

ABSTRAK

Avioleta, P.S. (2026). Gambaran dukungan sosial pada *emerging adults* dengan riwayat *nonsuicidal self-injury*. Skripsi. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dukungan sosial pada *emerging adults* yang memiliki riwayat *nonsuicidal self-injury* (NSSI). Dukungan sosial merupakan salah satu faktor eksternal yang berperan penting dalam membantu individu menghadapi tekanan emosional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis isi kualitatif (AIK) deduktif. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara semi-terstruktur terhadap tiga informan berusia 18–25 tahun yang memiliki riwayat pengalaman NSSI dan berdomisili di Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan memperoleh berbagai bentuk dukungan sosial dari keluarga, teman, pasangan, dan komunitas. Dukungan emosional menjadi bentuk dukungan yang paling dominan sekaligus paling berpengaruh, yaitu seperti didengarkan, dipahami, ditenangkan. Meskipun demikian, ditemukan adanya ketidaksesuaian antara dukungan emosional yang diberikan keluarga dengan kebutuhan emosional yang diharapkan informan, contohnya keinginan memiliki relasi hangat yang tidak didapatkan dari Ayah. Hanya satu informan yang memperoleh dukungan informasional, yaitu diberi nasihat dan arahan oleh Ibunya, sedangkan dukungan *tangible* dan *belonging* diperoleh oleh seluruh informan. Dukungan *tangible* terlihat dalam bentuk pemenuhan kebutuhan ekonomi dan pendidikan, sedangkan dukungan *belonging* terlihat pada perasaan diterima dan menjadi bagian dalam suatu kelompok. Pemaknaan terhadap dukungan sosial bervariasi pada setiap informan, dan dilihat sebagai bentuk kasih sayang, ruang aman untuk mengekspresikan diri, membangun kepercayaan diri, dan sebagai sesuatu yang penting namun hanya memberikan ketenangan sementara. Penelitian ini menyimpulkan bahwa efektivitas dukungan sosial tidak ditentukan semata-mata oleh keberadaannya, melainkan oleh kualitas relasi yang terjalin, kesesuaian dukungan dengan kebutuhan emosional individu, serta kemampuan individu untuk membuka diri dan menerima dukungan yang tersedia. Oleh karena itu efektivitas dukungan sosial dalam membantu individu menghadapi kesulitan emosional bergantung pada bagaimana individu memaknai, menerima, dan memanfaatkan dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosialnya.

Kata kunci: Dukungan sosial, *emerging adults*, *nonsuicidal self-injury*, NSSI

ABSTRACT

Avioleta, P.S. (2026). *Social Support Among Emerging Adults with a History of Non-Suicidal Self-Injury*. Undergraduate Thesis. Yogyakarta: Department of Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

This study aimed to explore the social support experienced by emerging adults with a history of nonsuicidal self-injury (NSSI). Social support is recognized as one of the external factors that plays an important role in helping individuals cope with emotional distress. This study employed a qualitative approach using deductive qualitative content analysis (QCA). Data were collected through semi-structured interviews with three participants aged 18–25 years who had a history of NSSI and resided in Yogyakarta, Indonesia. The findings revealed that all participants received various forms of social support from family members, friends, romantic partners, and communities. Emotional support emerged as the most dominant and influential type of support, including being listened to, understood, and comforted. Nevertheless, a mismatch was identified between the emotional support provided by family members and the participants' emotional needs. For example, one participant expressed a desire for a warm and emotionally close relationship with their father, which was not fulfilled. Only one participant received informational support in the form of advice and guidance from their mother, whereas tangible support and belonging support were experienced by all participants. Tangible support was reflected in the fulfillment of financial and educational needs, while belonging support was demonstrated through feelings of acceptance and being part of a social group. The meaning attributed to social support varied across participants. Social support was perceived as an expression of affection, a safe space for self-expression, a source of self-confidence, and something valuable that nevertheless provided only temporary emotional relief. This study concludes that the effectiveness of social support is determined not merely by its availability, but by the quality of interpersonal relationships, the extent to which the support matches individuals' emotional needs, and individuals' willingness to open themselves to and accept the support available. Therefore, the effectiveness of social support in helping individuals cope with emotional difficulties depends on how individuals perceive, receive, and utilize the support provided by their social environment.

Keywords: social support, emerging adults, non-suicidal self-injury, NSSI