

**DEFENSE MECHANISM REMAJA YANG MELAKUKAN
SELF-HARM DI SMP NEGERI 1 KAWANGKOAN**

GLORIA GRESIA LOMBOAN

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi *defense mechanism* yang digunakan oleh remaja yang melakukan *self-harm* di SMP Negeri 1 Kawangkoan dan mengajukan strategi pastoral konseling. Metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif digunakan untuk menggali pengalaman dan perspektif remaja mengenai faktor-faktor yang mendorong perilaku *self-harm*, kaitan *defense mechanism* dan strategi pastoral konseling untuk pencegahan serta penanganannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja sering menggunakan *defense mechanism* diri seperti represi, rasionalisasi, pengalihan, sublimasi dan identifikasi sebagai respons terhadap tekanan emosional dan konflik interpersonal. Kurangnya dukungan sosial dan akses terhadap layanan kesehatan mental memperburuk situasi ini. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya intervensi yang holistik melalui pastoral konseling, yang tidak hanya berfokus pada pengurangan perilaku *self-harm* tetapi juga pada pengembangan strategi *coping* yang sehat. Kesimpulannya, strategi pastoral konseling yang efektif dalam membantu remaja mengembangkan mekanisme *coping* yang sehat yaitu pemahaman mendalam tentang *Self-harm* dan *Defense Mechanism*, pendekatan holistik dalam konseling, pengembangan *coping mechanism* yang sehat, pemberdayaan dan Pendidikan, dukungan sosial dan keterlibatan komunitas, serta evaluasi dan penyesuaian strategi.

Kata kunci: *Pastoral konseling, defense mechanism, self-harm, remaja*

DEFENSE MECHANISM OF TEENAGERS WHO ENGAGE IN SELF-HARM AT SMP NEGERI 1 KAWANGKOAN

GLORIA GRESIA LOMBOAN

ABSTRACT

This study aims to identify the defense mechanisms used by teenagers who engage in self-harm at SMP Negeri 1 Kawangkoan and propose pastoral counseling strategies. A qualitative method with a descriptive approach was used to explore the experiences and perspectives of teenagers regarding the factors that drives self-harm behavior, the relationship between defense mechanisms, and pastoral counseling strategy for its prevention and management. The findings reveal that teenagers often use defense mechanisms such as repression, rationalization, displacement, sublimation, and identification as responses to emotional stress and interpersonal conflicts. The lack of social support and access to mental health services exacerbates this situation. These findings highlight the importance of holistic intervention through pastoral counseling, which focuses not only on reducing self-harm behavior but also on developing healthy coping strategies. In conclusion, effective pastoral counseling strategies for helping teenagers develop healthy coping mechanisms include a deep understanding of self-harm and defense mechanisms, a holistic counseling approach, developing healthy coping mechanisms, empowerment and education, social support and community involvement, as well as regular evaluation and adjustment of strategies.

Keywords: *Pastoral counseling, defense mechanism, self-harm, teenagers*