

**PENGALAMAN DAN PERSEPSI REMAJA TENTANG
TRAUMA MASA KE CIL TERHADAP PERILAKU
MENYAKITI DIRI**

(Studi Kasus Di Betungan)



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Pada Bidang Bimbingan dan Konseling Islam

OLEH:

ANITA KHAIRUL NISAQ
NIM. 2223320072

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI SUKARNO
BENGKULU
TAHUN 2026 M /1448 H**

**PENGALAMAN DAN PERSEPSI REMAJA TENTANG
TRAUMA MASA KECIL TERHADAP PERILAKU
MENYAKITI DIRI**

(Studi Kasus Di Betungan)



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Dan Konseling Islam

OLEH:

ANITA KHAIRUL NISAQ
NIM. 2223320072

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI SUKARNO
BENGKULU
TAHUN 2026/1448 H**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

FATMAWATI SUKARNO BENGKULU

FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

Jl. Raden Fatah Pagar Dewa, Kota Bengkulu 38211

Telp. (0736)51276, 51771 Fax. (0736)51771. Bengkulu

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama **Anita Khairul Nisq**, NIM: **2223320072** yang berjudul **"Pengalaman dan Persepsi Remaja Tentang Trauma Masa Kecil Terhadap Perilaku Menyakiti Diri (Studi Kasus di Betungan)"**. Program

Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin

Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Skripsi ini telah diperiksa dan diperbaiki sesuai dengan saran pembimbing I dan pembimbing II oleh karena itu, sudah layak untuk diajukan dalam sidang

munaqosyah/skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas

Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Bengkulu, 2026

Pembimbing I Pembimbing II

Dr. Sugeng Sejati, S.Psi, MM **Dr. M. Nikman Naser, M.Pd**

NIP. 198206042006041001 **NIP. 199301292023210119**

Mengetahui

An. Dekan Fuad

Wakil Dekan I

Dr. Nelly Marhayati, M.Si

NIP. 197803082003122003



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
FATMAWATI SUKARNO BENGKULU
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH**

Jl. Raden Fatah Pagar Dewa, Kota Bengkulu 38211
Telp. (0736)51276, 51771 Fax. (0736)51771. Bengkulu

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi atas nama **Anita Khairul Nisaq**, NIM: **2223320072** yang berjudul
“**Pengalaman dan Persepsi Remaja Tentang Trauma Masa Kecil Terhadap
Perilaku Menyakiti Diri (Studi Kasus di Betungan)**” telah diujikan dan
dipertahankan di depan tim sidang Munaqasyah Jurusan Dakwah, Fakultas
Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno (UIN
FAS) Bengkulu pada:

Hari : **Senin**

Tanggal : **27 Juli 2026**

Dengan ini dinyatakan **LULUS**, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat
guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Program Studi Bimbingan
dan Konseling Islam.

Bengkulu, 2026
Dekan

Prof. Dr. Suryani, M. Ag
NIP.196901101996032002

Tim Sidang

Ketua

Sekretaris

Dr. Sugeng Sejati, S.Psi, MM
NIP.198206042006041001

Dr. M. Nikman Naser, M.Pd
NIP.199301292023210119

Penguji I

Penguji II

Dr. Agustini, M.Ag
NIP.1998081719940320005

Asti Harvati, M.Pd
NIP.199108252023212050

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan :

1. Skripsi dengan judul "Pengalaman Dan Persepsi Remaja Tentang Trauma Masa Kecil Terhadap Perilaku Menyakiti Diri (Studi Kasus Di Kota Bengkulu)" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Islam Negeri (UIN) Fatmawati Sukarno Bengkulu maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan pemikiran dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain kecuali arahan dari Pembimbing I dan Pembimbing II.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan tercantum sebagai acuan didalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, Juli 2026
Saya yang menyatakan



Anita Khairul Nisaa
NIM. 2223320072

ABSTRAK

ANITA KHAIRUL NISAQ, NIM. 2223320072. Pengalaman Dan Persepsi Remaja Tentang Trauma Masa Kecil Terhadap Perilaku Menyakiti Diri (Studi Kasus Di Betungan).

Trauma masa kecil seperti konflik keluarga, kekerasan fisik dan verbal, serta pengabaian emosional, dapat mengganggu regulasi emosi remaja dan memicu perilaku menyakiti diri (*self-harm*) sebagai bentuk pelampiasan emosi negatif. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pengalaman trauma masa kecil remaja di Betungan, serta bentuk perilaku *self-harm* yang muncul akibat trauma tersebut. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tiga remaja usia 18–21 tahun sebagai informan utama, serta orang tua dan Lurah Betungan sebagai informan pendukung, dipilih melalui purposive sampling. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldaña dengan triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan seluruh informan mengalami trauma masa kecil dari lingkungan keluarga, berupa konflik berkepanjangan, kekerasan fisik/verbal, kehilangan figur ayah, dan pengabaian emosional. Trauma ini menimbulkan rasa takut, kesepian, dan kesulitan mengelola emosi, yang kemudian mendorong perilaku *self-harm* seperti menyayat tangan, membenturkan kepala, memukul diri sendiri, hingga mengabaikan kebutuhan dasar. Semakin berat trauma dan semakin rendah dukungan emosional, semakin besar kecenderungan remaja melakukan *self-harm*. Penelitian ini menekankan pentingnya peran keluarga, konselor, dan pendekatan Bimbingan Konseling Islam dalam membantu remaja pulih dari trauma dan mencegah *self-harm*.

Kata Kunci: Trauma Masa Kecil, *Self-Harm*, Remaja, Bimbingan dan Konseling Islam

ABSTRACT

ANITA KHAIRUL NISAQ, NIM. 2223320072. *Adolescents' Experiences and Perceptions of Childhood Trauma Toward Self-Harm Behavior (A Case Study in Betungan).*

Childhood trauma such as family conflict, physical and verbal abuse, and emotional neglect, can disrupt adolescents' emotional regulation and trigger self-harm behavior as a means of releasing negative emotions. This study aims to describe the childhood experiences of adolescents in Betungan, as well as the forms of self-harm behavior that emerge as a result of such trauma. This study employed a descriptive qualitative approach, involving three adolescents aged 18–21 as the main informants, along with their parents and the Head of Betungan Village as supporting informants, selected through purposive sampling. Data were collected through observation, interviews, and documentation, and analyzed using the Miles, Huberman, and Saldaña model with source triangulation. The results show that all informants experienced childhood trauma originating from their family environment, including prolonged conflict, physical/verbal abuse, loss of a father figure, and emotional neglect. This trauma gave rise to feelings of fear, loneliness, and difficulty managing emotions, which in turn led to self-harm behaviors such as cutting the hands, head-banging, self-hitting, and neglecting basic needs. The more severe the trauma and the lower the emotional support received, the greater the adolescents' tendency to engage in self-harm. This study emphasizes the importance of the role of family, counselors, and Islamic Counseling Guidance approaches in helping adolescents recover from trauma and prevent self-harm.

Keywords: *Childhood Trauma, Self-Harm, Adolescents, Islamic Guidance and Counseling*

MOTTO

"Aku membahayakan nyawa ibuku untuk lahir kedunia jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya dan aku membuat ayahku bekerja setiap hari hingga lelah jadi aku pastikan lelahnya tidak sia-sia"

(Anita Khairul Nisaaq)



HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah Subhanawata'ala, yang menuntun langkah hingga musim kemenjadian ini. Terima kasihku untuk setiap dukungan yang hadir dalam diam, dan untuk setiap doa yang menguatkan. Segala yang sempat terasa berat, perlahan menjadi utuh karena ketulusan yang terus menyertai. Dengan penuh syukur, skripsi ini kupersembahkan kepada:

1. Cinta pertama, dan pintu surgaku, Ayah Tarmin hartono dan Ibu Elya kontesa, dua orang yang sangat berjasa dalam hidup saya, dua orang yang selalu mengusahakan anak perempuan pertamanya ini untuk menempuh pendidikan setinggi-tingginya meskipun mereka berdua tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan. Kepada Ayah saya, terima kasih atas setiap cucuran keringat dan kerja keras yang engkau tukarkan menjadi sebuah nafkah demi anakmu bisa sampai kepada tahap ini, demi anakmu dapat mengenyam pendidikan sampai ke tingkat ini, dan terima kasih telah menjadi contoh untuk menjadi seorang laki-laki yang bertanggung jawab penuh terhadap keluarga. Untuk ibu saya, terima kasih atas segala motivasi, pesan, doa, dan harapan yang selalu mendampingi setiap langkah dan ikhtiar anakmu untuk menjadi seseorang yang berpendidikan, terimakasih atas keberhasilan kalian menjadikan rumah sebagai tempat aman dan nyaman dari setiap lelah putri-

putrimu, terima kasih atas kasih sayang tanpa batas yang tak pernah lekang oleh waktu, atas kesabaran dan pengorbanan yang selalu mengiringi perjalanan hidup saya, terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi, serta pelita yang tak pernah padam dalam setiap langkah yang saya tempuh. Terakhir, terima kasih atas segala hal yang kalian berikan yang tak terhitung jumlahnya.

2. Kepada adik saya Sintia dwi novita, yang senantiasa menjadi pelengkap dinamika dalam hidup saya. Di balik segala kekeraskepalaan dan tingkah laku yang menguji kesabaran, kamu adalah sosok yang mengajari saya banyak hal tentang arti menerima dan menyayangi. Sebagai seorang kakak, kamu amanah yang akan selalu saya jaga. Kehadiranmu adalah motivasi tersendiri dalam setiap langkah perjuangan ini, termasuk dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Keluargaku tersayang, yang senantiasa memberikan dukungan dan ketulusan tanpa henti.
4. Kedua dosen pembimbing, Bapak Dr. Sugeng Sejati, MM dan Bapak Dr. M. Nikman Naser, M.Pd yang dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan meluangkan waktu dalam setiap tahapan penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas ilmu dan arahan yang sangat berarti.
5. Terimakasih kepada teman seperjuangan saya Ami kurnia melinsi, terimakasih sudah menemani saya dan membantu saya selama menyelesaikan proses perkuliahan ini.

6. Semua Teman-teman seperjuangan, yang telah kebersamai, saling menguatkan, dan berbagi pengalaman selama menempuh perjalanan ini.
7. Almamater yang telah menjadi tempat menimba ilmu dan mengembangkan diri hingga sampai pada tahap ini.



KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji Syukur kepada ALLAH SWT. Karena atas berkat dan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengalaman Dan Persepsi Remaja Tentang Trauma Masa Kecil Terhadap Perilaku Menyakiti Diri (Studi Kasus Di Betungan)” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.sos) pada program studi bimbingan dan konseling islam fakultas ushuluddin adab dan dakwah di Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. KH. Khairuddin, M.Ag, selaku Rektor UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.
2. Ibu Prof.Dr. Suryani, M.Ag., M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, beserta staf.
3. Dr. Muhammad Nikman Naser, M.Pd, Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.
4. Ibu Dr. Asniti Karni, M.Pd,. Kons selaku Pembimbing Akademik yang telah membantu selama proses studi

5. Bapak Dr. Sugeng Sejati, MM Selaku Pembimbing 1 yang telah memberikan masukan dan arahan yang baik
6. Bapak Dr. M. Nikman Naser, M.Pd Selaku pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, dan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah UIN Fatmawati Sukarno.
8. Staf dan Karyawan perpustakaan yang mendukung dengan penuh semangat dan membantu memenuhi referensi skripsi.
9. Kepada Kedua orang tuaku terima kasih yang sebesar-besarnya karena tanpa dukungan, doa, dan kasih sayang yang tiada henti, penulis tidak akan dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan motivasi selama ini dan selalu ada doa tulus dari kalian yang memberi semangat.
10. Subjek dan Informan yang telah berkontribusi penuh dalam memberikan sumber informasi bagi penulis.
11. Kepada seluruh teman-teman angkatan 2022

Kepada ALLAH SWT. Penulis memohon ampun, penulis berharap semoga karya tulis ini tidak hanya menjadi bukti dari pencapaian akademis, tetapi juga memberikan sumbangsih, walaupun kecil, bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam. Penulis juga menyadari bahwa karya ini masih memiliki keterbatasan, sehingga saya

sangat mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif untuk perbaikan di masa mendatang.

Bengkulu, 2026

ANITA KHAIRUL NISAQ

NIM. 2223320072



DAFTAR ISI

COVER	i
PERSETUJUAN.....	ii
PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Batasan Masalah.....	10
C. Rumusan Masalah.....	10
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian	11
F. Kajian Terdahulu.....	12
G. Sistematika Penulisan.....	17
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Remaja.....	19
a. Pengertian Remaja	19
b. Perkembangan Remaja.....	22
c. Perkembangan Emosi.....	25
B. Trauma Masa Kecil	29

a. Pengertian Trauma Masa Kecil	29
b. Aspek-Aspek Trauma Masa Kecil	34
C. Perilaku Menyakiti Diri (<i>Self-Harm</i>) pada Remaja	39
a. Pengertian Perilaku Menyakiti Diri	39
b. Bentuk-Bentuk Perilaku Menyakiti Diri pada Remaja	39
c. Faktor Penyebab Perilaku Menyakiti Diri.....	43
D. Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam terhadap Trauma Masa Kecil	47

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Pendekatan	50
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	52
C. Informan Penelitian.....	52
D. Sumber Data.....	54
E. Teknik Pengumpulan Data.....	55
F. Teknik Analisis Data.....	57
G. Teknik Keabsahan Data	60

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	62
B. Deskripsi Informan Penelitian.....	68
C. Hasil Penelitian	73
1. Pengalaman Trauma Masa Kecil pada Remaja	73
2. Bentuk Perilaku Menyakiti Diri (<i>Self-Harm</i>) pada Remaja	88
D. Pembahasan.....	95

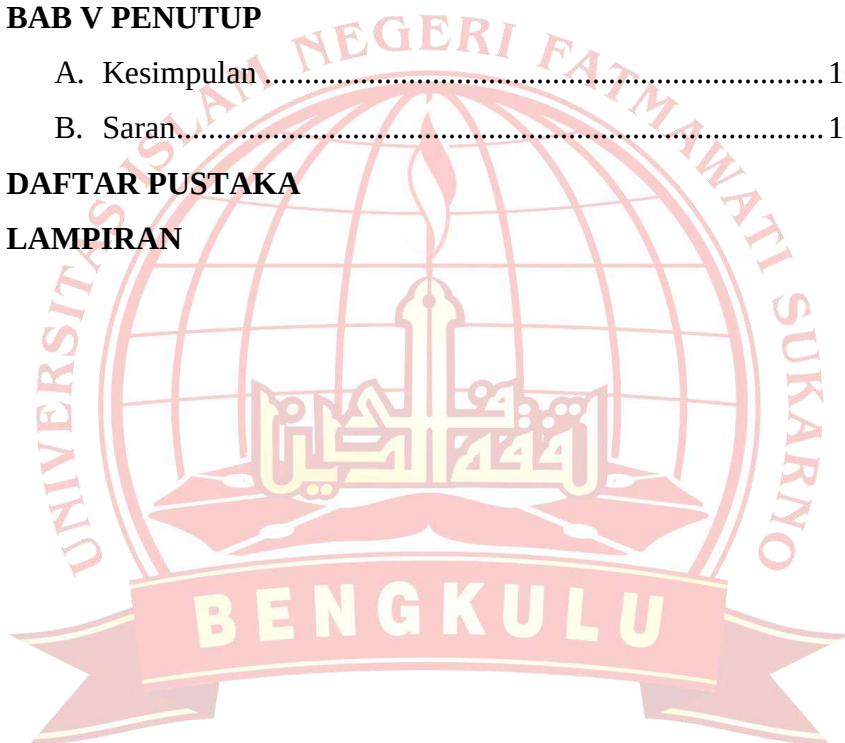
1. Pengalaman Trauma Masa Kecil yang Dialami Remaja di Betungan	95
2. Persepsi Remaja terhadap Trauma Masa Kecil dan Hubungannya dengan Perilaku Menyakiti Diri.....	100
3. Dampak Psikologis dan Emosional pada Remaja	104

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	106
B. Saran.....	107

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Batas Wilayah Kelurahan Betungan	63
Tabel 4.2 Penggunaan Lahan Kelurahan	63
Tabel 4.3 Jumlah Penduduk Kelurahan Betungan	64
Tabel 4.4 Tingkat Pendidikan Masyarakat Kelurahan Betungan...	65
Tabel 4.5 Mata Pencarian Masyarakat Kelurahan Betungan	66
Tabel 4.6 Sarana Pendidikan Kelurahan Betungan	66
Tabel 4.7 Data Informan Penelitian	69
Tabel 4.8 Pengalaman Trauma Masa Kecil Informan	87
Tabel 4.9 Bentuk Perilaku Menyakiti Diri (<i>Self-Harm</i>) yang dilakukan Informan.....	94

