

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Self-harm adalah "melukai diri sendiri" (*self-injury*) yang akan menimbulkan luka pada diri (*Self-wounding*) (Brossard & Steggals, 2020). Berdasarkan penelitian Kusumadewi et al., (2019) *self-harm* adalah penggunaan berbagai cara untuk menolong diri sendiri melalui situasi yang sangat sulit dengan menyakiti diri sendiri yang dapat dilakukan dengan sengaja, berulang, bahkan sampai bunuh diri yang tidak disengaja, dan kurangnya kesadaran sosial. *Self-harm* bukanlah gangguan mental, tetapi ketidakmampuan seseorang untuk mengatasi stres yang dihadapi. *Self-harm* yang dilakukan dapat menyebabkan cedera serius atau disertai dengan pikiran bunuh diri yang intens yang dapat berakibat fatal. Tidak semua orang yang melukai diri sendiri akan berkelanjutan melakukan bunuh diri, tetapi mereka yang melukai diri sendiri memiliki kemungkinan 1,68 kali lebih besar untuk melakukan bunuh diri (Chan et al., 2016). Di Indonesia, *self-harm* merupakan fenomena gunung es yang mempengaruhi remaja.

Dalam waktu dekat tahun 2018, 56 siswa SMP dari Surabaya, 55 dari Pekanbaru, dan 41 dari Gunung Sugi, Lampung Tengah, ditemukan dengan tangan tersilet dan menggunakan benda tajam lainnya (Arifin et al., 2021). *Self-harm* ini banyak dilakukan oleh mahasiswa, karena beberapa penelitian menunjukkan bahwa 38% dari 307 mahasiswa swasta di Indonesia dan 43,1% dari 116 siswa SMA di Yogyakarta pernah melakukan NSSI (Arifin et al., 2021). Prevalensi tertinggi adalah di kalangan orang muda berusia 18 hingga 24 tahun. Data menunjukkan bahwa 7% anak sering melukai dirinya sendiri dan dua dari lima anak pernah melukai diri sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari perilaku *self-harm* adalah pada remaja atau mahasiswa (Kholik & Adi, 2020).

Mahasiswa adalah masa ketika seseorang memasuki masa dewasa, umumnya antara usia 18 dan 25. Pada titik ini, mahasiswa bertanggung jawab atas pertumbuhannya dan siswa bertanggung jawab atas kehidupannya saat memasuki usia dewasa (Hulukati & Djibran, 2018).

Setiap orang pasti pernah mengalami konflik dan masalah dalam hidupnya, terutama apabila terjadi di usia rentan. Tentu setiap orang punya cara tersendiri untuk menghadapinya. Beberapa orang mampu untuk mengatasi dan menyelesaikan setiap konflik atau permasalahan yang ada dengan baik namun pada sebagian individu lainnya mereka sulit untuk mengatasi dan menyelesaikan konflik dan permasalahan dengan baik. Sebagai akibat dari ketidakmampuan ini, individu merasa tertekan dan dapat menimbulkan stres apalagi sampai berkelanjutan. Ketika dewasa muda mengalami stres maka akan menimbulkan emosi negatif. Ketika dewasa muda mengalami emosi negatif dan tidak mampu mengelola dan menerima perasaan tersebut dengan baik, maka sulit sekali bagi dewasa muda untuk mengendalikan diri dan apabila terus terbawa arus maka akan mengambil tindakan yang dapat merugikan atau menyakiti diri individu, seperti minum-minuman alkohol, menggunakan narkoba, atau bahkan menyakiti diri sendiri (Malumbot et al., 2020). Perlakuan diatas ini bisa terjadi tergantung pada konsep diri masing-masing individu, apabila dewasa muda melukai diri sendiri maka terdapat gangguan pada konsep diri pada individu.

Konsep diri adalah gambaran pribadi tentang diri sendiri yang merupakan kombinasi dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, dan emosional, aspirasi, dan hasil yang ingin dicapai atau telah dicapai seseorang. Menyakiti diri sendiri dapat menyebabkan masalah biologis, psikologis, sosial, dan psikiatri yang berkaitan dengan citra diri, ideal diri, harga diri, identitas diri dan peran diri, kebahagiaan atau kesejahteraan. Dari konsep diri ini terlihat sepertinya ada hubungan dari konsep diri dengan perilaku *self-harm* yang banyak dilakukan oleh mahasiswa (Hattu et al., 2021). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang cenderung untuk melukai diri sendiri.

Terdapat dua macam faktor risiko yang mempengaruhi seseorang untuk berperilaku melukai diri sendiri yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternalnya terdapat faktor keluarga yang biasanya terjadi pada masa kanak-kanak dan remaja. Faktor keluarga yang umum pada masa kanak-kanak adalah akibat trauma dari perselingkuhan orang tua, kekerasan fisik, dan seringkali kesepian karena sendirian di rumah. Sementara itu, faktor keluarga pada masa remaja juga sering terjadi adalah adanya perdebatan dengan orang tua dan sering merasa kecewa ketika jerih payahnya tidak dihargai oleh orang tuanya. Kemudian, faktor internalnya karena sering

mengalami kecemasan dalam kesehariannya, merasa dirinya tidak berharga, mudah merasa bersalah, dan membutuhkan dukungan sosial ketika bekerja atau menghadapi masalah yang sulit (Wibisono & Gunatirin, 2018a). Faktor-faktor diatas dapat menimbulkan dampak pada seseorang.

Pemahaman mengenai *self-harm* perlu dijelaskan dampak yang ditimbulkan kepada mahasiswa, yaitu seperti merasa bersalah, merasa malu, saling menyalahkan atau pikiran dan perasaan yang bisa bertentangan dengan orang lain (Biegel & Cooper, 2019).

Berdasarkan pengamatan peneliti, terdapat teman disekitarnya melakukan *self-harm*. Terdapat mahasiswa yang melakukan *self-harm* karena ia merasa tidak pernah merasa cukup untuk orang lain, ia *insecure* dengan tubuhnya, ia merasa bahwa dirinya tidak berguna. Lalu terdapat mahasiswa yang menceritakan ia melakukan *self-harm* karena perasaan bersalah yang ia perbuat dimasa lalunya untuk menghukum dirinya karena ia percaya bahwa ia berhak mendapatkan hukuman atas apa yang telah ia perbuat, dengan dilakukannya *self-harm* ia merasa semua beban terlepas. Lalu terdapat mahasiswa yang melakukan *self-harm* dan diupload di social media sebagai tanda meminta bantuan. Lalu terdapat mahasiswa yang berusaha menutupinya dengan baju lengan panjang agar tidak terlihat, ketika terlihat dan ditanyakan oleh orang sekitar ia mengelak.

Belum banyak dilakukan penelitian mengenai hubungan antara konsep diri dan perilaku menyakiti diri pada mahasiswa, dan penelitian tentang konsep diri itu sendiri juga masih terbatas. Apabila terdapat penelitian tentang konsep diri, peneliti cenderung lebih memfokuskan pada salah satu komponen konsep diri dalam konteks perilaku menyakiti diri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan data tersebut maka dapat dirumuskan masalah “Apakah terdapat hubungan antara konsep diri dengan perilaku *self-harm* pada mahasiswa?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan konsep diri dengan *self-harm* pada mahasiswa.

2. Tujuan khusus
 - a. Mengetahui dan mengukur konsep diri pada mahasiswa.
 - b. Mengetahui dan mengukur perilaku *self-harm* pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi responden

Diharapkan penelitian ini dapat mengetahui konsep diri dan perilaku *self-harm* responden, apabila hasilnya menunjukkan responden masuk dalam kategori *self-harm* yang perlu tindakan lanjutan, maka responden bisa segera memeriksakan ke layanan kesehatan terdekat.

2. Bagi layanan kesehatan

Diharapkan penelitian ini dapat memberi gambaran bagi layanan kesehatan untuk menentukan aktifitas pada penatalaksanaan pada perilaku *self-harm* dalam bentuk promotive maupun preventif.

3. Bagi universitas

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi Universitas untuk memenuhi kebutuhan mahasiswa mengatasi kesehatan jiwa terkait perilaku *self-harm*.

4. Bagi keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengatasi masalah keperawatan yang muncul pada pasien *self-harm* dengan gangguan konsep diri.

E. Penelitian Terkait

Tabel 1 Penelitian Terkait

Judul	Metode dan Kesimpulan	Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan
Kritik Diri sebagai Mediator pada Hubungan Konsep Diri dan Perilaku <i>Nonsuicidal Self-Injury</i> Remaja Korban Perundungan (Arifin et al., 2021)	<p>Metode: Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif.</p> <p>Kesimpulan: Berdasarkan analisis data, maka hipotesis dari penelitian ini menunjukkan bahwa kritik diri disini berperan sebagai</p>	<p>Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan konsep diri korban perundungan dengan perilaku <i>self-harm</i>. Sedangkan, yang diteliti oleh peneliti adalah hubungan konsep diri dengan perilaku <i>self-harm</i> pada mahasiswa,</p>

	<p>mediator dalam hubungan antara konsep diri korban <i>bullying</i> dan perilaku melukai diri sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri yang ditingkatkan oleh kritik diri berhubungan secara signifikan terkait dengan perilaku NSSI dimana mereka percaya bahwa mereka pantas untuk dihukum dan mengalami rasa sakit, yang pada akhirnya memotivasi mereka melakukan NSSI sebagai cara untuk menghukum dirinya sendiri karena sikap negatifnya (Hooley & Franklin, 2018).</p>	<p>tidak hanya pada perundungan tetapi secara meluruh.</p>
<p>Perilaku <i>Self-harm</i> atau Melukai Diri Sendiri yang dilakukan oleh Remaja (Thesalonika & Apsari, 2021).</p>	<p>Metode: Metode penyusunan artikel ini didasarkan pada metode penelitian kepustakaan. Tinjauan pustaka adalah teknik pengumpulan data yang mengkaji buku, literatur, catatan, dan laporan yang berkaitan dengan masalah yang sedang dipecahkan. Untuk itu penulis menggali informasi dari berbagai majalah, artikel dan referensi</p>	<p>Penelitian ini berfokus pada tindakan <i>self-harm</i> yang dilakukan remaja dan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya <i>self-harm</i> pada remaja. Sedangkan, yang diteliti oleh peneliti adalah hubungan konsep diri mahasiswa dengan perilaku <i>self-harm</i>. Apakah dengan mahasiswa yang memiliki konsep diri positif maupun negatif dapat mempengaruhi</p>

	<p>yang mendukung kebutuhan penelitian.</p> <p>Kesimpulan: Remaja kebanyakan melakukan <i>self-harm</i> atau melukai diri karena banyaknya konflik pada masa remaja, membuat mereka sangat rentan melakukan <i>self-harm</i>. Mereka selalu dituntut untuk cepat beradaptasi dengan perubahan, padahal itu adalah hal yang tidak mudah bagi mereka. Meskipun melukai diri sendiri dianggap sebagai <i>nonsuicidal self-injury</i> (tidak bertujuan untuk bunuh diri), penelitian menunjukkan bahwa orang yang melukai diri sendiri lebih berpotensi untuk melakukan bunuh diri.</p>	<p>mahasiswa untuk berperilaku <i>self-harm</i>.</p>
<p>Pengaruh Harga Diri terhadap Kecenderungan Perilaku <i>Self-Injury</i> pada Siswa SMP Negeri di Kecamatan Tembalang Tahun Pelajaran 2019/2020 (Putri & Nusantoro, 2020).</p>	<p>Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif korelasional, karena menganalisis data numerik dengan menggunakan metode statistik menggunakan SPSS, menggambarkan dan mengkaji secara sistematis</p>	<p>Penelitian ini berfokus pada pengaruh harga diri yang termasuk dalam salah satu komponen konsep diri dengan kecenderungan perilaku <i>self-injury</i>. Sedangkan, yang diteliti oleh peneliti adalah tidak hanya pada harga diri, tetapi keseluruhan komponen</p>

	<p>sejauh mana satu variabel berhubungan dengan variabel lain berdasarkan koefisien korelasi.</p> <p>Kesimpulan: Berdasarkan hasil analisis data dari penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dan kecenderungan melukai diri di antara siswa sekolah menengah di Kecamatan.</p> <p>Implikasi negatif dan penting di sini adalah bahwa semakin tinggi harga diri, semakin rendah kecenderungan untuk melukai diri sendiri. Di sisi lain, semakin rendah harga diri, semakin besar kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri.</p>	<p>konsep diri, yaitu citra tubuh, ideal diri, harga diri, peran dan juga identitas pada mahasiswa.</p>
--	---	---