

ABSTRAK

Dalam tahap *emerging adulthood*, individu mengalami dinamika kehidupan yang lebih kompleks karena ketidakstabilan dalam hidup yang mulai meningkat. Tuntutan dan tekanan dalam berbagai aspek kehidupan dapat mengarahkan mereka kepada permasalahan kesehatan mental, yang bila tidak tertangani dengan baik dapat memunculkan perilaku maladaptif seperti *nonsuicidal self-injury* (NSSI) sebagai bentuk *coping*. Dampak buruk yang dapat muncul dari keterlibatan seseorang dengan NSSI menunjukkan bahwa diperlukan faktor yang dapat membantu individu menghadapi situasi yang menekan agar individu terhindar dari keterlibatan dengan perilaku NSSI, di mana penelitian terdahulu menemukan resiliensi sebagai salah satu komponen yang secara signifikan mempengaruhi keterlibatan seseorang dengan NSSI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi dan kesehatan mental pada *emerging adult* yang terlibat dalam NSSI di Jawa Barat.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan rancangan non-eksperimental. *Sampling* terhadap populasi dilakukan dengan menggunakan *non-probability purposive sampling* dan berhasil menarik 91 partisipan yang memenuhi kriteria penelitian. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel adalah alat ukur 10-item CD-RISC untuk mengukur variabel resiliensi, GHQ-12 untuk mengukur variabel kesehatan mental, dan DSHI untuk melaporkan perilaku NSSI pada partisipan yang sebelumnya telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan melalui proses reliabilitas dan validitas. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat resiliensi yang sedang dan tingkat kesehatan mental yang rendah. Hasil juga menunjukkan jumlah partisipan yang sangat rendah pada tingkat resiliensi dan kesehatan mental yang tinggi. Di sisi lain, partisipan menunjukkan rata-rata keterlibatan dengan NSSI sebanyak 19 kali dengan menggunakan rata-rata enam metode NSSI dalam satu tahun terakhir, di mana memukul diri, menggaruk tubuh, maupun membenturkan kepala ditemukan sebagai tiga metode yang paling banyak dilakukan oleh partisipan. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi tinjauan maupun masukan bagi penelitian selanjutnya maupun masukan bagi pengembangan metode intervensi terhadap populasi NSSI.

Kata kunci: *nonsuicidal self-injury, resiliensi, kesehatan mental, emerging adult, deliberate self-harm.*

ABSTRACT

In their emerging adulthood stage, emerging adults experience more complex life dynamics compared to their previous stage due to the increasing instability in several domains of their life. The demands, pressures, and responsibilities they're facing in various aspects of life can lead them to mental health problems, which, if not handled properly, might lead to the presence of maladaptive behavior such as nonsuicidal self-injury (NSSI) as a coping mechanism. Adverse effects that might arise from a person's involvement with NSSI indicate the importance of factors that can help the individuals deal with stressful situations healthily and avoid any involvement with NSSI, whereas previous researches found resilience as one of the components that significantly affects a person's involvement with NSSI. This study aims to describe the resilience and mental health of emerging adults involved with NSSI in West Java.

This study used a descriptive quantitative approach with a non-experimental design. Sampling of the population was carried out using non-probability purposive sampling and succeeded in attracting 91 participants who met the research criteria. The instruments used to measure variables are the 10-item CD-RISC measuring tool to measure resilience, the GHQ-12 to measure mental health, and DSHI to report NSSI behavior. These instruments had previously been adapted to Bahasa Indonesia and went through a process of reliability and validity analysis. The result of the study shows that the majority of participants have a moderate level of resilience and a low level of mental health. Result also shows that there's a very low number of participants with high levels of resilience and mental health. On the other hand, participants showed an average of 19 times for NSSI frequency and an average of six NSSI methods in the past year, whereas self hitting, body hitting, or head banging were found to be the three methods most frequently used by participants to hurt themselves. The results of this study are expected to serve as an input for further research and further intervention program development regarding the NSSI population.

Keywords: nonsuicidal self-injury, resilience, mental health, emerging adult, deliberate self-harm.