

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam mendukung pembangunan negara dan sumber daya manusia terutama golongan generasi muda yang akan merealisasikan Indonesia emas tahun 2045 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui Rancangan Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2020-2024 menjadikan kesehatan mental sebagai salah satu prioritas utama dalam program kesehatan nasional (Hopkins, 2022). Berdasarkan penelitian Rokom (2021) prevalensi orang dengan gangguan jiwa di Indonesia adalah 1 banding 5, ini menunjukkan bahwa sekitar 20% populasi Indonesia memiliki potensi-potensi gangguan jiwa. Oleh karena itu menjadi penting untuk memperhatikan kesehatan mental di Indonesia.

Diantara beberapa kelompok usia, remaja menjadi salah satu kelompok yang rentan mengalami gangguan jiwa hal ini ditunjukkan dalam hasil penelitian *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* yang dilakukan Hopkins (2022) bahwa 34,9% atau 1 dari 3 remaja, setara dengan 15,5 juta remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Berdasarkan data dari Databoks per tahun 2022 jumlah penduduk Indonesia mencapai 275,77 juta jiwa dengan sebaran komposisi; usia 0-9 tahun sebanyak 44,1 juta jiwa, usia 10-19 sebanyak 44,25 juta jiwa, 20-39 sebanyak 44,95 juta jiwa, dan 30-39 sebanyak 43,32 juta jiwa, usia 40-49 sebanyak 39,03 juta jiwa, usia 50-59 sebanyak 30,46 juta jiwa, dan usia ≥ 60 sebanyak 34,66 juta jiwa. Berdasarkan hal tersebut remaja yang memiliki kerentanan terhadap gangguan jiwa, dengan jumlah

populasi remaja yang besar maka menjadi penting untuk memperhatikan kesehatan mental pada remaja.

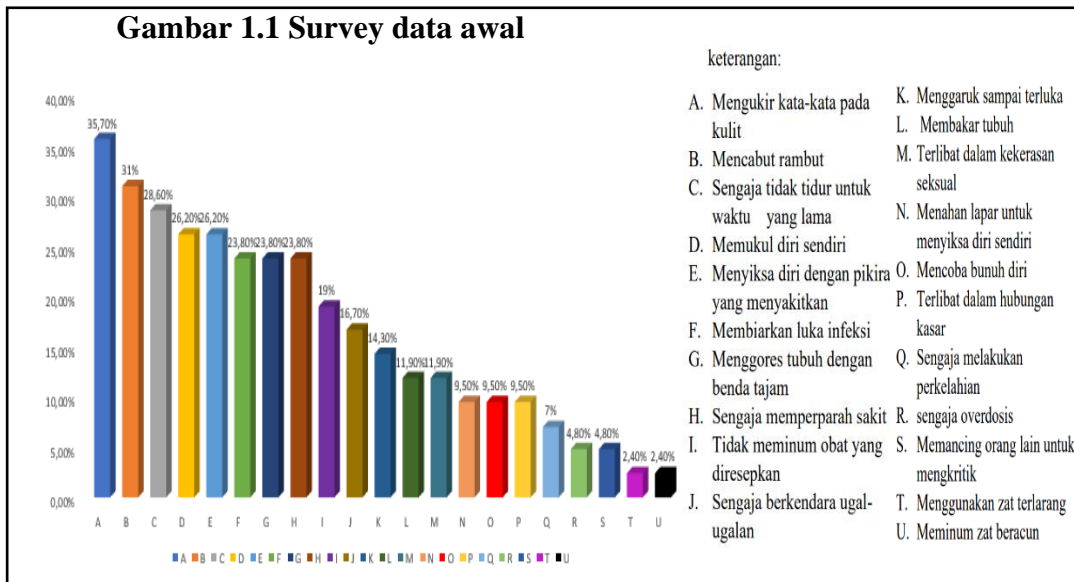
Terdapat banyak faktor yang mengakibatkan terganggunya kesehatan mental pada remaja salah satu karena terdapat beberapa perubahan pada remaja perubahan ini meliputi meningkatnya usaha dalam memahami diri sendiri dan pencarian identitas, di samping itu remaja dapat mengembangkan masalah-masalah sosioemosi, seperti kenakalan remaja dan depresi (Santrock, 2012). Selain dari hal tersebut era globalisasi juga mempengaruhi perkembangan remaja dimana menurut Saputra dkk (2022) bahwa era globalisasi mengakibatkan menurunnya perkembangan sosial dan emosi remaja, sehingga remaja sulit untuk mencari dan menemukan solusi terhadap permasalahan yang dialami, ini mengakibatkan remaja cenderung mengarah kedalam tindakan yang mengkhawatirkan seperti kecenderungan *self-harm*, bahkan ada beberapa pelaku tidak segan membagikan foto atau video saat menyakiti diri sendiri ke media sosial. *Self-harm* merupakan salah satu perilaku yang mengkhawatirkan pada remaja (Tarigan & Apsari, 2022).

Self-harm menurut Pardede dkk (2022) adalah perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan karena ada permasalahan yang rumit dan kompleks serta karena ingatan menyakitkan dan ini dipandang sebagai cara untuk mengatasi tekanan emosional atau rasa sakit secara psikis yang tidak tertahankan. Berdasarkan data dari WHO (2014) 10 penyebab kematian tertinggi di kalangan remaja berdasarkan jenis kelamin *self-harm* menempati urutan ketiga setelah *road injury* dan HIV/AIDS dengan jumlah kematian yang diakibatkan *self-harm* beradapa pada rentang 80.000-100.000. Fenomena tersebut tidak dapat dipandang sebelah mata

harus ada langkah preventif untuk perilaku *self-harm*, penelitian ini akan menjadi penelitian pendahuluan untuk melihat gambaran perilaku *self-harm* pada remaja di Kota Lhokseumawe, Provinsi Nanggroe Aceh Darussalam.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 4 Agustus 2023 di SMA N 7 Lhokseumawe terhadap 42 responden dengan 31 responden perempuan dan 11 responden laki-laki dengan rentang usia 15-20 tahun. Studi pendahuluan ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung di SMA N 7 Lhokseumawe dengan memperoleh hasil bahwa 715,5% dari responden pernah terlibat dalam perilaku *self-harm* setidaknya terdapat satu perilaku yang paling sedikit yang pernah dilakukan oleh responden hingga yang paling tinggi adalah 17 jenis perilaku. Berdasarkan data tersebut juga didapatkan bahwa perilaku mengukir kata-kata pada kulit merupakan yang paling lazim dilakukan dengan besaran persentase sebesar 35,7% dengan artian 15 responden pernah melakukannya, yang paling jarang dilakukan adalah sengaja menggunakan zat terlarang dan meminum zat terlarang yaitu sebesar 2,4 % dengan artian 1 responden pernah melakukan. Selain dari hal tersebut didapatkan juga bahwa 7-8 dari 10 remaja pernah melakukan *self-harm* dan 1 dari 10 pernah melakukan percobaan untuk bunuh diri. Dari survey awal ini juga didapatkan beberapa alasan kenapa remaja melakukan *self-harm* yaitu; 1) untuk meredakan stress yang dialami, 2) merasa lelah dengan kehidupan, 3) untuk menenangkan diri, 4) karena merasa senang melakukannya, 5) karena tidak bisa mengontrol emosi, 6) karena permasalahan didalam keluarga/orang tua yang bercerai, 7) merasa lelah dengan

kehidupan, 8) karena putus dengan pacar, dan 9) karena merasa itu merupakan trend. Hasil studi pendahuluan dapat digambarkan pada grafik berikut:



Berdasarkan survei yang peneliti lakukan tersebut menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan siswa melakukan *self-harm* dan berdasarkan data dari YanKes KemenKes (2023) Provinsi Nanggroe Aceh menempati posisi ke-2 dengan gangguan jiwa tertinggi di Indonesia dengan persentase sebesar 18,5% oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan studi gambaran dan analisis terkait kondisi *self-harm* remaja secara umum se Kota Lhokseumawe. Hal ini dikarenakan berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan belum pernah ada penelitian terkait yang dilakukan di Kota Lhokseumawe. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai studi pendahuluan awal dan studi lanjutan berikutnya untuk dapat menangani atau menindak lanjuti kasus-kasus yang terdapat pada remaja di Kota Lhokseumawe. Oleh sebab itu jumlah peneliti memfokuskan diri pada studi deskriptif dengan judul Gambaran Perilaku *Self-harm* pada Remaja di Kota Lhokseumawe.

1.2 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini ditunjang dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dkk (2021) dengan judul “Prevalensi dan Fungsi Melukai Diri Sendiri pada Mahasiswa”. Pada penelitian ini menggunakan 215 sampel mahasiswa 80% perempuan dan 20% laki-laki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 107 (50%) responden pernah melakukan *self-harm*, laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan dalam perilaku NSSI. 63% responden memulai menyakiti diri sendiri pada usia 12-19 tahun, namun bahkan ada yang memulai sejak usia 4-7 tahun. Intensitas paling banyak dilakukan pada usia 20-23 tahun dengan persentase 68%. Responden tidak hanya melakukan sekali namun mengulangi 5-10 kali, dan sebanyak 28% mengulang 11-15 kali, namun ada juga temuan bahwa responden mengulang 51-100 kali. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan peneliti. Perbedaannya adalah pada karakteristik populasi dimana penelitian ini melakukan penelitian terhadap mahasiswa sementara peneliti sendiri melakukan penelitian terhadap siswa SMA dan juga berbeda pada tempat penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Saputra dkk (2022) dengan judul “Kerentanan *Self-harm* pada Remaja di Era Modernisasi”, dari penelitian ini didapatkan bahwa sebanyak 78,7% pelaku *self-harm* menyalah diri sendiri terhadap apa yang terjadi dan sebanyak 40% mengaku bahwa mereka memang harus melakukan *self-harm*, untuk alasan melakukan *self-harm* sebanyak 44,7% responden mengalami trauma karena kehilangan, 12,8% merasa cemas tiap malam, 26,5% tertekan, 19,1% karena ketergantungan, dan 26,5% merasa harus melakukan *self-harm*. Ditemukan juga bahwa remaja perempuan lebih rentan melakukan *self-harm* dengan persentase 78,7%. Responden tidak masuk ke dalam percobaan bunuh

diri melainkan menyakiti diri untuk mendapatkan kelegaan saja karena 55,3% merasa lega setelah melakukannya. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Perbedaannya terdapat pada tempat penelitian, jumlah subjek dimana pada penelitian ini menggunakan 50 subjek sementara peneliti sebesar 382 subjek, serta metode penelitian dimana pada penelitian ini menggunakan dua metode yaitu wawancara observasi secara langsung dan juga dengan menggunakan kuesioner sementara penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan teknik pengumpulan data kuesioner.

Penelitian yang dilakukan oleh Pardede dkk (2022) dengan judul “*Self-Control* Remaja Yang Melakukan *Self-harm* di Kota Bitung” penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan 2 orang subjek dan 1 subjek pendukung untuk melihat *self-control* subjek yang berdasarkan dari tiga aspek yaitu melanggar kebiasaan, menahan godaan, dan disiplin diri. Pada aspek melanggar kebiasaan kedua subjek menunjukkan hasil yang sama yaitu tidak mampu menahan diri untuk tidak melanggar norma yang berlaku di sekitar, pada aspek menahan godaan kedua subjek memiliki kemampuan untuk mengendalikan godaan untuk tidak melakukan *self-harm*, dan pada aspek disiplin diri kedua subjek berbeda subjek pertama tidak dapat fokus melakukan sesuatu Ketika dorongan untuk melakukan *self-harm* datang sementara subjek kedua tetap mampu fokus melakukan apa yang sedang dikerjakan ketika dorongan untuk melakukan *self-harm* timbul. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Perbedaannya adalah pada metode penelitian dimana penelitian ini menggunakan metode kualitatif sementara peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif, perbedaan selanjutnya adalah pada

variabel penelitian dimana pada penelitian ini menggunakan dua variabel *self-control* dan *self-harm* sementara peneliti hanya satu variabel yaitu *self-harm*, dan perbedaan selanjutnya adalah pada tempat penelitian serta populasi penelitian dimana pada penelitian tersebut dilakukan di Kota Belitung sementara penelitian yang akan peneliti lakukan adalah di Kota Lhokseumawe.

Pada penelitian Hasna dkk (2023) dengan judul “Gambaran Perilaku *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) pada Siswa SMAN 1 Bogor” pada penelitian yang menggunakan metode kualitatif didapatkan hasil bahwa siswa yang melakukan NSSI dikarenakan merasa tertekan karena tindakan *bullying* yang dilakukan oleh teman-teman dilingkungan sekolah nya yang telah dilakukan dalam rentang waktu yang lama. Selain itu siswa juga merasa kurangnya penerimaan dan dukungan dari orang tua terhadap apa yang dialaminya dan tindakan yang dilakukan pem *bully*. Pola interaksi dengan lingkungan memiliki pengaruh terhadap perilaku individu melakukan *self-harm*, karena ada anggapan bahwa lingkungan individu tidak memberikan dukungan dan tidak menerima mereka dengan baik. Sehingga memunculkan pikiran-pikiran negatif yang mendorong mereka untuk melakukan perilaku NSSI sebagai usaha untuk meringankan tekanan yang dirasakan. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan peneliti. Perbedaannya adalah pada lokasi penelitian dimana penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Bogor sementara penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah di SMA se Kota Lhokseumawe, dan perbedaan selanjutnya adalah pada populasi penelitian serta sampel penelitian dimana penelitian tersebut dilakukan di Bogor Sementara penelitian yang akan peneliti lakukan adalah di Kota Lhokseumawe.

Penelitian yang dilakukan oleh Paramita dkk (2020) dengan judul “*Adverse Childhood Experience dan Deliberate Self-harm pada Remaja di Indonesia*” penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan hasil *adverse childhood experience* berkontribusi signifikan terhadap *deliberate self-harm* terhadap remaja di Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi paparan ACE yang dialami individu akan semakin meningkatkan kecenderungan remaja melakukan DSH. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Perbedaannya adalah pada tempat penelitian, populasi penelitian, dan juga pada penelitian ini berfokus pada kaitan antara *Adverse Childhood Experience* dengan *Deliberate Self-harm* sementara yang akan dilakukan peneliti adalah melihat secara umum prevalensi dan analisis perilaku *self-harm*.

Berdasarkan pada beberapa penelitian sebelumnya, penelitian ini akan berfokus untuk melihat gambaran dan analisis perilaku *self-harm* pada di Kota Lhokseumawe. Penelitian ini akan berbeda dengan penelitian-penelitian diatas, mulai dari tempat, populasi, dan metode. Dimana sebelumnya belum pernah sama sekali dilakukan penelitian mengenai *self-harm* di Kota Lhokseumawe.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran perilaku *self-harm* pada remaja di Kota Lhokseumawe?
2. Bagaimana gambaran frekuensi *self-harm* pada remaja di Kota Lhokseumawe?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran perilaku *self-harm* pada remaja di Kota Lhokseumawe
2. Untuk mengetahui frekuensi *self-harm* pada remaja di Kota Lhokseumawe

1.5 Mamfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Praktis

- a. Bagi sekolah, penelitian ini bermanfaat untuk memberitahukan data berapa jumlah gambaran perilaku *self-harm* pada remaja, dengan demikian diharapkan sekolah-sekolah lebih memperhatikan siswanya.
- b. Bagi Dinas Kesehatan penelitian ini bermanfaat agar dilakukan kajian mengenai bagaimana mengatasi perilaku *self-harm* di kalangan remaja baik itu langkah preventif dan atau langkah represif.

1.5.2 Manfaat teoritis

- a. Secara teoritis penelitian ini bermanfaat sebagai bahan referensi dalam penulisan karya ilmiah dan sejenisnya mengenai gambaran perilaku *self-harm* pada remaja.
- b. Untuk penelitian selanjutnya, penelitian ini berfungsi sebagai bahan rujukan untuk melakukan penelitian dan pembentukan intervensi yang tepat guna mencegah perilaku *self-harm* pada remaja.
- c. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi untuk mengetahui seberapa banyak remaja yang melakukan *self-harm*.