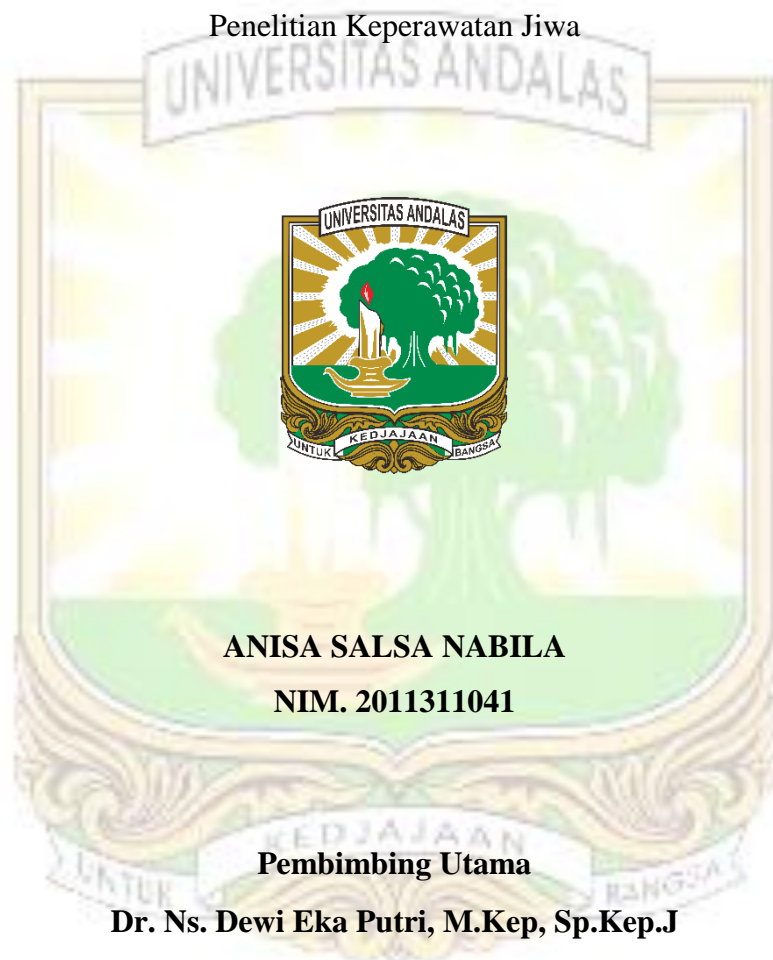


SKRIPSI

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DAN KESEPIAN DENGAN PERILAKU
SELF-HARM PADA REMAJA DI SMKN 4 PADANG**

Penelitian Keperawatan Jiwa



ANISA SALSA NABILA

NIM. 2011311041

Pembimbing Utama

Dr. Ns. Dewi Eka Putri, M.Kep, Sp.Kep.J

Pembimbing Pendamping

Ns. Bunga Permata Wenny, S. Kep, M. Kep

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2024

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
MEI 2024

Nama : Anisa Salsa Nabila

NIM : 2011311041

Hubungan Regulasi Emosi dan Kesepian dengan Perilaku *Self-Harm* pada Remaja
di SMKN 4 Padang

ABSTRAK

Perilaku maladaptif yang sering ditemukan pada masa remaja yaitu *Self-Harm*. Perilaku *Self-Harm* pada remaja disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah regulasi emosi dan kesepian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dan kesepian dengan perilaku *Self-Harm* pada remaja. Penelitian ini menggunakan *cross sectional* dengan jumlah sampel 268 siswa di SMKN 4 Padang yang dipilih menggunakan *Incidental Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) untuk mengukur regulasi emosi, *UCLA loneliness scale* versi 3 untuk mengukur kesepian, dan *Self-Harm Inventory* (SHI) untuk mengukur kecenderungan *Self-Harm*. Analisis data yang dilakukan adalah *rank spearman*. Hasil penelitian didapatkan regulasi emosi dengan rerata (49,29), kesepian dengan rerata (49,61), dan *Self-Harm* dengan rerata (5,00). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara regulasi emosi dengan *Self-Harm* ($p=0,000$) dan ($r = -0,601$) yang berarti berkekuatan kuat dengan arah negatif. Semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi kecenderungan *Self-Harm*. Adanya hubungan yang signifikan antara kesepian dengan *Self-Harm* didapatkan ($p=0,000$) dan ($r = 0,413$) yang artinya berkekuatan sedang dan arah positif. Semakin rendah kesepian maka semakin rendah kecenderungan *Self-Harm*. Diharapkan pada remaja agar dapat mengatur emosi dengan mengubah pola pikir sesuai dengan situasi, dan mengalihkan kesepian dengan memperkuat hubungan sosial untuk mencegah dan mengatasi masalah *Self-Harm* pada remaja.

Kata Kunci: Regulasi emosi, kesepian, *Self-Harm*

Daftar Pustaka: 86(2007-2024)

FACULTY OF NURSING

ANDALAS UNIVERSITY

MAY 2024

Name : Anisa Salsa Nabila

Student ID Number : 2011311041

The Relationship between Emotion Regulation and Loneliness with Self-Harm Behavior in Adolescents at SMKN 4 Padang

ABSTRACT

Maladaptive behavior that is often found in adolescence is Self-Harm. Self-Harm behavior in adolescents is caused by several factors, including emotional regulation and loneliness. This research aims to determine the relationship between emotional regulation and loneliness with Self-Harm behavior in adolescents. This research used a cross sectional study with a total sample of 268 students at SMKN 4 Padang who were selected using incidental sampling. The instruments used were the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) to measure emotional regulation, the UCLA Loneliness Scale version 3 to measure loneliness, and the Self-Harm Inventory (SHI) to measure Self-Harm tendencies. The data analysis carried out was Rank Spearman. The research results showed that emotional regulation was average (49.29), equivalent to average (49.61), and Self-Harm was average (5.00). The research results show that there is a significant relationship between emotional regulation and Self-Harm ($p = 0.000$) and ($r = -0.601$), which means it has strong strength in a negative direction. The lower the emotional regulation, the higher the tendency for Self-Harm. A significant relationship between loneliness and Self-Harm was obtained ($p = 0.000$) and ($r = 0.413$), which means it is of medium strength and in a positive direction. The lower the same, the lower the tendency to Self-Harm. It is hoped that adolescents can regulate emotions by changing thought patterns according to the situation, and divert loneliness by strengthening social relationships to prevent and overcome self-harm problems in adolescents.

Key words: Emotional regulation, Loneliness, Self-Harm

References: 86(2007-2024)