

ABSTRAK

Livia Shintiarani

NIM. C1886201021

liviashintiarani@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas teori konseling kognitif perilaku untuk menurunkan perilaku melukai diri (*self injury*) pada remaja. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen. Metode yang digunakan bentuk *Single Subject Research* (SSR) dengan pola A-B-A. Populasi pada penelitian ini siswa SMA Al Muttaqin Kota Tasikmalaya berjumlah 334 siswa. Sampel pada penelitian ini 2 siswa laki-laki yang terindikasi sebagai pelaku *self injury* dan termasuk pada kategori cukup tinggi (*streatip*) dengan perilaku membenturkan kepala, memukul diri sendiri, menyayat kulit dan menjambak rambut. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis visual dengan mengamati langsung garis *trend* pada grafik dan analisis statistik dengan menggunakan perhitungan *Percentage Non-Overlapping* (PND). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor pada konseli yang dilihat dari garis *trend* pada grafik *baseline* (A1), intervensi (B) dan *baseline* (A2). Selain itu, ada penurunan perilaku konseli yang sebelumnya masuk kriteria *streatip* dengan intensitas melakukan *self injury* sangat rutin menjadi kriteria *impulsif* dengan intensitas tidak berulang, dalam arti ketika muncul dorongan untuk melakukan *self injury* konseli mampu mengendalikan dirinya. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan konseling kognitif perilaku efektif untuk menurunkan kecenderungan perilaku melukai diri (*self injury*) pada remaja. Keterbatasan penelitian ini tidak ada kelompok kontrol atau kelompok pembandingan dan tidak ada perbedaan gender pada subjek penelitian yang diberi *treatment*.

KATA KUNCI: Perilaku Melukai Diri, *Self Injury*, Konseling Kognitif Perilaku (CBT), *Single Subject Research* (SSR).