

Perilaku Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) Pada Remaja: Peran Pola Komunikasi Keluarga dan Penggunaan Media Sosial

Dea Dewi Anjani

Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia

Email: deadewianjani@gmail.com

Keywords:

*family communication patterns;
social media integration;
non-suicidal self-injury*

Abstract

Non-suicidal self-injury (NSSI) among adolescents has become an increasing psychological issue influenced by various psychosocial factors, including family and social media. This study aimed to determine the effect of family communication patterns and social media integration on non-suicidal self-injury behavior among adolescents in Karawang Regency. This study used a quantitative method with a causality design. The participants consisted of 393 adolescents aged 12–18 years selected using quota sampling techniques. Data were collected using The Revised Family Communication Patterns (RFCP), Social Media Use Integration Scale (SMUIS), and Inventory of Statements About Self-Injury (ISAS). Data analysis was conducted using multiple linear regression with the assistance of JASP 19.0 for Windows 64-bit. The results showed that family communication patterns and social media integration significantly influenced non-suicidal self-injury behavior among adolescents with $p < 0.001$. The findings indicate that family factors and digital social environments contribute significantly to the emergence of non-suicidal self-injury behavior in adolescents.

Kata Kunci:

*pola komunikasi keluarga;
integrasi media sosial;
non-suicidal self-injury*

Abstrak

Perilaku *non-suicidal self-injury* (NSSI) pada remaja menjadi permasalahan psikologis yang semakin meningkat dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial, termasuk keluarga dan media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial terhadap perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja di Kabupaten Karawang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain kausalitas. Sampel penelitian berjumlah 393 remaja berusia 12–18 tahun yang diperoleh menggunakan teknik quota sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *The Revised Family Communication Patterns* (RFCP), *Social Media Use Integration Scale* (SMUIS), dan *Inventory of Statements About Self-Injury* (ISAS). Analisis data dilakukan menggunakan uji regresi linear berganda dengan bantuan JASP 19.0 for Windows 64-bit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial berpengaruh signifikan terhadap perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja dengan nilai $p < 0,001$. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa faktor keluarga dan lingkungan sosial digital memiliki kontribusi penting terhadap munculnya perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja.

PENDAHULUAN

Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) merupakan perilaku melukai diri secara sengaja tanpa adanya niat bunuh diri dan menjadi salah satu masalah psikologis yang semakin banyak ditemukan pada remaja. Fenomena ini memperoleh perhatian serius karena prevalensinya terus

meningkat dalam lima tahun terakhir. *Meta-analysis* terbaru menunjukkan bahwa prevalensi NSSI pada remaja usia 12–18 tahun mencapai 17,2% secara global, yang menandakan bahwa perilaku melukai diri telah menjadi permasalahan psikologis yang signifikan pada populasi remaja (Hawton et al., 2024). Di Indonesia, *Indonesian National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS, 2022) menunjukkan bahwa sebanyak 20,21% remaja pernah melakukan perilaku NSSI. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami distress psikologis dan menggunakan strategi koping maladaptif untuk mengatasi tekanan emosional.

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan yang ditandai dengan perubahan emosional, sosial, dan psikologis yang kompleks. Ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosi dapat meningkatkan risiko munculnya perilaku maladaptif, termasuk NSSI (Putri & Dewi, 2023). (Klonsky & Glenn, 2009) menjelaskan bahwa perilaku NSSI sering digunakan individu untuk mengurangi emosi negatif, meredakan ketegangan psikologis, maupun mengekspresikan distress yang sulit disampaikan secara verbal.

Fenomena NSSI juga ditemukan pada remaja di Kabupaten Karawang. Penelitian Anggraeni et al., (2025) menunjukkan bahwa 31,37% remaja di Kabupaten Karawang berada pada kategori perilaku NSSI tinggi. Selain itu, hasil pra-penelitian yang dilakukan peneliti terhadap 14 remaja di Kabupaten Karawang menunjukkan bahwa beberapa responden pernah melakukan perilaku melukai diri seperti menyayat lengan menggunakan benda tajam (*self-cutting*), memukul diri sendiri (*self-hitting*), menjambak rambut (*hair pulling*), serta membenturkan kepala ke dinding (*head banging*). Responden mengungkapkan bahwa perilaku tersebut dilakukan ketika merasa tertekan, marah, sedih, atau kesulitan mengekspresikan emosi yang dirasakan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perilaku melukai diri pada remaja perlu memperoleh perhatian lebih lanjut, khususnya berkaitan dengan faktor-faktor yang memengaruhinya.

Salah satu faktor yang berkaitan dengan perilaku NSSI adalah pola komunikasi keluarga. Fitzpatrick & Koerner, (2002) menjelaskan bahwa pola komunikasi keluarga menggambarkan bagaimana anggota keluarga berinteraksi dan membangun keterbukaan komunikasi dalam keluarga. Pola komunikasi yang tidak efektif dapat membatasi kesempatan remaja untuk mengungkapkan emosi dan memperoleh dukungan psikologis dari keluarga. Penelitian (Saleem et al., 2020) menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga yang tidak efektif berhubungan signifikan dengan meningkatnya perilaku NSSI pada remaja. Penelitian (Afrianti, 2020) juga menemukan bahwa pola komunikasi orang tua berpengaruh terhadap intensitas perilaku melukai diri pada remaja.

Selain faktor keluarga, penggunaan media sosial juga menjadi faktor yang berkaitan dengan perilaku NSSI. Jenkins-Guarnieri et al., (2013) menjelaskan bahwa penggunaan media sosial tidak hanya berkaitan dengan frekuensi penggunaan, tetapi juga keterikatan emosional individu terhadap media sosial serta integrasinya dalam kehidupan sehari-hari. Tingginya paparan media sosial dapat meningkatkan risiko remaja terpapar konten negatif, termasuk konten melukai diri. Penelitian (Rahmanda & Qoyyimah, 2025) menunjukkan bahwa paparan konten NSSI di media sosial berpengaruh signifikan terhadap motivasi remaja untuk melakukan perilaku melukai diri. Penelitian (Salsabila & Rahmasari, 2024) juga menunjukkan bahwa semakin tinggi paparan media sosial, semakin tinggi perilaku NSSI pada remaja.

Meskipun penelitian mengenai pola komunikasi keluarga maupun penggunaan media sosial terhadap perilaku NSSI telah banyak dilakukan, penelitian yang menguji kedua variabel tersebut secara simultan pada remaja di Kabupaten Karawang masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola komunikasi keluarga dan penggunaan media sosial terhadap perilaku *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) pada remaja di Kabupaten Karawang. Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat secara teoretis dan praktis. Secara teoretis, hasil penelitian dapat memperkaya kajian psikologi perkembangan, khususnya mengenai faktor-faktor psikososial yang memengaruhi perilaku NSSI pada remaja, serta memperluas penerapan teori pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial dalam konteks perilaku maladaptif. Secara praktis, penelitian ini memberikan informasi bagi orang tua dan keluarga mengenai pentingnya pola komunikasi yang terbuka dan suportif untuk menurunkan risiko NSSI pada remaja. Bagi guru dan konselor sekolah, hasil penelitian dapat menjadi acuan dalam merancang program intervensi berbasis keluarga dan literasi digital. Bagi peneliti selanjutnya, temuan ini dapat dijadikan dasar untuk mengeksplorasi variabel mediasi atau moderasi lain yang turut memengaruhi perilaku NSSI, seperti regulasi emosi, tekanan teman sebaya, atau pengalaman traumatis.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, dimana data dikumpulkan melalui penyebaran skala psikologi kepada responden. Desain penelitian yang digunakan adalah desain kausalitas untuk mengetahui hubungan sebab akibat antara variabel independen dan variabel dependen melalui pengujian statistik (Sugiyono, 2021). Dalam penelitian ini, terdapat tiga variabel yaitu, variabel X1 pola komunikasi keluarga, variabel X2 yang merupakan integrasi media sosial, dan variabel Y merupakan perilaku *non-suicidal self-injury*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kabupaten Karawang yang jumlah nya diketahui secara pasti, sehingga penentuan sampel menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5%, jumlah sampel minimum dalam penelitian ini adalah 386 responden (Pratomo, 2025). Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan metode *quota sampling*. Teknik ini digunakan karena peneliti menetapkan jumlah responden berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Asrulla et al., 2023). Adapun karakteristik subjek penelitian meliputi remaja laki-laki maupun perempuan berusia 12-18 tahun dan berdomisili di Kabupaten Karawang.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi dengan model skala likert. Skala psikologis merupakan daftar pertanyaan yang digunakan untuk mengukur aspek kepribadian individu melalui indikator perilaku. Skala psikologis bertujuan mengungkap aspek yang diukur dengan bantuan analisis statistika (Azwar, 2020). Sebelum digunakan dalam pengambilan data, instrument penelitian terlebih dahulu melalui serangkaian tahap pengembangan. Proses tersebut diawali dengan adaptasi bahasa menggunakan teknik *back translation*, kemudian dilanjutkan dengan penilaian oleh para ahli (*expert judgment*) untuk menguji validitas isi yang di analisis menggunakan *Aiken's V*. selanjutnya, instrument diuji coba (*try out*) kepada 50 responden untuk mengetahui kualitas aitem. Berdasarkan uji coba tersebut, dilakukan analisis validitas dan reliabilitas untuk memastikan kriteria sebagai alat ukur yang baik, yaitu valid dan reliabel (Azwar, 2022).

Dalam penelitian ini,terdapat tiga skala yang digunakan. Pertama, *Inventory of Statements About Self-Injury* (ISAS) yang dikembangkan oleh Klonsky & Glenn, (2009) dan telah diadaptasi oleh Liza et al., (2024), terdiri dari dua bagian, bagian I memiliki 12 aitem perilaku dengan skala penilaian meliputi pilihan ganda 0 untuk jawaban “tidak pernah”, 10 untuk jawaban “kali” dan seterusnya 100, 500. Dan bagian II memiliki 39 aitem dengan skala penilaian 0 untuk jawaban “tidak sesuai” dan 2 untuk jawaban “sesuai”. Kedua, *Social Media Use Integration Scale* (SMUIS) yang dikembangkan oleh (Jenkins-Guarnieri et al., 2013) dan di adaptasi oleh Ardelia (2024), terdiri dari 10 aitem dengan skala penilaian dari 1 sangat tidak setuju hingga 5 sangat setuju. Ketiga, *The Revised Family Communication Patterns* (RFCP) yang dikembangkan oleh (Ritchie & Fitzpatrick, 1994) yang mengukur pola komunikasi keluarga, terdiri dari 26 aitem dengan skala penilaian dari 1 sangat tidak setuju hingga 7 sangat setuju. Dalam penelitian ini, analisis data menggunakan uji normalitas, uji linearitas, dan uji koefisien determinasi dengan bantuan program JASP versi 19.0 for Windows 64-bit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Data Demografis

No	Karakteristik	Frekuensi	Presentase	Total Presentase
1	usia			
	12	1	0,3 %	100 %
	13	1	0,3 %	
	14	2	0,5 %	
	15	2	0,5 %	
	16	2	0,5 %	
	17	197	50,1 %	
	18	188	47,8 %	
2	Jenis Kelamin			100 %
	Laki-laki	154	39,2	
	Perempuan	239	60,8 %	
3	Status Pendidikan			100 %
	SD/MI VI	2	0,5 %	
	SMP/MTS VI	4	1 %	
	SMP/MTS VII	10	1,9 %	
	SMP/MTS VIII	2	0,5 %	
	SMP/MTS IX	1	0,3 %	
	SMA/SMK X	4	1 %	
	SMA/SMK XI	168	42,7 %	
	SMA/SMK XII	201	51,1 %	
	Mahasiswa	4	1 %	
4	Saat ini tinggal bersama			100 %
	Kedua orang tua	185	47,1 %	
	Saudara/keluarga lain	59	15 %	
	Teman	87	22,1 %	
	Sendiri (kos/asrama)	62	15,8 %	
5	Tipe Media Sosial yang sering di akses?			100 %
	Instagram	222	57,4 %	
	Tiktok	224	57,9 %	
	WhatsApp	226	58,4 %	

	Youtube	199	51,4 %	
	Twitter X	176	45,5 %	
	Facebook	169	43,7 %	
	Rata-rata penggunaan media sosial setiap hari			
6	Kurang dari 1 jam	105	26,7 %	
	1-3 jam	79	20,1 %	
	4-6 jam	72	18,3 %	100 %
	7-9 jam	59	15 %	
	Lebih dari 9 jam	79	20,1 %	

Sumber: Hasil Olahan Data Primer, 2026

393 responden dengan 154 laki-laki dan 239 perempuan adalah jumlah keseluruhan sampel dalam penelitian ini. usia responden tertinggi adalah 17 tahun dengan total 197 responden atau 50,1% dan usia terendah responden adalah 12 tahun atau 0,3%. Hipotesis dalam penelitian ini diuji menggunakan teknik statistik parametrik, sehingga setiap variabel penelitian harus memenuhi asumsi dasar berupa distribusi normal sebelum dilakukan analisis lebih lanjut (Sugiyono, 2018). Uji normalitas dilakukan menggunakan teknik *one-sample Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan perangkat lunak JASP 19.0 for Windows 64-bit. Data dapat dikatakan berdistribusi normal jika nilai $p > 0,05$, sedangkan jika nilai $p < 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal.

Tabel 2. Uji Normalitas

<i>Fit Statistics</i>			
Variabel	Test	Statistic	p
Pola Komunikasi keluarga	Kolmogorov-Smirnov	0.048	0.077
Integrasi Media Sosial	Kolmogorov-Smirnov	0.063	0.082
<i>Non-Suicidal Self-Injury</i>	Kolmogorov-Smirnov	0.055	0.181

Sumber: Hasil Analisis JASP 19.0 for Windows 64-bit, 2026

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel di atas, diperoleh nilai p pada variabel pola komunikasi keluarga sebesar $0,077 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel pola komunikasi keluarga berdistribusi normal. Nilai p pada variabel integrasi media sosial sebesar $0,082 > 0,05$, sehingga variabel integrasi media sosial juga berdistribusi normal. Selanjutnya, nilai p pada variabel *non-suicidal self-injury* sebesar $0,181 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *non-suicidal self-injury* berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

<i>ANOVA Table</i>						
			Sum of Squares	df	Mean Square	F
y * X1	Between Groups	(Combined)	32465002.779	51	636568.682	.913
		Linearity	717125.446	1	717125.446	1.029
		Deviation from Linearity	31747877.334	50	634957.547	.911
	Within Groups		237661360.157	341	696954.135	
	Total		270126362.936	392		

Sumber: Hasil Analisis IBM SPSS Statistics 25 for Windows 64-bit, 2026

Berdasarkan hasil uji linearitas menggunakan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 25 for Windows 64-bit, hubungan antara pola komunikasi keluarga dengan *non-*

suicidal self-injury serta hubungan antara integrasi media sosial dengan *non-suicidal self-injury* memperoleh nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar $0,0647 > 0,05$. Oleh karena itu, hubungan antarvariabel dalam penelitian ini dapat dinyatakan linear.

Tabel 4. Uji Hipotesis

Uji Parsial

<i>Coefficients</i>						
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
M ₀	(Intercept)	90.191	0.311		290.020	< .001
M ₁	(Intercept)	32.803	0.760		43.182	< .001
	PKK	0.547	0.010	0.678	53.236	< .001
	IMS	0.902	0.017	0.680	53.465	< .001

Sumber: Hasil Analisis JASP 19.0 for Windows 64-bit, 2026

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada tabel di atas, variabel pola komunikasi keluarga memperoleh nilai t sebesar 53,236 dengan nilai $p < 0,001$ atau lebih kecil dari 0,05, sehingga menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga berpengaruh signifikan terhadap perilaku *non-suicidal self-injury*. Selanjutnya, variabel integrasi media sosial memperoleh nilai t sebesar 53,465 dengan nilai $p < 0,001$ atau lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa integrasi media sosial juga berpengaruh signifikan terhadap perilaku *non-suicidal self-injury*.

Uji Simultan

ANOVA						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
M ₁	Regression	13957.652	2	6978.826	2892.286	<.001
	Residual	941.035	390	2.413		
	Total	14898.687	392			

Sumber: Hasil Analisis JASP 19.0 for Windows 64-bit, 2026

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai F sebesar 2892,286 dengan nilai $p < 0,001$ atau lebih kecil dari 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap perilaku *non-suicidal self-injury*.

Tabel 5. Hasil Uji Koefisien Determinasi

<i>Model Summary - Y. TOTAL</i>				
Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
M ₀	0.000	0.000	0.000	6.165
M ₁	0.968	0.537	0.937	1.553

Sumber: Hasil Analisis JASP 19.0 for Windows 64-bit, 2026

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,537. Hal ini menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial memberikan pengaruh sebesar 53,7% terhadap perilaku *non-suicidal self-injury*, sedangkan sisanya sebesar 46,3% dipengaruhi oleh variabel lain di luar model penelitian ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga berpengaruh signifikan terhadap perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja di Kabupaten Karawang. Berdasarkan hasil uji hipotesis pertama (H1) memperoleh nilai $p < 0,001$, sehingga menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan munculnya perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas komunikasi dalam keluarga memiliki peran penting terhadap kondisi emosional remaja.

Pola komunikasi keluarga dalam penelitian ini terdiri dari dimensi komunikasi terbuka (*conversation orientation*) dan konformitas keluarga (*conformity orientation*). Komunikasi terbuka dalam keluarga memungkinkan remaja untuk menyampaikan pendapat, perasaan, maupun masalah yang dialami secara lebih bebas. Remaja yang memperoleh kesempatan untuk berdiskusi dan merasa didengarkan oleh keluarga cenderung lebih mampu mengelola tekanan emosional secara adaptif. Kondisi tersebut dapat membantu remaja memperoleh dukungan emosional sehingga menurunkan kecenderungan perilaku *non-suicidal self-injury*.

Sebaliknya, dimensi konformitas keluarga menekankan pada kepatuhan terhadap aturan, nilai, dan harapan keluarga. Tingginya tuntutan konformitas dapat membuat remaja merasa tertekan dan kurang memiliki ruang untuk mengekspresikan emosi maupun pendapat secara bebas. Kondisi tersebut dapat menyebabkan remaja memendam emosi negatif serta mengalami kesulitan dalam regulasi emosi. Akibatnya, perilaku *non-suicidal self-injury* dapat muncul sebagai bentuk pelampiasan distress psikologis yang dirasakan remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Saleem dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga berhubungan signifikan dengan perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja. Penelitian Afrianti (2020) juga menemukan bahwa pola komunikasi orang tua berpengaruh terhadap intensitas perilaku melukai diri pada remaja.

Selain itu berdasarkan hasil uji hipotesis kedua (H2) menunjukkan bahwa integrasi media sosial berpengaruh signifikan terhadap perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja dengan nilai $p < 0,001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi integrasi media sosial dalam kehidupan sehari-hari remaja, maka semakin tinggi pula kecenderungan perilaku *non-suicidal self-injury*. Remaja yang memiliki keterikatan tinggi terhadap media sosial cenderung lebih mudah terpengaruh oleh interaksi sosial di dunia digital, termasuk paparan konten negatif mengenai *non-suicidal self-injury* maupun tekanan sosial di media sosial. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kestabilan emosi remaja dan meningkatkan risiko munculnya perilaku *non-suicidal self-injury* sebagai bentuk pelampiasan emosi negatif. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Rahmanda dan Qoyyimah (2025) yang menunjukkan bahwa paparan konten *non-suicidal self-injury* di media sosial berpengaruh signifikan terhadap motivasi remaja melakukan perilaku melukai diri. Penelitian Salsabila dan Rahmasari (2024) juga menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan media sosial, semakin tinggi perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja.

Berdasarkan hasil uji simultan, hipotesis ketiga (H3) yang menyatakan bahwa pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap perilaku *non-suicidal self-injury* dinyatakan diterima. Hal ini menunjukkan bahwa faktor keluarga dan lingkungan sosial digital memiliki peran penting dalam munculnya perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja. Pola komunikasi keluarga berkaitan dengan dukungan emosional dan keterbukaan komunikasi dalam keluarga, sedangkan integrasi media sosial berkaitan dengan keterikatan remaja terhadap media sosial yang dapat memengaruhi

kondisi emosional dan psikologis remaja. Hasil penelitian ini didukung oleh Klonsky dan Glenn (2009) yang menyatakan bahwa perilaku *non-suicidal self-injury* muncul sebagai respons terhadap distress emosional yang dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial, termasuk lingkungan keluarga dan lingkungan sosial individu.

Lebih lanjut, hasil uji koefisien determinasi, diperoleh nilai R^2 sebesar 0,537 yang menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial memberikan pengaruh sebesar 53,7% terhadap perilaku *non-suicidal self-injury*. Sementara itu, sisanya sebesar 46,3% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini, seperti regulasi emosi, stres, depresi, pengalaman traumatis, tekanan teman sebaya, maupun faktor psikologis lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Secara lebih mendalam, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial memiliki peran penting terhadap munculnya perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja. Remaja yang berada dalam keluarga dengan komunikasi kurang terbuka cenderung mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi dan memperoleh dukungan emosional, sehingga lebih rentan melampiaskan distress psikologis melalui perilaku melukai diri. Di sisi lain, tingginya keterikatan terhadap media sosial juga dapat meningkatkan kerentanan emosional remaja akibat tekanan sosial maupun paparan konten negatif di media sosial. Dalam konteks perkembangan remaja, kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik remaja yang masih berada pada tahap pencarian identitas diri dan memiliki regulasi emosi yang belum stabil. Oleh karena itu, komunikasi keluarga yang sehat serta penggunaan media sosial yang lebih terkontrol menjadi faktor penting dalam membantu menurunkan risiko perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi keluarga dan integrasi media sosial berpengaruh signifikan terhadap perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja di Kabupaten Karawang. Pada variabel pola komunikasi keluarga, semakin tinggi komunikasi terbuka (*conversation orientation*) dalam keluarga maka semakin rendah kecenderungan perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja. Sebaliknya, semakin tinggi konformitas keluarga (*conformity orientation*), maka semakin tinggi kecenderungan perilaku *non-suicidal self-injury*. Hal tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan komunikasi dalam keluarga dapat membantu remaja mengekspresikan emosi secara lebih adaptif, sedangkan tuntutan konformitas yang tinggi dapat membuat remaja lebih rentan memendam emosi negatif. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa semakin tinggi integrasi media sosial, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja. Tingginya keterikatan terhadap media sosial dapat meningkatkan kerentanan emosional remaja akibat tekanan sosial maupun paparan konten negatif terkait *non-suicidal self-injury* di media sosial. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor keluarga dan lingkungan sosial digital memiliki kontribusi penting terhadap munculnya perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja. Oleh karena itu, keterbukaan komunikasi dalam keluarga serta penggunaan media sosial yang sehat perlu diperhatikan sebagai upaya untuk meminimalkan risiko perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja.

Berdasarkan temuan penelitian, diajukan beberapa saran sebagai berikut. Bagi orang tua dan keluarga, disarankan untuk meningkatkan komunikasi terbuka dengan remaja,

memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan perasaan, serta mengurangi tuntutan konformitas yang berlebihan. Bagi guru dan konselor sekolah, disarankan untuk menyelenggarakan program literasi digital dan pelatihan regulasi emosi bagi remaja, serta melakukan deteksi dini terhadap perilaku NSSI di lingkungan sekolah. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk meneliti variabel mediasi seperti regulasi emosi, dukungan sosial, atau tekanan teman sebaya, serta memperluas wilayah penelitian untuk menguji generalisasi hasil. Penelitian lanjutan juga dapat menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif remaja yang melakukan NSSI.

REFERENSI

- Ardelia, V. (2024). Adaptation and validation of Social Media Use Integration Scale in Indonesian context : An exploratory and confirmatory factor analysis. *Jurnal Psikologi*, 23(1), 61–70. <https://doi.org/10.14710/jp.23.1.61-70>
- Afrianti, R. (2020). Intensi melukai diri remaja ditinjau berdasarkan pola komunikasi orang tua. *MEDIAPSI: Jurnal Psikologi* 6(1), 37–47. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2020.006.01.5>
- Apriani, D., & Fitriawati, D. (2020). Pola komunikasi orang tua tunggal dalam membentuk karakter anak. *INTELEKTIVA : Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora*, 01(12), 161–167. <https://jurnalintelektiva.com/index.php/jurnal/article/view/231>
- Anggraeni, D., Dimala, C, P., & Mustika, H. (2025). Perilaku self-harm pada remaja broken home pengguna media sosial di karawang: peran adverse childhood experiences dan dukungan sosial. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies*. 5(3), 1160–1174 47467/eduinovasi.v5i3.9751
- Asrulla, A., Risnita, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.10836>
- Azwar, S. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2022). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fitzpatrick, M. A., & Koerner, F. A. (2002). *Understanding Family Communication Patterns and Family Functioning: The Roles of Conversation Orientation and Conformity Orientation*. 8985(January). <https://doi.org/10.1080/23808985.2002.11679010>
- Hurlock, E. B. (1990). *Developmental psychology: A life-span approach* (5th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Jenkins-guarnieri, M. A., Wright, S. L., & Johnson, B. (2013). *Development and Validation of a Social Media Use Integration Scale*. 2(1), 38–50. <https://doi.org/10.1037/a003027>
- Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022. <https://www.kemenpppa.go.id>
- Klonsky, E. D., & Glenn, C. R. (2009). Assessing the functions of non-suicidal self-injury : psychometric properties of the inventory of statements about self-injury (isas). *E. J Psychopathol Behav Assess.*, 215–219. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9107-z>
- Liza, R. G., Yaunin, Y., Rita, R. S., Yanis, A., & Syafrita, Y. (2024). Validation of the indonesian version of the inventory of statements about self-injury (ISAS) questionnaire. *Jurnal Psikiatri Iran*, 19 (3), 306–314 <https://doi.org/10.18502/ijps.v19i3.15806>
- Putri, T. H., & Dewi, V. (2023). Gambaran perilaku non-suicidal self injury (nssi) pada remaja

- di masa pandemi: literature review. *Jurnal Keperawatan Jiwa [JKJ]: Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(2), 415–428. [10.26714/jkj.11.2.2023.415-428](https://doi.org/10.26714/jkj.11.2.2023.415-428)
- Ritchie, L. D., & Fitzpatrick, M. A. (1990). Family communication patterns: measuring intra-personal perceptions of inter-personal relationship. *Communication Research*, 17(4), 523–544.
- Rahmanda, S. S., & Qoyyimah, N. R. H. (2025). The influence of exposure to social media content and peer interaction on motivation to engage in self-harm among adolescents. *Jurnal Sains Psikologi*, 14(2), 260–272 <https://doi.org/10.17977/um023v14i22025p260-272>
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Saleem, S., Zahra, S. T., Karamat, A., & Mahmood, Z. (2020). *Family communication and self-injurious behaviour in college students: the mediating role of emotional neglect*. *J Postgrad Med Inst Psychology* 34(4), 272–276.
- Salsabila, F. J., & Rahmasari, D. (2024). Pengaruh paparan media sosial tiktok terhadap perilaku self harm pada remaja the effect of tiktok social media exposure on self harm behavior in adolescents. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(02), 894–904. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p894-904>