

ABSTRAK

Wilu Wahyuni Dinata 2621039 “Pengaruh Disregulasi Emosi Terhadap Perilaku *Self Injury* Pada Remaja Di Pant Asuhan Aisyiyah Bukittinggi” Jurusan Bimbingan dan Konseling (PBK) Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK), UIN SMDD Bukittinggi, 2025.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh berbagai permasalahan yang dihadapi remaja terkait perilaku menyakiti diri sendiri (*self injury*). Khususnya di Pant Asuhan Aisyiyah Bukittinggi, suatu fenomena yang dilakukan remaja sebagai respon ketidakmampuan dalam mengontrol dan mengendalikan emosi. Seseorang yang mengalami disregulasi emosi kemungkinan menghadapi ledakan amarah yang tidak dapat dikendali, kesulitan menerapkan strategi adaptif dalam hubungan sosial, kecemasan berlebihan, depresi mendalam, penyalahgunaan zat, pikiran untuk bunuh diri serta perilaku menyakiti diri sendiri atau tindakan merusak lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat disregulasi emosi remaja, untuk mengukur tingkat perilaku *self injury* remaja, untuk menguji seberapa besar pengaruh disregulasi emosi terhadap perilaku *self injury* pada remaja.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis asosiatif. Variabel bebas (*independent*) pada penelitian ini yaitu disregulasi emosi (x), sedangkan yang menjadi variabel terikat (*dependent*) yaitu perilaku *self injury* (y). populasi penelitian ini adalah remaja Pant Asuhan Aisyiyah Bukittinggi berjumlah 39 remaja. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu teknik total sampling, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel. Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat disregulasi emosi remaja di Pant Asuhan Aisyiyah Bukittinggi adalah sebesar 61,5% dengan kategori sedang. Tingkat perilaku *self injury* remaja di Pant Asuhan Aisyiyah Bukittinggi adalah sebesar 38,5% dengan kategori tinggi. Sedangkan pengaruh disregulasi emosi terhadap perilaku *self injury* remaja di Pant Asuhan Aisyiyah Bukittinggi adalah sebesar 17,9%.

Kata kunci: Disregulasi Emosi, Perilaku *Self Injury*, Remaja

DAFTAR ISI