



HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* PADA REMAJA



Oleh:

UNIVERSITAS

DINDA SYAFIRA AZIZAH

46116010015

MERCU BUANA

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2020**



HUBUNGAN ANTARA *ALEXITHYMIA* DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* PADA REMAJA

TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1) Pada Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Oleh:

DINDA SYAFIRA AZIZAH

46116010015

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA**

JAKARTA

2020

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Karya Akhir ini :

Judul : **Hubungan *Alexithymia* Dengan Perilaku *Self-Harm* Pada Remaja**
Nama : Dinda Syafira Azizah
NIM : 46116010015
Program : Program Studi Psikologi.
Tanggal : 24 Maret 2021

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya **Saya sendiri** dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 24 Maret 2021

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Dinda Syafira Azizah

PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Hubungan *Alexithymia* Dengan Perilaku *Self-Harm* Pada Remaja**” telah diajukan pada sidang skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi psikologi Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 24 Maret 2021



Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : **Hubungan *Alexithymia* Dengan Perilaku *Self-Harm* Pada Remaja**

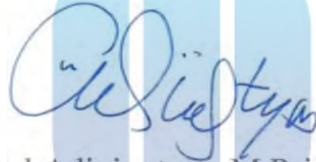
Nama : Dinda Syafira Azizah

NIM : 46116010015

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 24 Maret 2021

Pembimbing



Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi



Muhammad Iqbal, Ph.D



Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang selalu memberikan limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya Tugas Akhir dengan judul **“HUBUNGAN ALEXITHYMIA DENGAN PERILAKU SELF-HARM PADA REMAJA”** yang disusun guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta. Dalam penyusunan Tugas Akhir ini tidak akan terlaksana tanpa adanya dukungan dari berbagai belah pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orang tua saya, Papah dan Mamah yang selalu memberikan kasih sayang yang sangat tulus, doa, dan seluruh bentuk dukungan yang tak pernah berhenti hingga saat ini dan seterusnya.
2. Bapak Muhammad Iqbal, Ph.D selaku dekan Fakultas Psikologi.
3. Ibu Laila Miliyandrie Indah, M.Psi, Ph.D selaku wakil dekan Fakultas Psikologi.
4. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si selaku ketua program studi Fakultas Psikologi.
5. Ibu Melani Aprianti, S.Psi., M.Psi selaku sekretaris program studi Reguler-1 Fakultas Psikologi.
6. Ibu Nurul Adinigtyas, S.Psi, M.Psi.Psi selaku dosen pembimbing tugas akhir yang memberikan bimbingan dan dukungan selama penulisan tugas akhir ini.
7. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si selaku dosen mata kuliah tugas akhir yang selalu memberikan arahan dan dukungan selama proses penulisan tugas akhir ini.

8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan berbagai kesempatan yang bisa saya pelajari dan dapatkan ketika menempuh studi di Universitas Mercu Buana.
9. Kakak tersayang Aa Afif dan adik tersayang Lois yang selalu memberikan dukungan, semangat, hiburan, masukan, serta perhatian yang tiada henti.
10. Adik – adik bulu tersayang Tobi, Shiro, Moly, Piko, Kiko, Onet, Moza, Zuzu, Tengklek, Ciga, Bowo, Copa, Cupi dan 10 adik bulu lainnya yang telah menyemangati penulis ketika sedang lelah dan selalu membuat penulis tertawa.
11. Teruntuk Kim Namjoon, Kim Seokjin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung dan Jeon Jungkook yang telah memberikan motivasi, dukungan virtual melalui lagu-lagu serta membuat penulis merasa bahagia setiap melihat Bangtan Boys (BTS)
12. Teruntuk Calon Menantu Idaman, Mala, Piyo, Bila, dan Septi yang telah setia menemani, membuat bahagia dan memberikan warna cerita semasa kuliah, serta membantu dalam proses penulisan tugas akhir ini.
13. Teruntuk Radio Mercu Buana yang telah memberikan pengalaman organisasi dan juga rasa kekeluargaan yang sangat berkesan dan pengalaman baru dalam dunia siaran yang belum pernah penulis dapatkan ditempat lain.
14. Teruntuk teman – teman RMB Angkatan 2016 yang telah menjadi penyemangat, dan memberikan support serta cerita bahagia baru semasa kuliah hingga proses penulisan tugas akhir ini.
15. Teruntuk Grup Diskusi Kelompok 7, Ka Ay, Ka Gege, Dhea, Della, Dean, Ka Avi, Ka Sop, Nurul, Farah, Sheira dan teman-teman ARMY lainnya yang selalu baik memberikan cerita

bahagia dan dukungan moral dalam situasi apapun termasuk saat penulis merasa menyerah dalam penulisan tugas akhir ini

16. Teruntuk sahabat SMA, Annisa, Novira, Nilam, Ade dan Novi yang tetapi setia menemani penulis dalam segala situasi hingga membantu memberikan dukungan moral dalam proses penulisan tugas akhir.

17. Dan teruntuk Partisipan dalam penelitian ini yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penulisan tugas akhir ini.

Peneliti menyadari bahwa pada tugas akhir ini masih terdapat kelemahan dan kekurangan, karena terbatasnya pengetahuan dan keterampilan yang peneliti miliki. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran yang bersifat membangun guna penyempurnaan tugas akhir ini. Akhir kata semoga Allah SWT memberikan kebaikan yang berlimpah kepada semua pihak yang telah membantu.

Jakarta, 19 Januari 2021



UNIVERSITAS
MERCU BUANA
Peneliti

ABSTRACT

This research is based on cases of self-harm behaviour that happened in adolescents and attracted public attention because this behavior may cause suicide. This study aims to find out about the relationship between Alexithymia with Self-Harm Behavior. The approach of this study is quantitative. This research instrument uses a questionnaire with total of 16 items for Toronto Alexithymia Scale-20 (Taylor & Bagby, 2003) with Cronbach's Alpha 0.816 and 22 items for Self-Harm Inventory (Sansone et al., 1998) with Cronbach's Alpha 0.764. The subjects of this research were all 112 of adolescents aged 14th – 21st years with a characteristic is adolescents who did self-harm behaviour. The study method was taken using nonprobability method by accidental sampling. The result of this study is there is a positive and significant relationship between Alexithymia with Self-Harm Behavior with correlation coefficient of 0,384 with a significance of 0,000 (< 0,05).

Keyword: *Alexithymia, Self-Harm*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HUBUNGAN ANTARA ALEXITHYMIA DENGAN PERILAKU SELF-HARM PADA REMAJA

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi dari munculnya kasus melukai diri sendiri terjadi pada remaja dan menarik perhatian masyarakat karena perilaku ini memungkinkan menjadi penyebab bunuh diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Alexithymia* dengan Perilaku *Self-Harm* pada remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Instrumen penelitian menggunakan alat ukur berupa kuisioner dengan total 16 item untuk *Alexithymia* (Taylor & Bagby, 2003) dengan Cronbach's Alpha 0,816 dan 22 item untuk *Self-Harm* (Sansone et al. 1998) dengan Cronbach's Alpha 0,764. Subjek dalam penelitian ini ialah 112 remaja berusia 14-21 tahun yang memiliki karakteristik tersendiri yaitu remaja yang pernah melakukan perilaku *Self-Harm*. Teknik pengumpulan data menggunakan metode *non probability* dengan teknik pengambilan responden berdasarkan kebetulan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara *Alexithymia* dengan Perilaku *Self-Harm* dengan koefisien korelasi sebesar 0,384 dengan signifikansi 0,000 ($< 0,05$).

Kata Kunci: *Alexithymia, Self-Harm*

DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	ii
PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	iii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRACT	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
2.1 <i>Self-Harm</i>	8
2.1.1 Pengertian <i>Self-Harm</i>	8
2.1.2 Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Self-Harm</i>	9
2.1.3 Aspek-Aspek <i>Self-Harm</i>	9
2.2 <i>Alexithymia</i>	10
2.2.1 Pengertian <i>Alexithymia</i>	10
2.2.2 Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Alexithymia</i>	11
2.2.3 Ciri – ciri individu dengan <i>Alexithymia</i>	11
2.2.4 Aspek – aspek <i>Alexithymia</i>	12
2.3 Penelitian Terdahulu	14
2.4 Kerangka Pemikiran.....	18
2.5 Hipotesa	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	20
3.1 Jenis Penelitian.....	20
3.2 Definisi Operasional Penelitian	20

3.2.1 <i>Self-Harm</i>	20
3.2.2 <i>Alexithymia</i>	20
3.3 Subjek Penelitian	21
3.3.1 Populasi	21
3.3.2 Sampel	21
3.4 Metode Pengumpulan Data	22
3.4.1 Teknik Pengumpulan Data	22
3.4.2 Instrumen Penelitian	22
3.5 Teknik Analisis Data	24
3.5.1 Uji Validitas	24
3.5.2 Uji Reliabilitas	24
3.5.3 Uji Normalitas	25
3.5.4 Uji Hipotesis	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	26
4.1 Gambaran Umum Responden	26
4.1.1 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	26
4.1.2 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia	27
4.1.3 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Domisili	27
4.1.4 Gambaran Umum Responden Berdasarkan Riwayat Melukai Diri Sendiri	28
4.2 Uji Validitas	29
4.2.1 Uji Validitas Skala <i>Self-Harm</i>	29
4.2.2 Uji Validitas Skala <i>Alexithymia</i>	30
4.3 Uji Reliabilitas	31
4.3.1 Uji Reliabilitas Skala <i>Self-Harm</i>	31
4.3.2 Uji Reliabilitas Skala <i>Alexithymia</i>	31
4.4 Analisis Deskriptif	31
4.4.1 Deskripsi <i>Self-Harm</i>	31
4.4.2 Deskripsi <i>Alexithymia</i>	33
4.5 Uji Asumsi	34
4.5.1 Uji Normalitas Data	34
4.6 Uji Hipotesis	34

4.6.1 Uji Korelasi.....	34
4.6.2 Uji Korelasi Variabel <i>Alexithymia</i> dengan Dimensi <i>Self-Harm</i>	35
4.6.3 Uji Korelasi Variabel <i>Self-Harm</i> dengan Dimensi <i>Alexithymia</i>	36
4.7 Analisis dan Hasil Pembahasan Penelitian	37
BAB V KESIMPULAN, SARAN DAN DISKUSI	42
5.1 Kesimpulan	42
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	42
5.3 Saran	43
5.3.1 Bagi Responden	43
5.3.2 Bagi Penelitian Selanjutnya	43
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN.....	47



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print Self-Harm</i>	23
Tabel 3.2 <i>Blue Print Alexithymia</i>	24
Tabel 4.1 <i>Data Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin</i>	26
Tabel 4.2 <i>Data Subjek Berdasarkan Usia</i>	27
Tabel 4.3 <i>Data Subjek Berdasarkan Domisili</i>	27
Tabel 4.4 <i>Data Subjek Berdasarkan Riwayat Melukai Diri Sendiri</i>	28
Tabel 4.5 <i>Hasil Uji Validitas Skala Self-Harm</i>	29
Tabel 4.6 <i>Hasil Uji Validitas Skala Alexithymia</i>	30
Tabel 4.7 <i>Hasil Uji Analisa Deskriptif Variabel Self-Harm</i>	31
Tabel 4.8 <i>Kategorisasi Skor Self-Harm</i>	32
Tabel 4.9 <i>Hasil Uji Deskriptif Variabel Alexithymia</i>	33
Tabel 4.10 <i>Kategorisasi Skor Alexithymia</i>	33
Tabel 4.11 <i>Hasil Uji Normalitas Data Menggunakan Shapiro-Wilk</i>	34
Tabel 4.12 <i>Hasil Uji Korelasi Menggunakan Spearman's Correlations</i>	34
Tabel 4.13 <i>Hasil Uji Korelasi Variabel Alexithymia dengan Dimensi Self-Harm</i>	35
Tabel 4.14 <i>Hasil Uji Korelasi Variabel Self-Harm dengan Dimensi Alexithymia</i>	36