

**EFEKTIVITAS *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY*
TERHADAP PENINGKATAN INTENSI BERHENTI
MELUKAI DIRI (*NON-SUICIDAL SELF INJURY*)**

Studi Kasus mengenai Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* terhadap
Peningkatan Intensi Berhenti Melukai Diri
(*Non-Suicidal Self Injury*)

Oleh :

Irdha Zahra

190420110029

TESIS

Untuk memenuhi salah satu syarat ujian

Guna Memperoleh Gelar Magister Profesi Psikologi

Program Pendidikan Magister Psikologi

Bidang Kajian Utama Psikologi Klinis Dewasa



**PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PADJADJARAN
BANDUNG
2015**

**EFEKTIVITAS *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY*
TERHADAP PENINGKATAN INTENSI BERHENTI
MELUKAI DIRI (*NON-SUICIDAL SELF INJURY*)**

Studi Kasus mengenai Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* terhadap
Peningkatan Intensi Berhenti Melukai Diri
(*Non-Suicidal Self Injury*)

Oleh :

Irdha Zahra

190420110029

TESIS

Untuk memenuhi salah satu syarat ujian

Guna Memperoleh Gelar Magister Profesi Psikologi

Program Pendidikan Magister Psikologi

Bidang Kajian Utama Psikologi Klinis Dewasa

Telah disetujui oleh Tim Pembimbing pada tanggal
seperti tertera di bawah ini

Jatinangor, Juni 2015

Ketua Tim Pembimbing
Dr. Achmad Djunaidi, M.Si
NIP.195706241986011001

Anggota Tim Pembimbing
Kustimah, S.Psi, M.Psi
NIP. 197506062002122002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan/ atau doktor) baik di Universitas Padjadjaran maupun perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing dan masukan Tim Penelaah/ Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Jatinangor, Juni 2015

Yang membuat pernyataan,

(Irdha Zahra)
190420110029

ABSTRACT***EFFECTIVENESS OF COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY FOR INCREASING THE INTENTION TO STOP ENGAGING IN NON-SUICIDAL SELF INJURY***

This study aims to determine the effectiveness of Cognitive Behavior Therapy for increasing the intention to stop engaging in Non-Suicidal Self Injury (NSSI). The research design is a case study, involving two subject obtained through purposive sampling technique.

Data obtained by questionnaires, observation, interviews, and psychological test. The questionnaires used are questionnaire which made by researcher based on Ajzen (2006) to measure the intention to stop engaging in NSSI. CBT conducted in six sessions. Measurements were conducted two times, before and after the intervention. Data were analyzed by using hypothesis test, content analysis and descriptive analysis.

The results showed that CBT effective for increasing the intention to stop engaging in NSSI, which is characterized by changes in their cognitive and emotion reflects on attitude toward behavior, subjective norm, and perceived behavioral control.

Keywords : Non-Suicidal Self Injury (NSSI) , Cognitive Behavior Therapy (CBT), Intention, Theory of Planned Behavior

ABSTRAK

EFEKTIVITAS *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* DALAM MENINGKATKAN INTENSI BERHENTI *NON-SUICIDAL SELF INJURY (NSSI)*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* terhadap Peningkatan Intensi Berhenti *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI). Rancangan dalam penelitian ini adalah studi kasus yang melibatkan dua subjek penelitian yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling*.

Data diperoleh dengan menggunakan metode kuesioner, observasi, wawancara, dan alat tes. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner Intensi Berhenti NSSI yang dirancang oleh peneliti berdasarkan Ajzen (2006) untuk mengukur Intensi Berhenti NSSI. CBT diberikan sebanyak enam sesi. Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan setelah intervensi diberikan. Data dianalisis dengan menggunakan teknik uji hipotesis, *content analysis* dan analisa deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa CBT berpengaruh terhadap peningkatan intensi berhenti NSSI pada subjek penelitian, yang ditandai dengan perubahan pada pola pikir serta aspek-aspek dari intensi; sikap, tekanan sosial, dan kontrol perilaku.

Kata Kunci: Melukai Diri, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), Intensi, *Theory of Planned Behavior*