

## DAFTAR PUSTAKA

- Alan, clarke & ruth, D. (n.d.). *Evaluation Research: An Introduction to Principles, Methods and Practice* - Alan Clarke, Ruth Dawson - Google Buku.  
[https://books.google.co.id/books?id=4\\_FTxEbSbwC&printsec=frontcover&dq=evaluation+research&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwj8sK-z7vTrAhU4IbcAHcvxB2gQ6AEwAXoECAYQAg#v=onepage&q=evaluation+research&f=false](https://books.google.co.id/books?id=4_FTxEbSbwC&printsec=frontcover&dq=evaluation+research&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwj8sK-z7vTrAhU4IbcAHcvxB2gQ6AEwAXoECAYQAg#v=onepage&q=evaluation+research&f=false)
- Corey, G. (2010). *Theory & Practice of Group Counseling* (eighth).
- Fitri, E., Ifdil, I., & S., N. (2016). Efektivitas layanan informasi dengan menggunakan metode blended learning untuk meningkatkan motivasi belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 2(2), 84.  
<https://doi.org/10.26858/jpkk.v2i2.2250>
- Fox, C. (2016). A preliminary investigation into counselling student attitudes towards self-harming behaviour. *Counselling and Psychotherapy Research*, 16(2), 119–122.  
<https://doi.org/10.1002/capr.12063>
- Hawton, K., Saunders, K. E. A., & Connor, R. C. O. (2012). Suicide 1 Self-harm and suicide in adolescents. *The Lancet*, 379(9834), 2373–2382. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60322-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60322-5)
- Ibunda. (2019). *self harm bukan pilihan*.  
<https://youtu.be/ICnAhTalRnw>
- Jacobsen, D. dkk. (1985). *Methods For Teaching. A Skill Aproach*, 2.
- Klonsky, E. D., Oltmanns, T. F., & Turkheimer, E. (2003). Deliberate self-harm in a nonclinical population: Prevalence and psychological correlates. *American Journal of Psychiatry*, 160(8), 1501–1508. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.8.1501>
- Kursi, A. M. (2016). Pengaruh layanan informasi peminatan terhadap kemandirian pilihan sekolah lanjutan. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 49.  
<https://doi.org/10.26858/jpkk.v2i1.2063>
- Kusumadewi, Yoga, Sumarni, & Ismanto. (2019). Self-Harm

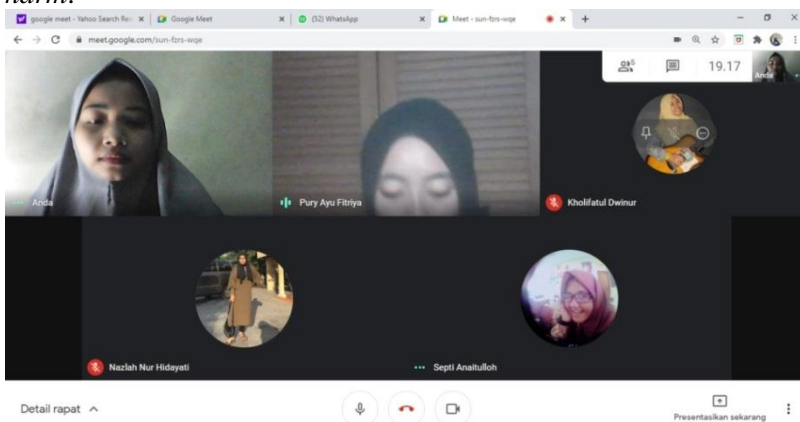
- Inventory (SHI) versi indonesia sebagai instrumen deteksi dini perilaku self-harm. *Jurnal Psikiatri Surabaya | Volume 01 Nomor 01 | 2019, 01(0274)*, 1–6.
- Lubis, I. R. (2020). Gambaran kesepian pada remaja pelaku self-harm. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(April), 14–21.
- Permendikbud. (2014). Permendikbud tahun 2014 no. 111 tentang bimbingan dan konseling. *Kementerian*.
- Persen, S. (2020). *menghentikan perilaku self harm (mulai mencintai diri)*. [https://youtu.be/i\\_b-OzIKb-s](https://youtu.be/i_b-OzIKb-s)
- Polling, C., Woodhead, C., Harwood, H., Hotopf, M., & Hatch, S. L. (2020). “There Is So Much More for Us to Lose If We Were to Kill Ourselves”: Understanding Paradoxically Low Rates of Self-Harm in a Socioeconomically Disadvantaged Community in London. *Qualitative Health Research*. <https://doi.org/10.1177/1049732320957628>
- Prakasa, E. (2019). *imperfect*. <https://youtu.be/HE3XOWv0HgA>
- Romeu, D., Guthrie, E., Brennan, C., Farley, K., & House, A. (2020). Online resources for people who self-harm and those involved in their informal and formal care: Observational study with content analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph17103532>
- Sanjaya, W. (2009). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan* (Kencana (ed.)).
- Skegg, K. (2005). *Seminar Self-harm*. 366.
- Tatiek, R. (2001). *Teori dan Praktek bimbingan kelompok*.
- Taylor, T. L., Hawton, K., Fortune, S., & Kapur, N. (2009). Attitudes towards clinical services among people who self-harm: Systematic review. *British Journal of Psychiatry*, 194(2), 104–110. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.107.046425>
- Whitlock, J. (2009). The cutting edge: non-suicidal self-injury in adolescence. ... *Facts and Findings*. *Online Verfügbar Unter: ...*, May.
- Wilkinson, P., Kelvin, R., Roberts, C., Dubicka, B., & Goodyer, I. (2011). Clinical and psychosocial predictors of suicide attempts and nonsuicidal self-injury in the Adolescent Depression

Antidepressants and Psychotherapy Trial (ADAPT). *American Journal of Psychiatry*, 168(5), 495–501.  
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2010.10050718>

## LAMPIRAN 1 Dokumentasi

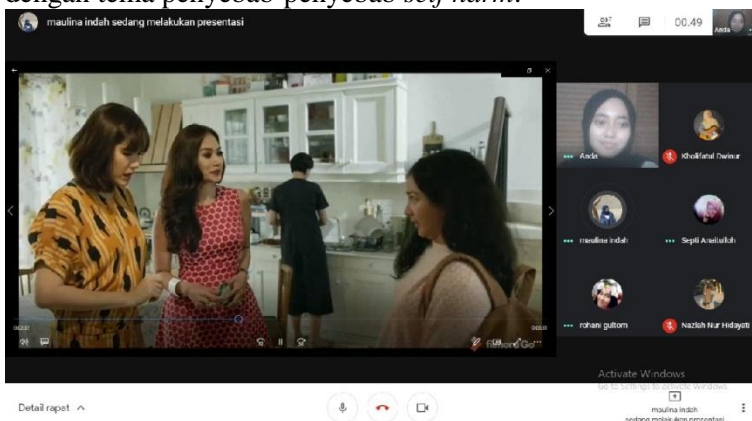
### PERTEMUAN PERTAMA

Pada pertemuan pertama ini banyak sekali kendala dari koneksi sinyal konseli juga sinyak konselor, namun tetap berjalan dengan lancar. Disini kegiatan perkenalan dengan konselor lalu menjelaskan tujuan bimbingan kelompok dengan layanan informasi dengan menggunakan film imperfect, kemudian menjelaskan *self harm*.



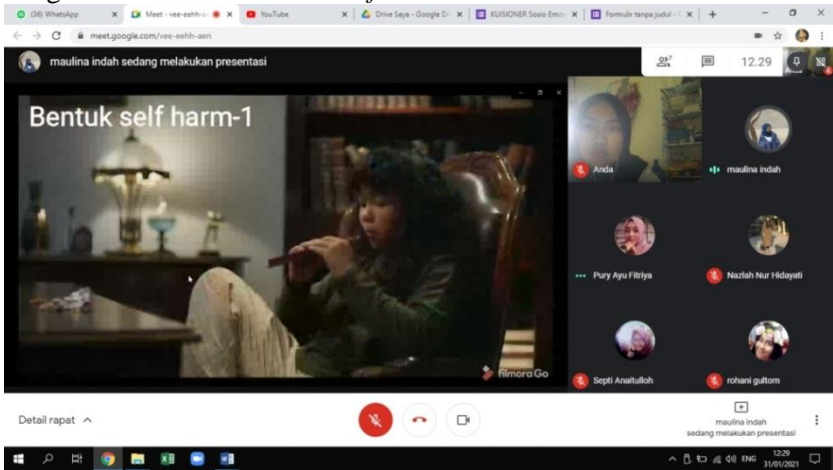
### PERTEMUAN KEDUA

Masuk tahap kerja yang disini konseli melihat tayangan film pertama dengan tema penyebab-penyebab *self harm*.



## PERTEMUAN KETIGA

Masuk tahap kerja yang disini konseli melihat tayangan film kedua dengan tema bentuk-bentuk *self harm*.



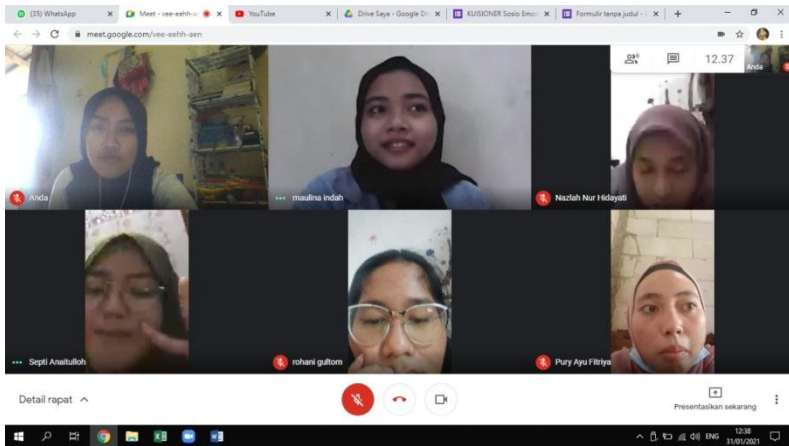
## PERTEMUAN KEEMPAT

Masuk tahap kerja yang disini konseli melihat tayangan film ketiga dengan tema solusi *self harm*.



## PERTEMUAN KELIMA

Pertemuan terakhir ini yaitu evaluasi dari kegiatan layanan dimana konselor meminta konseli mengomentari kegiatan treatment yang dilakukan selama 5 hari, setelah itu tahap pengakhiran treatment.



## LAMPIRAN 2 RPL

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN KELOMPOK SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2020/2021

Komponen/Bidang : Layanan Responsif/Bimbingan Pribadi Topik : Penyebab *Self Harm*  
Kelas/Semester : BK a1 2017/gasal Durasi Waktu : 1 x 45 menit

1.	STANDAR KOMPETENSI KEMANDIRIAN (SKK) PESERTA DIDIK	ASPEK PERKEMBANGAN:	INTERNALISASI TUJUAN
2.	TUJUAN LAYANAN	<b>Tujuan Layanan</b> Merasionalkan <i>self harm</i> (menyakiti diri sendiri) pada mahasiswa (C4)	
3.	Model, Metode, Alat dan Media	1. Metode : Daring (dalam jaringan) 2. Alat dan Media : HP/Laptop yang terkoneksi dengan internet. Film imperfect yang di upload di zoom menggunakan link youtube	
4.	PROSES PELAYANAN BIMBINGAN	<b>Langkah-langkah Kegiatan Layanan</b> <b>1. Tahap Awal</b> 1.1. Pernyataan tujuan : Konselor menyapa anggota kelompok dan mengajak anggota kelompok untuk berdoa kemudian menyatakan tujuan bimbingan kelompok agar anggota kelompok dapat memahami tentang penyebab <i>self harm</i> 1.2. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok: Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan kelompok 1.3. Mengarahkan kegiatan : Konselor membina hubungan yang baik (menanyakan kabar) <b>2. Tahap Transisi</b> 2.1. Konselor menanyakan kesiapan kepada mahasiswa mengikuti kegiatan kelompok 2.2. Konselor menyiapkan anggota kelompok untuk melakukan komitmen tentang kegiatan yang akan dilakukannya (kontrak kegiatan) <b>3. Tahap Inti</b> 3.1. Konselor menanyakan media film imperfect yang berhubungan dengan materi layanan 3.2. Peserta mengamati tanyangan yang berhubungan dengan materi layanan masing-masing peserta diminta untuk memberikan tanggapan dari video animasi yang sudah ditayangkan (brainstorming / curah pendapat) 3.3. Masing-masing peserta diminta untuk memberi tanggapan dari film imperfect yang sudah ditayangkan 3.4. Memberi pertanyaan secara bergantian dan menyeluruh konselor mencatat dan merangkum jawaban anggota kelompok 3.5. Masing-masing anggota kelompok diminta memberikan masukan bagaimana menghadapi penyebab <i>self harm</i> 3.6. Membuat strategi menghadapi penyebab <i>self harm</i> tersebut <b>4. Tahap Penutup</b> 4.1. Membuat suatu kesimpulan terkait dengan materi layanan 4.2. Merencanakan tindak lanjut 4.3. Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam	
5.	Evaluasi	<b>Evaluasi Proses:</b> Menyimak proses jalannya layanan via google meet tentang sikap dan keaktifan para peserta dalam mengikuti layanan <b>Evaluasi Hasil:</b> Evaluasi dari hasil layanan ini dengan memberikan lembar refleksi yang akan dilakukan secara daring melalui link google formulir link google form yang akan diisi anggota group	

Mengetahui  
Dosen Pembimbing

Surabaya, 21 November 2020

Konselor

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN KELOMPOK  
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Komponen/Bidang : Layanan Responsif/Bimbingan Pribadi Topik : Bentuk-bentuk Self Harm  
Kelas/Semester : BK a1 2017/gasal Durasi Waktu: 1 x 45 menit

1.	STANDAR KOMPETENSI KEMANDIRIAN (SKK) PESERTA DIDIK	ASPEK PERKEMBANGAN:	INTERNALISASI TUJUAN
2.	TUJUAN LAYANAN	<b>Tujuan Layanan</b> <b>Menangani <i>self harm</i></b> (menyakiti diri sendiri ) pada mahasiswa (C6)	
3.	Model, Metode, Alat dan Media	1. Metode : Daring (dalam jaringan) 2. Alat dan Media : HP/Laptop yang terkoneksi dengan internet. Film imperfect yang di upload di zoom menggunakan link youtube	
4.	PROSES PELAYANAN BIMBINGAN	<p><b>Langkah-langkah Kegiatan Layanan</b></p> <p><b>1. Tahap Awal</b></p> <p>1.1 Pernyataan tujuan : Konselor menyapa anggota kelompok dan mengajak anggota kelompok untuk berdoa kemudian menyatakan tujuan bimbingan kelompok agar anggota kelompok dapat memahami tentang bentuk-bentuk <i>self harm</i></p> <p>1.2 Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok: Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan kelompok</p> <p>1.3 Mengarahkan kegiatan : Konselor membina hubungan yang baik (menanyakan kabar)</p> <p><b>2 Tahap Transisi</b></p> <p>2.1 Konselor menanyakan kesiapan kepada mahasiswa mengikuti kegiatan kelompok</p> <p>2.2 Konselor menyiapkan anggota kelompok untuk melakukan komitmen tentang kegiatan yang akan dilakukannya (kontrak kegiatan)</p> <p><b>3 Tahap Inti</b></p> <p>3.1 Konselor menanyakan media film imperfect yang berhubungan dengan materi layanan</p> <p>3.2 Peserta mengamati tayangkan yang berhubungan dengan materi layanan masing-masing peserta diminta untuk memberikan tanggapan dari video animasi yang sudah ditayangkan (brainstorming / curah pendapat)</p> <p>3.3 Masing-masing peserta diminta untuk memberi tanggapan dari film imperfect yang sudah ditayangkan</p> <p>3.4 Memberi pertanyaan secara bergantian dan menyeluruh konselor mencatat dan merangkum jawaban anggota kelompok</p> <p>3.5 Masing-masing anggota kelompok diminta memberikan masukan bagaimana menghadapi bentuk dari <i>self harm</i></p> <p>3.6 Membuat strategi menghadapi bentuk dari <i>self harm</i> tersebut</p> <p><b>4 Tahap Penutup</b></p> <p>4.1 Membuat suatu kesimpulan terkait dengan materi layanan</p> <p>4.2 Merencanakan tindak lanjut</p> <p>4.3 Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam</p> <p><b>Evaluasi Proses:</b> Menyimak proses jalannya layanan via google meet tentang sikap dan keaktifan para peserta dalam mengikuti layanan</p> <p><b>Evaluasi Hasil:</b> Evaluasi dari hasil layanan ini dengan memberikan lembar refleksi yang akan dilakukan secara daring melalui link google formulir link google form yang akan diisi anggota group</p>	
5.	Evaluasi		

Mengetahui  
Dosen Pembimbing

Surabaya, 21 November 2020

Konselor



**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN KELOMPOK  
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Komponen/Bidang : Layanan Responsif/Bimbingan Pribadi Topik: Solusi dari Self Harm  
Kelas/Semester : BK a1 2017/gasal Durasi Waktu: 1 x 45 menit

1.	STANDAR KOMPETENSI KEMANDIRIAN (SKK) PESERTA DIDIK	ASPEK PERKEMBANGAN:	INTERNALISASI TUJUAN
2.	TUJUAN LAYANAN	<b>Tujuan Layanan</b> <b>Mengubah Perilaku</b> <i>self harm</i> (menyakiti diri sendiri) pada mahasiswa (A5)	
3.	Model, Metode, Alat dan Media	1. Metode : Daring (dalam jaringan) 2. Alat dan Media : HP/Laptop yang terkoneksi dengan internet. Film imperfect yang di upload di zoom menggunakan link youtube	
4.	PROSES PELAYANAN BIMBINGAN	<p><b>Langkah-langkah Kegiatan Layanan</b></p> <p><b>1. Tahap Awal</b></p> <p>1.1 Pernyataan tujuan : Konselor menyapa anggota kelompok dan mengajak anggota kelompok untuk berdoa kemudian menyatakan tujuan bimbingan kelompok agar anggota kelompok dapat memahami tentang solusi untuk menangani masalah <i>self harm</i></p> <p>1.2 Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok: Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan kelompok</p> <p>1.3 Mengarahkan kegiatan : Konselor membina hubungan yang baik (menanyakan kabar)</p> <p><b>2 Tahap Transisi</b></p> <p>2.1 Konselor menayakan kesiapan kepada mahasiswa yang mengikuti kegiatan kelompok</p> <p>2.2 Konselor menyiapkan anggota kelompok untuk melakukan komitmen tentang kegiatan yang akan dilakukannya (kontrak kegiatan)</p> <p><b>3 Tahap Inti</b></p> <p>3.1 Konselor menanyakan media film imperfect yang berhubungan dengan materi layanan</p> <p>3.2 Peserta mengamati tanyangan yang berhubungan dengan materi layanan masing-masing peserta diminta untuk memberikan tanggapan dari film imperfect yang sudah ditayangkan (brainstorming / curah pendapat)</p> <p>3.3 Masing-masing peserta diminta untuk memberi tanggapan dari film imperfect yang sudah ditayangkan</p> <p>3.4 Memberi pertanyaan secara bergantian dan menyeluruh konselor mencatat dan merangkum jawaban anggota kelompok</p> <p>3.5 Masing-masing anggota kelompok diminta memberikan masukan bagaimana cara menangani masalah <i>self harm</i></p> <p>3.6 Membuat strategi menghadapi masalah <i>self harm</i> tersebut</p> <p><b>4 Tahap Penutup</b></p> <p>4.1 membuat suatu kesimpulan terkait dengan materi layanan</p> <p>4.2 Merencanakan tindak lanjut</p> <p>4.3 Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam</p>	
5.	Evaluasi	<p><b>Evaluasi Proses:</b> Menyimak proses jalannya layanan via google meet tentang sikap dan keaktifan para peserta dalam mengikuti layanan</p> <p><b>Evaluasi Hasil:</b> Evaluasi dari hasil layanan ini dengan memberikan lembar refleksi yang akan dilakukan secara daring melalui link google formulir link google form yang akan diisi anggota group</p>	

Surabaya, 21 November 2020

Mengetahui  
Dosen Pembimbing

Konselor

### LAMPIRAN 3 Instrument Sebelum Di Validitas

#### *INSTRUMEN SELF HARM*

NAMA :

KELAS:

Isi angket dibawah ini menggunakan tanda ceklist (√).

Note : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Saya dengan sengaja minum obat yang banyak agar overdosis				
2	Saya dengan sengaja melukai diri dengan sepihan kaca,pisau,silet				
3	Saya dengan sengaja membenturkan kepala dengan keras ke tembok				
4	Saya dengan sengaja berkendara secara ugal-ugalan karena sakit hati				
5	Saya sengaja menggores tangan dengan menggunakan silet				
6	Saya dengan sengaja membuat kesehatan menurun				
7	Saya dengan sengaja melakukan penyalahgunaan resep obat				
8	Saya sering berkelahi dengan pasangan				
9	Saya selalu curhat				

	dengan teman				
10	Saya sudah tidak pernah mengingat kejadian di masa lalu yang buruk				
11	Saya dengan sengaja mencoba bunuh diri				
12	Saya selalu bersikap tenang dalam menghadapi masalah				
13	Saya dengan sengaja menahan lapar untuk menyakiti diri sendiri				
14	Saya dengan sengaja makan secara berlebihan untuk mengurangi stress				
15	Saya dengan sengaja memuntahkan makanan				
16	Saya menghabiskan makanan dengan jumlah yang banyak dalam satu waktu				
17	Saya tidak merasa lapar seharian				
18	Saya tidak pernah merasa kenyang walaupun sudah makan dengan jumlah yang banyak				
19	Saya merasa semua orang menyalahkan saya atas semua hal yang sudah terjadi				
20	Saya merasa cemas dengan pendapat atau penilaian orang lain				

	tentang diri saya				
21	Saya tidak percaya untuk menceritakan segala hal ke orang lain				
22	Saya sakit hati dengan perkataan orang lain yang mengkritik perilaku saya				
23	Saya makan junk food dengan porsi yang banyak				
24	Saya tidak peduli dengan omongan orang lain yang menjelek-jelekan saya				
25	Saya pernah hanya minum air putih saja seharian tanpa makan				
26	Saya makan coklat dengan porsi yang banyak untuk menghilangkan <i>badmood</i>				
27	Saya selalu makan dengan menu sehat				
28	Saya percaya diri dengan fisik yang saya miliki saat ini				
29	Saya selalu disiplin saat mengerjakan tugas				
30	Saya selalu menerima dengan lapang dada kritik orang lain				

## Lampiran 4 Instrumen Sesudah Validitas

### *INSTRUMEN SELF HARM*

NAMA :

KELAS:

Isi angket dibawah ini menggunakan tanda ceklist (√).

Note : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

No	Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Saya dengan sengaja melukai diri dengan sepihan kaca,pisau,silet				
2	Saya dengan sengaja membenturkan kepala dengan keras ke tembok				
3	Saya dengan sengaja berkendara secara ugal-ugalan karena sakit hati				
4	Saya sengaja menggores tangan dengan menggunakan silet				
5	Saya dengan sengaja membuat kesehatan menurun				
6	Saya sudah tidak pernah mengingat kejadian di masa lalu yang buruk				
7	Saya dengan sengaja menahan lapar untuk menyakiti diri sendiri				

8	Saya dengan sengaja memuntahkan makanan				
9	Saya menghabiskan makanan dengan jumlah yang banyak dalam satu waktu				
10	Saya tidak pernah merasa kenyang walaupun sudah makan dengan jumlah yang banyak				
11	Saya merasa semua orang menyalahkan saya atas semua hal yang sudah terjadi				
12	Saya merasa cemas dengan pendapat atau penilaian orang lain tentang diri saya				
13	Saya tidak percaya untuk menceritakan segala hal ke orang lain				
14	Saya makan junk food dengan porsi yang banyak				
15	Saya selalu makan dengan menu sehat				
16	Saya percaya diri dengan fisik yang saya miliki saat ini				
17	Saya selalu menerima dengan lapang dada kritik orang lain				

### Lampiran 5 Validitas *Pre-Test*

Nomer item	Corrected Item-Total Correlation	r tabel	Keterangan
1	-.014	0,3440	Tidak valid
2	.626	0,3440	Valid
3	.626	0,3440	Valid
4	.518	0,3440	Valid
5	.428	0,3440	Valid
6	.704	0,3440	Valid
7	.320	0,3440	Tidak valid
8	.258	0,3440	Tidak valid
9	-.247	0,3440	Tidak valid
10	.441	0,3440	Valid
11	.276	0,3440	Tidak valid
12	.280	0,3440	Tidak valid
13	.749	0,3440	Valid
14	.323	0,3440	Tidak valid
15	.609	0,3440	Valid
16	.394	0,3440	Valid
17	.229	0,3440	Tidak valid
18	.441	0,3440	Valid
19	.450	0,3440	Valid
20	.557	0,3440	Valid
21	.447	0,3440	Valid
22	.169	0,3440	Tidak valid
23	.379	0,3440	Valid
24	.299	0,3440	Tidak valid
25	.088	0,3440	Tidak valid
26	.326	0,3440	Tidak valid
27	.368	0,3440	Valid
28	.568	0,3440	Valid
29	-.701	0,3440	Tidak valid
30	.559	0,3440	Valid

**Lampiran 6 Buku Panduan Bimbingan Kelompok**

