

**LAMPIRAN A**

**PEDOMAN WAWANCARA**

## **Daftar Pedoman Wawancara**

### **a. Pengalaman kehidupan di dalam keluarga**

1. Apakah hubungan kamu dekat dengan keluarga?
2. Bagaimana kedekatan kamu dengan ibu?
3. Menurut kamu, ibu kamu adalah sosok yang seperti apa?
4. Bagaimana kedekatan kamu dengan ayah?
5. Menurut kamu, ayah adalah sosok yang seperti apa?
6. Bagaimana kedekatan kamu dengan saudara-saudara kamu?
7. Menurut kamu, apakah keluargamu memegang peranan penting dalam hidup kamu?
8. Dimata orang tua kamu, kamu dinilai orang yang seperti apa?
9. Dirumah kamu paling dekat dengan siapa?
10. Aktivitas apa yang biasa kamu lakukan bersama dengan keluarga?
11. Bisa diceritakan, bagaimana harapan kamu dimata keluargamu?
12. Bagaimana penilaian kamu terhadap cara didik orangtuamu selama ini?
13. Apakah ada pengalaman di masa kecil yang masih kamu ingat sampai sekarang?

### **b. Pengalaman hidup di lingkungan Sosial**

1. Bisa di ceritakan, bagaimana pengalaman kamu di masa-masa sekolah dahulu?
2. Bagaimana hubunganmu dengan teman-temanmu?
3. Menurutmu, teman-temanmu itu sosok yang seperti apa?
4. Aktivitas apa saja yang biasa kamu lakukan bersama mereka?

5. Menurut kamu, seberapa pentingkah pengaruh teman dalam hidup kamu?
6. Apakah kamu pernah menceritakan masalahmu pada temanmu?
7. Menurut kamu, seberapa besar dukungan mereka terhadapmu?
8. Adakah pengalaman bersama mereka yang masih kamu ingat sampai sekarang?

**c. Aktivitas Subjek**

1. Bisakah kamu menceritakan, apa saja kegiatanmu sehari-hari?
2. Dalam sehari, dengan siapa kamu lebih banyak menghabiskan waktumu?
3. Apa saja yang kamu lakukan dengannya?
4. Menurutmu, dimanakah tempat paling nyaman bagi kamu untuk menghabiskan waktu?

**d. Riwayat *Self Injury***

1. Kapan awal mula kamu melukai diri kamu sendiri?
2. Sudah berapa lama kamu melukai dirimu sendiri?
3. Dari siapa kamu memperoleh ide untuk melukai diri seperti itu?
4. Biasanya menggunakan apa?
5. Apa yang kamu rasakan setelah melukai dirimu sendiri?
6. Apakah kamu pernah menceritakan tentang perilaku yang kamu lakukan ini pada orang lain?
7. Apakah ada rasa menyesal setelah melakukan hal tersebut?

**e. Sumber Konflik (stres) Subjek**

1. Bisa diceritakan, masalah apa yang paling berat bagi kamu sampai akhirnya kamu melakukan self injury tersebut?

## **f. Gambaran Proses Regulasi Emosi Subjek**

### **F.1 Pemilihan Situasi (*situation selection*)**

1. Apa yang kamu lakukan ketika kamu mengalami masalah tersebut?
2. Apakah kamu akan tetap menjalankan aktivitas dengan teman?
3. Apa kamu akan menceritakan masalahmu pada orang di sekitarmu?
4. Apa kamu lebih senang menyendiri dirumah ketika ada masalah?
5. Apa kamu akan berusaha menutupi masalahmu dari orang lain?
6. Apa responmu/yang kamu lakukan jika ada orang lain yang mendekatimu saat itu?

### **F.2 Perubahan Situasi (*modification situation*)**

1. Apa saja upaya yang kamu lakukan untuk mengubah situasi yang tidak menyenangkan tersebut?
2. Bagaimana dukungan dari orang-orang disekitarmu ketika kamu mengalami masalah tersebut?
3. Pada saat kamu merasa terpuruk, siapa yang paling sering hadir dan memberi dukungan untukmu?

### **F.3 Penyebaran Perhatian (*attentional deployment*)**

1. Pada saat kamu mengalami masalah tersebut, apa kamu pernah mengalihkan perhatianmu pada hal lain yang lebih menyenangkan?
2. Apa yang biasa kamu pikirkan agar dapat meredakan emosi yang sedang kamu rasakan?

3. Apakah kamu pernah membayangkan mengenai kemungkinan terburuk yang mungkin muncul dari masalah tersebut?
4. Lalu apa yang kamu lakukan saat itu?

#### **F.4 Perubahan Kognitif (*cognitive change*)**

1. Bagaimana cara kamu menilai suatu masalah?
2. Menurutmu, apakah kamu mampu menyelesaikan masalah tersebut?
3. Apakah kamu dapat memikirkan, langkah apa saja yang harus kamu ambil untuk mengatasi permasalahan tersebut?
4. Apakah kamu pernah menyalahkan diri sendiri?
5. Ketika ada masalah, apakah kamu pernah berpikir untuk menjadi orang lain?
6. Menurutmu, apakah dengan menjadi orang lain semuanya akan terasa lebih ringan?

#### **F.5 Perubahan Respon (*respon modulation*)**

1. Apa yang kamu lakukan ketika kamu sudah tidak dapat lagi menahan emosi yang kamu tahan?
2. Selain itu, apa lagi yang kamu lakukan untuk meredakan emosi tersebut?

**LAMPIRAN B**

**PEDOMAN WAWANCARA**

**INFORMAN (TRIANGULASI)**

1. Sejak kapan kamu mengenal F?
2. Bagaimana hubungan kalian berdua?
3. Biasanya apa saja yang sering diceritakan F ketika bersama kamu?
4. Menurut kamu, F ini tipe orang yang seperti apa ya?
5. Apa saja yang F lakukan ketika ia sedang marah?
6. Menurut kamu, F ini tipe orang yang mudah menyesuaikan diri apa tidak?
7. Menurut kamu, bagaimana dengan kemampuan dia dalam menghadapi masalah?
8. Apa reaksi F pertama kali ketika sedang menghadapi masalah?
9. Apa yang biasa F lakukan saat ia sedang sedih?
10. Apa kamu kenal dekat dengan keluarga F?
11. Menurut kamu, orang tua F seperti apa?
12. Bagaimana sosok orang tua F yang kamu kenal?
13. Menurut kamu, bagaimana cara orang tua F dalam mendidik F?
14. Menurut kamu, bagaimana hubungan F dengan seluruh anggota keluarganya?

**LAMPIRAN C**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

***(INFORMED CONSENT)***



**LEMBAR PERSETUJUAN**

*(INFORMED CONSENT)*

**Nama (Inisial) : F**

**Jenis kelamin : Perempuan**

**Pendidikan terakhir : Madrasah Aliyah**

---

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini tanpa ada paksaan dari orang lain.

Menyetujui

Inisial

**LAMPIRAN D**

**DATA PRIBADI SUBJEK**

### **Data Pribadi Subjek**

Nama/Inisial : F

Usia : 20 tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/Tanggal lahir : Jakarta, 4 Januari 1994

Suku Bangsa : Arab, sunda, betawi

Agama : Islam

Anak ke... dari... bersaudara : 3 dari 3

Tingkat Pendidikan : MA (Madrasah Aliyah)

Status : Lajang

Pekerjaan : Karyawan

Riwayat penyakit : Asma dan penyumbatan pembuluh darah

Berat Badan : 40Kg

Tinggi Badan : 147Cm

## **LAMPIRAN E**

### **LEMBAR HASIL OBSERVASI**

### Lembar Hasil Observasi

Inisial Subjek : F

Tujuan Observasi : Untuk mengidentifikasi subjek sebagai pelaku *Self Injury*

No.	Indikator	Ceklist	Deskripsi
1.	Subjek melakukan <i>self injury</i> dalam waktu dekat.	✓	Setahun yang lalu
2.	Terdapat tanda goresan luka pada bagian tubuh tertentu.	✓	Di tangan
3.	Subjek melakukan <i>self injury</i> secara sadar.	✓	F sadar ketika melukai tangannya sendiri bahkan F sempat mengabadikannya lewat foto dokumentasi.
4.	Tampak tegang saat bercerita tentang pengalamannya menyakiti diri.	✓	Selama proses wawancara F selalu duduk dengan badan tegap dan menghadap ke arah peneliti dan berulang kali mengusap tangan yang berkeringat dingin.

5.	Subjek menangis saat bercerita tentang pengalamannya menyakiti diri.	✓	Subjek menangis saat bercerita tentang keluarga, mantan pacarnya, sampai kegiatannya menyakiti diri.
6.	Isi pembicaraan subjek selalu tentang menyalahkan diri sendiri.	✓	Subjek sering mengatakan kalimat “aku salah”, “aku bodoh banget”, “aku berdosa”.
7.	Isi pembicaraan subjek selalu tentang dugaan/pikiran negatif.	✓	Subjek juga sering mengatakan, “ketika orang lain menuduh aku, membuang aku, menyalahkan aku”

**LAMPIRAN F**

**SKALA KARAKTERISTIK PELAKU**

***SELF INJURY***

**Skala karakteristik pelaku *self injury***

1.	Saya menyakiti diri sendiri sejak setahun terakhir.	✓
2.	Saya menyakiti diri sendiri setidaknya 5 kali dalam setahun.	✓
3.	Saya menyakiti diri dengan cara menggigit kuku, menusuk atau membuat tatto	✓
4.	Saya menyakiti diri dengan cara mengukir kata-kata tertentu di permukaan kulit menggunakan benda tajam.	
5.	Saya menyakiti diri dengan cara membakar kulit menggunakan rokok, api ataupun air panas	
6.	Saya menyakiti diri dengan cara menarik/mencabut rambut secara paksa dalam jumlah yang banyak.	
7.	Saya menyakiti diri dengan cara membenturkan kepala saya ke tembok.	
8.	Saya menyakiti diri dengan cara menggaruk kulit sampai berdarah.	
9.	Saya menyakiti diri dengan cara menggores kulit tubuh saya menggunakan benda tajam.	✓
10.	Saat saya menyakiti diri sendiri, saya sedang merasa sangat tertekan.	✓



11.	Saat saya menyakiti diri sendiri, saya sedang merasa sangat cemas.	
12.	Saat saya menyakiti diri sendiri, saya sedang merasa sangat tegang.	✓
13.	Saat saya menyakiti diri sendiri, saya sedang merasa sangat marah dengan seseorang.	✓
14.	Saat saya menyakiti diri sendiri, saya sedang merasa sangat sedih.	✓
15.	Saya sering menyalahkan diri saya sendiri.	✓