

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam yang mempunyai peranan penting dalam sejarah Islam di Indonesia, khususnya dipulau Jawa dan Madura. Pondok pesantren, jika di Aceh disebut rangkang atau meunasah, sedangkan di Sumatra Barat disebut surau. Kata pondok berasal dari bahasa Arab “*fundug*” yang berarti “hotel atau asrama”. Sedangkan kata pesantren berasal dari kata santri dengan awalan “pe” dan akhiran “an” yang berarti “tempat tinggal para santri”. Pesantren adalah lembaga pendidikan mandiri yang dirintis, dikelola, dan dikembangkan oleh kyai. jika ditelusuri, pesantren lahir dari sesuatu yang sangat sederhana. Seseorang yang dikenal memiliki pengetahuan agama, yang kemudian dianggap sebagai ustadz, menyediakan diri untuk mengajar agama Islam. Mulai dari hal-hal yang sederhana mengenai dasar-dasar pengetahuan ajaran Islam, seperti cara membaca Al- Qur’an, sampai pada pengetahuan yang lebih mendalam, seperti bagaimana memahami Al-Qur’an, tafsir, hadits, fiqh, tasawuf, dan pengetahuan lain sejenisnya.¹ Pembelajaran agama Islam haruslah orang yang paham akan ilmu pengetahuan agama, agar dalam prosesnya dapat berjalan sesuai kaidah-kaidah yang ditentukan.

Dewasa ini beberapa orangtua tertarik dengan lembaga pendidikan pondok pesantren karena keunikannya dalam menanamkan karakter disiplin yang diaplikasikan seperti yang kita ketahui dengan nilai

¹ Ferdinan M, “Pondok Pesantren Dan Ciri Khas Perkembangannya,” *Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 1 (2017): 12–20.

keagamaan dan mewajibkan santrinya untuk mukim sehingga anak lebih terkontrol dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Setiap orang tua ingin buah hatinya berkembang ideal, jika sedari dini anak menunjukkan sikap sering terlambat, kurang menghargai pentingnya waktu, menggunakan benda tidak sesuai fungsinya, membiarkan barang berserakan, melanggar aturan, selalu cemas dan tidak mau tertib menunggu giliran, serta mengabaikan akibat jika tidak disiplin maka orang tua perlu menanamkan strategi agar kebiasaan buruk tersebut tidak melekat hingga dewasa. Pembentukan sikap disiplin pada anak usia dini lebih mudah ditanamkan jika situasi lingkungan mendukung.² Sebagai orang tua harus paham bahwa anak usia dini sangat memerlukan penanaman sikap, dikarenakan pada usia tersebut seorang anak akan lebih mudah mencerna dan menjadi sebuah kebiasaan yang baik apabila diberikan penanaman hal yang baik, begitu pula sebaliknya apabila lingkungannya buruk tentu akan menjadi kebiasaan buruk bagi si anak.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Siti Hamsya dalam skripsinya menyatakan bahwa akhlaq dan perilaku yang baik tercipta dari didikan dan ilmu yang baik pula. Untuk itu agar generasi penerus bangsa ini menjadi generasi yang baik, sopan, santun, memiliki budi pekerti dan akhlaq yang baik serta bermanfaat bagi nusa dan bangsa orang tua harus membekali anak-anak tersebut dengan bekal ilmu pengetahuan dan ilmu agama secara maksimal. Sesuai dengan perkembangan zaman yang sangat pesat, tidak sedikit orang tua yang enggan memasukan anaknya ke Pondok Pesantren dikarenakan takut anak menjadi depresi jika jauh dari orang tua.

² Hanik Musdhalifah, Ruli HAFidah, and Jumiatmoko, "Penanaman Karakter Disiplin Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Pondok Pesantren," *Jurnal Kumara Cendekia Guru* 10, no. 2 (2022): hal 87.

Perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*) didefinisikan sebagai perilaku seseorang untuk melukai diri sendiri dengan berbagai cara tanpa memandang ada atau tidaknya niat dan keinginan untuk mati. Perilaku ini merupakan sebuah fenomena penting dalam bidang kesehatan jiwa yang dapat terjadi baik pada populasi normal maupun pasien dengan diagnosis gangguan jiwa.³ Menyakiti diri sendiri disini dapat diartikan kepada gangguan jiwa yang dialami seseorang dengan cara melukai diri sendiri yang secara sadar dan tidak memikirkan efek yang didapatkan. Jumlah perilaku *self-harm* pada kenyataan sangat sulit untuk diidentifikasi karena data-data dan penelitian yang telah diperoleh dan dilakukan belum benar-benar mengungkap realitas yang terjadi sebenarnya. Masalah ini bersifat pribadi, sehingga banyak kasus yang tidak terdeteksi oleh tenaga kesehatan, kecuali mereka yang dirawat karena kondisi kejiwaannya.⁴ Mengurung diri dan melakukan hal-hal yang melukai dirinya sangat sulit ditemukan secara langsung dan terkadang disembunyikan oleh pelaku *self-harm* tersebut terkecuali penderita tersebut sudah melebihi batas yang mengakibatkan harus mendapat perawatan.

Perilaku *Self-harm* bukan hanya ada di ruang lingkup remaja saja tetapi pernah terjadi disalah satu karyawan perusahaan swasta. Menurut penelitian yang dilakukan Audhia bahwa hukum melukai diri menurut mayoritas para ulama adalah haram. Para ulama berpendapat bahwa perbuatan melukai diri sendiri sama artinya dengan aniaya dimana hanya

³ Andrian Fajar Kusumadewi et al., “*Self-Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm*,” *Jurnal Psikiatri Surabaya* 8, no. 1 (2020): hal 21.

⁴ Thesalonika and Nurliana Cipta Apsari, “Perilaku *Self-Harm* Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (*Self-Harm or Self-Injuring Behavior By Adolescents*),” *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 4, no. 2 (2022): hal 213.

dapat mendatangkan madharat tanpa adanya manfaat.⁵ Berdasarkan hal tersebut, melukai diri sendiri sama dengan berbuat dzalim kepada diri sendiri yakni menganiaya diri sendiri. Allah SWT berfirman dalam Surah Ar-Rum Ayat 9:

أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ كَانُوا أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً وَأَثَارُوا الْأَرْضَ وَعَمَرُوهَا أَكْثَرَ مِمَّا عَمَرُوهَا وَجَاءَتْهُمْ رُسُلُهُمْ بِالْبَيِّنَاتِ فَمَا كَانَ اللَّهُ لِيَظْلِمَهُمْ وَلَكِنْ كَانُوا أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ

Dan apakah mereka tidak mengadakan perjalanan di muka bumi dan memperhatikan bagaimana akibat (yang diderita) oleh orang-orang sebelum mereka? orang-orang itu adalah lebih kuat dari mereka (sendiri) dan telah mengolah bumi (tanah) serta memakmurkannya lebih banyak dari apa yang telah mereka makmurkan. Dan telah datang kepada mereka rasul-rasul mereka dengan membawa bukti-bukti yang nyata. Maka Allah sekali-kali tidak berlaku zalim kepada mereka, akan tetapi merekalah yang berlaku zalim kepada diri sendiri (QS: Ar-Rum:9).⁶

Mereka sempat membangun dunia dengan bangunan-bangunan yang tinggi-tinggi dan meramaikan dunia lebih banyak daripada kalian, bahkan mereka mengolah dan menggarap tanah jauh lebih banyak daripada apa yang kalian garap. Hanya saja ketika datang kepada mereka rasul-rasul mereka yang datang membawa bukti-bukti dari Allah, mereka berbangga diri dengan apa yang telah mereka capai dari kehidupan dunia. Maka Allah mengazab mereka disebabkan dosa-dosa mereka..

Dalam sebuah hadist disebutkan bahwa Allah SWT telah mengharamkan perbuatan zhalim yang dilakukan oleh setiap hambanya. “wahai para hambaku, sesungguhnya telah aku haramkan atas diri-

⁵ Syahiba Nur Audhia, “Konseling Psikoanalisa Untuk Mengurangi *Self Injury* (Melukai Diri Sendiri) Pada Seorang Karyawan Di Surabaya,” *Bimbingan Konseling Uin Sunan Ampel Surabaya* (2019): hal 2

⁶ *Al-Qur'an Surat Ar-Rum, Ayat 9.*

perbuatan zhalim dan aku jadikan ia diharamkan diantara kamu, maka janganlah kalian saling berbuat zhalim” (HR. Muslim).⁷ Berdasarkan pemaparan tersebut dapat dipahami bahwa perilaku melukai diri dalam islam merupakan tindakan menzalimi diri sendiri. Bentuk menyakiti diri sendiri yang ringan adalah bekerja secara berlebihan, berolah raga berlebihan, merokok dan mengkonsumsi alkohol secara berlebihan. Bentuk yang serius antara lain mengiris kulit, membakar kulit, membenturkan kepala dan badan ke dinding, meracuni diri sendiri dengan mengkonsumsi berbagai tablet, berbagai penyimpangan dalam perilaku makan (diet berlebihan, anoreksia, bulimia).⁸ Perilaku *self-harm* sangatlah merugikan terlebih lagi seperti sampai kehilangan nyawa seperti membakar diri yang termasuk dalam menyakiti diri sendiri.

Adapun hadist lainnya yaitu :

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ يَحْيَى حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّزَّاقِ أُنْبَأَنَا مَعْمَرٌ عَنْ جَابِرِ الْجُعْفِيِّ
عَنْ عِكْرِمَةَ عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا
ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ

“Telah menceritakan kepada kami [Muhammad bin Yahya] berkata, telah menceritakan kepada kami [Abdurrazaq] berkata, telah memberitakan kepada kami [Ma'mar] dari [Jabir Al Ju'fi] dari [Ikrimah] dari [Ibnu Abbas] ia berkata, "Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Tidak boleh berbuat madlarat dan hal yang menimbulkan madlarat".⁹

Fenomena terkait perilaku *self-harm* sejalan dengan apa yang dikatakan Pimpinan Pondok Pesantren Daar-Ruhama Ustadz Adi Nurfaudi, S.S saat wawancara bahwa ada beberapa dari santri dan

⁷ HR. Muslim.

⁸ Muslimah Zahro Romas, “Self Injury Remaja Ditinjau Dari Konsep Dirinya,” *Jurnal Psikologi* 8 (2017): hal 41.

⁹ Hadits Ibnu Majah Nomor 2332.

santriwati terdapat beberapa santri baik laki-laki ataupun perempuan yang tidak bisa beradaptasi dengan peraturan Pondok Pesantren maka mereka melakukan tindakan mengiris kulit menggunakan silet yang kebanyakan terjadi pada anak perempuan sedangkan pada anak laki-laki biasanya mengkonsumsi zat-zat beracun seperti merokok.¹⁰ Adapun terkait perlakuan santri dan santriwati tersebut berdasarkan penuturan Kabid Komunikasi, Perencanaan dan Sarana Bapak Razi Ghazali bahwa mereka melakukan hal tersebut dikarenakan kurangnya dalam hal sosial serta jauh dari orang tua sehingga dirinya tidak siap di lingkungan pesantren yang menyebabkan terkucilkan, hal ini terjadi biasanya pada santriwati. Sedangkan bagi seorang santri biasanya berperilaku menyimpang seperti merokok yang diakibatkan bentuk depresi akibat dimasukan ke pondok pesantren.¹¹

Kabid Humas Pondok Pesantren Daar-Ruhama Ustadz Ahyani menyatakan bahwa bagi pelaku *self-harm* itu sendiri menurut diberikan pengobatan klinik yang ada di Pondok Pesantren Daar-Ruhama dan untuk penanganannya hanya diberikan pemahaman dan untuk media informasi sampai saat ini belum dilakukan.¹² Layanan informasi sangatlah berpengaruh bagi kehidupan setiap individu pada umumnya baik untuk saat ini maupun yang akan datang. Layanan informasi adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan individu menerima dan memahami berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan penting bagi

¹⁰ Wawancara Dengan Ustadz Adi Nurfaudi S.S, 10 Februari 2025, Di Pondok Pesantren Daar-Ruhama.

¹¹ Wawancara Dengan Razi Ghazali, 10 Februari 2025, Di Pondok Pesantren Daar-Ruhama

¹² Wawancara Dengan Ustadz Ahyani, 10 Februari 2025, Di Pondok Pesantren Daar-Ruhama.

setiap individu.¹³ Layanan informasi disini dapat berarti sebagai informasi yang sangat penting dalam memberikan masukan dan pemahaman proses bimbingan dan konseling pada individu.

Layanan informasi adalah layanan yang membantu siswa untuk membuat keputusan yang bebas dan bijaksana. Informasi tersebut harus valid dan dapat digunakan oleh siswa untuk membuat berbagai keputusan dalam kehidupan mereka.¹⁴ Berdasarkan pendapat diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa layanan informasi merupakan layanan yang diberikan kepada individu untuk mengambil suatu keputusan, memberikan pemahaman tentang berperilaku yang baik dalam hal ini bagaimana individu dapat menjalankan kehidupan dengan semestinya. Pondok Pesantren Daar-Ruhama Memiliki jumlah santri 165 dan yang mewakili populasi hanya 35 santri karena tergolong usia remaja awal diumur 12-15 tahun.

Berdasarkan uraian masalah tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk memberi suatu pemahaman tentang dampak negatif perilaku *self-harm* dan keputusan yang baik untuk memecahkan suatu masalah dengan layanan informasi, sehingga peneliti tertarik untuk mengambil judul “Efektivitas Layanan Informasi Terhadap Perilaku *Self -Harm* Pada Remaja (Studi Kasus di Pondok Pesantren Daar-Ruhama Pandeglang)”

¹³ Novi Sri Handayani, “Analisis Layanan Informasi Untuk Membina Nilai Karakter Pada Peserta Didik Kelas VIII Di Smp,” *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa* 6, no. 10 (2017): hal 1

¹⁴ Tya Lolita Manik, “Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kemampuan Perencanaan Karir Pada Siswa Kelas Xii Smk Multi Karya Medan,” *Al-Mursyid : Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam (IKABKI)* 4, no. 2 (2022): hal 3

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang terdapat permasalahan yang dapat penulis identifikasi, yaitu :

1. Aturan pondok Pesantren dapat memicu perilaku *self-harm*.
2. Masih terdapat santri perempuan mengiris kulit menggunakan silet.
3. Masih terdapat santri laki-laki mengkonsumsi zat-zat beracun seperti merokok sebagai bentuk depresi akibat dimasukan ke pondok pesantren.
4. Masih terdapat santri mengurung diri diakibatkan kurangnya bersosialisasi dengan santri lainnya.
5. Masih belum tersedianya media informasi sampai saat ini tentang kesehatan mental.

C. Batasan dan Rumusan Masalah

Sekian banyaknya permasalahan yang teridentifikasi tidak secara keseluruhan dapat diteliti, maka peneliti memfokuskan pada layanan informasi dan perilaku *self-harm* pada remaja awal di Pondok Pesantren Daar-Ruhama Pandeglang.

Berdasarkan batasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah penelitian ini yaitu apakah terdapat perbedaan perilaku *self-harm* sebelum dan sesudah diberikan layanan informasi ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan perilaku *self-harm* sebelum dan sesudah diberikan layanan informasi.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

1. Manfaat Secara Teoritis
 - a. Memberikan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam Bimbingan Konseling Islam.
 - b. Dapat dijadikan sebagai tambahan informasi yang dapat menambah dan mengembangkan wawasan peneliti.
 - c. Mampu sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan layanan informasi.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Jurusan

Menambah wawasan keilmuan Bimbingan Konseling Islam bagi peneliti lain dalam meningkatkan kesadaran melalui layanan informasi.
 - b. Bagi Penulis

Penulis mendapat tambahan keilmuan serta meningkatkan pemahaman terhadap layanan informasi untuk mengurangi perilaku *self-harm* .
 - c. Bagi Orang Tua

Orang tua dapat menyadari bahwa support dan perhatian orang tua terhadap anak itu sangat penting.
 - d. Bagi Pondok Pesantren

Pondok pesantren dapat menyadari bahwa layanan informasi sangat penting dalam melihat dan memberikan solusi terkait tingkah laku para santri dan santriwati agar dapat terhindar dari perilaku menyakiti diri sendiri.

F. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan hasil pencarian terhadap penelitian terdahulu, maka peneliti berhasil menemukan penelitian terdahulu sangat berkaitan namun, penelitian ini sangatlah berbeda dengan penelitian terdahulu. Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini diantaranya:

1. Penelitian Peni Ramanda, Mutiara Utari Ramadani & Hilda Rosida (2022) yang berjudul Efektivitas Layanan Informasi untuk Meningkatkan *Self Esteem* Santriwati di Pondok Pesantren Nurul Alami. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui tingkat *self esteem* Santri Pondok Pesantren (Ponpes) Nurul Alami; (2) mengetahui perubahan tingkat *self esteem* sesudah diberi layanan informasi, dan (3) mengetahui efektivitas layanan informasi dengan dalam meningkatkan *self esteem* santri. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Hasil penelitian didapatkan bahwa layanan informasi efektif dalam meningkatkan *self esteem* santriwati di Ponpes Nurul, dengan hasil uji-t dengan signifikansi 0,004. Penelitian ini membahas tentang tingkat *self esteem*, perubahan dan efektivitas layanan informasi untuk meningkatkan *self esteem* santriwati Ponpes Nurul Alami. Perbedaanannya terletak pada variabel penelitian penelitian Ramanda et al yaitu *self esteem* sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu mengenai *self-harm*. Selain itu persamaan dalam penelitian ini mengambil variabel layanan informasi.
2. Penelitian Koni Wandono (2022) yang berjudul Korelasi Antara Pemahaman Layanan Informasi Dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii Di Masa Pandemi Smp Negeri 1 Manyaran Tahun Pelajaran 2021/2022. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui kategori

pemahaman layanan informasi, kategori motivasi belajar siswa, dan mengetahui korelasi antara pemahaman layanan informasi (X) dengan motivasi belajar siswa kelas (Y). Metode penelitian menggunakan kuantitatif dengan hasil penelitian bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pemahaman layanan informasi dengan motivasi belajar siswa.

Persamaan pada penelitian ini yaitu pada variabel X yaitu layanan informasi dan metode yang digunakan yaitu kuantitatif. Adapun perbedaan terdapat pada variabel Y dimana peneliti menggunakan perilaku self harm sedangkan penelitian tersebut berfokus pada motivasi siswa.

3. Penelitian Thesalonika & Nurliana Cipta Apsari (2021) yang berjudul *Perilaku Self-harm Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui dan mendapat informasi lebih dalam mengenai perilaku *self-harm* atau tindakan melukai diri sendiri pada remaja. Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah tinjauan pustaka. Hasilnya adalah perilaku menyakiti diri lebih banyak dilakukan oleh remaja karena masa remaja merupakan masa yang penuh dengan konflik sehingga rentan untuk melakukan tindakan menyakiti diri sendiri.

Penelitian ini mempunyai kesamaan dalam membahas tentang perilaku *self-harm*, sedangkan perbedaan terdapat pada metode yang akan dilaksanakan dimana penelitian Thesalonika & Nurliana Cipta Apsari adalah literatur review sedangkan penulis menggunakan metode kuantitatif.

4. Penelitian Nur Azizah & Ahmad Alamuddin Yasin (2022) yang berjudul Efektifitas Pendekatan Konseling Behavioral Pada Perilaku *self-harm* Di Manu Putri Buntet Pesantren. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas konseling behavioral dalam mencegah perilaku *self-harm* pada siswa. Metode penelitian yang digunakan kualitatif melalui interview/ wawancara, observasi dan studi pustaka. Hasil dari penelitian ini adalah proses konseling behavioral terbukti efektif dalam mencegah perilaku *self-harm* pada siswa.

Penelitian ini mempunyai kesamaan membahas tentang perilaku *self-harm* sehingga penulis mengambil hanya pada variabel *self-harm*. Perbedaan terletak pada variabel tetapnya yaitu peneliti menggunakan layanan informasi sedangkan peneliti Azizah & Yasin menggunakan konseling behavioral. Selain itu peneliti Azizah & Yasin menggunakan metode kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif.

G. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati yang memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek. Definisi operasional dalam penelitian ini ialah berkedudukan untuk memudahkan pembaca dalam memahami terkait penelitian yang dibuat, adapun rincian definisinya adalah sebagai berikut:

1. Layanan Informasi

Menurut Sukardi menjelaskan layanan informasi merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang

memungkinkan peserta didik dan pihak-pihak yang dapat memberikan pengaruh besar kepada peserta didik menerima dan memahami informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan sehari-hari sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Pengertian ini mempunyai makna bahwa penerimaan dan pemahaman peserta didik tidak lepas dari layanan informasi serta merupakan satu dari beberapa layanan konseling yang bermanfaat bagi pelajar maupun masyarakat lainnya. Adapun tahapan pemberian layanan informasi, terdiri dari 1) Perencanaan, 2) Pelaksanaan, 3) Evaluasi, 4) Analisis dan 4) Tindak Lanjut.¹⁵

2. Perilaku *Self-harm*

Self injury atau biasa disebut *self-harm* adalah tindakan melukai diri sendiri dengan sengaja oleh dirinya sendiri. Tindakan ini tidak dengan tujuan bunuh diri, namun sebagai cara sebagai melampiaskan emosi yang dirasakan individu sangat menyakitkan.¹⁶ Perilaku ini dapat berarti bahwa ketidak sanggupannya seseorang dalam menahan kesakitan yang dialaminya, sehingga orang tersebut melakukan hal-hal yang di luar batas wajar yang dapat melukai dirinya.

Bentuk menyakiti diri sendiri yang ringan adalah bekerja secara berlebihan, berolah raga berlebihan, merokok dan mengkonsumsi alkohol secara berlebihan. Bentuk yang serius antara

¹⁵ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2011) hal 44.

¹⁶ Muslimah Zahro Romas, "Self-Injury Remaja Ditinjau Dari" hal 40

lain menggaris kulit, membakar kulit, membenturkan kepala dan badan ke dinding, meracuni diri sendiri dengan mengkonsumsi berbagai tablet, berbagai penyimpangan dalam perilaku makan (diet berlebihan, anoreksia, bulimia).¹⁷

¹⁷ Muslimah Zahro Romas, “Self-Injury Remaja Ditinjau Dari” hal 41.