari berbagai arah. Dengan posisi yang strategis dan berada dalam satu yayasan dengan Pondok Pesantren Salafiyah, SMP Plus Salafiyah menjadi pilihan favorit bagi para orang tua yang ingin melanjutkan pendidikan anaknya. Kepercayaan orang

⁶¹ Dokumen Arsip SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang, Dikutip tanggal 17 Juli 2025

tua semakin tinggi karena integrasi pendidikan formal dengan nilai-nilai pesantren, bahkan banyak yang juga menitipkan anak-anaknya untuk tinggal dan belajar di pondok pesantren tersebut.⁶²

SMP Plus Salafiyah merupakan lembaga pendidikan formal yang berada di bawah naungan Yayasan Pendidikan Islam (YPI) Salafiyah, yang juga membawahi Pondok Pesantren Salafiyah Kauman Pemalang. Sebagai sekolah swasta dengan status akreditasi A, SMP Plus Salafiyah telah memperoleh Surat Keputusan (SK) Pendirian dan SK Izin Operasional pada tanggal 29 Mei 2002. Selain bidang pendidikan formal, YPI Salafiyah juga mengelola Majelis Kelompok Pengajian Manasik Haji dan Sema'an Al-Quran. Kegiatan pembelajaran di SMP Plus Salafiyah dilaksanakan setiap hari Senin hingga Kamis pukul 07:00 hingga 13:20 WIB, hari Jumat pukul 07:00 hingga 11:00 WIB, serta hari Sabtu pukul 07:00 hingga 12:30 WIB.

3. Visi, Misi dan Tujuan SMP Plus Salafiyah Pemalang

Visi:

“Terwujudnya anak bangsa yang berilmu, bertaqwa, bermartabat dan berakhlakul karimah berdasarkan ajaran agama dan nilai-nilai luhur budaya bangsa”. Supaya mudah diingat visi tersebut dapat disingkat menjadi berilmu, bertaqwa, bermartabat dan berakhlakul karimah.⁶³

Misi:

“Membentuk dan menyiapkan siswa/santri menjadi generasi muda yang berilmu, beriman, bertaqwa serta menyiapkan sikap mental/kesamaptan, berwibawa dengan menjunjung tinggi nilai-nilai akhlakul karimah yang sesuai dengan ajaran agama islam”.⁶⁴

⁶² Dokumen Arsip SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang, Dikutip tanggal 17 Juli 2025

⁶³ Dokumen Arsip SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang, Dikutip tanggal 17 Juli 2025

⁶⁴ Dokumen Arsip SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang, Dikutip tanggal 17 Juli 2025

Tujuan:

- a. Menyelenggarakan bimbingan dan pembelajaran yang efektif dalam rangka optimalisasi pembangunan prestasi akademik peserta didik.
- b. Mengembangkan minat, bakat dan potensi kreatif peserta didik di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi, seni, olahraga dan keterampilan. Sehingga dapat terwujud dalam bentuk perolehan prestasi bidang akademik maupun non akademik.
- c. Membentuk watak, karakter akhlakul karimah peserta didik dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai luhur budaya bangsa dan ajaran agama melalui pendidikan budi pekerti yang terintegrasi pada mata pelajaran melalui praktik keseharian serta melalui keteladanan (*Uswatun Khasanah*).
- d. Mengupayakan terpenuhinya kebutuhan sarana dan prasarana, fasilitas sekolah guna memberikan layanan pendidikan yang bermutu.
- e. Mengimplementasikan manajemen berbasis sekolah yang mengedepankan partisipasi, transparansi, fleksibilitas dan akuntabilitas.
- f. Meningkatkan kompetensi tenaga pendidik dan kependidikan agar menjadi professional yang amanah.
- g. Membangun kebersamaan antar warga sekolah serta antar sekolah dan masyarakat (*stakeholder*) dalam rangka menciptakan suasana pendidikan dan kondusif.⁶⁵

4. Struktur Organisasi SMP Plus Salafiyah Pemalang⁶⁶

No	Nama	Jabatan
1.	KH. Drs. Moh Romadhon	Ketua Yayasan
2.	H. Akhmad Khamdan, S.IP	Kepala Sekolah
3.	Abu Bakar, S.S	Wakil Kepala Sekolah
4.	KH. Aunnurofiq, S.H	Komite Sekolah

⁶⁵ Dokumen Arsip SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang, Dikutip tanggal 17 Juli 2025

⁶⁶ Dokumen Arsip SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang, Dikutip tanggal 17 Juli 2025

5.	Mansur	Ka. Kesekretarian
6.	Mufti Ali Alamsyah, S.Pd	PP Kurikulum
7.	Salman Al Farisi, S.AB	PP Ur Kesiswaan
8.	Lukman Hakim, S.Pd.I	PP Ur Humas
9.	Komarudin, S.Pd	PP Ur Sanpra
10.	Robiatul Adawiyah, S.Pd	Koordinator BK/BP
11.	Chotimatul Chusna, S.T	Ka. Lab IPA
12.	Miftachul Hidayati, S.Ag	Bendahara I
13.	Iswatun Faiszati, S.Pd	Bendahara II

Tabel 3. 1

Struktur Organisasi SMP Plus Salafiyah Pemalang

5. Daftar Guru dan Karyawan SMP Plus Salafiyah Pemalang⁶⁷

No.	Nama	Jabatan	Gelar
1.	KH. Drs. Moh Romadhon	Kepala Yayasan	S.1
2.	H. Akhmad Khamdan, S.IP	Kepala Sekolah	S.1
3.	Eddi Riyanto, S.Pd	Guru IPS IX A, B	S.1
4.	Nur Achyati, S.Pd	Wali Kelas VIII D	S.1
5.	Munawaroh, S.Pd	Wali Kelas IX B	S.1
6.	Hijrah Filjanah, S.Pd	Wali Kelas VII C, Guru BK Kelas VIII	S.1
7.	Tuti Nur Afiah, S.E	Guru Prakarya VIII dan IX	S.1
8.	Nur Fitrotul M, S.Pd	Wali Kelas VII C	S.1
9.	Komarudin, S.Pd	Wali Kelas VIII A, PP. Urs. Sapra, Pemb. Pramuka	S.1
10.	Asri Nur Khikmah, S.P	Wali Kelas VIII B	S.1
11.	Nelly Himiyah, S.P	Wali Kelas VII D	S.1
12.	Vina Fawziyah, S.Pd	Guru PKn VII B, C, D, VIII	S.1
13.	Akhsanul Arifin, S.Pd.I	Guru PAI VII A, B, Aswaja VII, VIII	S.1

⁶⁷ Dokumen Arsip SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang, Dikutip tanggal 17 Juli 2025

14.	Lukman Hakim, S.Pd.I	Wali Kelas IX A, BP Kelas VII, PP. Urs. Humas	S.1
15.	Amalia Ulfah, S.Pd	Wali Kelas VII B, Pemb. Pramuka	S.1
16.	Miftachuridwan, S.Pd.I	Guru Alquran & Hadist VII, VIII & IX, IPS VII A, B	S.1
17.	Isrin Nasifah, S.Pd	Wali Kelas VII A, Pemb. Pramuka, Guru Piket	S.1
18.	Ghufron Azhari	Guru B. Jawa VII, VIII, XI	SMA
19.	M. Yusuf Saepulloh	Wali Kelas VII A, Pemb. Pramuka, Guru Piket	SMA
20.	Maziyah	Staf I, Bendahara II	SMA
21.	Lina Oktalatifah, S.E	Staf IV, Pustakawan	S.1
22.	Muh. Iksan Subekhi	Penjaga Sekolah (Satpam)	STM

Tabel 3. 2

Daftar Guru dan Karyawan SMP plus Salafiyah Pemalang

Adapun peserta didik di SMP Plus Salafiyah setiap tingkat kelasnya memiliki jumlah yang berbeda-beda dengan rincian sebagai berikut:

No.	Kelas	Jumlah Peserta Peserta Didik
1.	VII	172
2.	VIII	198
3.	IX	155
Jumlah		525

Tabel 3. 3

Jumlah Peserta Didik

6. Sarana Prasarana⁶⁸

Fasilitas di SMP Plus Salafiyah Pemalang sudah memadai dan layak untuk menunjang proses pembelajaran serta berbagai kegiatan lainnya. Adapun sarana dan prasarana yang tersedia sebagai berikut:

No.	Nama	Jumlah
1.	Ruang Kelas	12
2.	Ruang Laboratorium	2
3.	Ruang Keterampilan	1
4.	Ruang Perpustakaan	1
5.	Ruang Kepala Sekolah	1
6.	Ruang Guru	1
7.	Ruang Tata Usaha	1
8.	Ruang UKS	1
9.	Ruang BK	1
10.	Ruang Serbaguna	1
11.	Ruang OSIS	1
12.	Mushola	1
13.	Gudang	1
14.	Toilet	5
15.	Lapangan	1
16.	Asrama	2
	Jumlah	33

Tabel 3. 4

Sarana Prasarana

Jumlah guru di SMP Plus Salafiyah Pemalang pada tahun ajaran 2024/2025 secara keseluruhan mencapai 30 orang. Data yang ada menunjukkan bahwa kebutuhan tenaga pengajar sudah terpenuhi, dengan kualitas pendidik dan tenaga kependidikan rata-rata mencapai 95% lulusan Strata 1 (S1). Selain itu, sekitar 90% guru di SMP Plus Salafiyah Pemalang merupakan alumni pondok

⁶⁸ Observasi di SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang Pada tanggal 17 Juli 2025

pesantren. Jam mengajar di antara para guru relative merata, mereka siap dalam melaksanakan tugas mengajar, serta memiliki motivasi untuk terus mengembangkan diri.

B. Kondisi Perilaku *Self Harm* pada siswa Kelas VIII di SMP Plus Salafiyah Pemalang

Perilaku *self harm* adalah tindakan melukai diri sendiri yang dilakukan secara sengaja tanpa adanya niat untuk bunuh diri, yang bertujuan mengatasi emosi negatif atau tekanan psikologis. Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan di lapangan saat mendampingi siswa kelas 8 di SMP Plus Salafiyah Pemalang, ditemukan beberapa bentuk perilaku *self harm* diantaranya sebagai berikut:

1. Penyebab *self harm* pada siswa

Pada hal ini siswa dan siswi yang mengalami *self harm* memiliki penyebab untuk melakukan *self harm*, dengan berbagai bentuk yang berbeda diantaranya seperti yang diutarakan oleh siswa AP (L):

*“Aku sering dibully di media sosial sama di sekolah mas. Mereka ngejek aku aneh, terus ada temen dekat aku yang tiba-tiba ngejauhin aku. Rasanya kaya semua orang benci sama aku”*⁶⁹

Dari ungkapan yang diberikan siswa AP, dapat diartikan bahwa dia melakukan *self harm* dengan didasari adanya perundungan yang dilakukan baik di dunia maya maupun dunia nyata oleh teman sebayanya. Ini menunjukkan bahwa *bullying* telah merengut rasa aman siswa dan menyebabkan trauma psikologis yang mendalam baginya, sehingga itu menjadikannya pemicu dalam melakukan perilaku *self harm*. Hal ini diperkuat oleh hasil pengamatan peneliti di area sekolah, di mana siswa AP menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan seperti sering

⁶⁹ Siswa AP, Wawancara Pribadi, Pemalang 23 Juli 2025

menyendiri di sudut kelas saat jam istirahat dan cenderung menarik diri dari aktivitas kelompok teman sebaya.⁷⁰

Sementara itu yang diutarakan siswa NA (P) sebagai berikut:

“Aku sering merasa bodoh dan ga berguna mas. Prestasi di sekolah juga kurang, terus orang tua sering bandingin aku sama kakak, rasanya kaya ga ada yang hargain aku.”⁷¹

Dari ungkapan siswa NA yang diberikan, tergambar bahwa adanya tekanan psikologis yang dia terima berasal dari lingkungan keluarga, khususnya perlakuan membanding-bandingkan, yang berujung pada keruntuhan harga diri siswa, dan itu juga yang membuat siswa NA merasa bahwa keberadaannya tidak dihargai. Kondisi ini sejalan dengan hasil pengamatan peneliti, di mana siswa NA cenderung menunjukkan sikap cemas, dan kurang percaya diri saat proses belajar. Selain itu, berdasarkan observasi perilaku, siswa NA tampak sangat sensitive ketika membahas nilai akademis dan kedapatan memiliki gestur gelisah.⁷²

Sedangkan siswa KA (P) memberikan penjelasan sebagai berikut:

“Itu mas, ada masalah di rumah. Orang tua sering berantem, terus aku sering dimarahin. Rasanya kaya aku sendirian banget mas, di sekolah juga kadang ada masalah sama temen, jadi rasanya sakit banget.”⁷³

Dari pernyataan yang diberikan siswa KA, menjelaskan kondisi siswa yang terjebak dua stres eksternal dan internal, yang secara kolektif menghancurkan rasa amannya. Hal ini berpuncak pada perasaan isolasi emosional yang mendalam, di mana dalam kondisi ini siswa merasa benar-benar sendirian dan tidak memiliki *support system* yang kuat sehingga ia terjerumus untuk melakukan *self harm*. Kondisi keterpurukan emosional ini terlihat

⁷⁰ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa AP, Pemalang 23 Juli 2025

⁷¹ Siswa NA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

⁷² Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa NA, Pemalang 21 Juli 2025

⁷³ Siswa KA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

nyata melalui pengamatan peneliti, di mana siswa KA sering terlihat melamun saat sedang belajar.⁷⁴

2. Bentuk *self harm* yang dialami siswa.

Sedangkan dari segi bentuk perilaku *self harm* yang dilakukan oleh pelaku juga berbeda-beda, dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti mendapatkan beberapa bentuk *self harm* yang dilakukan sebagai berikut:

Siswa AP (L) mengungkapkan:

*“Awalnya aku baca di internet mas, katanya itu bisa bantu. Aku ngerasa butuh sesuatu yang bisa aku control. Sakit di hati kan gabisa diatur ya mas, nah kalo sakit di fisik bisa. Gitu sih mikirnya. Aku biasanya mukulin kepala sendiri mas, atau ga cakar-cakar badan mas, sampai lebih lega.”*⁷⁵

Berdasarkan pernyataan yang diungkapkan oleh siswa AP, dapat di katakan bahwa siswa tersebut sedang mencari cara untuk mendapatkan kembali kendali atas penderitaan batin mereka tidak teratur dan mereka menemukan cara untuk mengatur penderitaan tersebut melalui rasa sakit fisik. Yang awalnya didapatkan dari informasi internet, hingga akhirnya mencoba untuk melakukan nya sendiri. Sampai akhirnya sadar bahwa perilaku itu negatif. Hal ini selaras dengan pengamatan peneliti, di mana siswa AP menunjukkan penanda fisik berupa bekas kemerahan di area lengan.⁷⁶

Siswa NA (P) mengungkapkan:

“Aku ga tau harus ngapain lagi. Aku bingung mau lampiasin kemana. Rasanya sakit di hati tuh bener-bener ga enak banget mas. Jadi aku nyoba buat ngalihin rasa sakit itu ke fisik, biar kepikirannya cuma sakitnya aja. Aku biasanya pake ujung pulpen

⁷⁴ Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa KA, Pemalang 21 Juli 2025

⁷⁵ Siswa AP, Wawancara Pribadi, Pemalang 23 Juli 2025

⁷⁶ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa AP, Pemalang 23 Juli 2025

atau jepit rambut mas, buat ngegores tangan atau paha biar ga terlalu keliatan.”⁷⁷

Dari hasil pernyataan siswa NA tersebut, dikatakan bahwa dia sedang dalam kondisi kebingungan emosional dan keputusan. Untuk mengatasi rasa sakit emosional yang terasa tidak terkendali, dia secara sadar memilih rasa sakit fisik sebagai mekanisme pengalihan. Tujuan dilakukannya karena ingin menyederhanakan penderitaan mereka, mengubah fokus dari kekacauan batin yang kompleks menjadi rasa sakit fisik yang tunggal dan lebih mudah dihadapi. Ini menegaskan bahwa penanganan yang tepat harus berfokus pada akar masalah emosional, bukan hanya pada tindakan *self harm* saja. Kondisi mekanisme pengalihan ini diperkuat oleh pengamatan peneliti, di mana siswa NA kerap sering membawa pulpen, dan siswa NA cenderung sensitif pada area lengan seolah menutupi sesuatu.⁷⁸

Siswa KA (P) mengungkapkan:

“Aku bingung mas, rasa sakit di hati itu kayak mau meledak. Aku cuma pingin rasa sakit itu hilang. Aku mikir, kalau ada sakit fisik, sakit yang di hati itu bakal ketutup. Aku biasanya pakai silet atau jarum mas, buat ngegore-gores tangan setelahnya ditutup biar ga ada yang lihat.”⁷⁹

Dari hasil pernyataan siswa KA tersebut dapat dilihat bahwa, siswa tersebut sedang mengalami distress emosional ekstrem, yang mendorongnya untuk mencari jalan keluar instan agar rasa sakit batin itu hilang. Solusi yang dipilih adalah menggunakan rasa sakit fisik sebagai penutup yang efektif untuk menghentikan atau merendam gejala emosi yang terasa tidak tertahankan. Kondisi keterpurukan ini diperkuat oleh pengamatan peneliti, yang mana

⁷⁷ Siswa NA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

⁷⁸ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa NA, Pemalang 21 Juli 2025

⁷⁹ Siswa KA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

siswa KA cenderung terlihat menutup rapat area lengan hingga pergelangan tangan dengan seragamnya.⁸⁰

3. Siklus emosional yang dialami pelaku

Ketiga siswa yang melakukan perilaku *self harm* tersebut memiliki siklus dalam perilakunya saat sebelum dan sesudah. Seperti yang diungkapkan siswa AP (L):

*“Sebelumnya itu, aku marah banget. Rasanya kaya mau teriak tapi ga mampu. Terus pas aku lakuin, aku jadi ngerasa kuat, kaya aku punya kendali. Tapi setelahnya, rasanya kosong banget mas. Dan sampai akhirnya aku sadar kalau itu salah.”*⁸¹

Dari gambaran pernyataan yang diberikan diketahui bahwa siswa AP, melakukan perilaku tersebut atas kesadaran penuh, dan dia mendapatkan kepuasan tersendiri saat melakukannya, dan diakhiri dengan penyesalan yang melandanya setelah mengetahui bahwa itu adalah kesalahan dalam pelarian. Dinamika siklus emosional ini terkonfirmasi lewat pengamatan peneliti, di mana siswa AP terlihat di beberapa momen ia terlihat tegang.⁸²

Sedangkan siswa NA (P) mengungkapkan sebagai berikut:

*“Sebelum itu rasanya cemas banget mas, gemeteran. Pas udah ngelakuin aku jadi ngerasa lebih tenang. Tapi Cuma sebentar. Setelahnya, aku jadi takut dan makin ngerasa bersalah.”*⁸³

Dari hasil pernyataan tersebut didapati siklus emosinya diawali dengan kecemasan, lalu dilanjut adanya pelampiasan dengan sedikit kepuasan semata, dan diakhiri dengan rasa takut yang bersalah sebagai bentuk penyesalan. Hal ini sejalan dengan

⁸⁰ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa KA, Pemalang 21 Juli 2025

⁸¹ Siswa AP, Wawancara Pribadi, Pemalang 23 Juli 2025

⁸² Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa AP, Pemalang 23 Juli 2025

⁸³ Siswa NA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

observasi peneliti, di mana siswa NA sering menunjukkan gestur tubuh gemetar.⁸⁴

Sedangkan pengakuan yang diberikan siswa KA (P) sebagai berikut:

*“Sebelum itu perasaanku campur aduk banget mas, kayak mau nangis tapi enggak bisa. Waktu ngelakuin aku ga mikirin apa-apa, Cuma fokus sama sakitnya aja. Setelahnya, aku ngerasa lega, tapi itu Cuma sebentar banget. Terus langsung nyesel dan malu sama diri sendiri mas.”*⁸⁵

Dari hasil pernyataan tersebut dapat dikatakan, siklus yang dialami siswa KA dimulai dari perasaan yang tidak terkelola dan butuh pelampiasan, lalu mendapatkan pelarian dengan fokus mencari rasa sakit fisik demi mengalihkan pikiran, dan diakhiri dengan penyesalan serta rasa malu yang memperkuat siklus negatif. Siklus emosi ini terkonfirmasi melalui pengamatan peneliti, yang mana siswa KA terlihat sering melamun saat sedang sendirian.⁸⁶

4. Penanganan yang dilakukan guru BK

Guru BK memberikan langkah yang tepat dan akurat dalam penanganan yang diberikan kepada 3 siswa pelaku *self harm*. Dari ketiga siswa yang melakukan tindakan *self harm* tersebut diantaranya sebagai berikut:

Menurut penjelasan siswa AP (L):

*“Waktu itu, guru BK nya langsung tanggap. Dia bilang, terimakasih udah berani dating. Dia juga ga maksa buat cerita, tapi dia nanyain pelan-pelan. Dia bilang, dia janji ga kasih tau siapa-siapa. Nah itu yang bikin aku percaya mas.”*⁸⁷

⁸⁴ Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa NA, Pemalang 21 Juli 2025

⁸⁵ Siswa KA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

⁸⁶ Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa KA, Pemalang 21 Juli 2025

⁸⁷ Siswa AP, Wawancara Pribadi, Pemalang 23 Juli 2025

Terlihat dari penjelasan siswa AP bahwa guru BK sudah mumpuni dalam memberikan tanggapan yang bagus. Reaksi yang diberikan guru BK adalah bentuk dari profesionalitas, empati, dan komitmen pada kerahasiaan, yang mana dalam hal ini peran tersebut adalah syarat mutlak yang harus diberikan guru BK terhadap membantu menangani siswanya. Hal ini sesuai dengan pengamatan peneliti terhadap kondisi ruangan guru BK, di mana penataan ruangan dan tingkat privasi yang terjaga memberikan rasa aman bagi siswa untuk terbuka tanpa merasa terintimidasi.⁸⁸

Sedangkan pengakuan dari siswa NA (P) sebagai berikut:

*“Dia kaget, tapi ga marah sama sekali. Dia bilang, kalau aku ga sendirian dan apa yang aku rasain itu wajar. Dia ga langsung ngasih solusi, dia Cuma bilang bakal bantu aku kalau aku lagi butuh. Jujur, itu bikin aku tenang dan nyaman sih mas.”*⁸⁹

Dari pengakuan yang diberikan oleh siswa NA tergambar bahwa guru BK berhasil dalam menerapkan pendekatan berbasis empati. Yang mana alih-alih terburu-buru mencari solusi, guru BK justru memilih untuk memvalidasi dan menormalisasi perasaan siswa. Tindakan ini sangat efektif karena langsung mengatasi rasa penghakiman yang sebelumnya dilakukan oleh siswa tersebut, hingga pada akhirnya guru BK berhasil menumbuhkan rasa tenang dan nyaman kepada siswa sebagai landasan pemulihan. Respons empati ini terkonfirmasi lewat pengamatan peneliti saat guru BK terlihat hangat kepada seluruh siswa.⁹⁰

Dalam pengakuan siswa KA (P) pun sebagai berikut:

“Dia dengerin semuanya dengan sabar mas. Dia enggak ngelihat aku aneh, dia Cuma dengerin dan bilang, “kamu hebat

⁸⁸ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa AP, Pemalang 23 Juli 2025

⁸⁹ Siswa NA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

⁹⁰ Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa NA, Pemalang 21 Juli 2025

sudah berani cerita. Kita bisa lewatin ini bareng-bareng.” Kata-kata itu bikin aku lega banget mas.”⁹¹

Dari pengakuan siswa KA tersebut, terlihat bahwa guru BK mampu menjadi pendengar aktif yang memberikan penguatan psikologis tanpa penghakiman. Hal ini sejalan dengan hasil pengamatan peneliti, di mana guru BK menunjukkan sikap sabar dan memberikan perhatian penuh kepada para siswa saat berinteraksi.

5. Bantuan yang dilakukan guru BK.

Terlepas dari penanganan yang diberikan guru BK kepada pada pelaku *self harm* diatas, guru BK juga memberikan beberapa bantuan yang dilakukan dalam upaya untuk membantu siswa dalam penyelasainya. Diantaranya sebagai berikut,

Siswa AP (L) mengungkapkan:

“Menurutku sih sangat membantu mas. Guru BK ngajarin aku buat bilang, cukup ke diri sendiri. Pas lagi ngerasa sedih. Dia juga ngajarin aku cara-cara menghadapi bullying. Dia ajak orang tuaku ngobrol juga. Dan aku seneng banget karena dia bisa jelasin ke orang tuaku dengan cara yang baik, jadi aku gak dimarahin”⁹²

Dari pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa peran guru BK sangat efektif karena tidak hanya berfokus pada perubahan kognitif dan keterampilan koping internal pada siswa, tetapi juga melakukan intervensi lingkungan dan sistemik. Faktor kunci keberhasilan adalah komunikasi yang tepat dengan orang tua sehingga siswa merasa aman dan tidak dihukum. Bantuan sistematis ini diperkuat oleh observasi peneliti di mana guru BK terlihat berhasil mendapati rasa percaya oleh siswa.⁹³

Siswa NA (P) mengungkapkan:

“Sangat membantu banget mas. Guru BK ngajarin aku cara-cara baru buat mengelola emosi, kaya bikin diary atau ga meditasi

⁹¹ Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa KA, Pemalang 21 Juli 2025

⁹² Siswa AP, Wawancara Pribadi, Pemalang 23 Juli 2025

⁹³ Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa AP, Pemalang 23 Juli 2025

singkat. Dia juga ajak aku ngobrol sama orang tua aku, dan dia bantu jelasin ke mereka, jadisekarang mereka lebih faham lagi.”⁹⁴

Berdasarkan pernyataan siswa L munjukkan bahwa, bantuan guru BK sangat sukses karena menggabungkan dua pilar intervensi yang krusial, pembekalan koping yang sehat pada diri siswa dan perbaikan lingkungan pendukung melalui edukasi dan mediasi dengan orang tua. Keberhasilan ini mengarah pada perubahan pemahaman dan dukungan dalam sistem keluarga. Hal ini selaras dengan pengamatan lapangan, di mana siswa NA lebih tenang saat membawa buku catatan *diary* khusus sebagai media pengalihan emosi yang diajarkan guru BK.⁹⁵

Siswa KA (P) mengungkapkan:

*“Sangat membantu sih mas, guru BK gak Cuma dengerin. Dia kasih aku cara-cara lain kalau aku sedih, misalnya ajak aku gambar. Dia juga bantu aku ngobrol sama orang tua biar mereka lebih paham. Yang paling penting, guru BK itu sabar dan enggak pernah nyerah sama aku mas.”*⁹⁶

Dari hasil pernyataan siswa KA tersebut bisa diartikan bahwa, secara keseluruhan bantuan guru BK efektif luar biasa karena tiga alasan utama. (1). Intervensi praktis, mereka menyediakan alternatif pengalihan yang sehat yang lebih baik dari pada mekanisme koping yang merugikan diri sendiri. (2). Pendekatan holistik, mereka memediasi perbaikan komunikasi keluarga dan yang terpenting, (3). Kualitas hubungan, mereka menunjukkan komitmen dan empati tulus yang merupakan fondasi kesuksesan bimbingan. Kedekatan emosional ini terkonfirmasi lewat observasi peneliti, di mana siswa KA menjadi terbuka kepada guru BK.⁹⁷

⁹⁴ Siswa NA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

⁹⁵ Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa NA, Pemalang 21 Juli 2025

⁹⁶ Siswa KA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

⁹⁷ Hasil Observasi dan Dokumentasi Siswa KA, Pemalang 21 Juli 2025

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa intervensi guru BK sangat berhasil dan efektif karena menerapkan pendekatan *holistic* yang berfokus pada dua pilar utama yaitu penguatan keterampilan internal siswa dan perbaikan sistem dukungan eksternal. Secara kolektif ini membuktikan bahwa guru BK bertindak efektif sebagai agen perubahan ganda, mereka memperdayakan siswa secara internal dengan keterampilan *self regulation* sekaligus mereformasi lingkungan eksternal siswa, menjadikannya kunci keberhasilan dalam pemulihan emosional remaja.⁹⁸

6. Harapan siswa terhadap peran guru BK di masa depan

Dalam hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap para siswa yang melakukan perilaku *self harm*, para siswa tersebut memiliki harapan terhadap peran guru BK di masa depan. Diantaranya seperti pernyataan siswa AP (L):

*“Guru BK harus bisa bantu siswa ketika ada masalah di sekolah mas. Kaya berani belain siswa yang kena bully. Dan mereka juga harus bisa nunjukin kalau mereka bener-bener peduli sama siswa. Bukan hanya sekedar menjalankan tugas saja.”*⁹⁹

Dari pernyataan siswa AP tersebut dia mengharapkan guru BK bertindak lebih dari sekedar konselor saja, tetapi juga sebagai pelindung di lingkungan sekolah terutama dalam kasus *bullying*. Yang artinya menurut siswa AP, bahwa layanan yang diberikan guru BK dilakukan atas dasar kepedulian terhadap siswa bukan sekedar kewajiban sebagai guru saja. Harapan perlindungan ini sejalan dengan observasi peneliti, di mana kehadiran guru BK

⁹⁸ Laura Pedrini, Serena Meloni, Mariangela Lanfrendi, and Roberta Rossi, “School-Based Interventions to Improve Emotional Regulation Skills in Adolescent Student”, *Journal of Adolescence*, Vol. 94, No. 8, (2022) Hal 154-157.

⁹⁹ Siswa AP, Wawancara Pribadi, Pemalang 23 Juli 2025

secara fisik memberikan rasa aman tersendiri bagi siswa yang dirundung.¹⁰⁰

Sedangkan pendapat siswa NA (P):

“Kalau menurutku sih, guru BK harus lebih peka mas. Jangan nunggu siswanya ada masalah baru dideketin. Terus guru BK harus bisa jadi tempat yang aman.”¹⁰¹

Harapan yang diberikan siswa NA terhadap peran guru BK di masa yang akan datang yaitu, guru BK harus lebih proaktif dan preventif. Yang mana dalam hal yang dimaksud ini adalah, peran guru BK harus bergeser dari sekedar bertindak saat krisis menjadi mencegah permasalahan agar tidak mencapai titik krisis. Tuntutan sikap preventif ini diperkuat oleh pengamatan peneliti, yang mana siswa NA menunjukkan respons yang jauh lebih terbuka ketika guru BK sesekali melakukan kunjungan informal ke kelas untuk menyapa siswa secara berskala.¹⁰²

Pernyataan siswa KA (P) pun demikian:

“Guru BK harus bisa jadi tempat aman mas. Jangan bikin siswa takut. Kalau ada masalah, guru BK harus proaktif, jangan nunggu siswanya sampai parah dulu baru dipanggil. Guru BK yang bisa jadi teman cerita itu yang paling dibutuhkan mas menurutku.”¹⁰³

Tanggapan siswa KA terhadap guru BK tidak jauh berbeda dengan tanggapan yang diberikan oleh siswa NA. Yakni guru BK dalam hal ini harus lebih dapat diandalkan sebelum masalah mencapai titik krisis. Keinginan akan suasana yang aman ini selaras dengan pengamatan peneliti, di mana siswa KA terlihat

2025 ¹⁰⁰ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa AP, Pemalang 23 Juli

¹⁰¹ Siswa NA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

2025 ¹⁰² Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa NA, Pemalang 21 Juli

¹⁰³ Siswa KA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

lebih nyaman berinteraksi saat guru BK menggunakan pendekatan yang hangat dan tidak kaku di luar jam konseling resmi.¹⁰⁴

7. Harapan siswa untuk diri sendiri

Pada poin ini siswa juga memiliki harapan yang akan dia lakukan untuk kedepannya terlepas dari permasalahan *self harm*. Seperti yang disampaikan siswa AP (L) sebagai berikut:

“Harapan aku, aku pengen lebih baik lagi mas, dan bisa ngebantu kalau nanti ada korban bully kaya aku.”¹⁰⁵

Dari pernyataan siswa AP tersebut dapat dikatakan bahwa siswa AP memiliki harapan bukan hanya sekedar berhenti melakukan *self harm*, melainkan turut membantu kepada siswa yang mengalami hal serupa agar tidak berakhir sama dengannya. Dengan kata lain keberhasilan intervensi konseling yang dilakukan guru BK telah menumbuhkan ketahanan dan empati terhadap siswa.¹⁰⁶

Siswa NA (P) menyatakan sebagai berikut:

“Aku pengen lebih bisa mencintai diri sendiri mas. Pengin lebih pede lagi, dan yang paling penting aku pengen bisa jadi orang yang bisa datengin kebahagiaan buat orang yang lagi ada masalah kaya aku mas.”¹⁰⁷

Pernyataan yang diberikan siswa NA ialah harapan dalam upaya pemulihan yang menyeluruh, mencakup aspek internal yang mana berupa penguatan kembali rasa kasih terhadap diri sendiri dan kepercayaan diri, serta aspek eksternal melalui

2025 ¹⁰⁴ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa KA, Pemalang 21 Juli

¹⁰⁵ Siswa AP, Wawancara Pribadi, Pemalang 23 Juli 2025

2025 ¹⁰⁶ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa AP, Pemalang 23 Juli

¹⁰⁷ Siswa NA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

keterlibatan positif dalam komunikasi dengan memberikan dukungan kepada sesama penyintas.¹⁰⁸

Sedangkan siswa KA (P) mengungkapkan:

*“Harapan aku sih, bisa terus belajar mengelola emosiku dengan cara yang sehat mas. Aku pengen lebih kuat dan bisa jadi contoh buat temen-temen lainnya.”*¹⁰⁹

Menurut ungkapan siswa KA, dia ingin lebih menguasai keterampilan regulasi emosi sebagai kunci kekuatan, dan yang lebih penting, menggunakan pengalamannya sebagai inspirasi untuk menjadi contoh positif bagi teman-temannya yang mungkin mengalami hal serupa.¹¹⁰

C. Peran Guru BK dalam Menangani Siswa *Self Harm*

Sebagai bagian integrasi dari layanan bimbingan dan konseling, Guru BK di SMP Plus Salafiyah Pemalang secara aktif mengimplementasikan berbagai program yang ditujukan bagi siswa-siswi pelaku *self harm*. Tindakan ini bertujuan membantu siswa memahami secara mendalam dampak negatif dari perilaku *self harm* serta membimbing mereka untuk mengadopsi cara-cara yang konstruktif dan sehat.

Adapun peran-peran yang diberikan oleh guru BK SMP Plus Salafiyah Pemalang diantaranya sebagai berikut:

1. Peran Sebagai Fasilitator (Memfasilitasi Penemuan Solusi dan Alternatif Sehat)

Dalam hal ini guru BK berperan tidak hanya mendengarkan, tetapi secara aktif menyediakan dan mengajarkan mekanisme/saluran yang aman dan konstruktif bagi siswa untuk menyalurkan atau mengatasi emosi yang sedang dialami oleh siswa.

2025 ¹⁰⁸ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa NA, Pemalang 21 Juli 2025

¹⁰⁹ Siswa KA, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

2025 ¹¹⁰ Hasil Observasi dan Dokumentasi dengan Siswa KA, Pemalang 21 Juli 2025

Seperti yang diutarakan Bu Wiwi selaku guru BK SMP Plus Salafiyah:

“Kami menggunakan pendekatan yang berfokus pada solusi. Kami bantu siswa mengidentifikasi pemicu, lalu kami ajarkan cara alternative yang sehat agar dapat mengatasi emosi negatif nya. Misal, menulis diary, menggambar, membuat cerpen, atau juga bisa cerita ke kami pihak guru”¹¹¹

Dari pernyataan yang diberikan oleh Bu Wiwi dapat diketahui bahwa, guru BK tidak berlama-lama pada pembahasan *self harm* itu sendiri, seperti “mengapa hal itu terjadi” tetapi segera mengalihkan fokus pada masa depan dan tindakan yang bisa dilakukan untuk memperbaiki situasi. Jadi dapat dikatakan bahwa guru BK tidak sekedar mendengarkan (sebagai konselor pasif), tetapi juga bertindak sebagai agen perubahan aktif yang menggunakan pendekatan terstruktur untuk membekali siswa dengan keterampilan bertahan yang sehat. Hal ini didukung oleh pengamatan peneliti, di mana guru BK secara aktif menyediakan buku untuk digunakan sebagai *diary* siswa di ruang BK sebagai sarana penyaluran emosi alternatif bagi siswa.¹¹²

2. Peran Sebagai Motivator (Pembangun Kepercayaan Diri dan Dukungan Emosional)

Guru BK berupaya membangun rasa aman dan memberikan validasi terhadap perasaan siswa adalah bentuk motivasi emosional. Ini mengacu siswa untuk berani lebih terbuka dan mau untuk melanjutkan proses konseling.

“Untuk langkah yang kita lakukan, pertama membangun kepercayaan dengan siswa dulu mas. Tujuannya untuk memastikan supaya siswa merasa aman dan tidak dihakimi. Kami

¹¹¹ Robiatul Adawiyah, Koordinator BK SMP Plus Salafiyah Pemalang, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

¹¹² Hasil Observasi dan Dokumentasi ibu Robiatul Adawiyah, Pemalang 21 Juli 2025

mendenngarkan interupsi, memberikan validasi pada perasaanya”¹¹³

Dari ungkapan Bu Wiwi diatas dapat dikatakan bahwa peran guru BK sebagai motivator mencakup: 1. Membangun kepercayaan, menunjukkan pemahaman professional guru BK teknik konseling tidak akan efektif jika siswa belum merasa nyaman dan aman. 2. Menciptakan ruang aman, pada sikap tidak menghakimi tersebut secara tidak langsung mewujudkan peran guru BK sebagai motivator atau supporter. Guru BK menciptakan lingkungan di mana siswa merasa diterima apa adanya, bahkan dengan perilaku *self harm* mereka. Hal ini lah bentuk dari motivasi yang mendorong siswa untuk menerima bantuan, bukan melarikan diri dari masalah. 3. Validasi emosi, hal yang paling penting. Ini menunjukkan guru BK mengakui bahwa emosi yang dirasakan siswa adalah nyata dan wajar. Dapat disimpulkan guru BK menggunakan peran motivator dengan berfokus pada kepercayaan, rasa aman dan validasi emosi sebagai fondasi etika dan professional, dengan tujuan dapat mengubah perilaku pelaku dengan mereka yang merasa didukung. Sikap motivator ini terkonfirmasi melalui observasi peneliti selama di sekolah, di mana guru BK secara konsisten menunjukan gestur yang hangat, menyapa siswa dengan ramah di sela-sela istirahat, dan menciptakan atmosfer ruang konseling yang aman dan tidak diskriminasi.¹¹⁴

3. Peran Sebagai Informator (Pemberi Informasi/Edukasi)

Dalam hal ini guru BK bertindak sebagai sumber informasi dengan menyelenggarakan program edukasi (sosialisasi dan bimbingan klasikal) mengenai isu kesehatan mental, manajemen stress dan ekspresi emosi yang sehat.

¹¹³ Robiatul Adawiyah, Koordinator BK SMP Plus Salafiyah Pemalang, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

¹¹⁴ Hasil Observasi dan Dokumentasi ibu Robiatul Adawiyah, Pemalang 21 Juli 2025

Bu Wiwi mengungkapkan:

“Kalau bicara soal peran, kami biasanya adain sosialisasi tentang kesehatan mental dan manajemen stress. Kami juga mendorong guru-guru dan wali kelas agar lebih peka terhadap apa-apa perubahan yang ada pada siswa, dan juga kami ada yang namanya program bimbingan klasikal yang membahas pentingnya mengekspresikan emosi secara sehat”¹¹⁵

Pernyataan tersebut berisikan tentang peran utama dari informator, yang mana berfokus pada strategi proaktif untuk mencegah *selfharm*. Kegiatan sosialisasi tentang kesehatan mental dan bimbingan klasikal yang dilakukan juga membahas tentang pentingnya mengekspresikan emosi secara sehat. Dengan landasan tujuannya yaitu untuk membangun literasi kesehatan mental di kalangan siswa. peran informator ini selaras dengan hasil pengamatan lapangan, di mana peneliti melihat adanya koordinasi aktif guru BK bersama wali kelas untuk menyisipkan materi regulasi emosi saat bimbingan klasikal.¹¹⁶

¹¹⁵ Robiatul Adawiyah, Koordinator BK SMP Plus Salafiyah Pemalang, Wawancara Pribadi, Pemalang 21 Juli 2025

¹¹⁶ Hasil Observasi dan Dokumentasi ibu Robiatul Adawiyah, Pemalang 21 Juli 2025

BAB IV

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

Dalam bab ini, peneliti menganalisis data yang diperoleh dari penelitian, yaitu hasil yang dikumpulkan berdasarkan tinjauan pustaka bab II dan temuan lapangan bab III. Fokus utama analisis adalah mendeskripsikan dinamika perilaku *self harm* di kalangan siswa dan mengidentifikasi implementasi peran guru BK dalam penanganan kasus tersebut di SMP Plus Salafiyah Pemalang. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, dimana peneliti mendeskripsikan dan menganalisis hasil wawancara dan observasi. Data yang disajikan kemudian di verifikasi dan disimpulkan berdasarkan teori yang relevan, guna menghasilkan gambaran yang komprehensif dan akurat terhadap permasalahan yang diteliti.

A. Analisis Perilaku *Self Harm* SMP Plus Salafiyah Pemalang

Berdasarkan pada hasil analisis pada teori Nock pada penelitiannya tentang *self harm*, yaitu *self harm* merupakan tindakan yang sengaja dilakukan untuk merusak jaringan tubuh secara langsung tanpa niat mengakhiri nyawa.¹¹⁷ Dan hal ini berkesinambungan dengan hasil wawancara serta observasi yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa perilaku *self harm* yang dilakukan oleh siswa kelas 8 di SMP Plus Salafiyah Pemalang terdapat beberapa faktor yang menjadi akar pemicu dari tindakannya. Mulai dari siswa AP selaku korban *bully* oleh temannya baik di media sosial maupun di sekolah, siswa NA yang selalu dibandingkan dengan kakaknya, dan siswa KA yakni siswa dengan permasalahan *broken home*. Sehingga ditemukan dari mereka yang sedang merasa tertekan, dan tidak tahu cara melampiaskan emosional yang dialaminya malah melakukan tindakan yang negatif yakni menyakiti diri sendiri, dengan harapan mencari jalan pintas dalam melampiaskan emosi yang di

¹¹⁷ Nock, "Why Do People Hurt Them selves?" 78...

derita agar tersalurkan secara instan. Dari analisis peneliti terkait alasan mereka hingga akhirnya melakukan tersebut karena, kurangnya tempat untuk mencurahkan perasaannya sehingga mereka membendung semuanya. Sampai akhirnya terfikirkan bagi mereka untuk melakukan perilaku tersebut.

Sedangkan bentuk dari perilaku *self harm* yang dilakukan oleh siswa tersebut berupa, siswa AP yang melakukan memukul kepalanya sendiri dan mencakar badannya, siswa NA menggunakan ujung pulpen atau penjepit rambut untuk menggores tangan atau pahanya, dan siswa KA dengan cara menggunakan silet atau jarum yang digoreskan pada bagian lengannya.¹¹⁸ Hal-hal tersebut adalah tindakan *self harm* yang dilakukan oleh individu dengan tujuan untuk mengalihkan sakit pada psikis menjadi sakit fisik.

Dari data di atas didukung juga dengan melakukan wawancara terhadap guru BK yang menyatakan bahwa perilaku *self harm* bukan hanya sekedar mencari perhatian, tapi juga pertanda adanya masalah psikologis yang sedang terjadi pada individu tersebut. Menurut guru BK pada kalangan remaja biasanya dipicu oleh tekanan akademik, *bullying*, maupun masalah di rumah.¹¹⁹ Hasil dari pengamatan peneliti terkait perilaku *self harm* yang dilakukan oleh siswa kelas 8 di SMP Plus Salafiyah Pemalang, berhasil ditangani oleh guru BK yang telah tepat memberikan penanganan yang dibutuhkan, sehingga tidak mengakibatkan yang lebih buruk lagi.

Hal ini didukung dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Whitlock dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa, *self harm* biasa ditemukan pada remaja dalam bentuk menyakiti diri sendiri dan akan berkemungkinan akan berlanjut hingga masa dewasa, karena perilaku ini biasa terjadi pada anak remaja dengan usia 11-15 tahun.¹²⁰ Dalam bentuk perilaku *self harm* juga memiliki beberapa jenis dan

¹¹⁸ Hasil Wawancara dan Dokumentasi, Perilaku *self harm* siswa kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang, 21, 23 Juli 2025

¹¹⁹ Hasil Wawancara dan Dokumentasi, guru BK SMP Plus Salafiyah Pemalang, 21 Juli 2025

¹²⁰ Janis Whitlock dan Elizabeth Llyod-Richardson, *Healing Self Injury: A Compassionate Guide for Parantes and Other Loved Ones* (New York: Oxford University Press, 2019) Hal. 12-14.

bentuk yang berbeda untuk menyakiti diri sendiri, terlepas dari keinginan mati atau tidaknya seseorang tersebut. Dan biasanya yang dilakukan oleh pelaku *self harm* di antaranya dengan mencakar tubuh, membenturkan kepala, mengiris kulit, hingga bahkan mengkonsumsi obat-obatan dengan beragam dosis.¹²¹

Berdasarkan hasil pengamatan yang didapat dari analisis peneliti dapat dikatakan bahwa perilaku *self harm* merupakan tindakan yang dilakukan oleh individu baik dengan sengaja dan secara sadar tanpa niatan untuk mengakhiri hidup, yang dilakukan hanya untuk melampiaskan permasalahan yang sedang dihadapi oleh individu tersebut. Sejauh dari hasil pengamatan yang dilakukannya peneliti, tindakan *self harm* ini juga rata-rata didasari karena rasa kesepian pada siswa yang ditambah dengan permasalahan sebagai pemicunya, maka tersalurkan dengan perilaku yang salah.

Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mita Julita yang menjelaskan bahwa, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tindakan *self harm* yaitu *loneliness* yang hal tersebut memberikan dampak yang cukup signifikan. Artinya, remaja yang tidak memiliki teman dekat atau terisolasi berkemungkinan akan mengalami perasaan kesepian, sehingga dapat memicu perasaan putus asa, dan pada akhirnya melakukan *self harm* sebagai cara untuk mengungkapkan rasa sakit yang sedang diderita.¹²² Hal ini juga diperkuat dalam penelitian Laras Octavia yang berpendapat bahwa kesepian merupakan perasaan yang tidak menyenangkan karena kurangnya kualitas hubungan sosial antara individu dengan individu lainnya. Apabila kesepian ini berkelanjutan maka dapat menumbuhkan perasaan negatif seperti putus asa, depresi, cemas, ketidakpuasan, pesimis akan masa depan, perasaan menyalahkan diri sendiri, dan rasa malu. Jika perasaan-perasaan tersebut dibiarkan

¹²¹ 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.

¹²² Mita Julia, Frischa Meivilona Yendi, Yarmis Syukur, dan Soeci Izzati Adlya, "Loneliness Pada Siswa Pelaku Self harm", *Sibatik Jurnal*, Vol. 4, No. 9 (2025). Hal. 2602.

secara terus menerus maka dapat mempengaruhi keadaan mental individu dan memungkinkan individu melakukan tindakan *self harm*¹²³.

Dalam penelitian Wibioso dikatakan bahwa jika individu sering mengalami kecemasan, merasa dirinya tidak berharga, mudah merasa bersalah, dan membutuhkan dukungan sosial dalam menghadapi masalah, dan terutama jika ini berlaku di dalam rumah. Maka akan memengaruhi pikiran buruk terhadap individu tersebut, sehingga yang akan terpikirkan oleh individu tersebut hanya tentang dia yang tidak bertalenta, dan merasa akan merusak nama baik keluarga. Sampai pada akhirnya timbul perasaan untuk melakukan tindakan *self harm*.¹²⁴

Dengan demikian dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti terhadap pelaku *self harm* siswa kelas 8 di SMP Plus Salafiyah Pemalang. Maka faktor yang menjadi penyebab timbulnya perilaku tersebut selain dari rasa kesepian juga ada rasa penyesalan yang berlebihan. Dan itu semua tidak hanya berlaku pada lingkungan sekolah, akan tetapi juga berlaku ketika berada di rumah, yang di mana biasanya keluarga tidak mengetahui tentang apa yang dialami oleh anak, dan kurangnya edukasi yang diberikan. Akan tetapi dapat diketahui dari hasil wawancara peneliti terhadap perilaku *self harm* pada siswa kelas 8 di SMP Plus Salafiyah Pemalang, sudah ditangani dengan baik oleh pihak yang terkait, terutama guru BK yang telah memberikan bentuk layanan yang memuaskan.¹²⁵ Bentuk perubahan yang terlihat pada siswa yaitu siswa lebih peduli tentang *self management* dan juga lebih berani untuk menghubungi guru BK di setiap permasalahan yang dialaminya yang mengganggu kegiatan belajar.

¹²³ Laras Octavia Gracia Simatupang, *Gambaran Kesepian Pada Remaja Pelaku Self Harm*, Skripsi: Universitas Negeri Jakarta. Hal. 12.

¹²⁴ Bernardus Khrista Wibioso, dan Elly Yulindari Gunatirin, "Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Melukai Diri Pada Remaja Perempuan", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol. 7, No. 2 (2018) hal. 3680.

¹²⁵ Hasil Wawancara dan Dokumentasi di SMP Plus Salafiyah Pemalang

B. Analisis Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani *Self Harm* Siswa Kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang

Peneliti dapat menganalisis bahwa peran-peran yang dilakukan oleh guru BK pada SMP Plus Salafiyah Pemalang dalam menangani perilaku *self harm* pada siswa sudah sesuai dengan teori bimbingan dan konseling menurut Prayitno. Yang mana menurut Prayitno yaitu, guru BK tidak hanya sekedar membantu personal lewat konseling, akan tetapi juga menjalankan fungsi manajerial dalam pelayanan bimbingan yang komprehensif guna mendorong perkembangan optimal pada siswa. Peran-peran yang dilakukan bertujuan agar siswa lebih mengetahui lagi dampak yang diderita ketika melakukan perilaku *self harm*.

1. Peran Sebagai Fasilitator (Memfasilitasi Penemuan Solusi dan Alternatif Sehat)

Sejalan dengan teori yang disampaikan Prayitno bahwa peran guru BK tidak hanya sebatas konseling, akan tetapi juga memberikan layanan-layanan yang dapat mengoptimalkan perkembangan siswa. Sesuai dengan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada guru BK yang terkait, dalam hal ini guru BK menyatakan bahwa dalam perannya sebagai fasilitator pada SMP Plus Salafiyah Pemalang. Beliau tidak hanya mendengarkan, melainkan membantu secara aktif kepada siswa dalam memberikan dan mengajarkan mekanisme coping yang aman dilakukan dan sehat agar ke depannya siswa dapat menyalurkan emosi yang dialaminya. Diketahui menurut pengakuan Bu Wiwi selaku guru BK yang menangani perilaku *self harm*, bahwa pihak BK tidak berlama-lama pada pembahasan *self harm*. Tindakan yang dilakukan sesegera mungkin membantu menangani dengan cara mengalihkan fokus siswa pada masa depan dan tindakan yang jauh lebih baik.

Dapat disimpulkan bahwa yang dilakukan pihak BK tidak sekedar mendengarkan secara pasif, akan tetapi juga bertindak secara aktif, dengan menggunakan pendekatan yang terstruktur untuk membekali siswa dengan keterampilan bertahan yang sehat.

Dan itu semua senada dengan pengakuan dari pelaku, yakni siswa tersebut yang mengungkapkan bahwa guru BK mengajarkan untuk meluapkan emosi atau kekesalan yang dialami pada menggambar ataupun membuat *diary*.¹²⁶ Pengakuan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Hikmah pada penelitiannya yang berjudul, Terapi Menulis Ekspresif untuk Menurunkan Depresi Pada Remaja yang Melakukan *Self Injury*. Dari hasil penelitiannya ditemukan bahwa menulis *diary* terbukti efektif menurunkan depresi dan keinginan untuk melakukan *self harm*, menulis bisa menjadi media katarsis yang aman yang mengubah goresan tajam menjadi goresan tinta.¹²⁷

Menurut Lamonga Lubis, pada penelitian Badriah. Dikatakan bahwa, guru bimbingan konseling adalah pihak yang membantu klien selama proses konseling. Sebagai orang yang paling memahami secara mendalam teknik-teknik konseling, konselor berperan sebagai fasilitator bagi klien. Selain itu, konselor juga berfungsi sebagai penasihat dan pendamping yang mendukung klien hingga mereka mampu menemukan dan menyelesaikan masalah yang dihadapi. Oleh karena itu, tidak berlebihan jika konselor dianggap sebagai tenaga profesional yang sangat penting bagi klien.¹²⁸

Menurut Muhammad Afdal dalam penelitiannya, guru bimbingan dan konseling memegang peran utama dalam mendampingi peserta didik serta bertindak sebagai fasilitator dalam proses pengembangan diri mereka. Layanan bimbingan dan konseling didasarkan pada pengakuan bahwa setiap individu itu unik dengan karakteristik yang berbeda-beda. Oleh karena itu, aspek psikologis, akademik, dan non-akademik perlu terus

¹²⁶ Hasil Wawancara dan Dokumentasi, guru BK dan siswa *self harm* di SMP Plus Salafiyah Pernalang

¹²⁷ Nurul Hikmah Maulida dan Libbie Annatagia, "Terapi Menulis Ekspresif untuk Menurunkan Depresi Pada Remaja yang Melakukan Self Injury", *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, Vol. 4, No. 1(2019), Hal. 79-81.

¹²⁸ Badriah, Daris Susanto, Erpan Fauzi, dan Kamaludin, "Peran Guru BK dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMK Negeri 1 Cimerak", *Jurnal Ilmiah AlMuttaqin*, Vol. 9, No. (2023), hal. 29.

dikembangkan guna menyesuaikan dengan berbagai perubahan yang terjadi.¹²⁹

Sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan guru BK di SMP Plus Salafiyah Pemalang, dapat dikatakan bahwa peran guru BK sebagai fasilitator tidak hanya bertindak sebagai pendengar siswa saja, akan tetapi juga bertindak dalam membantu mengarahkan siswa agar dapat lebih mengontrol emosi yang dialaminya. Sehingga siswa tidak melakukan tindakan yang merusak dirinya sendiri seperti *self harm*.

2. Peran Sebagai Motivator (Pembangun Kepercayaan Diri dan Dukungan Emosional)

Dalam hal ini guru BK membangun rasa aman dan memberikan validasi siswa terhadap perasaan yang dirasakan siswa, sedangkan motivasi yang diberikan berupa bentuk dorongan motivasi emosional. Tujuannya supaya siswa dapat lebih terbuka lagi tentang apa yang sedang dialaminya semasa di sekolah dan juga agar dapat melanjutkan proses konseling yang dilakukan. Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada Bu Wiwi selaku guru BK, diketahui bahwa beliau menyatakan peran guru BK sebagai motivator yang dilakukan meliputi, membangun kepercayaan dengan siswa agar siswa merasa nyaman dan aman ketika melakukan konseling, menciptakan ruang aman dengan tidak menghakimi secara langsung atas apa yang dilakukan oleh siswa, dan memberikan validasi emosi dengan tujuan agar siswa merasa bahwa mereka dipahami secara emosional secara nyata dan wajar. Dari ketiga fokus itulah dapat diketahui bahwa peran motivator pada guru BK menyertakan di antaranya kepercayaan, rasa aman dan validasi emosi sebagai bentuk fondasi etika dan professional, dengan harapan agar kedepannya dapat mengubah perilaku siswa dengan merasa bahwa mereka didukung.¹³⁰

¹²⁹ Muhammad Afdal,” *Guru Bimbingan dan Konseling Sebagai Fasilitator Siswa untuk Pengembangan Diri di Sekolah*”, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pendidikan, Universitas negeri Jakarta. Hal. 6.

¹³⁰ Hasil Wawancara dan Dokumentasi, guru BK dan siswa *self harm* di SMP Plus Salafiyah Pemalang

Pada penelitian yang dilakukan oleh Rochimah Aryati Putri dikatakan bahwa bimbingan dan konseling memiliki peran untuk mendampingi siswa dalam setiap proses perkembangannya, dan memastikan bahwa setiap individu berkembang sesuai dengan kemampuannya masing-masing. Untuk itu, guru bimbingan konseling harus memiliki berbagai macam strategi. Berbagai usaha harus dilakukan oleh guru bimbingan konseling dalam membantu mendampingi proses perkembangan siswa, serta memberikan dukungan untuk meningkatkan semangatnya siswa.¹³¹

Sedangkan menurut Anggi Dhea Afifah dalam penelitiannya menyebutkan bahwa motivasi terbentuk dari tiga elemen utama yaitu dorongan, tujuan, dan kebutuhan. Kebutuhan muncul ketika terdapat ketidaksesuaian antara apa yang dimiliki dengan cita-cita yang diinginkan. Sementara itu, dorongan merupakan keinginan atau kemauan untuk melakukan tindakan yang dapat memenuhi harapan tersebut. Sedangkan dorongan berfungsi sebagai energi mental yang mengarahkan individu untuk memenuhi kebutuhan atau mencapai tujuan pribadi. Dalam konteks ini, tujuan akan menjadi panduan yang mengarah perilaku, khususnya perilaku dalam proses belajar.¹³²

Sesuai dari hasil analisis yang peneliti lakukan terhadap peran motivator yang dilakukan oleh guru BK di SMP Plus Salafiyah Pemalang berarti, guru BK sudah berhasil dan cukup mumpuni dalam perannya sebagai motivator. Hal ini terlihat dari hasil yang didapat bahwa siswa, merasa dipahami tanpa di hakimi.

3. Peran Sebagai Informator (Pemberi Informasi/Edukasi)

Menurut pernyataan Bu Wiwi pada wawancara yang dilakukan peneliti, beliau menjelaskan bahwa pada hal ini, guru

¹³¹ Rochimah Aryati Putri, Sri Haryati, Agung Budi Prabowo, dan Rini Siswanti, "Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Motivasi Belajar pada Siswa Kelas XKKO di SMA Negeri 1 Sewon", *Jurnal Karya Ilmiah*, Vol. 7, No. 3, (2022) Hal. 285.

¹³² Anggi Dhea Affifah, Retno Tri Lestari, Abdul Mujib, dan Riana Anjarsari, "Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik di SMA N 1 Raman Utara", *Jurnal Pendidikan Anak dan Pendidikan Umum*, Vol. 1, No. 4, (2023) Hal. 21.

BK bertindak sebagai informan dengan memberikan berbagai informasi kepada siswa dengan membuat program sosialisasi dan bimbingan klasikal. Untuk pembahasan yang diberikan, yaitu mengenai isu kesehatan mental, manajemen stress dan ekspresi emosi yang sehat. Dari pernyataan tersebut terlihat bahwa peran utama dari guru BK sebagai informator berfokus pada strategi proaktif untuk mencegah *self harm*. Kegiatan sosialisasi dan bimbingan klasikal yang dibuat juga dilakukan untuk salah satunya membahas tentang pentingnya mengekspresikan emosi secara sehat dengan landasan tujuannya yaitu untuk membangun literasi kesehatan mental di kalangan siswa dan informasi mengenai cara *coping* yang sehat bagi siswa yang terbiasa mengekspresikan emosi dengan negatif.¹³³

Menurut Sri Mulyani dalam penelitiannya, peran guru BK sebagai informator sangat fundamental, yaitu sebagai penyedia dan penyampai berbagai informasi penting yang dibutuhkan siswa untuk perkembangan dan pengambilan keputusan yang tepat. Dan juga diharapkan pembimbing sebagai pelaksana yang mengajar secara informatif, serta membantu siswa dalam memberikan informasi kegiatan akademik sekolah dan maupun umum.¹³⁴

Sedangkan menurut Mumtazah Rizqiyah pada penelitiannya menjelaskan peran guru BK memberikan informasi terkait penyesuaian diri siswa baru dengan diberikan materi-materi tentang penyesuaian diri ketika bimbingan klasikal maupun kelompok. Informasi yang diberikan oleh guru BK juga meliputi permasalahan tentang mata pelajaran, tentang keadaan di sekolah sehingga siswa merasa lebih dekat dengan sosial sekolah.¹³⁵

Sesuai hasil dari wawancara yang dilakukan peneliti kepada Bu Wiwi, dapat dikatakan bahwa peran fasilitator yang dilakukan

¹³³ Hasil Wawancara dan Dokumentasi, guru BK dan siswa *self harm* di SMP Plus Salafiyah Pemalang

¹³⁴ Sri Mulyani, dan Kamaruddin, "Peran Guru Pelaksanaan Bimbingan Konseling", *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 5, No. 2, (2020) Hal. 182.

¹³⁵ Mumtazah Rizqiyah, "Peranan Guru BK dalam Membantu Penyelesaian Diri Siswa Baru di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 14, No. 2, (2017) Hal. 6.

di SMP Plus Salafiyah Pematang di antaranya memberikan edukasi kepada seluruh siswa terkait pentingnya manajemen stress yang perlu diperhatikan. Sehingga tidak temuan kembali dari kalangan siswa yang melakukan tindakan *self harm*.



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 Pernalang 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.

DAFTAR PUSTAKA

- Anugrah, M. Fardi, dkk. (2023). Self harm and suicide in adolescents. *Jurnal Biologi Tropis*, Vol. 23. No.1. 201.
- Aufa, Najja Barouatul dan Ali Daud Hasibuan. (2024). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Self Harm pada Siswa. *Jurnal Tarbiyah*. Vol. 31. No. 2. 306.
- Brackett, M. A., Bailey, C. S., Hoffmann, J. D., dan Simmons, D. N. (2019). *Emotion Revolution: Using Emotional Intelligence to Improve Student Well-Being and Accademic Achievement*. Yale Center for Emotional Intelligence.
- Brown, N. L., Dahlbeck, D. T., dan Sparkman-Key, N. (2020). School Counselors as Mental Health Professionals in Schools: The School Based Mental Health Servise Model. *Professional School Counseling*, Vol. 24, No. 1. 1-9.
- Bungin, M. Burhan. (2021). *Penelitian Kualitatif, Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Prenada Media Grup.
- Delyaputri, Y., Vara, C. G., dkk. (2025). Fenomena Self Injury pada Remaja. *Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, Vol. 2. No 2. 99.
- Faridah. (2018). Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Problem Bullying Siswa di MAN 1 Kota Pekalongan. *Skripsi Institut Agama Islam Negeri Pekalongan*.
- Ghony, M. Djunaidi. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hakim, Firdha .A. dan Indah Sukmawati. (2023). Gambaran Perilaku Self Harm pada Mahasiswa dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 23 No. 1.

- Hertel, T., dan Schutz, M. (2021). School-Based Prevention of Non-Suicidal Self Injury: A Systematic Review of Programs and Their Effectiveness. *School Psychology International*, Vol. 42, No. 2. 123-145.
- Hooley, J. M., Fox, K. R., Wang, S. B. (2015). Emotion Regulation and Vulnerability to Self Injurious Thoughts and Behaviors. *Cognitive Therapy and Research*. Vol 39. No. 5. 652-659.
- Horvath, C., Szabo, A., and Farkas, J. (2022). Gender Differences in Adolescent Self Harming Behaviour. *International Journal of Health Sciences*. Vol. 16. No. 4. 45-53.
- Kandar, Dessy Dwi Cahyaningrum, dkk. (2024). Manajemen Individu dengan Resiko Self Harm: Mengelola Resiko dan Bahayanya pada Diri Sendiri. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol. 12, No. 1. 6
- Karangi, Privillia, Valentin Tumewu, dkk. (2024). Self Harming Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, Vol. 5, No. 1. 48.
- Kusumadewi, Fajar., Yoga. dan Sumarni. (2019). Self Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self Harm. *Jurnal Psikiatri Surabaya*. Vol. 8. No. 1. 24.
- Lubis, Irma Rosalinda. dan Lupi Yudhaningrum. (2020). Gambaran kesepian pada remaja pelaku *self harm*. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi* Vol. 9. No. 1. 15.
- Lubis, N. L. (2022), *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Cet. Ke-4. Kencana.
- Moleong, Lexy J. (2007). *Metode Penelitian Kualitatif: Teori & Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mulyaningrum, Fadilla. (2022). Tingkat Pengetahuan Orang Tua Tentang Perilaku *Self Harm* (Melukai Diri Sendiri) Pada

Penggunaan Media Sosial Remaja di Kelurahan Gombang.
Skripsi Universitas Muhammadiyah Gombang.

Nock, M. K. (2015), *The Oxford Handbook of Suicide and Self Injury*, Oxford University Press.

Nock, M. K., Teper, R., dan Hollands, S. (2023). Psychological Treatment of Self Injurious Thoughts and Behaviors in Youth. *Clinical Psychological Science*. Vol. 1. No. 1. 108-120.

Noor, Juliansyah. (2017). *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*, Cet. VII. Jakarta: Kencana.

O'Reilly, M., Dogra, N., Whitman, N., dan Hughes, J. (2018). *Children and Young People's Mental Health: Essentials for Nurses and Other Professionals*. Sage.

Pratiwi, Santi. R., Yoga Ayu Oktaria .R., dkk. (2025). Mekanisme Coping Guru BK Dalam Menghadapi Siswa Dengan Perilaku *SelfHarm*: Studi Kualitatif. *Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, Vol. 5 No. 1. 257.

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

Putri, Anggi Desfrilia Septia. (2022). *Self Harm* pada Remaja di Kota Medan. *Skripsi Universitas Medan Area*.

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

Rahim, Aunur. (2016). Bimbingan dan konseling dalam Islam. Yogyakarta: UII Press.

- Ratnawylan, T., Alam, R., Trianung Rahwati, D., Haryani, S., dan Nurlaela, N. (2023). *Bimbingan dan Konseling dalam Peningkatan Peran Sekolah*. Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia.
- Rimm-Kaufman, S., dan Sandilos, L. (2016). *Improving Student' Relationships with Teachers to Provide Essential Support for Learning*. American Psychological Association.
- Robiatul Adawiyah. Koordinator BK. Wawancara Pribadi. Pemalang 17 Februari 2025
- Robiatul Adawiyah. Koordinator BK. Wawancara Pribadi. Pemalang 30 Sebtember 2024
- Sabrina dan Afianti, Peran Disregulasi Emosi terhadap Kecenderungan Melakukan Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) pada Remaja. *Jurnal of Psychology, Vol, 9. No. 2.* 195.
- Sabrina, Vanda Azmi dan Tina Afiatin. (2023). Peran Disregulasi Emosi Terhadap Kecenderungan Melakukan Perilaku Nonsuicidal Self Injury pada Remaja. *Jurnal of Psychology Gadjah Mada, Vol. 9, No. 2.* 202.
- Saebani, Beni Ahmad. dan Yana Sutisna. (2018). *Metode Penelitian. (Edisi Revisi)*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Saputro, Revangga. T., Andik. M., dan Nindia P. (2025). Peran Harga Diri Terhadap Kecendderungan Perilaku Self Injury pada Remaja, *Jurnal Ilmiah Nusantara, Vol. 2, No. 2.* 695.
- Sink, C, A., dan Edwards, C. N. (2017). *School-Based Group Counseling: Developing Emotional, Social, and Academic Competence*. Edisi ke-2. Routledge.
- Sugiyono, (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sukowati, N, F., dan Wati, L. dan Hardiyanti,R. (2022). Peranan Komunikasi Antar Pribadi Guru Bimbingan Konselng dalam Menangani Kenakalan Siswa (Studi Kasus di SMP Negeri 1 Panongan Kabupaten Tangerang). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, Vol. 10, No. 8. 577-584.
- Sulistiyani, I., Rahmawati, D., dan Ajie, G. R. (2021). Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Meminimalisir Perilaku Buillying. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Menengah*, Vol. 2, No. 4. 422-430.
- Suputra, P. dan Indra Murthi. (2023). Teori belajar behavioristik dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi Vol. 2. No. 2.* 335.
- Suralaga, Fadhilah. (2021). *Psikologi pendidikan: Implikasi dalam pembelajaran*. Depok: PT. RajaGrafindo Persada.
- Thesanolika. dan Nurliana Cipta Aspari. (2021). Perilaku Self Harm atau Melukai Diri Sendiri yang Dilakukan oleh Remaja. *Jurnal Pekerjaan Sosial, Vol. 4, No. 2.* 219.
- Tohirin. (2019). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Depok: Rajawali Pers.
- Wati, Ririn. A. dan Heru Purnomo. (2022). 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.* 49.
- Whitlock, Janis, dan Elizabeth Lloyd-Richardson. 2019. *Healing Self-Injury: A Compassionate Guide for Parents and Other Loved Ones*. New York: Oxford University Press.

- Wrycza, Ida Maya Teresa. dan Luh Kadek Pande Ary Susilawati. (2024). Faktor-faktor yang memengaruhi *self-injury* pada remaja. *MANDALA Jurnal Psikologi Vol. 8. No. 1.* 32-35.
- Wulan, Nur. dan Didik Nugraha. (2024). 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.* 141.
- Yanizon, Ahmad. dan Ryan Syarwendah. (2018). Hubungan antara penyesuaian diri dengan prestasi belajar pada mahasiswa baru fakultas keguruan ilmu pendidikan universitas riau kepulauan. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program Vol. 5. No. 1.* 34.
- Zetterqvist, M. (2015). The DSM-5 Diagnosis of Non Suicidal Self Injury Disorder: A Review of The Empirical Literature. *Journal of Adolescence.* Vol. 40. No. 1. 17.
- Zortea, T., Moller, L., and Bortoluzzi, A. (2020). Psychological Pain and Self Harming Behaviorious in Adulthood. *European Journal of Psyciatry.* Vol. 34. No. 2. 101-110.
- Apit, Irma Nurohmah, dan Hilmi Fauzi. (2024). Peran Guru BK dalam Melaksanakan Manajemen Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Rendahnya Motivasi Belajar Siswa di SMK Negeri Cikalong. *Jurnal J-STAF, Vol. 3, No. 2,* 4-5.

Lampiran 1



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jalan Pahlawan KM. 5 Rowolaku Kaji Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
www.fuad.ungusdur.ac.id email: fuad@ungusdur.ac.id

Nomor : B-1492/Un.27/TU.III.1/TL.00/10/2025 13 Oktober 2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth. Kepala Sekolah SMP Plus Salafiyah Pemalang
di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Diberitahukan dengan hormat bahwa:

Nama : Faiz Muttaqin
NIM : 3520099
Jurusan/Prodi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah-FUAD

Adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang akan melakukan penelitian di Lembaga/Wilayah yang Bapak/Ibu Pimpin guna menyusun skripsi/tesis dengan judul
"peran guru bimbingan konseling dalam menangani self harm siswa kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang"

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon dengan hormat bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dalam wawancara dan pengumpulan data penelitian dimaksud.

Demikian surat permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



a.n.Dekan

Ditandatangani Secara Elektronik Oleh:



Hj. Ida Isnawati, S.E, M.S.I
NIP. 197405102000032002

Kepala Bagian Tata Usaha pada FUAD



Dokumen ini ditandatangani secara elektronik menggunakan
Sertifikat Elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi
Elektronik (BSRE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN)
sehingga tidak diperlukan tanda tangan dan stempel basah.



Pedoman Wawancara

A. Untuk Guru Bimbingan Konseling

1. Bagaimana pandangan ibu mengenai fenomena *self harm* yang terjadi di kalangan remaja saat ini, khususnya di lingkungan sekolah?
2. Apakah ibu pernah menemukan kasus *self harm* pada siswa kelas VIII di sekolah ini? Jika ya, bagaimana temuan awal ibu?
3. Apa saja upaya pencegahan yang sudah ibu lakukan untuk meminimalkan resiko *self harm* di sekolah?
4. Jika ada siswa yang teridentifikasi melakukan *self harm*, apa langkah pertama yang ibu lakukan?
5. Bagaimana proses konseling individu yang ibu terapkan pada kasus ini?
6. Bagaimana cara ibu berkolaborasi dengan orang tua siswa?
7. Apa tantangan terbesar yang ibu hadapi dalam menangani kasus *self harm*?
8. Apa harapan ibu untuk penanganan kasus serupa di masa depan?

B. Untuk Siswa

1. Bagaimana perasaanya akhir-akhir ini?
2. Bisa diceritakan sedikit, apa hal yang membuatmu merasa sangat tertekan atau sedih sampai akhirnya menyakiti diri sendiri?
3. Mengapa kamu memilih untuk akhirnya melukai diri sendiri?
4. Apa yang kamu rasakan sebelum, saat, dan sesudah melakukannya?
5. Apakah kamu pernah bercerita kepada guru BK tentang masalahmu?
6. Bagaimana tanggapan guru BK saat kamu bercerita?
7. Apakah bantuan yang diberikan guru BK membantumu? Jika ya, bagian mana paling membantu? jika tidak, mengapa?
8. Menurutmu apa yang seharusnya dilakukan oleh guru BK untuk bisa membantumu agar lebih baik?
9. Apa harapamu untuk dirimu sendiri ke depannya?

Lampiran 3

Pedoman Observasi**A. Aspek Pengamatan: Kondisi Perilaku dan Emosional Siswa (AP, NA, dan KA)**

No.	Aspek yang Diamati	Indikator Pengamatan	Teramati	Hasil
1.	Kondisi Psikologis Umum Siswa	* Siswa menunjukkan tanda-tanda kesepian atau menarik diri akibat beban emosional.	✓	Ketiga siswa (AP, NA, KA) berada di posisi sama, merasa kesepian hingga muncul lintasan pikiran menyakiti diri.
2.	Karakteristik Lingkungan dan Motif Siswa AP	* Adanya indikasi tekanan sosial berupa tindakan perundungan dari teman sebaya.	✓	Siswa AP selalu dirundung oleh teman-temannya di sekolah.
		* Siswa menunjukkan respons perilaku yang sangat berhati-hati dalam beraktivitas.	✓	Imbas perundungan membuat siswa AP menjadi lebih berhati-hati dalam melakukan

				hal apa pun di sekolah.
3.	Karakteristik Lingkungan dan Motif Siswa NA	* Terlihat adanya tekanan emosional akibat dibandingkan dalam lingkungan keluarga.	✓	Siswa NA sering dibandingkan dengan kakaknya sehingga merasa tidak dihargai.
4.	Karakteristik Lingkungan dan Motif Siswa KA	* Terjadi konflik keluarga atau latar belakang ketidakharmonisan rumah tangga.	✓	Orang tua siswa KA selalu bertengkar dan siswa terkena imbas dimarahi sehingga merasa kesepian.

B. Aspek Pengamatan: Peran dan Tindakan Guru BK

No.	Aspek yang Diamati	Indikator Pengamatan	Teramati	Hasil
1.	Tindakan Preventif (Informator)	Guru BK memberikan sosialisasi pencegahan terkait mekanisme koping adaptif kepada siswa.	✓	Guru BK memberikan sosialisasi agar siswa tidak melakukan koping yang salah untuk mengantisipasi hasrat menyakiti diri.
2.	Pendekatan Personal (Motivator)	Guru BK melakukan upaya pendekatan diri secara aktif untuk membangun rasa percaya.	✓	Guru BK tidak luput mendekatkan diri pada siswa, sehingga siswa merasa nyaman dan lebih terbuka di sekolah.
		Guru BK memberikan validasi emosi dan bertindak sebagai sosok pelindung siswa.	✓	Guru BK memberikan validasi terkait perasaan siswa dan menjadi sosok orang tua kedua di sekolah.
3.	Pelaksanaan Konseling (Fasilitator)	Guru BK menyediakan waktu untuk	✓	Guru BK mendengarkan keluhan kesah

		mendengarkan keluh kesah siswa secara aktif		yang dicurahkan oleh siswa.
		Guru BK mengajarkan alternatif pengalihan emosi yang sehat melalui media tulis.	✓	Guru BK memberikan saran tepat seperti menggambar atau menulis <i>diary</i> , hingga terwujud hubungan erat.



Lampiran 4

Pedoman Dokumentasi**A. Komponen Dokumentasi: Kegiatan Wawancara dan Layanan Kasus**

No .	Aspek Dokumen	Dokumen yang dipakai	Ketersediaan	Keterangan Dokumentasi
1.	Wawancara dengan informator ahli	Bukti visual pelaksanaan penggalan data melalui wawancara langsung dengan guru BK.	✓	Foto dokumentasi wawancara peneliti bersama guru BK SMP Plus Salafiyah Pemalang
2.	Wawancara dengan subjek penelitian	Bukti visual pelaksanaan penggalan data melalui wawancara mendalam dengan siswa terindikasi di sekolah.	✓	Foto dokumentasi wawancara peneliti bersama siswa SMP Plus Salafiyah Pemalang
3.	Tindakan responsif	Bukti visual	✓	Foto dokumentasi proses

	layanan kasus	pelaksanaan layanan pemanggilan pihak keluarga siswa oleh guru BK sebagai bentuk mediasi atau tindak lanjut penanganan kasus.		kegiatan panggilan orang tua siswa oleh pihak guru BK
		Bukti visual pelaksanaan pemanggilan atau pendekatan personal secara individu kepada siswa ke ruang BK.	✓	Foto dokumentasi proses pemanggilan siswa ke ruang BK

B. Komponen Dokumentasi; Bukti Fisik Adminisrasi, Struktur, dan Layanan Preventif

No.	Aspek Dokumen	Dokumen yang dipakai	Ketersediaan	Keterangan Dokumentasi
1.	Dokumentasi legalitas administrasi siswa	Arsip berkas administrasi surat pernyataan tertulis yang dibuat secara resmi oleh siswa.	✓	Foto lembar berkas fisik surat pernyataan yang dibuat siswa.
2.	Kegiatan preventif klasikal	Bukti dokumentasi pelaksanaan pemberian informasi kesehatan emosional atau sosialisasi pencegahan secara klasikal kepada siswa.	✓	Foto dokumentasi kegiatan sosialisasi guru BK kepada para siswa SMP Plus Salafiyah Pemalang.
3.	Profil dan sarana kelembagaan BK	Dokumentasi visual mengenai bagan struktur organisasi kelembagaan bimbingan	✓	Foto media visual bagan struktur guru BK SMP Plus Salafiyah Pemalang.

		konseling komprehensif di sekolah.		
		Dokumentasi visual mengenai profil data daftar personalia guru serta staf karyawan resmi di lingkungan sekolah.	✓	Foto papan informasi struktur daftar guru dan karyawan SMP Plus Salafiyah Pemalang.

Lampiran 5

Transkrip Wawancara

Transkrip wawancara guru BK

A. Identitas

1. Nama: Ibu Robiatul Adawiyah, S. Pd
2. Jabatan : Koordinator BK SMP Plus Salafiyah Pemalang

B. Waktu dan Tempat Wawancara

1. Waktu : Senin, 21 Juli 2025
2. Tempat : Ruang BK SMP Plus Salafiyah Pemalang

C. Keterangan

1. P : Peneliti
2. N : Narasumber

No.		Uraian	Tema
1.	P	Assalamualaikum ibu, terimakasih sebelumnya sudah meluangkan sedikit waktu. Sebelumnya disini kita akan membahas perihal peran guru BK dalam menangani <i>self harm</i> pada siswa. Pertanyaan pertama, bagaimana pandangan ibu mengenai fenomena <i>self harm</i> yang terjadi di kalangan remaja pada saat ini, khususnya di lingkungan sekolah?	Pandangan umum dan faktor penyebab <i>self harm</i>
	N	Waalaikumsalam mas, menurut saya, <i>self harm</i> ini adalah fenomena yang cukup serius dan menjadi tantangan besar ya, apalagi di lingkungan sekolah. Menurut saya ini tuh bukan sekedar mencari perhatian, tapi pertanda bahwa adanya masalah psikologis yang sedang terjadi pada individu tersebut. Kalau dari yang saya amati, <i>self harm</i> pada kalangan	

		remaja biasanya dipicu sama tekanan akademik, <i>bullying</i> , atau masalah di rumah.	
2.	P	Apakah ibu pernah menemukan kasus <i>self harm</i> pada siswa kelas VIII di sekolah ini? Jika iya, bagaimana temuan awal ibu?	Deteksi dan identifikasi kasus <i>self harm</i>
	N	Iya pernah mas, kami biasanya nemuin dari laporan guru lain yang melihat bekas luka pada lengan atau bagian tubuh yang sering tertutup, atau dari temannya sendiri. Setelah itu, kami panggil siswa tersebut untuk konseling secara personal mas.	
3.	P	Kalau mengenai peran preventif, apa aja sih upaya pencegahan yang ibu lakukan untuk meminimalkan resiko dari <i>self harm</i> di sekolah?	Peran Preventif (Pencegahan)
	N	Kalauu bicara soal peran, kami biasanya adain sosialisasi tentang kesehatan mental dan manajemen stres. Kami juga mendorong guru-guru lain dan wali kelas agar lebih peka terhadap apa-apa perubahan yang ada pada siswa, dan juga kami ada yang namanya program bimbingan klasikal yang membahas pentingnya mengekspresikan emosi secara sehat.	
4.	P	Kalau misal ada siswa yang teridentifikasi melakukan <i>self harm</i> , apa langkah pertama yang ibu lakukan?	Langkah awal penanganan dan pembangunan kepercayaan

	N	Untuk langkah yang kita lakukan, pertama membangun kepercayaan dengan siswa dulu mas. Tujuannya untuk memastikan supaya siswa merasa aman dan tidak dihakimi. Kami akan mendengarkan interupsi, memberikan validasi pada perasaannya. Setelah itu baru kami ajak diskusi untuk mencari akar dari permasalahannya.	
5.	P	Baik, kalau untuk proses konselingnya. Bagaimana ibu menerapkan prosesnya?	Proses dan teknik konseling
	N	Kami menggunakan pendekatan yang berfokus pada solusi. Kami bantu siswa mengidentifikasi pemicu, lalu kami ajarkan cara alternatif yang sehat agar dapat mengatasi emosi negatifnya. Misal, menulis <i>diary</i> , menggambar, membuat cerpen, atau juga bisa cerita ke kami pihak guru.	
6.	P	Lalu, bagaimana cara ibu berkolaborasi dengan orang tua siswa?	Kolaborasi dengan orang tua
	N	Ini bagian yang sensitif mas. kami biasanya akan menghubungi orang tua dengan hati-hati. Jadi kami jelaskan situasi yang terjadi secara profesional, tanpa menyalahkan. Kami mengajak mereka untuk bekerja sama dan memberikan dukungan emosional di rumah. Kami tekankan bahwa ini adalah masalah yang harus diselesaikan bersama, bukan hanya tugas sekolah.	

7.	P	Apa tantangan terbesar yang ibu hadapi dalam menangani kasus <i>self harm</i> ?	Tantangan dan kendala dalam penanganan
	N	Tantangan terbesar, stigma aja sih mas. Jadi banyak siswa yang takut mencari bantuan karena takut dihakimi. Selain itu, ada juga orang tua yang kurang menerima kondisi anaknya, yang justru mempersulit proses penanganan.	
8.	P	Baik ibu. Terakhir, apa harapan ibu untuk penanganan masalah <i>self harm</i> di masa depan?	Harapan dan rekomendasi untuk masa depan
	N	Harapan saya adanya pemahaman yang lebih luas, tidak hanya dari siswa tapi juga dari guru dan orang tua, bahwa <i>self harm</i> adalah tanda ketika individu sedang mengalami masalah pada psikologisnya. Saya berharap setiap sekolah memiliki tim respon cepat untuk kasus yang seperti ini. Dan paling penting, semua siswa tahu bahwa guru BK adalah tempat yang aman bagi mereka.	
9.	P	Baik ibu. Terimakasih banyak atas waktu dan informasinya.	
	N	Iya sama-sama mas semoga bermanfaat untuk kedepannya, dan juga semangat terus ya.	

Transkrip Wawancara Siswa

A. Identitas

1. Nama : AP (L)

B. Waktu dan Tempat Wawancara

1. Waktu : Senin, 21 Juli 2025

2. Tempat : Ruang Komputer

C. Keterangan

1. P : Peneliti

2. S1 : Subjek 1

No.		Uraian	Tema
1.	P	Hai, terimakasih ya sudah mau ngobrol sama aya. Bagaimana kabarnya belakangan ini?	Kondisi emosional terkini
	S1	Iya mas, sama-sama. Biasa aja sih mas, tapi jauh lebih baik dari sebelumnya.	
2.	P	Bisa diceritain sedikit, apa sih hal yang membuatmu merasa sangat tertekan atau sedih, sampai akhirnya menyakiti diri sendiri?	Faktor pemicu dan akar masalah <i>self harm</i>
	S1	Aku sering <i>di bully</i> di media sosial sama di sekolah mas. Mereka ngejek bilang aku aneh, terus ada temen deket aku yang tiba-tiba ngejauhin aku. Rasanya kaya semua orang benci sama aku.	
3.	P	Lalu, mengapa kamu memilih untuk melukai diri sendiri saat itu?	Motivasi di balik perilaku <i>self harm</i>
	S1	Awalnya aku baca di internet mas, katanya itu bisa bantu. Aku ngerasa butuh sesuatu yang bisa aku kontrol. Sakit di hati kan gabisa diatur ya mas, nah kalo sakit di fisik bisa. Gitu sih mikirnya. Aku biasanya mukulin	

		kepala sendiri mas, atau ga cakar-cakar badan mas, sampai lebih lega.	
4.	P	Terus, apa yang kamu rasain sebelum, saat dan sesudah melakukan itu?	Siklus emosional perilaku <i>self harm</i>
	S1	Sebelumnya itu, aku marah banget. Rasanya kaya mau teriak tapi ga mampu. Terus pas aku lakuin, aku jadi ngerasa kuat, kaya aku punya kendali. Tapi setelahnya, rasanya kosong banget mas. Dan sampai akhirnya aku sadar kalau itu salah.	
5.	P	Apakah kamu pernah cerita ke guru BK tentang masalahmu itu?	Interaksi awal dengan guru BK
	S1	Pernah mas, waktu itu aku ngeberaniin diri buat dateng ke ruang BK.	
6.	P	Lalu, gimana tanggapan dari guru BK tentang cerita kamu?	Tanggapan dan sikap guru BK
	S1	Waktu itu, guru BK nya langsung tanggap. Dia bilang, terimakasih udah berani datang. Dia juga ga makssa aku buat cerita, tapi dia nanyain pelan-pelan. Dia bilang, dia janji ga kasih tau siapa-siapa. Nah itu yang bikin aku percaya mas.	
7.	P	Apakah menurutmu bantuan yang diberikan guru BK membantumu? Jika ya, bagian mana yang paling membantu?	Efektivitas intervensi dan bantuan guru BK
	S1	Menurutku sih sangat membantu mas. Guru BK ngajarin aku buat bilang, cukup ke diri sendiri. Pas lagi ngerasa sedih. Dia juga ngajarin aku cara-cara menghadapi <i>bullying</i> . Dia ajak orang tuaku ngobrol juga. Dan aku seneng	

		banget karena dia bisa jelasin ke orang tuaku dengan cara yang baik, jadi aku gak dimarahin.	
8.	P	Menurutmu, apa yang seharusnya dilakukan oleh guru BK untuk bisa membantu siswa agar lebih baik lagi?	Rekomendasi untuk peran guru BK di masa depan
	S1	Guru BK harus bisa bantu siswa ketika ada masalah di sekolah mas. Kaya berani belain siswa yang kena <i>bully</i> . Dan mereka juga harus bisa nunjukin kalau mereka bener-bener peduli sama siswa. Bukan hanya sekedar menjalankan tugas aja.	
9.	P	Baik, lalu terakhir kira-kira apa harapan ke depannya untuk diri kamu sendiri?	Harapan dan resolusi pribadi
	S1	Harapan aku, aku pengen lebih berani lagi mas, dan bisa ngebantu kalau nanti ada korban <i>bully</i> kaya aku.	
10.	P	Semoga terlaksana ya, semangat terus jalaninnya. Terimakasih.	
	S1	Amiin mas, iya sama-sama.	

A. Identitas

1. Nama : NA (P)

B. Waktu dan Tempat Wawancara

1. Waktu : Senin, 21 Juli 2025

2. Tempat : Ruang Komputer

C. Keterangan

1. P : Peneliti

2. S2 : Subjek 2

No.	Uraian		Tema
1.	P	Hai, terimakasih sudah mau ngobrol. Bagaimana perasaanmu akhir-akhir ini?	Kondisi emosional terkini
	S2	Sekarang udah lumayan mas, ga kaya dulu, yang rasanya kaya ada beban berat banget.	
2.	P	Bisa diceritain sedikit, apa hal yang membuatmu merasa sangat tertekan atau sedih sampai akhirnya menyakiti diri sendiri?	Faktor pemicu dan akar masalah <i>self harm</i>
	S2	Aku sering merasa bodoh dan ga berguna mas. Prestasi di sekolah juga kurang, terus orang tua sering bandingin aku sama kakak. Rasanya kaya ga ada yang hargain aku.	
3.	P	Mengapa kamu memilih untuk melukai diri sendiri?	Motivasi di balik perilaku <i>self harm</i>
	S2	Aku ga tau harus ngapain lagi. Aku bingung mau lampiasin kemana. Rasanya sakit di hati tuh bener-bener ga enak banget mas. Jadi aku nyoba buat ngalihin rasa sakit itu ke fisik, biar kepikirannya cuma sakitnya aja. Aku biasanya pake ujung pulpen atau	

		jepit rambut mas, buat ngegores tangan atau paha biar ga terlalu keliatan.	
4.	P	Lalu, apasih yang kamu rasain sebelum, saat, dan sesudah ngelakuin itu?	Siklus emosional perilaku <i>self harm</i>
	S2	Sebelum itu rasanya cemas banget mas, gemeteran. Pas udah ngelakuin aku jadi ngerasa lebih tenang. Tapi cuma sebentar. Setelahnya, aku jadi takut dan makin ngerasa bersalah.	
5.	P	Apa kamu pernah cerita ke guru BK tentang masalah kamu?	Interaksi awal dengan guru BK
	S2	Aku ga pernah cerita sih mas. Tapi guru BK nya yang nyamperin aku. Dia liat aku sering menyendiri, jadi dia ajak aku ngobrol santai kaya gini.	
6.	P	Lalu, gimana tanggapan guru BK saat kamu cerita?	Tanggapan dan sikap guru BK
	S2	Dia kaget, tapi ga marah sama sekali. Dia bilang, kalau aku ga sendirian dan apa yang aku rasain itu wajar. Dia ga langsung ngasih solusi, dia cuma bilang bakal bantu aku kalau aku lagi butuh. Jujur, Itu bikin aku tenang dan nyaman sih mas.	
7.	P	Apakah bantuan yang diberikan guru BK membantumu? Jika ya, bagian mana yang paling membantu menurutmu?	Efektivitas intervensi dan bantuan guru BK
	S2	Sangat membantu banget mas. Guru BK ngajarin aku cara-cara baru buat ngelola emosi, kaya bikin <i>diary</i> atau ga meditasi singkat. Dia juga ajak aku	

		ngobrol sama orang tua aku, dan dia bantu jelasin ke mereka, jadi sekarang mereka lebih paham lagi.	
8.	P	Menurutmu, apa yang seharusnya dilakukan oleh guru BK untuk bisa membantumu agar lebih baik?	Rekomendasi untuk peran guru BK di masa depan
	S2	Kalau menurutku sih, guru BK harus bisa lebih peka mas. Jangan nunggu siswanya ada masalah baru dideketin. Terus, guru BK harus bisa jadi tempat yang aman.	
9.	P	Terakhir, apa harapan kamu untuk kedepannya tentang diri kamu sendiri?	Harapan dan resolusi pribadi
	S2	Aku pengen lebih bisa mencintai diri sendiri mas. Pengin lebih pede lagi, dan yang paling penting aku pengen bisa jadi orang yang bisa datengin kebahagiaan buat orang yang lagi ada masalah kaya aku mas.	
10.	P	Terimakasih, semoga harapannya dapat tercapai ya sehat selalu.	
	S2	Iya mas sama-sama.	

A. Identitas

1. Nama : KA (P)

B. Waktu dan Tempat Wawancara

1. Waktu : Senin, 21 Juli 2025

2. Tempat : Ruang Komputer

C. Keterangan

1. P : Peneliti

2. S1 : Subjek 3

No.	Uraian		Tema
1.	P	Hai, terimakasih sudah bersedia meluangkan waktunya. Langsung saja ya, bagaimana perasaannya akhir-akhir ini?	Kondisi emosional terkini
	S3	Cukup baik mas, sebelumnya lebih sering merasa sedih banget, sekarang rasanya lebih tenang dan enggak gampang sedih mas.	
2.	P	Bisa diceritakan sedikit, apa hal yang membuatmu merasa sangat tertekan atau sedih sampai akhirnya menyakiti diri sendiri?	Faktor pemicu dan akar masalah <i>self harm</i>
	S3	Itu mas, ada masalah di rumah. Orang tua sering berantem, terus aku sering dimarahin. Rasanya kayak sendirian banget mas, di sekolah juga kadang ada masalah sama temen, jadi rasanya sakit banget.	
3.	P	Kenapa kamu memilih untuk akhirnya sampai melukai diri sendiri?	Motivasi di balik perilaku <i>self harm</i>
	S3	Aku bingung mas, rasa sakit di hati itu kayak mau meledak. Aku cuma pingin rasa sakit itu hilang. Aku mikir, kalau ada sakit fisik, sakit yang di hati itu bakal ketutup. Aku biasanya pakai	

		silet atau jarum mas, buat ngegores-gores tangan setelahnya ditutup biar ga ada yang lihat.	
4.	P	Lalu, apasih yang kamu rasakan sebelum, saat, dan sesudah melakukannya?	Siklus emosional perilaku <i>self harm</i>
	S3	Sebelum itu, perasaanku campur aduk banget mas, kayak mau nangis tapi enggak bisa. Waktu ngelakuin, aku gak mikir apa-apa, cuma fokus sama sakitnya aja. Setelahnya, aku ngerasa lega, tapi itu cuma sebentar banget. Terus, langsung nyesel dan malu sama diri sendiri mas.	
5.	P	Apakah kamu pernah cerita ke guru BK tentang masalahmu?	Interaksi awal dengan guru BK
	S3	Iya mas pernah. Awalnya aku takut, tapi guru BK nya baik. Dia bilang, apapun yang aku ceritain gak akan disebar kemana-mana, jadi aku berani cerita.	
6.	P	Lalu, bagaimana tanggapan guru BK saat kamu bercerita?	Tanggapan dan sikap guru BK
	S3	Dia dengerin semuanya dengan sabar mas. Dia enggak ngelihat aku aneh, dia Cuma dengerin dan bilang, “kamu hebat sudah berani cerita. Kita bisa lewat ini bareng-bareng.” Kata-kata itu bikin aku lega banget mas.	
7.	P	Apakah bantuan yang diberikan guru BK membantumu? Jika ya, bagian mana yang paling membantu?	Efektivitas intervensi dan bantuan guru BK
	S3	Sangat membantu sih mas, guru BK gak cuma dengerin. Dia kasih aku	

		cara-cara lain kalau lagi sedih, misalnya ajak aku gambar. Dia juga bantu aku ngobrol sama orang tua biar mereka lebih paham. Yang paling penting, guru BK itu sabar dan enggak pernah nyerah sama aku mas.	
8.	P	Menurutmu apa yang seharusnya dilakukan oleh guru BK untuk bisa membantumu agar lebih baik?	Rekomendasi untuk peran guru BK di masa depan
	S3	Guru BK harus bisa jadi tempat aman mas. Jangan bikin siswa takut. Kalau ada masalah, guru BK harus proaktif, jangan nunggu siswanya sampai parah dulu baru dipanggil. Guru BK yang bisa jadi temen cerita itu yang paling dibutuhkan mas menurutku.	
9.	P	Apa harapanmu untuk dirimu sendiri ke depannya?	Harapan dan resolusi pribadi
	S3	Harapan aku sih, bisa terus belajar mengelola emosiku dengan cara yang sehat mas. Aku pengen lebih kuat dan bisa jadi contoh buat temen-temen lainnya.	
10.	P	Baik, terimakasih sudah mau ngobrol dengan saya. Semangat terus kedepannya ya.	
	S3	Iya mas terimakasih juga.	

HASIL OBSERVASI

Hari/tanggal : Senin, 21 Juli 2025

Hal yang diobservasi : 1. Observasi siswa yang melakukan *self harm*
2. Observasi peran guru BK dalam menangani siswa *self harm*

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti ketika melakukan wawancara dengan siswa AP, NA dan KA, ketiganya berada diposisi yang sama. Yakni merasa kesepian sehingga terlintas dipikiran bagi mereka untuk menyakiti diri sendiri dan merekapun sadar akan apa yang mereka lakukan serta menyesali perbuatan tersebut. Meski kesepian adalah kesamaan dari apa yang mereka rasa tapi ketiganya memiliki motif yang berbeda-beda mulai dari siswa AP yang selalu dirundung oleh teman-temannya ketika disekolah, sehingga membuat siswa AP menjadi lebih hati-hati dalam melakukan hal apapun ketika disekolah. Lalu siswa NA yang sering dibandingkan dengan kakaknya, dan membuat siswa NA ini merasa tidak dihargai. Dan terakhir siswa KA yang memiliki permasalahan *broken home*, orang tuanya selalu bertengkar dan dia selalu terkena imbasnya dimarahi oleh orang tuanya, dari hal tersebutlah sehingga siswa KA merasa kesepian.

Hasil observasi peneliti pada peran guru BK dalam menangani siswa *self harm*, guru BK memberikan peran-peran yang sangat membantu dan sangat sesuai dalam penanganan yang diarahkan. Yang mana dari pihak guru BK memberikan sosialisasi kepada seluruh siswa agar mereka tidak melakukan koping yang tidak semestinya, dalam hal ini adalah bentuk dari pengantisipasi terhadap siswa yang memiliki hasrat untuk menyakiti diri sendiri. Sehingga bagi mereka yang akan melakukan *self harm* mereka mengetahui apa dampaknya dari tindakan tersebut.

Tidak hanya sosialisasi bagi siswa, guru BK juga tidak luput selalu mendekatkan diri pada siswa, sehingga dampaknya siswa merasa nyaman dan lebih terbuka pada guru BK terutama dalam permasalahan di sekolah. Dari hal tersebut membuat stigma guru BK bagi siswa adalah

sosok orang tua kedua ketika di sekolahan, karena guru BK selalu memberikan validasi terkait perasaan yang dialami oleh siswa.

Dan terakhir guru BK tidak hanya mendengarkan keluhan kesah yang dicurahkan oleh siswa, akan tetapi guru BK juga memberikan saran yang tepat bagi siswa yang melakukan *self harm* seperti menggambar, menulis *diary*, membuat cerpen atau sebagainya. Sehingga hubungan yang terjadi pada guru BK dan siswa menjadi hubungan dua arah dan itu yang membuat guru BK menjadi sangat tepat.



Dokumentasi



Wawancara dengan guru Bimbingan Konseling SMP Plus Salafiyah
Pemalang



Wawancara dengan Siswa SMP Plus Salafiyah Pemalang

Kontrak Tingkah Laku

Nama : ...
 Kelas : ...
 Hari : ...

Kontrak Tingkah Laku

Tingkah laku yang harus diubah : ...

Tingkah laku yang diinginkan : ...

Revisi : ...

Tanda tangan : ...
 Siswa : ...
 Guru BK : ...

Wali kelas TC : ...
 Orang tua : ...
 Mufid : ...

Kontrak Tingkah Laku

Nama : ...
 Kelas : ...
 Hari : ...

Kontrak Tingkah Laku

Tingkah laku yang harus diubah : ...

Tingkah laku yang diinginkan : ...

Revisi : ...

Tanda tangan : ...
 Siswa : ...
 Guru BK : ...

Wali kelas TC : ...
 Orang tua : ...
 Mufid : ...

Surat Pernyataan yang dibuat Siswa



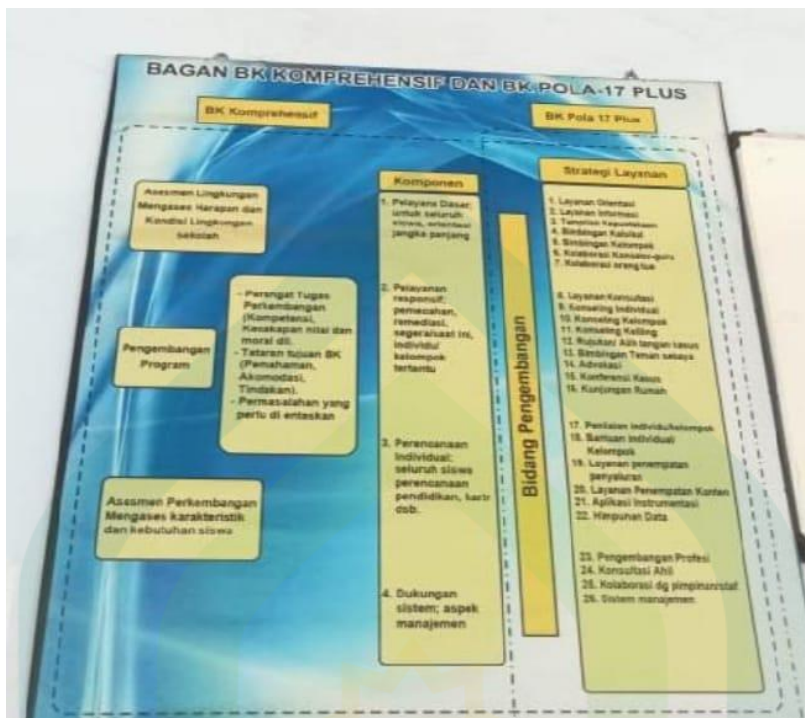
Panggilan Orang Tua Siswa



Panggilan Siswa ke Ruang BK



Sosialisasi guru BK kepada para Siswa SMP Plus Salafiyah Pematang



Bagan Struktur guru BK SMP Plus Salafiyah Pemalang

DAFTAR GURU DAN KARYAWAN SMP PLUS ³ SALAFIYAH ³ KAUMAH PEMALANG TAHUN PELAJARAN 2023 / 2024											Revisi : 1. 14 Mei 2023 2. 14 Mei 2023	
NO	SD	PT	NAMA	UMUR	TEMPER TANGGAL LAHIR	UJ	TEST	STATUS	JABATAN	BIDANG STUDI YANG DIAMPU	PM	
KEPALA												
1	PA	1	DR. H. M. KURNIAWAN	4441 7404 4300 0000	Pemangaja, 9 Januari 1989	14	13	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
2	PA	2	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
3	PA	3	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
4	PA	4	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
5	PA	5	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
6	PA	6	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
7	PA	7	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
8	PA	8	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
9	PA	9	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
10	PA	10	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
11	PA	11	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
12	PA	12	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
13	PA	13	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
14	PA	14	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
15	PA	15	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
16	PA	16	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
17	PA	17	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
18	PA	18	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
19	PA	19	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
20	PA	20	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
21	PA	21	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
22	PA	22	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
23	PA	23	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
24	PA	24	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
25	PA	25	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
26	PA	26	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
27	PA	27	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
28	PA	28	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
29	PA	29	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
30	PA	30	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
31	PA	31	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
32	PA	32	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
33	PA	33	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
34	PA	34	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
35	PA	35	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
36	PA	36	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
37	PA	37	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
38	PA	38	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
39	PA	39	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
40	PA	40	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
41	PA	41	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
42	PA	42	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
43	PA	43	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
44	PA	44	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
45	PA	45	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
46	PA	46	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
47	PA	47	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
48	PA	48	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
49	PA	49	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
50	PA	50	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
51	PA	51	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
52	PA	52	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
53	PA	53	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
54	PA	54	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
55	PA	55	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
56	PA	56	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
57	PA	57	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
58	PA	58	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
59	PA	59	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
60	PA	60	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
61	PA	61	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
62	PA	62	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
63	PA	63	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
64	PA	64	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
65	PA	65	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
66	PA	66	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
67	PA	67	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
68	PA	68	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
69	PA	69	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
70	PA	70	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
71	PA	71	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
72	PA	72	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
73	PA	73	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
74	PA	74	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
75	PA	75	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
76	PA	76	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
77	PA	77	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
78	PA	78	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
79	PA	79	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
80	PA	80	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
81	PA	81	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
82	PA	82	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
83	PA	83	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
84	PA	84	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
85	PA	85	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
86	PA	86	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
87	PA	87	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
88	PA	88	DR. H. KHANZA KHANZA	4500 7300 0010 12	Pemangaja, 21 Januari 1988	14	14	2023	GTV	S. 1	Agustin Tegayan	Ampro 1 (kelas 1)
89	PA	89	DR. H. KHANZA KHANZA</									

Struktur Daftar Guru dan Karyawan SMP Plus Salafiyah Pemalang



**YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM (YPI)
SMP PLUS "SALAFIYAH" KAUMAN PEMALANG**

STATUS : TERAKREDITASIA

Jl. Kauman No. 17 Pemalang Jawa Tengah Telp. (0284)321555
e-mail : smpplussalafiyah@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 693 /103.27/SMP P SLF/IX/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : H. Akhmad Khamdan, S.IP
NIP : -
Jabatan : Kepala Sekolah SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang
Alamat : Jl. Kauman No 17 Kebondalem Kauman Pemalang

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : FAIZ MUTTAQIN
NIM : 3520099
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Telah melakukan penelitian di SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang, Tahun Pelajaran 2025/2026 dengan judul penelitian "peran Guru Bimbingan Konseling dalam menangani *Self Harm* siswa kelas VIII SMP Plus Salafiyah Kauman Pemalang."

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.



Lampiran 9



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

SURAT KETERANGAN SIMILARTY CHECKING

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah (FUAD) UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan menerangkan bahwa naskah skripsi atas nama mahasiswa :

Nama	:	Faiz Muttaqin
NIM	:	3520099
Prodi	:	BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
Judul	:	Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Self Harm Siswa Kelas VIII SMP Plus Salafiyah Pemalang

telah melalui tahap plagiarism checking menggunakan aplikasi turnitin, dengan keterangan :

Waktu Submit	:	18 Desember 2025
Hasil (Similarity)	:	14 %

Oleh karenanya naskah tersebut dinyatakan **LOLOS** dari plagiarisme. Surat keterangan ini berlaku selama 1 (satu) semester sejak diterbitkan untuk dijadikan sebagai syarat pendaftaran Ujian Munaqosyah Skripsi.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan,
 a.n Dekan
 Ketua Program Studi
 BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM



Dr. Muh. Rifa'i Subhi, M.Pd.I



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

LEMBAR PEMERIKSAAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arif Rachman, S.Ag
 NIP : 197704052003121001
 Pangkat/Gol. : Pembina Tk. I (IV/b)
 Jabatan : Kepala Bagian Tata Usaha

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Faiz Muttaqin
 NIM : 3520099
 Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
 Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Telah selesai melaksanakan pemeriksaan Skripsi sesuai dengan aturan yang disahkan dan diterapkan di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah. Oleh karena itu, untuk selanjutnya skripsi saudara/i segera dijilid sesuai dengan warna fakultas dan kode warna yang ditetapkan oleh STATUTA UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. Atas perhatian dan kerja sama saudara/ kami ucapkan terima kasih.

Pekalongan, 13 July 2026
 Mengetahui,
 a.n. Dekan
 Kabag TU FUAD


Arif Rachman, S.Ag
 NIP. 197704052003121001

*Lampiran 11***DAFTAR RIWAYAT HIDUP****IDENTITAS DIRI**

Nama	Faiz Muttaqin
Tempat/Tanggal Lahir	Pemalang, 11 Januari 2002
Agama	Islam
Jenis Kelamin	Laki-laki
Alamat	Ds. Pesucen, 009/002, Kec. Petarukan, Kab. Pemalang, Jawa Tengah

IDENTITAS ORANG TUA

Nama Ayah	Sultoni
Pekerjaan	Kepala Rumah Tangga
Nama Ibu	Castriah
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga

RIWAYAT PENDIDIKAN

SDN Pulogebang 17 Pagi	Lulus Tahun 2014
SMP Daarul Qur'an	Lulus Tahun 2017
SMA Daarul Qur'an	Lulus Tahun 2020
UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan	Masuk Tahun 2020



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
PERPUSTAKAAN

Jalan Pahlawan Km. 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
www.perpustakaan.uingusdur.ac.id email: perpustakaan@uingusdur.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : FAIZ MUTTAQIN
NIM : 3520099
Jurusan/Prodi : BPI
E-mail address : faizmuttaqin@mhs.uingusdur.ac.id
No. Hp : 085775437358

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☐ Tugas Akhir ☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

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

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Pekalongan, 15 Juli 2026



FAIZ MUTTAQIN

NB : Harap diisi, ditempel meterai dan ditandatangani
Kemudian diformat pdf dan dimasukkan dalam file softcopy /CD