# HUBUNGAN KEHARMONISAN KELUARGA DAN KECENDERUNGAN PERILAKU *SELF HARM* PADA REMAJA

**SKRIPSI**

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh**
**Derajat Sarjana Psikologi**

Tsalsa Hanny Mazidah
21090000116

**FAKULTAS PSIKOLOGI**
**UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**
**MALANG**
**2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

| | |
|---|---|
| Nama | : Tsalsa Hanny Mazidah |
| NIM | : 21090000116 |
| Universitas | : Universitas Merdeka Malang |
| Fakultas | : Fakultas Psikologi |
| Program Studi | : S1 Psikologi |
| Judul Skripsi | : Hubungan Keharmonisan Keluarga dan Kecenderungan Perilaku *Self Harm* pada Remaja |

Malang, 25 Juli 2025

**DISETUJUI DAN DITERIMA**

Ketua Program Studi Psikologi

Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing

Al Thuba Septa P., S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang

Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog



ii

**Hubungan Keharmonisan Keluarga dan Kecenderungan Perilaku *Self Harm* pada Remaja**

Dipersiapkan dan disusun oleh

Tsalsa Hanny Mazidah

21090000116

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 24 Juni 2025

Susunan Dewan Penguji

| Ketua Penguji | Sekretaris Penguji |
|---|---|
| Al Thuba Septa P., S.Psi., M.Psi., Psikolog | Deasy Christia Sera, S.Psi.,M.Si |

Anggota Penguji

Taufiqurrahman, S.Psi.,M.A

Skripsi ini telah terima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 25 Juli 2025

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang

Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog



iii

## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan dibawah ini:

| | |
|---|---|
| Nama | : Tsalsa Hanny Mazidah |
| Nomor Pokok | : 21090000116 |
| Program Studi | : S1 Psikologi |
| Bidang Kajian Skripsi | : Klinis |
| Judul Skripsi | : Hubungan Keharmonisan Keluarga dan Kecenderungan Perilaku *Self Harm* pada Remaja. |
| Lokasi Penelitian | : Indonesia |
| Alamat rumah | : BTN Taman Asri Blok.A.17 |
| Asal | : Bali |
| No. Telp/Email | : 08873199186/ tsalsahannymazidah@gmail.com |

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitisn dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia untuk dicabut gelar dan dicabut gelar dan akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagimana mestinya.

Malang, 25 Juli 2025

Tsalsa Hanny Mazidah



iv

**MOTTO**

"*It Will Pass*"

(Buna)

"Jangan Bandingkan Jarak Terbangnya Tapi Bagaimana Dan Apa Yang Dilalui"

(Pesawat Kertas)

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan:

Untuk Tsalsa Hanny Mazidah, diri saya sendiri yang telah melewati berbagai hal hingga bisa sampai pada titik ini.

Untuk kedua orangtua saya, Bapak Ir.H.M.Syafi'I dan Ibu Dewi Khumayra,SE yang telah melindungi saya dengan doa-doa dari segala kesulitan dan segalanya sebagai bentuk kasih sayang untuk anak perempuannya.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan Syukur kepada Allah SWT atas berkah, Rahmat, dan hidayah-Nya penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Keharmonisan Keluarga dan Kecenderungan Perilaku *Self Harm* pada Remaja” yang merupakan salah satu syarat kelulusan Sarjana Psikologi. Proses mengerjakan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak sehingga dapat selesai dengan lancar. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan Rahmat dan hidayah-Nya serta memberi kelancaran dalam pengerjaan skripsi ini sehingga penulis dapat melalui segalanya dengan baik.
2. Ibu Dr. Prihat Assih, SE.,M.Si.,Ak.,CSRS selaku Rektor Universitas Merdeka Malang yang telah memberikan kesempatan untuk saya dapat menuntut ilmu.
3. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang memberikan kesempatan untuk saya dapat menempuh Sarjana Psikologi selama 4 tahun terakhir.
4. Ibu Al Thuba Septa Priyanggasari S.Psi,M.Psi.,Psikolog selaku dosen pembimbing penulis dengan sabar dan memberikan arahan yang baik. Terimakasih untuk *quote* pada profil grup whatshap skripsi yang memberikan semangat tersendiri bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi.,M.Si selaku dosen penguji 2 terimakasih atas arahan yang diberikan dan saran yang dapat menjadi semangat bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Taufiqurrahman, S.Psi.,M.A selaku dosen penguji 3, terimakasih atas arahan yang diberikan dna saran yang dapat menjadikan semangat bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah memberi ilmu pada penulis dari semester pertama hingga semester akhir.
8. Orangtua penulis, bapak ibu yang tidak pernah menuntut penulis, mempercayai dan menyakinkan penulis bahwa setiap kemampuan orang itu berbeda-beda. Terimakasih telah melindungi penulis dengan doa-doa dari segala kesulitan yang tidak bisa penulis hadapi sendiri di perantauan. Dan Saudara kandung penulis kak ira, abang, ami dong dong yang tidak pernah pula menuntut penulis harus apa dan bagaimana.
9. Saudara tak sedarah penulis Maria Magaretha Moybawa Tamur S.Psi, Elisia Winda Perdana S.Psi dan Claudia Rosita Fandilian Eka Werang S.M yang telah menemani penulis sejak awal langkah dalam perjalanan akademik ini, yang meskipun lebih dahulu menyelesaikan studi, namun tidak pernah benar-benar pergi. Terima kasih atas kesetiaan, semangat, dan keyakinan yang diberikan bahwa penulis tidak akan sendirian selama menghadapi proses ini.
10. Teman sebimbingan yang penulis kenal sedari maba sampai detik ini Kadek Ayu Gayatri Maharani, terimakasih telah menemani dan

membersamai penulis hingga selesai, menyakinkan penulis bahwa kita bisa membawa pulang gelar tahun ini. Tak lupa penulis ucapkan selamat kepada Kadek Ayu Gayatri Maharani atas gelar pertama dalam keluarga.

11. Teman dekat penulis Mahira Nurhalizah, Runnaning Berliana Devianti S.Psi, dan Choirunnisa S.I, S.H terima kasih atas kesediaannya untuk selalu mendengarkan, menjawab setiap pertanyaan, serta membantu menaikkan semangat kala rasa jenuh dan lelah melanda.
12. Stefie Aguillera Lamanoray dan Ester Camila yang hadir di masa-masa paling menantang dalam perjalanan ini, yang dengan tulus menyakinkan penulis bahwa penulis tidak akan sendirian. Terima kasih atas kesediaan menjadi tempat pulang sementara di tengah lelah akademik dan mako, dan terima kasih atas pintu kost yang selalu terbuka kapan pun penulis membutuhkan ruang untuk bernapas.
13. Keluarga besar UKM MENWA, terimakasih sudah mengizinkan penulis berproses didalamnya.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadirat Allah SWT, yang senantiasa memberikan rahmat serta hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Keharmonisan Keluarga dan Kecenderungan Perilaku *Self Harm* pada Remaja”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi S1 Psikologi di Universitas Merdeka Malang.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Penulis dengan terbuka menerima saran maupun masukan dari pembaca agar dapat menyempurnakan skripsi ini dengan baik. Penulisan skripsi ini semoga dapat memberikan manfaat untuk pembaca kelak sebagai suatu bahan referensi dalam penelitian selanjutnya. Penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada pihak-pihak terkait dalam penyusunan skripsi ini dan mengucapkan permohonan maaf yang apabila terdapat kesalahan dalam penyusunan.

Malang, 25 Juli 2025

Tsalsa Hanny Mazidah

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ..... ii
LEMBAR PENGESAHAN ..... iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS..... ..... iv
MOTTO ..... v
LEMBAR PERSEMBAHAN ..... vi
UCAPAN TERIMAKASIH ..... vii
KATA PENGANTAR ..... x
DAFTAR ISI ..... xi
DAFTAR TABEL ..... xiii
DAFTAR GAMBAR ..... xiv
DAFTAR LAMPIRAN ..... xv
INTISARI ..... xvi
*ABSTRACT* ..... xvii
BAB I PENDAHULUAN ..... 1
A. Latar Belakang ..... 1
B. Rumusan Masalah ..... 5
C. Tujuan Penelitian ..... 5
D. Manfaat Penelitian ..... 5
BAB II KAJIAN PUSTAKA ..... 7
A. Variabel Dependen ..... 7
1. Pengertian *Self-harm* ..... 7
2. Aspek-aspek *Self-Harm* ..... 9
3. Faktor-faktor *self-harm* ..... 10
B. Keharmonisan Keluarga ..... 13
1. Pengertian Keharmonisan Keluarga ..... 13
2. Aspek-aspek Keharmonisan Keluarga ..... 14
3. Faktor-faktor Keharmonisan Keluarga ..... 15
C. Keterkaitan Antara *Self-harm* Dengan Keharmonisan Keluarga ..... 17
D. Hipotesis ..... 18
BAB III METODE PENELITIAN ..... 19
A. Desain Penelitian ..... 19
B. Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel ..... 19
1. Definsi Operasional *Self-Harm* ..... 19
2. Definisi operasional Keharmonisan Keluarga ..... 20

C. Partisipan Penelitian ..... 20
1. Populasi ..... 20
2. Sampel ..... 20
D. Cara Pengumpulan Data ..... 22
1. Skala Self-Harm ..... 22
2. Skala Keharmonisan Keluarga ..... 23
E. Cara Analisis Data ..... 23
1. Uji Prasyarat ..... 23
2. Uji Hipotesis ..... 24
F. Prosedur Penelitian ..... 24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN ..... 26
A. Deskripsi Subjek Penelitian ..... 26
B. Kategorisasi Data ..... 26
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur ..... 27
D. Hasil Uji Hipotesis ..... 28
1. Uji Prasyarat ..... 28
2. Uji Regresi ..... 29
E. Pembahasan ..... 30
BAB V PENUTUP ..... 34
A. Kesimpulan ..... 34
B. Saran ..... 34
DAFTAR PUSTAKA ..... 36
LAMPIRAN ..... 37

## DAFTAR TABEL

**Tabel 1** Skala *Self Injury*..... 22
**Tabel 2** Skala Keharmonisan Keluarga..... 23
**Tabel 3** Data Demografis Jenis Kelamin Subjek Penelitian ..... 26
**Tabel 4** Rumus Kategorisasi..... 26
**Tabel 5** Kategorisasi Data Variabel Keharmonisan Keluarga ..... 27
**Tabel 6** Kategorisasi Data Variabel *Self Harm* ..... 27
**Tabel 7** Nilai Maksimal dan Minimal, Nilai rata-Rata (M), Standar Deviasi (SD), dan Reliabilitas Alpha Cronbach (α)..... 27
**Tabel 8** Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Variabel Keharmonisan Keluarga dan Self Harm..... 28
**Tabel 9** Hasil Uji Linearitas Variabel Keharmonisan Keluarga dan *Self Harm* .... 29
**Tabel 10** Hasil Analisis Regresi Antara Keharmonisan Keluarga dan *Self Harm* ..... 29

## DAFTAR GAMBAR

**Gambar 1** Kerangka Berfikir ..... 18

## DAFTAR LAMPIRAN

**Lampiran 1** Skala Try Out ..... 38
**Lampiran 2** Tabulasi Data Skala Try Out..... 41
**Lampiran 3** Hasil Perhitungan Skala Try Out..... 60
**Lampiran 4** Tabulasi Data Skala Try Out..... 64
**Lampiran 5** Hasil Perhitungan Skala Try Out ..... 80
**Lampiran 6** Hasil Uji Statistik Deskrptif..... 82
**Lampiran 7** Hasil Uji Normalitas dan Linearitas ..... 84
**Lampiran 8** Hasil Uji Hipotesis ..... 86
**Lampiran 9** Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah..... 88
**Lampiran 10** Hasil Cek Turnitin ..... 90
**Lampiran 11** Daftar Riwayat Hidup..... 93

**Relasi Antara Keharmonisan Keluarga dan Perilaku *Self-Harm* di Kalangan Remaja**

**Tsalsa Hanny Mazidah**
Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang
tsalsahannymazidah@gmail.com

## INTISARI

Tujuan dari penelitian ini ialah mengetahui hubungan antara keharmonsan keluarga dan kecenderungan perilaku *self-harm* pada remaja. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitaif dengan subjek penelitian 416 responden. Pengumpulan data menggunakan dua skala yaitu skala keharmonisan keluarga (α= 0,833) dengan 23 aitem dan skala *self harm* (α= 0,877) dengan 28 aitem. Selanjutnya data penelitian dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana dan hasilnya menunjukkan nilai R ialah 0,083 dan nilai F sebesar 37,27 (p=0,00) <0,05. Disimpulkan bahwa keharmonisan keluarga memiliki hubungan negatif terhadap kecenderungan perilaku *self harm* pada remaja. Penelitian ini memberikan informasi bahwa semakin harmonis sebuah keluarga maka semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *self harm* pada remaja, sebaliknya semakin tidak harmonis sebuah keluarga maka semakin tinggi tingkat kecenderungan perilaku *self harm* pada remaja.

**Kata Kunci**: keharmonisan keluarga, remaja, self-harm.

**The Relationship Between Family Harmony and *Self-Harm* Behavior Among Adolescents**

**Tsalsa Hanny Mazidah**
Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang
tsalsahannymazidah@gmail.com

**ABSTRACT**

The purpose of this study was to determine the relationship between family harmony and the tendency for self-harm behavior in adolescents. This research method used a quantitative approach with 416 respondents. Data collection used two scales: the family harmony scale (α = 0.833) with 23 items and the self-harm scale (α = 0.877) with 28 items. The data were then analyzed using a simple linear regression test, with an R value of 0.083 and an F value of 37.27 (p = 0.00) <0.05. It was concluded that family harmony has a negative relationship with the tendency for self-harm behavior in adolescents. This study indicates that the more harmonious a family is, the lower the tendency for self-harm behavior in adolescents. Conversely, the more disharmonious a family is, the higher the tendency for self-harm behavior in adolescents.

**Keywords**: family harmony, adolescents, self-harm.