

**KEBERMAKNAAN HIDUP MAHASISWA PSIKOLOGI  
YANG MELAKUKAN *SELF-HARM***

**SKRIPSI**



**RINA ASNA DARA**

**200620077**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MALIKUSSALEH  
ACEH UTARA**

**2024**

**KEBERMAKNAAN HIDUP MAHASISWA PSIKOLOGI YANG  
MELAKUKAN *SELF-HARM***

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Program Studi Psikologi Universitas Malikussaleh sebagai pemenuhan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



**Oleh:**

**RINA ASNA DARA**

**200620077**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MALIKUSSALEH  
ACEH UTARA**

**2024**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Bersama ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Psikologi yang Melakukan *Self-Harm*” sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain, pemalsuan data dan saya tidak melakukan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku. Jika dikemudian hari saya terbukti melanggar etika tersebut, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar sarjana yang telah saya peroleh.

Reuleut, 01 Januari 2024  
Yang Membuat Pernyataan,

Rina Asna Dara

**HALAMAN PENGESAHAN**

**KEBERMAKNAAN HIDUP MAHASISWA PSIKOLOGI YANG  
MELAKUKAN *SELF-HARM***

**RINA ASNA DARA  
200620077**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi  
Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh untuk Memenuhi Sebagian dari  
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Pada Tanggal: 26 Januari 2024

Dewan Penguji terdiri dari :

Pembimbing

1. Ella Suzanna, S.Psi., M.HSc  
NIP. 198107142008122001

---

2. Rahmia Dewi, S.Psi., M.Psi  
NIPK. 201801197806102001

---

Penguji

1. Safwan, S.Ag., M.Psi  
NIP. 197110172006041001

---

2. Yara Andita Anastasya, S.Psi., M.Psi Psikolog  
NIP. 199103012019032020

---

Mengesahkan,  
Ketua Jurusan Psikologi

Riza Musni, S.Kp., M.Kes.  
NIP.197306052001121003

## MOTTO HIDUP

*“Just in case no one has told you this today. I’m so proud of you and everything you have endured and achieved. I hope you know how worthy you are and how much you bring to the world”*

*“I’m proud of you for not giving up, no matter how many times you’ve wanted to. I’m proud of you for choosing to keep going. I’m proud of you for continuing to show up each day despite what you have been through”*

*“I’m proud of you for taking steps to better yourself and your life lately and for finally showing yourself just how much you are capable of.*

*“Your strength and courage is inspiring and you should be so proud of yourself, too”*

**-Rina Asna Dara**

## ABSTRAK

Kebermaknaan hidup merupakan suatu makna yang dapat ditemukan pada kehidupan, baik dalam keadaan yang menyenangkan maupun penderitaan, namun makna hidup tidak diberikan oleh orang lain tetapi ditemukan oleh diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui aspek kebermaknaan hidup dan juga harapan hidup pada mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan metode pengumpulan data wawancara, observasi dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah tiga orang mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* aktif. Hasil dari penelitian ini menggambarkan bahwa pada aspek memiliki kebebasan berkehendak subjek mengungkapkan keinginan subjek untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik, keluar dari pengalaman traumatis masa lalunya, menentukan arah kehidupannya dan mengurangi perilaku *self-harm*. Pada aspek kedua yaitu memiliki kehidupan yang bermakna, seluruh subjek melakukan kegiatan-kegiatan positif yang dapat menunjang terwujudnya keinginan subjek. Pada tahapan terakhir yakni kebermaknaan hidup, dimana subjek telah mencapai kehidupan yang bermakna. Pada penelitian ini juga terdapat harapan hidup dimana ketiga subjek memiliki keinginan untuk terus melanjutkan kehidupannya tanpa melakukan *self-harm* sehingga mampu menjadi psikolog yang dapat menerapkan ilmu psikologinya dengan maksimal. Ilmu psikologi yang dipelajari mampu mengubah hidup subjek dan membantu menemukan makna dalam hidupnya.

*Kata Kunci : Kebermaknaan Hidup, Mahasiswa Psikologi, Self-Harm, Studi Kasus*

## **ABSTRACT**

*The meaning of life is a meaning that can be found in life, both in pleasant situations and suffering, but the meaning of life is not given by other people but is found by oneself. This research aims to determine aspects of the meaning of life and also life expectancy in psychology students who engage in self-harm. The method used in this research is a qualitative method with a case study approach. Sampling in this research used a purposive sampling technique with data collection methods of interviews, observation and documentation. The subjects in this research were three psychology students who carried out active self-harm. The results of this research illustrate that in the aspect of having freedom of will the subject expresses the subject's desire to have a better life, get out of their past traumatic experiences, determine the direction of their life and reduce self-harm behavior. In the second aspect, namely having a meaningful life, all subjects carry out positive activities that can support the realization of the subject's desires. In the final stage, namely the meaningfulness of life, where the subject has achieved a meaningful life. In this research, there is also a life expectancy where the three subjects have the desire to continue their lives without causing self-harm so that they are able to become psychologists who can apply their psychological knowledge to the maximum. The psychology studied is able to change the subject's life and help find meaning in his life.*

*Keywords: Meaning of Life, Psychology Students, Self-Harm, Study Casus*

## KATA PENGANTAR

Allhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat beserta hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Psikologi yang Melakukan *Self-Harm*”**. Shalawat dan salam tidak lupa penulis berikan kepada baginda Rasullullah Muhammad SAW teladan bagi seluruh umat yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliyah ke zaman islamiah seperti saat ini.

Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu maka penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT serta tidak lupa peneliti ucapkan rasa hormat dan rasa terima kasih yang sangat tulus kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Herman Fithra, S. T., M. T., IPM., ASEAN. Eng selaku Rektor Universitas Malikussaleh.
2. Bapak dr. Muhammad Sayuti, Sp.B, Subsp. BD (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran.
3. Bapak Riza Musni, S. Kp., M. Kes selaku Ketua Jurusan Psikologi.
4. Ibu Ella Suzanna, S.Psi., M.HSc selaku Sekertaris Jurusan Psikologi, dosen pembimbing akademik dan dosen pembimbing skripsi I. Terimakasih atas ilmu, masukan, kesabaran, perhatian, dukungan dan apresiasi yang tiada hentinya diberikan kepada penulis selama penulis menjadi mahasiswi didik ibu. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan ibu.
5. Ibu Nursan Junita, B.HSc., M.A., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Psikologi dan dosen penguji skripsi I. Terimakasih atas ilmu pengetahuan, kritikan, saran yang diberikan kepada penulis.
6. Ibu Rahmia Dewi, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi II. Terimakasih atas ilmu, bimbingan, perhatian dan dukungan serta apresiasi yang diberikan kepada penulis. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan ibu.



7. Bapak Safuwan, S.Ag., M.Psi selaku dosen penguji I. Terimakasih atas bimbingan, kritikan dan masukan selama proses pembuatan skripsi.
8. Ibu Yara Andita Anastasya, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji skripsi II. Terimakasih sudah memberikan bimbingan, arahan, ilmu pengetahuan dan dukungan kepada penulis selama proses pembuatan skripsi ini.
9. Bapak/Ibu dosen Jurusan Psikologi Universitas Malikussaleh yang telah ikhlas membina untuk memberikan ilmu-ilmu pengetahuan kepada penulis sehingga penulis bisa sampai tahapan ini.
10. Pihak Staff Tata Usaha dan UPS yang telah membantu peneliti dalam proses administrasi untuk mencapai tahap ini.
11. Kepada orang tua tercinta, Ayahanda Alm. Suryansyah dan Ibu Evi Marlina yang telah memberikan kasih sayang, didikan serta dukungan baik berupa moral dan materi yang tiada hentinya.
12. Kepada saudari kandung tercinta, kakak Maureen, kakak Suviana Visca dan adik Sherry Natasya yang memberikan semangat dan motivasi sehingga penulis sampai pada tahap ini.
13. Kepada sahabat tersayang, Nissa Utharah yang selalu mendengarkan keluh kesah serta memberikan dukungan penuh kepada peneliti.
14. Kepada seluruh subjek penelitian yang telah bersedia memberikan informasi kepada peneliti serta telah meluangkan waktunya.
15. Kepada pihak-pihak lain yang telah berkontribusi dalam penyelesaian proposal skripsi ini, semoga Allah SWT selalu melindungi dan membalas jasa-jasanya.

Lhokseumawe, 10 Agustus 2023

Rina Asna Dara

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO HIDUP.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>.iiv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Keaslian Penelitian .....	4
1.3 Rumusan Masalah .....	7
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Manfaat Penelitian .....	8
1.5.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.5.2 Manfaat Praktis.....	8
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
2.1 Kebermaknaan Hidup .....	10
2.1.1 Definisi Kebermaknaan Hidup .....	10
2.1.2 Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup.....	11
2.1.3 Harapan Hidup.....	12
2.2 <i>Self-Harm</i> .....	13
2.2.1 Definisi <i>Self-Harm</i> .....	13
2.2.2 Tipe-tipe <i>Self-Harm</i> .....	13
2.2.3 Faktor-faktor <i>Self-Harm</i> .....	15

2.3 Mahasiswa Psikologi.....	15
2.4 Kerangka Berpikir .....	16
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>17</b>
3.1 Desain Penelitian .....	17
3.2 Definisi Kebermaknaan Hidup .....	18
3.3 Subjek Penelitian .....	18
3.4 Lokasi Penelitian .....	19
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	19
3.6 Teknik Analisis Data.....	21
3.7 Pengujian Keabsahan Data.....	22
<b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>24</b>
4.1 Orientasi Kancas Penelitian .....	24
4.1.1 Tempat Penelitian.....	24
4.1.2 Subjek Penelitian .....	24
4.2 Hasil Penelitian.....	24
4.2.1 Profil Subjek .....	24
4.2.2 Display Data .....	28
4.2.3 Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Psikologi yang Melakukan <i>Self-Harm</i> .....	29
4.3 Pembahasan .....	55
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>59</b>
5.1 Kesimpulan.....	59
5.2 Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 4.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian . .....	29
Tabel 4.2 Keterangan Waktu Wawancara .....	29

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir .....	15
Gambar 2 Display Data .....	30

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed Consent</i> .....	74
Lampiran 2 Pedoman Wawancara.....	75
Lampiran 3 Verbatim .....	76
Lampiran 4 Verbatim Triangulasi .....	199
Lampiran 5 Tabel Akumulasi Tema .....	208
Lampiran 6 Tabel Kategorisasi .....	211
Lampiran 7 Surat izin Penelitian .....	218
Lampiran 8 Dokumentasi.....	219

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menjalani masa pendidikan pada salah satu perguruan tinggi yang terdiri dari akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012). Mahasiswa diidentifikasi sebagai individu dewasa awal yang penuh problematika, baik dari segi fisik maupun psikologis (Arnett, 2016). Seringkali, peralihan dari masa remaja ke dewasa awal menjadi periode yang berpotensi membuat seseorang mengalami stres (Mahtani dkk, 2018). Stres merupakan kondisi yang dihadapi seseorang akibat adanya permasalahan (Ambarwati dkk, 2017). Permasalahan yang biasa dihadapi mahasiswa ialah masalah ekonomi, hubungan personal, psikologis, rumah tangga atau keluarga, tugas kuliah, masa depan dan pekerjaan (Bahri, 2016). Tidak semua mahasiswa memiliki penanganan permasalahan yang baik sehingga menimbulkan perilaku melukai diri sendiri tanpa adanya niat untuk bunuh diri atau yang biasa disebut sebagai *self-harm* (Biromo, 2015).

*Self-harm* dapat terjadi dengan beberapa faktor, seperti faktor keluarga, pengaruh biokimia, psikologis dan kepribadian (Insani & Savira, 2023). Sejalan dengan itu, Zakaria & Theresa (2020) membagi faktor *self-harm* menjadi faktor intrapersonal seperti mekanisme koping yang tidak adaptif dan interpersonal seperti kemampuan kontrol diri yang rendah dan pengaruh media yang negatif. Kasus *self-harm* saat ini menunjukkan 36,9% orang Indonesia pernah melukai diri mereka dengan sengaja. Dari persentase tersebut, prevalensi tertinggi ditemukan

pada kelompok mahasiswa usia 18-24 tahun, dimana dari data tersebut sebanyak 45% responden mahasiswa pernah melakukan *self-harm* (Sasanto, 2020).

Mahasiswa yang melakukan *self-harm* memandang bahwa dirinya tidak berharga, tidak berdaya, merasa kecewa atas penghinaan, bahkan tidak adanya kebermaknaan hidup bagi pelaku (Qomariah & Santi, 2021). Kebermaknaan hidup merupakan suatu makna yang dapat ditemukan pada kehidupan, baik dalam keadaan yang menyenangkan maupun penderitaan, namun makna hidup tidak diberikan oleh orang lain tetapi ditemukan oleh diri sendiri (Frankl, 1969). Kebermaknaan hidup dapat bermula dari sebuah harapan dalam hidup yang merupakan alasan individu harus terus hidup (Frankl, 1969). Adanya harapan dalam kehidupan menjadi penyangga kekuatan bagi jiwa mahasiswa untuk tetap menemukan kehidupan yang bermakna (Bukhori, 2019). Ketika mahasiswa gagal berjuang untuk menemukan kebermaknaan dalam hidupnya, maka akan merasa frustrasi dan hidupnya terasa hampa (Bastaman, 2007).

Mahasiswa yang gagal mencapai kebermaknaan hidupnya berarti tidak menyadari bahwa semua pengalaman hidupnya mempunyai potensi yang dapat dikembangkan secara luas (Ritonga & Listianri, 2016). Meskipun mahasiswa telah dinilai mampu menerapkan *problem solving* yang sesuai, dapat mencari jawaban atas pengalaman buruk yang dihadapi, serta dapat mengevaluasi argumen yang relevan dalam mencari jalan keluar dari sebuah permasalahan (Maidah, 2013). Terutama mahasiswa psikologi yang diharapkan sudah mengetahui koping permasalahan yang baik dan nantinya dapat membantu sekaligus memberikan alternatif pemecahan masalah dan jalan keluar bagi orang lain (Awalinni &



Harsono, 2022). Selain itu, psikologi merupakan bidang ilmu yang mempelajari mengenai tingkah laku manusia baik sebagai individu ataupun kelompok (Syah, 2010). Namun, pada kenyataannya terdapat mahasiswa psikologi yang masih melakukan perilaku *self-harm* yang menjadi pilihan negatif untuk menyelesaikan masalah dan belum dapat melihat proses kehidupannya suatu proses yang bermakna positif (Russell, dkk, 2012).

Hal ini terlihat pada hasil wawancara awal yang peneliti lakukan pada tanggal 30 Januari 2023 kepada dua subjek mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm*. Berikut hasil wawancara tersebut:

*“ada trauma yang gabisa dihilangin, capek sama kehidupan yang kayak gini dari kecil. Kehidupan aku dipenuhi dengan nyakitin diri sendiri, ngejalanin hidup ya karna masih dikasih nafas. Pengen keluar dari zona ini dengan masuk psikologi, disini diajarin tentang mental, aku jadi paham diri aku sendiri, banyak kali sisi positifnya ke diri aku sekarang, tapi saat ini masih belum bisa nerapin itu semua ke diri aku, trauma itu masih ada, tapi yang jelas aku gak mau gini terus. (HM, 20 tahun).*

*“awalnya udah ngestuck di kehidupan yang kaya gini, aku fikir, kenapa ga perbaiki dari diri sendiri dulu, manusia yang kaya aku bukan cuman satu di bumi, pasti banyak yang nyoba buat minta tolong karna trauma, pasti banyak. Jadi kalau aku mau sembuhin orang lain, aku harus sembuh dulu walaupun kadang masih kambuh tapi aku sekarang punya harapan yang besar untuk kehidupan aku, aku gaboleh ngestuck lagi kaya gini. (HT, 19 th)”*

Dari hasil wawancara di atas, kedua subjek mempunyai trauma atas sebuah kejadian yang membuat kedua subjek mengalami tekanan dan merasa tidak berharga dalam kehidupannya sehingga subjek mengatasi rasa tersebut dengan *self-harm*. Dari observasi peneliti terhadap media sosial kedua subjek mendapatkan hasil bahwasanya kedua subjek sering memposting foto dan video

ke media sosial seperti status *whatsapp* dan *instagram* ketika sedang melakukan *self-harm* sambil menangis dan membuat kata-kata yang menuju ke arah *self-harm*.

Hasil wawancara dan observasi tersebut berbeda dengan hal yang diungkapkan oleh Awalinni & Harsono (2022) bahwasanya mahasiswa psikologi sudah mengetahui koping permasalahan yang baik dan nantinya dapat membantu sekaligus memberikan alternatif pemecahan masalah dan jalan keluar bagi orang lain maupun diri sendiri sehingga dapat terhindar dari perilaku menyakiti diri sendiri.

Berdasarkan uraian data dan penjelasan di atas membuat peneliti tertarik untuk meneliti kebermaknaan hidup mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm*. Masalah ini penting diangkat menjadi sebuah penelitian agar dapat mengetahui aspek makna hidup serta harapan mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm*, dimana belum ada yang meneliti topik penelitian ini. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Psikologi yang Melakukan *Self-Harm*”.

## **1.2 Keaslian Penelitian**

Penelitian yang dilakukan oleh Sibarini, dkk (2021) dengan judul *Self-Harm* dan Depresi Muda pada Dewasa Awal. Metode yang digunakan adalah analisis kuantitatif *cross sectional* dengan jumlah subjek sebanyak 130 orang dewasa muda. Analisis data dilakukan dengan menggunakan *Product Moment Pearson*. Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata responden memiliki resiko yang rendah untuk melakukan *self-harm*. Tingkat *self-harm* pada dewasa muda lebih

rendah dibandingkan pada remaja. Hasil penelitian data bahwa ada korelasi yang signifikan antara *self-harm* dengan depresi. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan peneliti yakni melihat gambaran makna hidup dengan metode penelitian kualitatif pada subjek mahasiswa psikologi yang merupakan pelaku *self-harm*.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Maidah (2013) dengan judul *Self-Injury pada Mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa Pelaku Self-Injury)*. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dan *Self-Injury* pada mahasiswa sebagai unit analisis. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi serta dilakukan perekaman dan penggunaan alat tes psikologi (DAP, BAUM dan HTP). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada perilaku *self-injury* latar belakang keluarga dan lingkungan berpengaruh dalam pembentukan kepribadian yang berhubungan dengan perilaku *self-injury* yaitu kepribadian *introvert*, diri yang rendah, pola pemikiran yang kaku dan sulitnya mengkomunikasikan perasaan. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan peneliti yakni menggunakan metode studi kasus dengan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi tanpa menggunakan alat tes psikologi dalam melihat makna hidup mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm*.

Penelitian yang dilakukan oleh Asyafina & Salam (2022) dengan judul *Fenomena Mahasiswa Pelaku Self-Harm di Kota Pekanbaru* dengan menggunakan pendekatan fenomenologi kualitatif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang melakukan *self-harm* di kota Pekanbaru memiliki alasan untuk mencoba mencelakai diri sendiri terlebih dahulu. Alasan tersebut antara lain,

masalah yang tidak bisa dibicarakan, pengalaman traumatis, dan pola komunikasi keluarga yang buruk. Beberapa orang menyakiti diri sendiri sebagai hukuman dapat membawa kedamaian sementara dan membebaskan mereka dari rasa sakit psikologis yang mereka alami. Terdapat perbedaan dalam penggunaan metode pendekatan yaitu penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dan terdapat pula perbedaan subjek penelitian; pada penelitian ini subjeknya adalah mahasiswa psikologi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Qomariah dan Santi (2021) dengan judul *Gambaran Kebermaknaan Hidup Pelaku Non-Suicidal Self-Injury (NSSI)*. Dengan partisipan penelitian ini berjumlah tiga orang. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara dengan hasil dari ketiga partisipan menyampaikan bahwa terdapat perasaan tidak berharga, tidak berdaya dan perasaan kecewa atas penghinaan yang membuat mereka melakukan NSSI. Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini juga meneliti mengenai kebermaknaan hidup pada pelaku NSSI menggunakan teknik observasi dan wawancara, namun terdapat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu dengan subjek mahasiswa psikologi.

Penelitian Cliffe & Strallard (2023) dengan judul *University Student Experiences and Perceptions of Interventions for Self-Harm*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang memiliki tujuan penelitian untuk memahami pengalaman dan persepsi mahasiswa tentang intervensi untuk melakukan *self-harm*, termasuk intervensi apa yang menurut mereka paling bermanfaat. Dalam penelitian ini, 20 peserta (80%) menunjukkan bahwa mereka

pernah melakukan *self-harm* di masa lalu dan lima peserta (20%) saat ini melakukan *self-harm*. Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini merupakan jurnal internasional yang penelitiannya dilakukan di Negara *United Kingdom* untuk melihat intervensi mahasiswa umum dalam melakukan *self-harm*. Namun, terdapat perbedaan dari penelitian yang dilakukan peneliti yakni pengambilan data dilakukan di Indonesia pada mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* dalam melihat makna hidupnya.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kebermaknaan hidup mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* dilihat dari aspek-aspeknya?
2. Bagaimana harapan hidup mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* dalam memaknai kehidupannya?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui kebermaknaan hidup mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* dilihat dari aspek-aspeknya.
2. Mengetahui harapan hidup mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* dalam memaknai kehidupannya

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

1. Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai tambahan referensi pengetahuan dalam bidang keilmuan Psikologi Klinis, Psikologi Sosial, Psikologi Positif, Psikologi Konseling, Psikologi Kekerasan dan Kesehatan Mental yang berkaitan dengan makna hidup individu yang melakukan *self-harm*.
2. Dapat menambahkan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait dengan *self-harm* dan kebermaknaan hidup.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Mahasiswa Pelaku *Self-Harm*

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa akan pentingnya penanganan permasalahan yang baik dan meningkatkan makna hidup yang positif agar terhindar dari perbuatan *maladaptive*. Adapun bentuk-bentuk kegiatan yang dapat dilakukan oleh mahasiswa untuk menghindari perbuatan *self-harm* yaitu melakukan konsultasi dengan psikolog atau psikiater dan mengikuti seminar mengenai kesehatan mental.

2. Bagi Program Studi Psikologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membuat seluruh Program Studi Psikologi di setiap Universitas agar dapat memberikan sosialisasi baik kepada mahasiswa mengenai bahaya *self-harm*,

memberikan konseling dan *Focus Group Discussion* (FGD) kepada mahasiswa yang melakukan *self-harm*.

### 3. Bagi Peneliti

Saat ini terdapat kecenderungan semakin meningkatnya jumlah mahasiswa yang melakukan *self-harm* sehingga topik ini harus dipahami dengan lebih baik. Sehingga perlu dilaksanakan penelitian-penelitian selanjutnya tentang perilaku *self-harm* karena di Indonesia masih sangat jarang dilakukan penelitian tentang ini.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1. Kebermaknaan Hidup**

##### **2.1.1 Definisi Kebermaknaan Hidup**

Menurut Frankl (1969) kebermaknaan hidup merupakan suatu makna yang dapat ditemukan pada kehidupan, baik dalam keadaan yang menyenangkan maupun penderitaan, namun makna hidup tidak diberikan oleh orang lain tetapi ditemukan oleh diri sendiri.

Menurut Bastaman (2007) kebermaknaan hidup adalah kebutuhan atau hasrat pada manusia yang mendasari berbagai aktifitas kehidupannya untuk mendambakan dirinya menjadi seorang pribadi yang bermartabat, terhormat, dan berharga, serta dapat dijadikan sebagai tujuan hidupnya yang penuh makna.

Schultz (1991) berpendapat bahwa makna hidup merupakan pemberian kualitas kehidupan pada diri pribadi dalam rangka pemenuhan diri. Kebermaknaan hidup akan memberikan nilai-nilai dalam diri individu, sehingga dirinya akan merasakan keberhargaan diri yang selanjutnya akan mendapatkan tujuan hidup.

Dari pengertian makna hidup di atas dapat disimpulkan bahwa makna hidup adalah hal-hal yang yang dianggap penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan.



### 2.1.2 Aspek-Aspek Kebermaknaan Hidup

Menurut Frankl (1969) terdapat tiga aspek kebermaknaan hidup yaitu *The Freedom of Will*, *The Will to Meaning* dan *The Meaning of Life*:

1. *Freedom of Will* (Kebebasan Berkehendak)

Manusia dalam batas-batas tertentu memiliki kemampuan dan kebebasan untuk mengubah kondisi hidupnya guna meraih kehidupan yang lebih berkualitas. Kebebasan berkehendak ini harus disertai rasa tanggung jawab (*responsibility*) agar tidak berkembang menjadi kesewenang-wenangan.

2. *The Will to Meaning* (Kehendak untuk Hidup Bermakna)

Setiap orang menginginkan dirinya menjadi orang yang bermartabat dan berguna bagi dirinya, keluarga, lingkungan kerja, masyarakat sekitar dan berharga di mata Tuhan. Keinginan untuk hidup bermakna memang benar-benar merupakan motivasi utama pada manusia. Hasrat inilah yang mendorong setiap orang untuk melakukan berbagai kegiatan seperti kegiatan bekerja dan berkarya agar hidupnya dirasakan berarti dan berharga.

3. *The Meaning of Life* (Makna Hidup)

Makna hidup apabila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini dirasakan demikian berarti dan berharga. Makna hidup ternyata ada dalam kehidupan itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tak menyenangkan, keadaan bahagia dan penderitaan. Pengertian

mengenai makna hidup menunjukkan bahwa dalam makna hidup terkandung juga tujuan hidup, yakni hal-hal yang perlu dicapai dan dipenuhi.

Hasil pemaparan dari beberapa aspek diatas dalam teori Frankl (1969) terdapat tiga aspek kebermaknaan hidup yaitu *The Freedom of Will*, *The Will to Meaning* dan *The Meaning of Life*. Kebermaknaan hidup merupakan proses menentukan hakekat yang sangat berarti yang akan menjadi alasan mendasar yang akan muncul dari dalam individu untuk meraih kebahagiaan.

### **2.1.3 Harapan Hidup**

Kebermaknaan hidup merupakan harapan yang ada pada kehidupan setiap orang yang sangat bersifat personal dan dapat berubah-ubah sesuai dengan situasi dan kondisi yang dialami seseorang yang harus dicapai dengan segala usaha dan tanggung jawab dan dapat membuat hidup bahagia dan lebih berarti (Frankl, 1969). Kebermaknaan hidup bermula dari sebuah visi kehidupan, harapan dalam hidup yang merupakan alasan individu harus terus hidup (Frankl, 1969).

Setiap individu dapat mencari cara untuk menemukan kebahagiaan, menciptakan harapan baru dalam hidup, dan melanjutkan perjuangan untuk hidup dengan sebaik-baiknya. Meski tidak mudah, tapi bukan berarti mustahil untuk melakukannya (Frankl, 1969).

## **2.2 Self-Harm**

### **2.2.1 Definisi Self-Harm**

Perilaku melukai diri sendiri atau *self-harm* merupakan suatu bentuk perilaku yang dilakukan untuk mengatasi tekanan emosional atau rasa sakit secara

emosional dengan cara menyakiti dan merugikan diri sendiri tanpa bermaksud untuk melakukan bunuh diri (Klonsky dkk., 2013).

Menurut Tang, dkk (2016) *self-harm* merupakan salah satu perilaku yang dilakukan individu untuk mengurangi rasa negatif dari stres yang dialami adalah menyakiti diri sendiri. Perilaku *self-harm* yang dilakukan secara berulang dengan intensitas yang semakin kuat berhubungan dengan risiko bunuh diri sehingga sangat membahayakan.

*Self-harm* merupakan sebuah istilah psikologi yang artinya perilaku seseorang menyakiti atau melukai dirinya sendiri dengan melakukan berbagai macam cara tanpa memandang ada atau tidaknya keinginan untuk bunuh diri (WHO, 2015).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *self-harm* merupakan perilaku menyakiti diri yang dilakukan untuk mengatasi tekanan emosional dan dapat merugikan diri tanpa disertai keinginan untuk bunuh diri.

### **2.2.2 Tipe-tipe *Self-Harm***

Favazza (2003) membedakan perilaku *self-harm* menjadi tiga jenis, antara lain sebagai berikut :

#### **1. *Major Self-Harm***

Mengacu pada tingkah laku yang jarang terjadi dan secara signifikan menyebabkan kerusakan yang tidak dapat diperbaiki seperti semula pada organ-organ besar tubuh, seperti melukai atau membutakan mata, dan pengamputasian lengan. Tipe *self-harm* ini biasanya dilakukan oleh individu yang menderita psikosis.

## 2. *Stereotypic Self-Harm*

Tipe *self-harm* yang lebih ringan namun sifatnya berulang-ulang. Perilaku paling umum adalah memukul-mukul kepala atau membenturkan kepala ke lantai atau tembok berulang-ulang. Individu yang melakukan biasanya memiliki kelainan saraf seperti *autism* atau *tourette syndrome*.

## 3. *Moderate/Superficial Self-Mutilation*

Tipe *self-harm* yang paling banyak dilakukan. Pelaku pada tipe ini kebanyakan adalah mereka yang terlihat cukup normal. Tindakan *superficial self-mutilation* biasanya berupa menyayat kulit menggunakan benda tajam dan memukul-mukul kepala atau bagian tubuhnya sendiri.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga tipe-tipe *self-harm* yaitu *major self-harm*, *stereotypic self-harm* dan *moderate/superficial self-mutilation*. Pada penelitian ini menggunakan pelaku *self-harm* dengan tipe *superficial self-mutilation*.

### **2.2.3 Faktor-Faktor *Self-Harm***

Linehan (1993) mengungkapkan bahwa faktor yang menyebabkan individu melakukan *self-harm* adalah faktor keluarga dan lingkungan sosial yang tidak sehat, diantaranya:

1. Tumbuh dalam keluarga yang kacau.
2. Kurangnya kasih sayang atau perhatian.
3. Pernah mengalami kekerasan.
4. Buruknya komunikasi dalam keluarga dan lingkungan.
5. Sering dihukum dan diremehkan ketika mengungkapkan pengalaman pribadi.

6. Tidak dapat mengekspresikan perasaan yang menyakitkan.

#### **2.2.4 Dampak *Self-Harm***

Higgins (2014) mengemukakan bahwa pelaku *self-harm* akan mendapatkan akibat dari perilaku yang mereka lakukan. Higgins (2014) menjelaskan bahwa ada dampak yang bersifat jangka panjang seperti akan ada bekas luka akibat mengiris kulit dan yang memukul diri akan memberikan dampak kerusakan organ dalam pada tubuh. Selain itu, individu yang melakukan *self-harm* memiliki dampak secara psikis dan fisik akibat dari perilakunya. Dampak psikis yang dirasakan oleh pelaku *self-harm* adalah perasaan lega sedangkan secara fisik individu akan merasakan sakit.

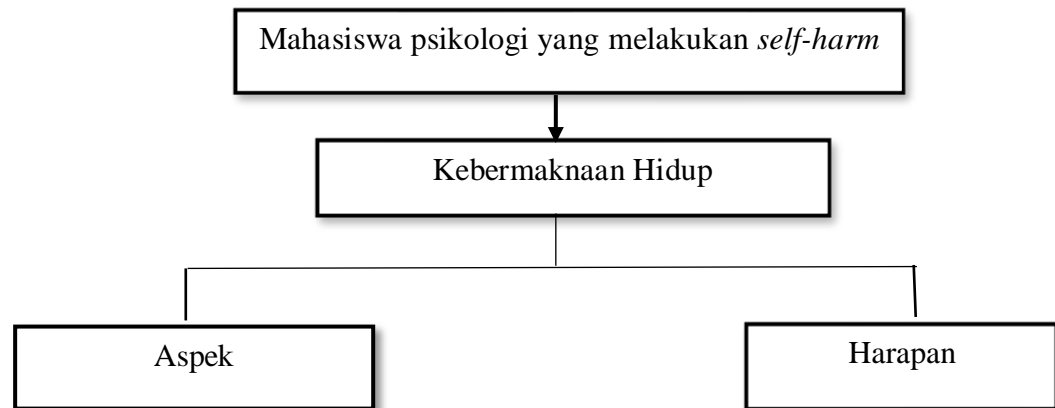
#### **2.3. Mahasiswa Psikologi**

Mahasiswa psikologi merupakan mahasiswa yang mempelajari semua tingkah laku individu yang tidak dapat dilepaskan dari proses lingkungan dan yang terjadi dalam diri individu tersebut (Shaleh, 2018). Mahasiswa psikologi yang menempuh jenjang pendidikan S1 dalam empat tahun akan mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (Shaleh, 2018).

## 2.4. Kerangka Berpikir

Gambar 2.1

*Kerangka Berpikir*



Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa jurusan psikologi yang melakukan aktivitas melukai diri sendiri atau *self-harm*. Mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* menganggap bahwa dirinya tidak lagi berharga, tidak penting, merasa terhina, dipenuhi oleh kekecewaan sehingga tidak lagi kebermaknaan hidupnya (Qomariah, 2021). Kebermaknaan hidup bermula dari sebuah harapan dalam hidup yang merupakan alasan individu harus terus hidup (Frankl, 1969).

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kualitatif. Konsep pada kualitatif yaitu kebenaran bersifat subjektif (kebenaran berasal dari pengamatan) pada subjek maupun lingkungannya yang menjadikan hasil penelitian kualitatif bukan bersifat generalisasi (Herdiansyah, 2010).

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus yang merupakan model penelitian kualitatif yang terperinci tentang individu atau suatu unit sosial tertentu (Herdiansyah, 2010). Studi kasus lebih memfokuskan pada beberapa hal dalam satu kasus secara mendetail, disertai dengan penggalian data secara mendalam yang melibatkan beragam sumber informasi yang kaya akan konteks (Herdiansyah, 2010).

Oleh karena itu, peneliti memutuskan untuk mengambil pendekatan studi kasus dengan tujuan untuk mengungkapkan dan mempelajari serta memahami suatu fenomena beserta konteksnya yang khas dan unik mengenai kebermaknaan hidup yang dialami oleh mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm*.

#### **3.2 Definisi Operasional Kebermaknaan Hidup**

Kebermaknaan hidup merupakan bagaimana mahasiswa psikologi mampu menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupannya serta mempunyai harapan untuk melanjutkan kehidupannya meskipun terjadi keterpurukan. Sehingga

mahasiswa dapat menerapkan *coping* yang benar tanpa melakukan kegiatan *maladaptive* berupa *self-harm*.

### 3.3 Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan sumber data yang dapat dimintai informasinya secara akurat sehingga menghasilkan data yang berkualitas baik, subjek sangat mempengaruhi hasil penelitian secara menyeluruh (Herdiansyah, 2015). Subjek dalam penelitian ini adalah tiga orang mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm*.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode *non-random sampling/non-probability sampling* yang merupakan metode sampling dimana setiap individu dari populasi tidak memiliki kemungkinan (*non-probability*) yang sama untuk terpilih (Herdiansyah, 2010). Ada pertimbangan-pertimbangan tertentu yang mendasari pemilihan sampel. Biasanya pertimbangan-pertimbangan tersebut disesuaikan dengan latar belakang fenomena yang diangkat dan tujuan penelitian (Herdiansyah, 2010).

Oleh karena itu, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria subjek yaitu:

1. Mahasiswa yang sedang menjalani perkuliahan S1 jurusan psikologi.
2. Melakukan *self-harm* tipe *superficial self-mutilation*.
3. Bersedia untuk diwawancarai selama proses penelitian.

### 3.4 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu Program Studi Psikologi yang berada di Indonesia. Lokasi ini dipilih karena berdasarkan pengambilan data awal



peneliti melihat adanya pelaku *self-harm* di salah satu program studi psikologi di Indonesia. Selain itu, peneliti juga telah mempertimbangkan waktu dan tenaga untuk memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian.

### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tiga cara, yaitu sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi menurut Creswell (dalam Herdiansyah, 2010) merupakan sebuah proses penggalan data yang dilakukan langsung oleh peneliti dengan cara melakukan pengamatan mendetail terhadap manusia sebagai objek observasi dan lingkungannya dalam kancah riset. Adapun observasi yang dilakukan oleh peneliti yaitu observasi *non-participant* yang dilihat dalam sosial media subjek.

2. Wawancara

Wawancara merupakan suatu interaksi yang di dalamnya terdapat pertukaran/sharing aturan, tanggung jawab, perasaan, kepercayaan, motif dan informasi (Stewart & Cash, dalam Herdiansyah, 2010). Wawancara pada umumnya terdiri atas tiga bentuk, yaitu wawancara terstruktur, wawancara semi-terstruktur, dan wawancara tidak terstruktur (Herdiansyah, 2010).

Dalam penelitian ini, bentuk wawancara yang digunakan merupakan wawancara semi-terstruktur dengan ciri berupa pertanyaan terbuka namun ada batasan tema dan alur pembicaraan, kecepatan

wawancara dapat diprediksi, fleksibel tetapi terkontrol (dalam hal pertanyaan atau jawaban), ada pedoman wawancara (*guideline interview*) yang dijadikan patokan dalam alur urutan dan penggunaan kata dan tujuan wawancara adalah untuk memahami suatu fenomena (Herdiansyah, 2010).

### 3. Dokumentasi

Bentuk instrumen penggalian data lain yang juga relevan dalam penelitian kualitatif adalah dokumentasi. Dokumentasi ini pada umumnya digunakan sebagai instrumen tambahan saja yang sifatnya memperkuat atau menambah reabilitas dari instrumen pertamanya (Herdiansyah, 2010). Adapun dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti yaitu berupa foto *screenshot* status *whatsapp* & *intagram* dan foto-foto *self-harm* subjek sebagai pendukung penelitian.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi.

### **3.6 Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis data yang dikemukakan oleh Braun dan Clarke (2006) yaitu teknik analisis data model tematik yang terdiri dari enam tahapan sebagai berikut:

#### 1. Memahami Data

Dalam tahapan ini peneliti memahami data yang sudah dikumpulkan dari hasil wawancara dan observasi dengan mencatat semua

tentang apa yang dilihat, didengar, disaksikan dan dialami sendiri oleh peneliti dari hasil informasi yang sudah disampaikan oleh informan. Kemudian peneliti juga membuat catatan yang berisi tentang kesan, komentar dan pendapat peneliti tentang temuan yang dijumpai dan merupakan bahan rencana pengumpulan data untuk tahap berikutnya.

## 2. Membuat Kode Awal

Dalam tahapan ini peneliti membuat kode atau coding dari data secara sistematis di seluruh kumpulan data yang sudah ada kemudian menyusun data yang relevan dengan setiap kode.

## 3. Mencari Tema

Dalam tahapan ini hal yang dilakukan adalah mencari tema-tema berdasarkan transkrip yang telah dibuat dimana transkrip dibaca berulang kali dan membuat keterangan terhadap apa yang menarik dan bermakna dari data yang telah didapatkan.

## 4. Mengulas Tema

Dalam tahapan ini hal yang dilakukan adalah peneliti memeriksa kembali apakah tema berkaitan dengan kode yang sudah ada dan seluruh kumpulan data untuk menghasilkan peta tematik dari analisis.

## 5. Mendefinisikan Nama Tema

Dalam tahapan ini adalah peneliti melakukan analisis berkelanjutan untuk menyaring secara spesifik setiap tema, dan keseluruhan data yang dihasilkan pada analisis ini sehingga menghasilkan definisi dan nama yang jelas untuk setiap tema.

## 6. Pembuatan Laporan

Dalam tahapan terakhir ini adalah pembuatan laporan dan menarik kesimpulan dari analisis akhir pada kode dan tema yang dipilih, menghubungkan kembali analisis dengan pertanyaan penelitian dan literatur sehingga menghasilkan laporan ilmiah dari yang sudah dianalisis.

Maka dapat disimpulkan bahwasanya dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data model tematik yang terdiri dari enam tahapan yaitu memahami data, membuat kode awal, mencari tema, mengulas tema, mendefinisikan nama tema, dan membuat laporan.

### 3.7 Pengujian Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data merupakan suatu langkah untuk mengetahui kebenaran data sehingga dapat mengetahui validitas dan reliabilitas analisis data yang didapatkan. Menurut Sugiyono (2015) terdapat tiga triangulasi yaitu:

#### 1. Triangulasi Perspektif/Sumber

Merupakan pengujian dengan menggunakan perspektif orang lain atau disebut sebagai informan atau orang yang paham mengenai subjek penelitian.

#### 2. Triangulasi Teknik

Menggunakan pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber data yang sama. Peneliti menggunakan observasi *non-participant*, wawancara semi-terstruktur dan dokumentasi untuk sumber data yang sama secara serempak.

### 3. Triangulasi Waktu

Triangulasi waktu merupakan pengujian kredibilitas dengan cara melakukan pengecekan dengan observasi, wawancara dan dokumentasi dalam waktu atau situasi berbeda.

Adapun pengujian keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini ialah triangulasi teknik dikarenakan peneliti mengutamakan observasi serta beberapa dokumen seperti *screenshot* status media sosial. Triangulasi sumber yang bertujuan untuk mengetahui informasi lebih lanjut dari orang terdekat subjek, seperti keluarga dan sahabat subjek. Serta, peneliti juga menggunakan triangulasi waktu dimana peneliti akan mempertimbangkan waktu, hari dan keadaan saat pengumpulan data.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Orientasi Kancan Penelitian**

##### **4.1.1 Tempat Penelitian**

Lokasi penelitian ini dilakukan pada salah satu program studi psikologi di Indonesia.

##### **4.1.2 Subjek Penelitian**

Subjek pada penelitian ini berjumlah tiga orang. Subjek merupakan mahasiswa aktif disalah satu program studi psikologi di universitas yang berada di Indonesia. Subjek merupakan pelaku *self-harm moderate/superficial self-mutilation*.. Ketiga subjek pada penelitian ini yaitu EW, KD dan RY. Subjek pertama berinisial EW berusia 20 tahun yang saat ini menempuh pendidikan di semester V. Subjek kedua berinisial KD berusia 20 tahun dan saat ini juga berada di semester V. Subjek terakhir berinisial RY berusia 21 tahun yang saat ini berada di semester VII.

#### **4.2 Hasil Penelitian**

##### **4.2.1 Profil Subjek**

###### a) Subjek EW

EW merupakan seorang mahasiswi berusia 20 tahun yang sekarang sedang menjalani perkuliahan di Semester V. Subjek merupakan anak sulung. Subjek melakukan *self-harm* sejak tahun 2021. Subjek tinggal bersama kedua orang tuanya. Meskipun demikian, subjek mengatakan bahwa hanya kakek subjek yang dapat memahami serta memberikan kasih sayang kepada subjek. Namun, pada

tahun 2021 kakek subjek meninggal dunia sehingga subjek mengalami kesedihan mendalam dikarenakan subjek merasa tidak ada lagi orang yang sayang kepadanya. Pengalaman traumatis tersebut menjadi pemicu utama subjek melakukan *self-harm*. Pada awalnya, subjek hanya menggoreskan tangannya menggunakan ujung kunci lemari untuk mendapatkan sedikit rasa sakit, namun lama-kelamaan subjek merasa ketagihan dan menganggap *self-harm* sebagai kebiasaan. Subjek selanjutnya melakukan *self-harm* menggunakan silet dan benda tajam lainnya. Subjek melakukan tindakan *self-harm* dengan cara menggoreskan ujung celengan besi di bagian lengan, perut dan pahanya. Selain itu subjek juga pernah menyakiti dirinya dengan memukul tembok dan menjambak rambutnya. Sehingga terlihat subjek mempunyai bekas luka di bagian pergelangan tangan, perut dan paha.

b) Subjek KD

KD merupakan seorang mahasiswa berusia 20 tahun yang sekarang sedang menjalani masa perkuliahan di semester V. KD merupakan anak ke dua dari empat bersaudara. KD mempunyai satu abang dan dua adik laki-laki. Kedua orang tua subjek sudah bercerai dan keduanya sudah menikah lagi. Saat ini KD tinggal bersama ibunya. Subjek sudah melakukan *self-harm* semenjak SMP. Subjek sudah melakukan *self-harm* semenjak SMP. KD mengaku sejak kecil sudah mendapatkan perlakuan kasar oleh ibunya, subjek sering dipukul, diperlakukan tidak adil dengan saudara kandungnya yang lain, sering dibentak, dimarahi, dimaki bahkan disayat menggunakan pisau. KD juga sudah dibully sejak SMP. Subjek melakukan *self-harm* dikarenakan faktor dari ibu subjek pernah

menyayatnya menggunakan pisau. Subjek sering melakukan *self-harm* di bagian paha agar tidak diketahui oleh siapapun. Saat melakukan proses wawancara subjek terlihat tidak tenang dan menangis ketika menceritakan mengenai perlakuan ibunya.

c) Subjek RY

RY merupakan seorang mahasiswa (laki-laki) yang melakukan *self-harm* yang merupakan salah satu mahasiswa di salah satu Program Studi Psikologi di Indonesia. RY berusia 21 tahun yang sekarang sedang menjalani masa perkuliahan di semester VII. RY merupakan anak ketiga dari empat bersaudara. Subjek mengaku bahwa ia melakukan *self-harm* berawal dari dirinya tidak bisa menyelesaikan masalah secara efektif ketika mengalami stress dan di saat yang sama, subjek mengikuti temannya membuat nama dipergelangan tangan menggunakan jarum pentul. Namun, RY merasakan ada kepuasan ketika ia melakukan *trend* tersebut hingga berkelanjutan dan menjadi kebiasaan yang buruk. Perilaku *self-harm* yang sering subjek lakukan ialah menggores tangan menggunakan ujung jarum pentul. Subjek terlihat sangat menyesal telah terjerumus kedalam perilaku *self-harm* ini. Subjek tidak pernah memotret proses ataupun bekas *self-harm*nya.



**Tabel 4.1***Gambaran umum subjek penelitian*

No	Inisial	JK	Usia	Status <i>Self-harm</i>	Semester	Pertama melakukan <i>Self-harm</i>
1	EW	Pr	20	Aktif	V	SMA
2	KD	Lk	20	Aktif	V	SMP
3	RY	Lk	21	Aktif	VII	SMA

**Tabel 4.2***Jadwal pengambilan data wawancara*

No	Inisial	Hari/Tanggal	Durasi
1	EW	30 Oktober 2023	23.19
		05 November 2023	41.30
		18 November 2023	32.05
2	KD	10 November 2023	47.19
		20 November 2023	31.42
		05 Desember 2023	50.01
3	RY	05 Desember 2023	08.02
		16 Desember 2023	21.06
		20 Desember 2023	35.07

## 4.2.2 Display Data

**Gambar 2 Display Data Kebermaknaan Hidup**

KEBERMAKNAAN HIDUP			
ASPEK	EW	KD	RY
<i>Freedom of Will</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merubah Kondisi Kehidupan (dari pengalaman traumatis, dilarang untuk berkuliah di psikologi, mengurangi perilaku <i>self-harm</i>)</li> <li>- Mmenentukan arah hidup (untuk berada di lingkungan seperti kakeknya)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merubah Kondisi Kehidupan (dari pengalaman traumatis, menarik diri dari sosial, mengurangi perilaku <i>self-harm</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merubah Kondisi Kehidupan (dari tuntutan orang tua, penyelesaian masalah yang salah, mengikuti <i>trend</i> dan ajakan teman untuk <i>self-harm</i>, menyadari perilakunya salah, ingin berhenti <i>self-harm</i>)</li> </ul>
<i>The Will to Meaning</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kegiatan Positif (membangun komunikasi dengan orang tua, melakukan konseling, menceritakan permasalahan dengan subjek)</li> <li>- Motivasi (mengikuti organisasi dan magang karena ingin berada dilingkungan orang yang disayang)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kegiatan Positif (membangun komunikasi dengan orang tua, menceritakan kehidupan subjek, mengikuti organisasi mendengarkan musik, healing, berkumpul dengan teman, sudah mencoba coping yang benar)</li> <li>- Motivasi (psikolog tidak boleh melakukan perilaku <i>maladaptive</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kegiatan Positif (masuk psikologi agar rawat jalan, mengikuti organisasi, menceritakan pencapaian)</li> <li>- Motivasi (cita-cita dan ibu)</li> </ul>
<i>The Meaning of Life</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keadaan Bahagia (hubungan keluarga membaik, orang tua sadar psikologi menjadi pilihan yang baik, mendapat <i>achievement</i>, bisa berada di lingkungan yang diinginkan, bahagia, <i>self-harm</i> berkurang)</li> <li>- Keadaan Menderita (masih berproses dalam mengurangi perilaku <i>self-harm</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keadaan Bahagia (komunikasi dan hubungan dengan ibu membaik, mendapatkan <i>support</i> dan kasih sayang, dapat menerima ibunya)</li> <li>- Keadaan Menderita (masih berproses dalam mengurangi perilaku <i>self-harm</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keadaan Bahagia (orang tua sudah mempercayai kemampuan individu, ilmu psikologi dapat bermanfaat, memahami potensi diri)</li> <li>- Keadaan Menderita (masih berproses dalam mengurangi perilaku <i>self-harm</i>)</li> </ul>
HARAPAN HIDUP	EW	KD	RY
<b>Harapan Hidup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Harapan Baru (menjadi psikolog, meraih cita-cita, bermanfaat bagi keluarga dan orang lain, bisa menutup mulut orang yang meremehkan subjek, hidup bahagia dan tenang bersama keluarga)</li> <li>- Dicapai dengan segala usaha (ingin menjadi lebih baik, memaknai kehidupan)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Harapan Baru (Berhenti <i>self-harm</i>, menjadi psikolog, menyatukan keluarga kembali, hidup bahagia)</li> <li>- Dicapai dengan segala cara (mencoba terus untuk melakukan hal yang membuat <i>self-harm</i> berkurang)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Harapan Baru (Berhenti <i>self-harm</i>, menjadi psikolog)</li> <li>- Dicapai dengan segala cara (belajar dengan rajin)</li> </ul>

### 4.2.3 Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Psikologi yang Melakukan *Self-Harm*

#### A. Subjek EW

##### 1. Bentuk *Self-Harm*

EW adalah seorang mahasiswa yang melakukan *self-harm* yang merupakan salah satu mahasiswa program studi psikologi. EW berusia 20 tahun yang sekarang sedang menjalani perkuliahan di semester V. Pada awalnya, subjek hanya menggoreskan tangannya menggunakan ujung kunci lemari untuk mendapatkan sedikit rasa sakit ketika subjek mempunyai masalah, namun lama-kelamaan subjek subjek merasa ketagihan dan menganggap *self-harm* sebagai kebiasaan serta subjek sudah melakukan *self-harm* menggunakan silet dan benda tajam lainnya. Adapun kutipan bersama subjek EW.

*“Iyaaa nagihhh jadinya (EW, W1:28)”*

*“Bisa kak, trus pertamanya itu karna kesel yakan kak trus nyoba sekali, teralihkan tu rasanya besoknya kayak ga ngerasain apa-apa lagi nih kayak jalanin aja gitu, nah lama-kelamaan setelah sebulan tiga bulan ngelakuin kayak gitu jadi badan adek yang ngerasa berkebutuhan, jadi pas udah 3 bulan disini tangannya bersih trus kayak ngilu sakit gitu padahal gadiapaapain jadi harus kayak dicubit gitu atau disenggol dulu baru bisa kayak biasa lagi, pokoknya 3 bulan itu nyoba untuk ga gitu lagi tapi gabisa sampe akhirnya nangis berantam sama orang tua baru nyoba nyilet lagi, baruu.. dia ilang tu ngilunya, ngilunya tu kayak orang rematik an tapi disebelah kiri aja (EW, W1:30)”*

Selain menggores lengan menggunakan silet, subjek juga melakukan bentuk *self-harm* yang lain yaitu mengantukan kepala ke dinding. Berikut kutipan subjek EW.

*“Kalau self-harm yang bener-bener nyalet itu dari bulan itukan, tapi kalau dari sebelum-sebelumnya dari awal tahun tu jaman-jaman antuk-antukin kepala gitukan itu self-harm juga kan, tapi kalau misalnya bener-bener berani udah pakai ujung kunci lemari.. kan ujung kunci lemari kan agak tajem kan awal bulan 4 itu (EW, W2:10)”*

Subjek melakukan *self-harm* aktif dengan perkiraan dalam sebulan subjek pasti melakukan *self-harm*. Adapun kutipan subjek EW.

*“Lumayan sering tapi bukan kayak seminggu sekali gitu tapi setiap bulan kalau misalnya.. pokoknya kalau bekasnya udah ilang aja gitu baru ditambah lagi, kalau bekasnya udah ilang eh kok sepi tangannya (EW, W2:12)”*

*“Sebulan sekali, atau kalau misalnya bulan ini udah trus bulan depannya agak telat dikit tapi tetep dilakuin tu perbulannya itu pasti ada lah (EW, W2:16)”*

## **2. Aspek Kebermaknaan Hidup**

### **a. Kebebasan Berkehendak (*The Freedom of Will*)**

Subjek melakukan *self-harm* sejak tahun 2021. EW mengaku dirinya melakukan *self-harm* dikarenakan sering mendapatkan perlakuan kasar sejak SD oleh kedua orang tuanya seperti dipukul, dimaki, ditendang, diludahi, dilemparkan helm dan dijambak hingga subjek kehilangan rambutnya. Adapun kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“Itu mulai dari sd kelas 6 mukulnya tu masih make sapu-sapu gitukan sampe ke smp kelas 3, dari smp kelas 3 sampe ke sma kelas 1 itu sering di tendang di maki-maki kalau misalnya itu gabetes kerjanya sampe sapunya patah, jadi waktu kelas 2 sampe kelas 3 gaterlalu masih sering sih.. cuman marahnya jarang, tapi sekalinya marah itu parah (EW, W1:46)”*

*“Kan adek dulu kan bandel, jadi ayah sama mama sih sama aja sih tu berdua sampe dipukul ditendang ngeludahin tu sampe ditimpokin pake helm, dijambak sampe botak tu disini tu (EW, W1:44)”*

Dikarenakan hal itu, dalam triangulasi subjek EW mengungkapkan keinginannya untuk memperbaiki hubungan keluarga sehingga mempunyai kondisi hidup yang layak seperti keluarga pada umumnya.

Pada awal tahun 2021 subjek pernah dilarang oleh orang tuanya untuk memilih jurusan psikologi sebagai pilihannya dikarenakan orang tua subjek menganggap pekerjaan psikolog hanya untuk merawat orang tidak waras. Namun, kakek subjek membela dan mendukung penuh pilihan subjek sehingga kedua orang tua subjek terpaksa mengizinkan subjek di psikologi. Oleh karena itu, subjek ingin merubah pandangan keluarganya dan membuktikan bahwa jurusan psikologi merupakan pilihan yang terbaik untuknya dan akan membuat kehidupannya menjadi lebih baik.

Dikarenakan hubungan subjek dan orang tua tidak baik, subjek mempunyai hubungan yang sangat akrab dengan kakeknya, subjek mengungkapkan bahwa hanya kakeknya yang memberikan kasih sayang dan mendengarkan semua keluh kesah subjek. Kakek subjek sering bercerita mengenai kegiatan pada profesinya seperti kegiatan apel pagi dan lainnya sehingga subjek merasa tertarik untuk berada di lingkungan seperti kakeknya. Namun, pada tahun 2020 akhir kakek subjek meninggal dunia sehingga subjek mengalami kesedihan mendalam dikarenakan subjek merasa tidak ada lagi orang yang sayang kepadanya, tidak mempunyai tempat untuk bercerita keluh kesah serta pencapaian yang didapat dan belum sempat mewujudkan keinginannya untuk berada di lingkungan seperti kakeknya. Pengalaman traumatis tersebut juga menjadi pemicu

utama subjek merasa tidak berharga dan melakukan *self-harm*. Adapun kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“Kalau alasan awal sebenarnya agak alay yaa kak.. saya tahun 2020 akhir kan kakek meninggal tu sampe tahun 2021 sekitar sampe bulan 6 tahun 2021 tu keluarga adek pada meninggal semua sekitar 8 orang pada nyusul habis itu kayak awalnya itu takul ngeliat orang meninggal ya trus lama-lama kayak ngerasa gak berharga sama diri sendiri ya trus nyoba sekitaran bulan 3 awal itu nyoba self-harm make kunci lemari, kan gak terlalu tajam kan yang tebal jadi ga terlalu tajam, jadi yang lukak nya gede-gede ini kunci lemari gituu biruu eee gak berani pake silet belum beranii.. sampe akhirnya sekitaran pas baruu awall sampe kesini self-harmnya itu lari ke kelopekin bibir sampe luka-luka malem-malemnya, pagi-paginya itu udah kayak disitu udah berdarah semua dilap ketisu.. baru januari sampe akhir-akhir ini ee udah berani make ee apatu namanyaaa mmsppp samping celengan kan tu tajam kan kak jadi dibuat ujungnya tu tajam jadi gaberasa.. kalo pake siletkan liat siletnya aja udah ngilu kalo pake itu kan enggak gituu nah dari situ awalnya ada beberapaa dari masalah disekolah trus ada beberapa masalah juga ada masalah juga sama kakek kemarin meninggal kan itu trigger paling besarnya sih sisanya itu ya numpuk-numpuk aja dari kecil masalah inner childnya hancur hahahaha (EW, W1:18)”*

*“e yang pertama tadi itu tadi kak karna ngerasa ada yang butuh, karna belum nemu tempat cerita ke orang, karna gamungkin kan asal cerita ke orang tanpa maksud tujuan tertentu nah jadi liat liat dulu orangnya gimana bisa kasi feedback yang bagus atau ngga gituu, nah posisinya itu belum nemu yang kayak gitu, jadi kayak.. ee yaudahlah gaada juga yang mau denger, gaada yang mau denger keluh kesahnya trus yang ngebayang-bayang itu kalau misalnya dapat achivemend orang-orang yang kita sayang itu gaada lagi buat ngeliat atau ngedukung muji-muji achivemend kita ngasi validasi kan gaada karna yang peduli kasih validasi kek gitu cuman kakek, orang tua gapaham kek gitu, mereka tu kayak oh bisa ya yaudah tingkatin lagi, gamau nanya perjuangan dapatnya gimana, disana ngapai aja itu gaada yang mau nanya, posisinya kan kemarin lagi banyak achivemend juga karna masih banyak makrab-makrab tu jadi banyak yang mau diceritain, jadi kemarin sempat balik juga kan kemedan nangis tu di bus, karna aku ni habis ini ceritain*

*ini sama siapa ya karna selama ini nyeritain ke kakek, jadi selama setengah tahun tu aku kalo balik ke medan tu kak itu suka ke makam kakek sendirian itu cerita-cerita sama batu kek orang gila ya betol-betol mirip kayak itulah haahah.. (EW, W1: 58)”*

Oleh karena itu, subjek mempunyai keinginan untuk bisa mewujudkan keinginannya berada di lingkungan yang diceritakan oleh kakek subjek. Berikut kutipan wawancara subjek EW.

*“jadi dia cerita tentang apel pagi apel malam apel sore segala macam gitu-gitu, kalau misalnya mau hidup tapi orangnya gaada ya minimal aku hidup di lingkungan yang dia cerita ke aku gitu (EW, W3:84)”*

b. Kehendak untuk Hidup Bermakna (*The Will to Meaning*)

Subjek EW mengungkapkan bahwa dalam mewujudkan keinginan subjek untuk merubah kondisi hubungan keluarganya dengan mencoba untuk terbuka dengan orang tua subjek, meskipun awalnya subjek merasa berat untuk mengungkapkan apa yang subjek rasakan, mengapa ia melakukan *self-harm*, namun subjek tetap mencoba menceritakannya ketika subjek ketauan melakukan *self-harm* oleh kedua orang tuanya. Berikut kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“yaa iyaa.. tapi bukan di rs nyaa, dokterr disitu jugaaa dibawa kesitu dikasi obatkan nah pas mau balik obatnya ketauan, nah pas mau balik obatnya ketauan, trus ketauan trus kesitu disitulah ditanya tu kok bisa kesana trus itu tanganmu kenapa luka-luka trus nangislah gatau mau cerita darimana, karna basicnya gaterbuka jadi males aja terbuka gitu jadi nangisnangis, tau orang tua tau jangan lah kekgitu gini gini gini, cuman mereka mana tau, sempat kemarin waktu sempat overdosis diajak kemedan tu diajak ngomong jangan gitu lagi jangan silet silet tangan lagii dahh karna gabisa pindahnya tu ke paha karna kalau disini kan nampak... (EW, W1:38)”*

Selain itu, untuk membuktikan kepada orang tua subjek bahwa jurusan psikologi merupakan pilihan yang terbaik untuk subjek, subjek menjadikan hal tersebut sebagai sebuah motivasi. Subjek berusaha untuk memahami materi yang diberikan dosen sehingga subjek mulai mengetahui mengenai perilaku *self-harm*. Berikut kutipan wawancara subjek EW.

*“Tau kak kemarin itu udah semester satu kak jadi udah membahas karna self-harm yang di psikologi itu banyak bukan adek aja tapi gakelihatan apalagi kita disini pakai tangan semua (EW, W2:6 6)”*

*“Iyaa gapernah keliatan kecuali dia posting di sosmed, yaudah karena dari situ sebenarnya adek tau self-harm itu perlakuan menyakiti diri sendiri apapun bentuknya ntah itu gak makan, maksain diri buat kecapean dia itu sebenarnya ada konsekuensinya sama diri sendiri jadi sakit gitulah cuman ada beberapa orang yang mencari kepuasannya dari situ misalnya dia merasa lebih hidup dari situ misalnya dia gabisa ngerasain apa-apa, sebenarnya gitu kak kenapa self-harm, karna aku gabisa ngerasain apa-apa sebenarnya aku takut gabisa ngerasain apa-apa (EW, W2:68)”*

Kemudian subjek EW mengungkapkan bahwa ia juga melakukan konseling ke psikolog untuk membantu proses mendapatkan kebermaknaan hidup dengan menyembuhkan *self-harm* tanpa mendiagnosa diri sendiri dan dibantu dengan bantuan dosen yang lebih profesional. Berikut kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“Itulah makanya karna gak mau mendiagnosa diri sendiri jadi adek chatlah bu M.. bu I..., kebetulan besoknya bu I.. sakit, adek masuk rumah sakit karna kebetulan pengen nanya itu cuman kemarinkan konsul dulu kan kak magang sekalian mau ngasih tau mau balek, trus bilang buk kemarin saya masuk rs karna ini ini ini (EW, W3:38)”*

*“Sama bu i., trus dibilang yaudah kamu masuk nanti kita lanjut ULP lagi dibilang kekgitu, sebenarnya gaharus sampe*



*sembuh juga gapapa buk cuman mau tau ini pastinya kenapa, kan gamungkin ini kita gatau sakit apa, cuman kata ibu yaudah alihin aja dulu ke magang sibukin diri (EW, W3:40)”*

*“Membaik karna sempat konsul juga kan sama ibu ira, ibu ika, karna bu ika emang bener-bener back up dari semester 2 (EW, W2:44)”*

Kemudian, subjek juga mulai membangun komunikasi dengan ibunya. Subjek meminta kepada ibunya agar ibu subjek menceritakan permasalahan yang dialami oleh ibu subjek kepada subjek. Subjek melakukan hal tersebut agar membuat ibunya sadar bahwa subjek berada di psikologi membuatnya menjadi lebih baik. Berikut kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“Iya udah sharing sekarang karna sempat marah juga, mamak itu jangan apa-apa nyimpen sendiri, ngapain jauh-jauh kuliah psikolog (EW, W3:50)”*

Untuk mewujudkan keinginan subjek agar berada di lingkungan kakeknya, subjek mengikuti organisasi resimen mahasiswa dan program magang mandiri selama liburan semester di Kepolisian Resor (Polres). Berikut merupakan kutipan wawancara bersama subjek.

*“Kalau sekarang ya puji tuhan udah berkurang karna gapernah tersirat kayak gitu lagi, mungkin karna ngg ngeliatkan adek udah praktikum di polress.. ee udah bergaul dengan hal-hal yang tersendat ya ada cahaya sedikit ada secercah cahaya lah (EW, W2:50)”*

#### c. Makna Hidup (*The Meaning of Life*)

Subjek EW mengungkapkan bahwa setelah menjadi mahasiswa psikologi dan mengikuti konseling serta mencoba untuk membangun kembali hubungan dengan orang tua subjek, orang tua subjek mulai

menyadari bahwa jurusan psikologi merupakan pilihan yang terbaik bagi anaknya, sehingga hal itu membuat hubungan keluarga subjek membaik. Subjek menganggap perubahan dari dirinya membawa dampak positif bagi keluarganya seperti orang tua subjek sudah mau berkomunikasi dengan subjek dan tidak lagi berperilaku kasar yang menjadi penyebab subjek melakukan *self-harm* dulunya sehingga subjek sudah merasa bahagia pada kehidupannya. Hal tersebut diungkapkan dalam kutipan wawancara berikut.

*“Iya udah sharing sekarang karna sempat marah juga mamak itu jangan apa-apa nyimpen sendiri, ngapain jauh-jauh kuliah psikolog, bapak udah berubahlah tipis tipis udah gak main tangan kayak dulu lagi trus anggapannya udah gede juga sekarang, trus mereka udah menyibukkan diri ke apa namanya kak, urusan-urusan gereja, natal di share ke grup keluarga gitu, kayak perubahan di diri kita ternyata bisa nular ke lingkungan kita, mungkin kayak gini ih anakku udah gini mungkin aku harus bisa berubah juga, banyak hal yang emang berubah kak, kak rasa sakit bahagia nular ke orang lain (EW, W3:50)”*

Oleh karena itu, saat ini subjek juga menganggap bahwa ia sudah mendapatkan *achievement* dan mengetahui arah hidupnya sehingga berhasil menemukan makna hidupnya. Berikut kutipan wawancara bersama EW.

*“Iyaa menyibukkan diri, jadi kalau udah dapat achievement aaa buat apalagi diceritain, sekarang ee udah diganti, yaudah ngumpulin achievement sebanyak-banyaknya nanti baru diceritain, jadi lebih ada arah untuk hiduplah (EW, W1:64)”*

Kemudian subjek EW juga mengaku bahwa saat ini yang ia lakukan untuk kehidupannya adalah memperbaiki dan mewujudkan keinginan subjek yang dulunya terhambat. Berikut kutipan wawancara EW.

*“makna hidup yang sekarang itu apa ya, kayak lebih menghidupin sisa-sisa yang ketinggalan kemarin (EW, W3:52)”*

Selain itu, semenjak subjek sudah melakukan program magang di kepolisian, subjek merasa sudah dapat berhenti melakukan *self-harm* dan tidak memikirkan perilaku *self-harm*. Berikut kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“Kalau sekarang ya puji tuhan udah berhenti karna gapernah tersirat kayak gitu lagi, mungkin karna ngg ngeliatkan adek udah praktikum di polress.. ee udah bergaul dengan hal-hal yang tersendat ya ada cahaya sedikit ada secercah cahaya lah (EW, W2:50)”*

### **3. Harapan Hidup**

Subjek EW mengatakan harapan hidupnya agar dapat meraih cita-citanya, hidup tenang bersama keluarga dan teman-temannya. Berikut kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“.....sss..sebenarnya simple kak, dapatin cita-cita ntah itu masuk polisi atau apa, hidup tenang, sama orang tua, punya teman yang sedikit kalau bisa yang sekarang-sekarang yaa trus bisa nyenengin ponakan karna fokusnya sebenarnya bisa nyenengin ponakan (EW, W3:76)*

Selain itu, subjek juga fokus dengan tujuan hidup yang diinginkan untuk menjadi psikolog dan bekerja di kepolisian agar dapat melindungi orang lain secara fisik dan psikologis sehingga hal tersebut membuat pandangan orang terhadap subjek akan membaik. Berikut kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“Untuk diri sendiri yaa.. fokus goalsnya semoga bisa ini lah jadi apa..ngelindungin orang, kalau kita udah bisa ngelindungi orang secara psikis ini secara hukum, kalau sekarang kita bisa ngelindungi orang secara psikis buat*

*mereka lebih aware kan jadi bisa ngelindungi orang lain secara hukumnya, trus orang ngeliat kita itu ada sesuatu kak, kalau kita yang sekarang orang galiat apa-apa mungkin ya (EW, W3:80)”*

Selain itu, subjek EW mengatakan keinginannya untuk melindungi anak-anaknya di masa depan ketika sudah berkeluarga. Subjek tidak ingin anak-anaknya merasakan hal yang sama seperti subjek. Selain itu, subjek juga ingin membuat keluarga serta kedua temannya bangga bahwa ia menjadi psikolog. Serta subjek ingin membuktikan bahwa jurusan psikologi yang dulunya dilarang oleh orang tuanya itu yang terbaik buatnya. Berikut kutipan wawancara bersama subjek.

*“Apa ya, yang satu kak biar adil biar nanti anak-anaknya adek tu nanti gak dikatain sama orang, karna waktu sma kayaknya pernah adek cerita, waktu adek foto-foto yang aneh-aneh itu tersebar diakun sampe mau di do.. disekolah trus sampe gaada yang percaya trus...udahlah udah kayak gitu, trus kalau untuk sekarang mungkin biar anak-anak adek ga digituin lagi biar gadapat perlakuan yang sama, trus biar keponaan keponaan adek tu yang itu tadikan bangga itu onty ku itu, trus biar temenku dua tadi kenapa-kenapa itu bisa kayak selain polisi kawanku juga psikolog bisa tempat cerita, biar mata bapakku tu terbuka lebar-lebar bahwa apa yang dilarang itu yang terbaik buat anaknya, trus dulu kan kakek kan dulu kerjanya di kodam (EW, W2:82)”*

Dahulu subjek merasa sering diperlakukan tidak baik oleh orang lain, dipandang sebelah mata dan diremehkan. Dikarenakan keadaan menderita tersebut, subjek mempunyai keinginan untuk bisa menjadi lebih baik dari orang yang dulu berbuat jahat kepada subjek. Subjek juga merasa bahwa dengan ia menjadi psikolog, ia mempunyai harapan untuk dapat membantu orang-orang yang membutuhkan bantuan dengan membuka praktik psikolog dengan tarif

yang murah sehingga subjek akan merasakan kebahagiaan pada hidupnya ketika mendengarkan ucapan terimakasih yang diberikan oleh kliennya nanti.

Berikut kutipan wawancara bersama subjek EW.

*“Sebenarnya itu kepuasan loh kak kayak ngeliat orang yang jahatin kita trus minta tolong sama kita betulbetul puasnya pol pol pol, trus kayak yang adek bilang tadi lebih baik ucapan terimakasih daripada uang dan kata-kata terimakasih dari orangnya itu bayaran paling mahal untuk psikolog sama doa-doa itu lebih mahal harganya, yaudahlah sekarang ya kekgitu-kekgitu aja, kalau ada giat ya digiat kan, kalau ada kerja ya dikerjain, kalau gaada ya dirumah makan main game makan tidur, mungkin emang ga terlalu ini ya, kan psikolog kan, calon psikolog gamungkin kita gak pande ini kan, sosialisasi sama orang, cuman kana da energy yang harus ditahan yak seperti ituuuu (EW, W2:86)”*

## **B. Subjek KD**

### **1. Bentuk *Self-Harm***

KD adalah seorang mahasiswa yang melakukan *self-harm* yang merupakan mahasiswa yang menjalani pendidikan di salah satu Program Studi Psikologi di Indonesia. KD berusia 20 tahun yang sekarang sedang menjalani masa perkuliahan di semester V. KD mengaku sejak kecil sudah mendapatkan perlakuan kasar oleh keluarganya dan pernah *bully*.

Subjek mengungkapkan bahwa ia melakukan *self-harm* pertama kali pada saat SMP. Subjek melakukan *self-harm* tiga kali dalam sebulan, dengan durasi selama 30-60 menit. Hal itu diungkapkan pada kutipan wawancara EW.

*“tu pertama kali kakk.. smp kakk, karna dulu kek pernah juga dibully kak (KD, W1:42)*

*“ahaha.. sebulan dua kali kak kadang tiga kali (KD, W1:56)”*

*“kek berapa jam.. setengah jam sih kakk kek nyayat-nyayat aja (KD, W1:66)”*

Subjek mengatakan ia belum mengetahui perbuatannya menyayat tangan itu disebut *self-harm*. Ia mulai mengetahui ketika masuk jurusan psikologi.

## 2. Aspek Kebermaknaan Hidup

### a. Kebebasan Berkehendak (*The Freedom to Will*)

Subjek KD mengaku sejak kecil sudah mendapatkan perlakuan kasar oleh ibunya, subjek sering dipukul, diperlakukan tidak adil dengan saudara kandungnya yang lain, sering dibentak, dimarahi, dimaki bahkan disayat menggunakan pisau. Subjek juga mengungkapkan bahwa ia pernah diusir dari rumah oleh ibunya karena tidak mendengarkan perkataan ibunya. Pada saat itu pakaian subjek langsung di keluarkan dari rumah dan subjek tinggal dengan neneknya selama berbulan-bulan tanpa dicari oleh ibunya. Bahkan subjek KD juga sudah menjadi korban *bullying* pada saat SMP. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Nggak gini kak, jadi awalnya gini kak setiap masalah kek ngomong sama orang tua gitu an trus orang tua tu sering marahin gitu kak, terutama mamak kak, jadi kalau misalnya berantem.. mama tu sering kali dirumah nyuruh adek nyapu, ngepel, sebenarnya itukan gak kegiatan adek, itukan kegiatan anak cewek, kek nyapu ngepel nyuci gitukan, pada.. yang lainnya anak yang lainnya kan kak itu gadisuruh kekgitu cuman adek aja, kek gapernah nyentuh gitu, jadi eh kayak anak pungutan gitukan kayak anak dapatan gitukan jadi sempat berfikir gitukan kak, jadi karna ada satu hal kerjaan yang gak haris kerjakan trus orang tua tu marah... orang tua tu ngambil piso kak, trus disayatnya paha adek kak, jadi kek dari situ keksetiap masalah pasti dipukol kogak kenak piso (KD, W1:46)”*

*“Itu pertama kali kakk.. smp kakk, karna dulu kek pernah juga dibully kak (KD, W1:44)”*

Subjek juga mengatakan bahwa perlakuan keluarganya dan lingkungannya tersebut membuat subjek menjadi pendiam, subjek bahkan jarang mengobrol dengan keluarganya dan menjadi pribadi yang menutup diri dan tidak ingin berkomunikasi dengan siapapun, sehingga subjek mempunyai keinginan untuk dapat merubah kondisi keluarga subjek saat ini dan membangun komunikasi dengan keluarganya. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Pengen liat keluarga tu kayak orang-orang cerita kan kak aku sama ayah sama mama ku mau kesini bareng.. kek lucu ajasih kak (KD, W1: 115)”*

Awal masuk psikologi, subjek merasa tidak memahami satu materipun. Ketika dosennya menjelaskan materi kesehatan mental timbul keinginan subjek untuk berhenti melakukan *self-harm*. Namun, ia tetap tidak bisa berhenti karena *self-harm* telah menjadi kebiasaannya yang dilakukan berulang kali. Hasil wawancara tersebut diungkapkan pada subjek KD sebagai berikut.

*“Jadi misalnya ada dosen yang jelasin gini kita yang psikologi janganlah kita yang rusak mentalnya jadi ngerasa ihh aku galayak di psikologi ihh ihh jadi ngerasa mau diperbaiki, tapi diperbaiki juga susah gitukan kak jadi bingung kan kak gimana cara mau memperbaikinya gitukan kak, karnakan udah sering adek lakukan berulang-ulang jadi udah kek kebiasaan kak (KD, W1:135)”*

Subjek menyadari bahwa mahasiswa psikologi yang nantinya akan menjadi psikolog tidak boleh melakukan perbuatan *maladaptive* seperti *self-harm*. Subjek juga mengungkapkan bahwa ia sangat lelah mempunyai kehidupan seperti saat ini. Oleh karena itu, subjek KD

memiliki kehendak untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik dan mengurangi perilaku *self-harm*. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Karna aku udah mau berubah kak aku mau hidupku jadi lebih baik lagi capek kak aku hidup kekgini.. serius kak.. kek capek kali.. (KD, W3:18)”*

*“Pingin sih kak.. pingin hilangi kebiasaan buruknya.. minum, trus apaa.. kek self-harm kak (KD, W1:111)”*

*“Jadi misalnya ada dosen yang jelasin gini kita yang psikologi janganlah kita yang rusak mentalnya jadi ngerasa ihh aku galayak di psikologi ihh ihh jadi ngerasa mau diperbaiki, tapi diperbaiki juga susah gitukan kak jadi bingung kan kak gimana cara mau memperbaikinya gitukan kak, karnakan udah sering adek lakukan berulang-ulang jadi udah kek kebiasaan kak (KD, W1:135)”*

b. Kehendak Hidup Bermakna (*The Will to Meaning*)

Subjek mengaku bahwa ia belum bisa memaafkan ibunya, namun subjek mengungkapkan bahwa hati subjek tetap menyayangi ibunya meskipun ibunya menjadi alasan utama subjek melakukan *self-harm*. Oleh karena itu, subjek tetap berusaha untuk memperbaiki komunikasi dengan ibunya, subjek mencoba untuk menceritakan ketika subjek lelah di masa perkuliahannya. Hal itu membuat ibu subjek mulai memberikan *support* terhadap subjek. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Soalnya kan kak kek kemarin semester 1 emang betulbetul berat juga sih kak, karna perteman betul-betul fake kak aku disudutkan dari beberapa orang kek aku langsung down langsung menjauh betul-betul gamau sampe aku pulang cerita ke mamak aku gamau lagi kuliah disini sampe aku udah daftar di unpri kak (KD, W1:205)”*



*“Gapapa itu pelajaran katanya.. semangatlahh.. mamakpun semangat nyari duitnya.. dari situ kayak bisa adek disemangatin kan, dulu tu ga kekgitu, semenjak masuk kuliah aja (KD, W1:207)*

Subjek KD mengungkapkan bahwa ketika berada di semester III subjek mulai mencoba untuk terbuka dan menjalin hubungan dengan teman, sehingga subjek merasakan perubahan dalam lingkungannya. Berikut wawancara bersama subjek KD.

*“engga sih kak cuman pas semester 3 kek dulunya gamau berbaur sama orang-orang kek gamau terbuka sama orang kek terbuka yaudah bekawan karna dulu dirumah pendiem kak, diem kak sampe makan dikamar yaudah siap makan tidur (KD, W2:90)”*

Subjek KD memotivasi dirinya untuk mengurangi perilaku *self-harm* dikarenakan menurut ia *self-harm* dapat membuat tubuh menjadi tidak bagus. KD juga memilih untuk melakukan kegiatan positif dengan melakukan kegiatan positif lainnya seperti mendengarkan musik, menyoret-nyoret buku, pergi ke pantai dan lainnya agar subjek mendapatkan ketenangan dengan mengalihkan perasaan ingin melakukan *self-harm* sehingga dapat mengurangi *self-harm* demi menjalani kehidupan yang lebih bermakna. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Masih tapi udah gaseparah dulu kan kak karna kek mikir lagi ih sayang badan kan jadi badan jadi jelek, kaya paha.. disini pun adaa.. jadi jadi jelek trus gamau lakuin hal kekgitu lagi tapi kadang terpintas gitukan kak, kadang ngelampiasin ke musik, atauga ke buku..nyoret-nyoret buku atauga ke pantai sendirian.. kalauga inii kakk keseringan keluar malam naik kereta tengah malam sampe lhok (KD, W1:177)”*

Selain itu, untuk mengurangi perilaku *self-harm* subjek mengalihkan dengan mengikuti organisasi dan bertemu dengan teman-temannya sehingga memiliki tidak terlalu banyak memiliki waktu luang untuk memikirkan *self-harm*. Berikut kutipan wawancara bersama subjek

*“Iyaa kak iyaa ikut organisasi kak biar kayak apa ya kak biar maksudnya ga terlalu kesitu jadi punya kesibukan tersendiri.. ikut himapsi ikut imka ikut mahasiswa karo kan itu ikut juga kan kak trus tapi yang paling sibuk imka kak jadi sharing-sharing gitu kak jadi ga terlalu berdiam diri dikamar (KD, W1:179)”*

*“Gini kakk kayak kek nongkrong gitu kak kadang ada terpikir kayak yaudah bakal sedih lagi karna kek disitu yaudah dibawa aja happynya karna adek kek gapernah bawa masalah keluar gapernah sih jadi kek sama kawan yaudah (KD, W1:183)”*

Subjek juga mengatakan bahwa ia sudah mencoba untuk melakukan semua coping yang benar, namun semua butuh proses, subjek sudah berusaha semaksimal mungkin meskipun saat ini hanya bisa mengurangi dan belum sepenuhnya berhenti. Ungkapan tersebut berdasarkan hasil wawancara berikut.

*“Iya sih udah dicoba loh kak, kek dicoba kek kemaren itu kan kak disemester 3 dengerin musik gaada ngaruhnya juga, trus kek ya healing kata orang-orang ke pantai, duduk lah kepantai dengerin musik tapi sampe kos kepikiran lagi lakuin lagi sebenarnya coping yang dibilang dosen itu kan kak bukan kenanya ke adek tapikan kek coping gini gini gini udah dicoba juga sih kak bukan gadicoba udah juga berusaha, karna emang mau baik loh kak, kalau aku gamau baik kak gamungkin kucoba semua itu kak, dan aku gamau kenal dengan orang-orang (KD, W2:98)”*

Subjek mendapat motivasi oleh dosennya bahwa psikolog harus sembuh dengan dirinya sendiri sehingga subjek bertekad untuk

menyembuhkan diri sebelum ia menyelesaikan pendidikan kuliahnya.

Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Bakal terus dicoba karna kek mau sampai kapan.. karna kek kata ibu itu kalau kita mau jadi psikolog kita harus selesai dulu sama diri sendiri, jadi kek sebelum aku tamat ni aku harus selesai dengan masalahku (KD, W2:129)”*

c. Makna Hidup (*The Meaning of Life*)

Subjek KD mengaku bahwa semenjak ia menempuh pendidikan di psikologi subjek sudah sadar akan perilakunya yang salah selama ini, subjek mulai membangun hubungan yang baik dengan ibunya. Subjek mencoba untuk menceritakan keluh kesah subjek selama perkuliahan. Sehingga hal tersebut membuat ibunya mulai memberikan perhatian dan *support* terhadap subjek sehingga subjek merasa hidupnya mulai bermakna. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Gapapa itu pelajaran katanya.. semangatlahh.. mamakpun semangat nyari duitnya.. dari situ kayak bisa adek disemangatin kan, dulu tu ga kekgitu, semenjak masuk kuliah aja (HR, W1:207)”*

Subjek juga merasa bahwa saat ini kehidupan bermakna yang ia punyai hanyalah ibunya, meskipun ibunya berperilaku kasar terhadap subjek, namun ibunya terkadang tetap memberikan *support* untuk kehidupan subjek sehingga subjek merasa kehidupannya saat ini sudah bermakna. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Kek support gitu kak kek aku gimana yaa bener-bener udah capek hidup kak gaada semangat lagi kek gaada yaudah gaada tapi mama adek bilang bisa KD bisa, soalnya udah dibawa kemana-mana rontgen udah semua udah mama selalu ada disamping walau dulu dia jahat gitu kak kalau ingat dulu aku pernah dikatain anjing trus aku pernah disayat-sayat sama dia, pernah diungkit-ungkit masalah uang*

*sekolah kek kaulah yang paling banyak dari semua anak katanya kau kurang apalagi kau kurang bersyukur, apalohh mak kan aku gaada bilang apa-apa, kau kek apa semua yang kau mau harus diturutin, gaada loh mak kan aku gaada minta apa-apa, karna kekgini loh kak anak mana ga iri kalau saudaranya dikasih lebih dari kita, jadi kekmana ya kak walaupun gitu tetap mama kita (KD, W1:219)”*

Subjek menyadari bahwa jurusan psikologi memberikan dampak pada kehidupannya seperti subjek dapat menentukan arah kehidupannya, subjek juga dapat menerima dan membuka diri kepada ibunya, hubungan pertemanan subjek membaik dan yang *self-harm* subjek sudah tidak separah dahulu lagi. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“Hmm, awalnya ngerasa gaada kak, tapi kek setelah dipikir aku banyak perubahannya, aku punya arah hidup, aku kek udah bisa menerima mamaku... (KD, W3:38)”*

*“Ngg belum kak tapi kek aku makin terbuka sama mama walaupun dia jahat tapi aku sayang kak.. (KD, W3:40)”*

*“Ngg sosial aku udah bagus karna aku dulu pendiam kali kak, makanya dibully. Sekarang kek aku udah mau berteman, trus kek self-harm aku tu udah berubah kek gimana ya, dulu aku parah kali kak, tapi sekarang kek ngerasa ih aku bodoh kali aku anak psikologi yang belajar mental aku pulak yang kek sakit mentalku (KD, W3:42)”*

Walaupun subjek saat ini belum bisa untuk memaafkan ibunya, subjek mengungkapkan bahwa ia menyayangi ibunya, hanya ibunya yang berarti di kehidupan subjek. Subjek juga merasa bahwa arti bahagia di kehidupan subjek ialah masih mempunyai ibu. Berikut kutipan wawancara bersama subjek KD.

*“nngg belum kak tapi kek aku makin terbuka sama mama walaupun dia jahat tapi aku sayang kak.. (KD, W3:40)”*

*“Makna hidupp.. ya masih ada orangtua sih kak terutama mama..(KD, W2:117)”*

Subjek mengungkapkan bahwa saat ini ibu subjek sangat berharap agar subjek dapat menjadi psikolog pertama di keluarganya. Hal ini membuat subjek semakin bersemangat untuk mewujudkan hal tersebut. Berikut wawancara bersama subjek KD.

*“kek mama tu berharap kali adek jadi psikologi eh.. ngg psikolog pertama di keluarga kak (KD, W3:36)”*

### **3. Harapan Hidup**

KD merupakan salah satu subjek dengan kondisi keluarga yang tidak utuh dimana kedua orang tua subjek telah bercerai dan sudah mempunyai pasangan yang baru, membuat subjek memiliki harapan untuk menyatukan kondisi keluarga subjek seperti semula, selain itu subjek juga mempunyai tujuan hidup untuk menjadi bahagia. Ungkapan tersebut tertera pada wawancara bersama subjek KD.

*“Keinginan yang pengen adek capai kak..kayak pengen berubah salah satunya trus ngebahagiaan orang tua, trus pengen gini oh mungkin mama aku kayak sekarang sama ayah aku gak ini.. tapi aku pengen bahagiain karna kek kasian aja kak trus bisa merangkul keluarga kayak adek abang soalnya kami ga deket-deket kali, jadi pengen nyatu kak sebenarnya pengen kali nyatu kayak semula tapi kayak gamungkin gitu kak ga semudah membalikkan tangan, jadi pengen lebih baik lagi sih kak, trus pengen punya tujuan juga kak soalnya gaada tujuan hahah jadi bingung (KD, W1:247)”*

Dalam kehidupan subjek, ia mempunyai banyak harapan untuk kedepannya, salah satunya ialah meraih kesuksesan agar dapat membahagiakan kedua orang tuanya, menyembuhkan pengalaman

traumatisnya dan menjadi psikolog agar orang lain tidak merasakan apa yang ia rasakan saat ini. Berikut kutipan wawancara subjek KD.

*“Apa yaa kakk, pengen ngembalikan apa yang diungkir sama orang tua ku itu harus dikembalikan, berarti aku harus sukses kan kak trus jadi orang yang lebih baik lagi kedepannya makanya aku mau baik kak kaloga aku gamau, trus kayak keinginan yang belum diberikan orangtua ku mungkin aku bisa beli pake hasil uang aku sendiri (KD, W2:183)”*

Meskipun saat ini subjek masih melakukan pelaku *self-harm*, namun subjek berharap di masa depan ia akan benar-benar sembuh dari *self-harm*. Subjek menganggap bahwa ilmu psikologi yang saat ini ia pelajari mampu membuatnya sembuh dan dia juga berharap dapat mencegah orang lain agar tidak melakukan *self-harm*. Berikut kutipan wawancara subjek KD.

*“Pengen lebih baik lagi sih kak kedepannya misal aku dulu kekgini kan kak dulu kalo aku sembuh suatu keajaiban ya kak keajaiban juga bagi diri aku.. mungkin aku masuk jurusan psikologi kalau misalnya aku sembuh ni kak aku bisa nolong orang lagi kan, kaya untuk orang yang ngelakuin itu untuk tidak berbuat itu lagi.. tapi salahnya aku belum baik dari situasi itu jadi aku kayak menasehati orang karna kek aku aja masih kekgitu... pengen jadi panutan sih kak kedepannya (KD, W1:233)”*

## **C. Subjek RY**

### **1. Bentuk *Self-Harm***

RY adalah seorang mahasiswa yang melakukan *self-harm* yang merupakan salah satu mahasiswa yang menjalani pendidikan di Program Studi Psikologi di salah satu Universitas di Indonesia. Subjek mengaku bahwa ia melakukan *self-harm* berawal dari dirinya tidak bisa melakukan penyelesaian

masalah yang benar serta mengikuti *trend* membuat nama dipergelangan tangan menggunakan jarum pentul mengikuti teman-temannya.

*“Ikut trend tulis-tulis nama ditangan, tapi make silet atau jarum sih biasanya, jadi kayak sakit tapi enak gitu (RY, W1:48)”*

Subjek melakukan *self-harm* dengan menggoreskan lengan dan paha menggunakan jarum pentul dengan durasi kurang lebih selama 15 menit. Setelah melakukan *self-harm* subjek merasa bersalah kepada diri sendiri. Ungkapan tersebut berdasarkan kutipan wawancara bersama subjek RY.

*“Ikut trend tulis-tulis nama ditangan, tapi make silet atau jarum sih biasanya, jadi kayak sakit tapi enak gitu (RY, W1:48)”*

## **2. Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup**

### **a. Kebebasan Berkehendak (*The Freedom to Will*)**

RY selalu mendapatkan tuntutan dari orang tuanya untuk menjadi lebih unggul dari teman-temannya. Orang tuanya tidak mempercayai kemampuan akademik yang dimiliki oleh subjek. Oleh karena itu, RY merasa tertekan karena tuntutan itu. Subjek mempunyai keinginan untuk membuktikan kepada kedua orang tuanya bahwa ia bisa mempunyai kemampuan akademik yang baik. Hal tersebut diungkapkan pada kutipan wawancara bersama subjek RY.

*“Jadi karna didikan mereka kek gitu, aku dibawa. Mereka selalu nuntut aku buat jadi yang terbaik kan, jadi asal ujian ujian disekolah aku tu stres, nah waktu aku ikutin buat nama tu aku ngerasa kok eh kok tenang, ditambah lagi selalu di tebalin waktu namanya udah pudar jadikan makin jadi kebiasaan (RY, W3:18)”*

Tuntutan tersebut membuat subjek selalu mengikuti teman-temannya yang mempunyai akademik lebih baik dari dirinya. Pada saat teman-teman subjek mengajak subjek untuk mengikuti *trend* yang ada di sekolahnya yaitu membuat nama di pergelangan tangan menggunakan jarum pentul, subjek pun mengikuti ajakan dari temannya itu. Berikut kutipan wawancara subjek RY.

*“...jadi mulai dari situ aku kayak selalu ngikut kawan aku tu, sampe suatu hari, kan smk ku itu kadang gak masuk guru, nah di jamkos itu ngg.. kawan aku tu kayak tulis nama pacarnya di tangan pake pentul, trus yang lain jugak ikut, sampe aku ikutan juga lah kan karna waktu itu aku selalu jadiin kawan aku tu pedoman aku rin.. gak sampe lukak, tapi bekas gores nya itu dibentuk jadi berbekas (RY, W3:14)”*

Ketika bekas goresan tersebut memudar, subjek akan menggoreskan lagi. Hal tersebut dilakukan rutin selama dua minggu sehingga menjadi kebiasaan bagi subjek. Subjek menjadikan *self-harm* sebagai penyelesaian masalahnya ketika ia merasa takut tidak bisa mendapatkan nilai bagus seperti teman-temannya. Ungkapan tersebut terdapat pada kutipan wawancara bersama subjek.

*“Jadi karna didikan mereka kek gitu, aku dibawa. Mereka selalu nuntut aku buat jadi yang terbaik kan, jadi asal ujian ujian disekolah aku tu stres, nah waktu aku ikutin buat nama tu aku ngerasa kok eh kok tenang, ditambah lagi selalu di tebalin waktu namanya udah pudar jadikan makin jadi kebiasaan (RY, W3:18)”*

RY menyadari bahwa perbuatannya semakin lama semakin parah dan harus dihentikan. Sejak itu ia juga mencari informasi mengenai *self-harm*, ia tertarik untuk mempelajari mengenai mental manusia. Oleh karena itu, subjek mempunyai keinginan untuk berhenti melakukan *self-*



*harm* dan berkuliah di jurusan psikologi. RY mengungkapkan hal tersebut dalam kutipan wawancara berikut.

*“Yaudah jadi tertarik, karna waktu sebelum masuk kuliah aku udah sadar ini kebiasaan aku makin lama kok makin parah (RY, W1:58)”*

*“Paling utama ya berhenti self-harm (RY, W2:46)”*

b. Kehendak Hidup Bermakna (*The Will to Meaning*)

Subjek RY mengungkapkan bahwa ketika SMA subjek mencari informasi mengenai *self-harm*, subjek lalu menjadi tertarik dengan jurusan psikologi. Oleh karena itu subjek memilih jurusan psikologi sebagai salah satu bentuk usaha subjek dalam mengurangi perilaku *self-harm*. Berikut kutipan wawancara bersama subjek RY.

*“Ya kalau kata orang kan sekalian rawat jalan, jadi yaudah aku masuk lah kejurusan psikologi, lulus di unimal (RY, W2:60)”*

RY mendapatkan mata kuliah mengenai kondisi individu yang dapat memahami kemampuan dirinya. Subjek menyadari bahwa kemampuan setiap individu berbeda-beda, ia tidak harus sama seperti temannya dikarenakan dirinya mempunyai ilmu pengetahuan psikologi dan bakat *design* yang dapat dikembangkan dengan melakukan kegiatan seperti psikoedukasi, mengikuti organisasi ikatan lembaga mahasiswa psikologi dan membuka jasa *design*. Sehingga subjek merasa ilmu yang ia dapatkan bermanfaat dan dapat mengurangi *self-harm*. Berikut kutipan wawancara bersama subjek RY.

*“Ohh selain yang aku bilang kemarin ya, ya waktu udah masuk psikologi awalnya aku juga masih sama aja kan, tapi kemarin itu aku mulai belajar tentang self-*

*awareness aku kayak sadar kalau kemampuan aku tu padahal bagus, aku gak perlu ikutin kemampuan kawan-kawan aku, aku sadar juga aku orangnya ambis, aku mulai belajar atas keinginan aku sendiri bukan keinginan ataupun paksaan dari orang tua aku, nah ilmu yang aku punya itu aku salurkan melalui psikoedukasi, disitu aku ngerasa wahh hidup aku udah punya tujuan, aku belajar untuk diri aku sendiri, ilmu yang aku dapat bisa aku salurkan untuk orang lain jadi kan bermanfaat (RY, W3:44)”*

Subjek menceritakan pencapaian-pencapaiannya selama berada di jurusan psikologi kepada orang tuanya. Hal itu membuat orang tua subjek sudah mempercayai diri subjek sehingga tidak pernah menuntut subjek untuk menjadi lebih baik lagi seperti saat SMK. Berikut kutipan wawancara bersama subjek RY.

*“karna aku selalu cerita tentang pencapaian aku, aku gak pernah di tuntut apapun lagi, gak kayak dulu, better sekarang (RY, W3:52)”*

*“Udahh better banget, kayak ngerasa wah akhirnya aku udah ada ditahap ini, orang tua aku udah percaya sama kemampuan aku (RY, W3:54)”*

c. Makna Hidup (*The Meaning of Life*)

Subjek merasa kehidupannya sudah berarti ketika ia dapat membuktikan kepada keluarganya bahwa subjek bisa menjadi lebih baik tanpa tuntutan dari orang tuanya, ilmu yang subjek dapatkan di psikologi bermanfaat bagi lingkungannya dan bakat design yang dimilikinya dapat menghasilkan uang. Hal tersebut diungkapkan pada kutipan wawancara berikut.

*“Kayak apa ya, aku udah punya self-awareness terhadap diri aku, aku berhasil buktiin ke orang tua aku kalau aku bisa bahkan lebih baik lagi tanpa tuntutan mereka, aku*

*berhasil buktikan potensi dalam diri aku itu ada (RY, W3:64)*

*“Iyaa aku bisa belajar psikologi dengan baik, aku bisa menghasilkan uang dari bakat design aku (RY, W3:66)”*

Hal tersebut membuat subjek merasa bahagia. meskipun terdapat kekurangan yaitu masih melakukan *self-harm*. Berikut kutipan wawancara bersama subjek RY.

*“Bermakna dalam hal aku bisa merasakan kebahagiaan hidup aku karena aku tau potensi aku, keluarga aku juga bahagia, salah aku *self-harm* aja. Aku pengen benar-benar bermakna sepenuhnya (RY, W2:22)”*

### **3. Harapan Hidup**

Dengan kondisi keluarga RY yang utuh, ia mempunyai harapan untuk dapat membahagiakan keluarganya. RY tidak ingin mengecewakan dan menyia-nyaiakan kepercayaan yang telah diberikan kepadanya. Sehingga subjek berharap agar nantinya bisa menjadi seorang psikolog yang profesional. Hal tersebut diungkapkan pada kutipan wawancara sebagai berikut.

*“Yang kayak tadi aku bilang, harapan aku punya kehidupan yang bahagia, cita-cita dan keinginan aku terwujud, aku selesai dengan masalah aku nyakitin diri aku ini. Aku pengen jadi psikolog yang profesional jugak (RY, W2:54)”*

Selain itu, subjek juga berharap agar ilmu-ilmu psikologi yang telah dipelajarinya mampu bermanfaat bagi lingkungannya. Sehingga subjek dapat merasakan kehidupannya berarti.

*“ngg iyaa rinn.. apa yaa.. aku mau ilmu aku bermanfaat jugaklah bagi lingkunganku. Masa gak dimanfaatin kan hahaha.. karna itu nanti aku bisa berarti kehidupanku (RY, W2:58)”*

### 4.3 Pembahasan

Pada sub bab ini akan diuraikan mengenai pembahasan hasil penelitian yang mencakup bagaimana kebermaknaan hidup mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* dilihat dari aspek dan harapan hidupnya.

Dalam aspek kebebasan berkehendak (*the freedom of will*), individu mempunyai keinginan untuk merubah kondisi kehidupannya menjadi lebih baik dan menemukan arah kehidupannya yang disebabkan oleh pengalaman traumatis seperti sering dipukul, dimaki, dihina bahkan digores menggunakan pisau oleh orang tuanya dan pernah menjadi korban *bullying* sehingga menyebabkan individu mempunyai hubungan yang tidak baik dengan orang tua dan lingkungan sosialnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang diungkapkan oleh Elvira & Sakti (2022) bahwa individu yang memiliki riwayat *self-harm* ingin menjalani hidup yang lebih baik dengan alasan khawatir apabila perilaku *self-harm* diketahui orang lain, khawatir akan masa depan apabila terus menyakiti diri, serta tidak ingin menyia-nyiakan hidup. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Thesalonika & Apsari (2021) mengungkapkan bahwa terdapat faktor eksternal dan internal penyebab *self-harm*. Dalam faktor eksternal bisa berasal dari pola asuh orang tua yang otoriter. Sedangkan faktor internal seperti kasih sayang, penerimaan sosial, atau penghargaan sosial dari seseorang, dan kematangan emosi seseorang. Penelitian oleh Maidah (2013) yang mengungkapkan bahwa latar belakang keluarga dan lingkungan berpengaruh dalam pembentukan kepribadian yang berhubungan dengan perilaku *self-harm* seperti kepribadian

*introvert*, diri yang rendah, pola pemikiran yang kaku dan sulitnya mengungkapkan perasaan.

Aspek kehendak untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) individu akan melakukan kegiatan-kegiatan yang positif untuk menunjang kehidupan yang bermakna dengan cara membangun hubungan serta komunikasi yang baik dengan keluarganya mulai membuka diri dengan kedua orang tuanya, menceritakan keluh kesah kehidupannya, mengikuti organisasi, mendengarkan musik, mengikuti program magang, bersosialisasi dengan lingkungan dan menerapkan ilmu psikologi pada diri individu. Selain itu, individu yang mempelajari ilmu psikologi akan mendapatkan dampak yang positif bagi dirinya sehingga akan menjadikan individu memiliki kehidupan yang berarti. Hal ini sejalan dengan penelitian Ulfah (2022) yang menyatakan bahwa kebermaknaan hidup dapat dicapai dengan melakukan hobi atau hal-hal positif yang individu senangi. Pernyataan ini juga didukung dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Maidah (2013) yaitu mahasiswa psikologi mampu menerapkan *problem solving* yang sesuai, dapat mencari jawaban atas pengalaman buruk yang dihadapi, serta dapat mengevaluasi argumen yang relevan dalam mencari jalan keluar dari sebuah permasalahan. Selain itu, Hidayat (2018) mengungkapkan bahwa ilmu psikologi akan mempengaruhi individu untuk mengendalikan perilakunya, membantu membentuk kepribadian, mengenal potensi diri sendiri dan mampu memahami emosional yang dirasakan sehingga mahasiswa tersebut akan mendapatkan hal-hal positif pada kehidupannya yang akan menunjang tercapainya kehidupan yang bermakna.

Selanjutnya, aspek makna hidup (*the meaning of life*) yang didapatkan ketika individu dapat mengambil pembelajaran serta hikmah atas pengalaman yang terjadi pada kehidupannya. Individu yang sudah bisa melewati fase-fase penderitaan pada kehidupannya dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif akan memberikan dampak psikologis yang baik pada diri individu sehingga hidupnya akan lebih bermakna dan berarti. Peristiwa yang terjadi sejalan dengan yang diungkapkan oleh Rusdiana (2023) bahwasanya pengalaman penderitaan individu termasuk fase awal untuk mencapai kebermaknaan hidup. Penderitaan yang dialaminya membuat individu merenung dan belajar menerima situasi yang dialami. Penelitian oleh Fridayanti (2013) mengungkapkan bahwasanya dukungan orang tua membantu mahasiswa menjadi lebih terbuka dan menghadapi berbagai permasalahan dan rintangan. Melalui proses tersebut individu kemudian perlahan menemukan hal-hal yang dianggap berharga dan tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya.

Selanjutnya, harapan hidup akan muncul ketika individu sudah memunculkan rasa optimisme pada kehidupannya seperti mempunyai harapan untuk kehidupannya menjadi lebih baik dengan tidak melakukan *self-harm* lagi, mempunyai kehidupan yang tenang dan menjadi seorang psikolog. Hal ini menunjukkan bahwa pelaku *self-harm* masih mempunyai harapan atas kehidupannya sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al-haya & Alfaruqy (2024) bahwasanya kesadaran *self-harm* bukanlah perilaku yang baik dan merugikan, memunculkan harapan pada subjek agar dapat berhenti melakukan *self-harm* dan dapat menjalani hidup dengan lebih baik. Penelitian yang sejalan

juga dilakukan oleh Peterson (2009) bahwa optimisme pada kehidupan yang lebih baik pada dasarnya memiliki harapan positif terhadap masa depan. Selain itu, Ancok (dalam Maryeni, 2017) juga mengungkapkan bahwa munculnya harapan dalam hidup merupakan salah satu permulaan dalam proses penemuan dan pencapaian makna hidup.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis data, keseluruhan subjek melewati tiga tahapan aspek kebermaknaan hidup, yaitu kebebasan berkehendak (*The Freedom of Will*), kehendak untuk hidup bermakna (*The Will to Meaning*) dan kebermaknaan hidup (*The Meaning of Life*). Pada aspek memiliki kebebasan berkehendak subjek mengungkapkan keinginan subjek merupakan mendapatkan kehidupan yang lebih baik, keluar dari pengalaman traumatis masa lalunya, menentukan arah kehidupannya dan mengurangi perilaku *self-harm*.

Pada aspek kedua yaitu memiliki kehidupan yang bermakna, seluruh subjek melakukan kegiatan-kegiatan positif yang dapat menunjang keinginan subjek terwujud seperti membangun komunikasi dengan keluarga, bersosialisasi, mendengarkan musik, pergi ke alam, mengikuti organisasi untuk mengalihkan perilaku *self-harm* dan menerapkan ilmu yang didapat dari perkuliahan psikologi untuk meraih kehidupan yang lebih baik dan mendapat kebermaknaan hidupnya. Dan pada tahapan terakhir yakni kebermaknaan hidup, dimana subjek telah melalui kehidupan yang bahagia maupun menderita sehingga subjek dapat perlahan-lahan menemukan makna hidupnya. Selain itu, subjek juga akan mampu menyadari adanya hikmah dari masalah yang dialaminya.

Pada penelitian ini juga terdapat harapan hidup dimana ketiga subjek memiliki keinginan untuk terus melanjutkan kehidupannya tanpa melakukan *self-harm*



sehingga mampu menjadi psikolog yang dapat menerapkan ilmu psikologinya dengan maksimal.

## 5.2 Saran

### 1. Bagi Mahasiswa Pelaku *Self-Harm*

Disarankan bagi mahasiswa agar dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa akan pentingnya penanganan permasalahan yang baik dan meningkatkan makna hidup yang positif agar terhindar dari perbuatan *maladaptive*. Adapun bentuk-bentuk kegiatan yang dapat dilakukan oleh mahasiswa untuk menghindari perbuatan *self-harm* yaitu melakukan konsultasi dengan psikolog atau psikiater dan mengikuti seminar mengenai kesehatan mental.

### 2. Bagi Orang Tua

Disarankan bagi orang tua agar dapat menerapkan *parenting* yang baik dalam mendidik anak. dapat memahami serta membuat anak terbuka atas apa yang dirasakannya. Dalam hal ini, para orang tua dapat mengikuti pelatihan ataupun seminar yang bersangkutan dalam memberikan *parenting* terhadap anak sehingga orang tua dapat berperilaku sebagaimana mestinya.

### 3. Bagi Program Studi Psikologi

Disarankan bagi seluruh Program Studi Psikologi di setiap Universitas agar dapat memberikan sosialisasi baik kepada mahasiswa mengenai bahaya *self-harm*, memberikan konseling dan *focus group discussion* (FGD) kepada mahasiswa yang melakukan *self-harm*.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti lain agar perlu melakukan penelitian-penelitian selanjutnya tentang kebermaknaan hidup pelaku *self-harm* dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Selain itu juga agar dapat meneliti lain seperti regulasi emosi, dukungan sosial, pengaruh sosial, strategi *coping*, komunikasi interpersonal dan *problem solving* pada pelaku *self-harm*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2016). College students as emerging adults: The developmental implications of the college context. *Emerging Adulthood*, 4(3), 219–222. <https://doi.org/10.1177/2167696815587422>
- Ambarwati, D., Pinilih, S., dan Astuti, T. (2017). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 5(6), 40-47. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Asyafina, N., & Salam, E. (2022). Fenomena mahasiswa pelaku self-harm di kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(3), 13930-13936. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/download/4820/4095/9222>
- Awalinni, A., & Harsono, T., Y. (2022). Hubungan antara kesepian dan perilaku non-suicidal self-injury pada mahasiswa psikologi di kota Malang. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 12(1), 43-59. <https://doi.org/10.26740/jptt.v14n1.p43-59>
- Bahri, S. (2016). Identifikasi masalah- masalah yang dialami mahasiswa fakultas teknik dan ekonomi Unsyiah. *Jurnal Suloh*. 1(1), 2714-5484. <https://jurnal.usk.ac.id/suloh/article/view/8257/6700>
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Rajawali Pers.
- Biromo, A. R. (2015). *Uji Validitas dan Reliabilitas Self-harm Behavior Questionnaire versi Bahasa Indonesia*. Universitas Indonesia.
- Bukhori, B. (2019). Kesehatan mental mahasiswa ditinjau dari religiusitas dan kebermaknaan hidup. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 11(22), 1-13. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol12.iss22.art2>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Menggunakan analisis tematik dalam psikologi. *Penelitian kualitatif dalam psikologi*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>.
- Cliffe, B., & Stallard, P. (2023). University student experiences and perceptions of interventions for self-harm. *Journal of Youth Studies*, 26(5), 637-651. <https://doi.org/10.1080/13676261.2022.2033187>

- Elvira, S. R., & Sakti, H. (2022). Eksplorasi pengalaman nonsuicidal self injury (NSSI) pada wanita dewasa awal: Sebuah interpretative phenomenological analysis. *Jurnal Empati*, 10(5), 319–327. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32933>
- Favazza, A. R. (2003). *Bodies Under Siege: Self Mutilation and Body Modification in Culture and Psychiatry*. The Johns Hopkins University Press.
- Frankl, E.V. (1969). *The Will To Meaning*. Noura Books.
- Hartaji, D. A. (2012). *Motivasi berprestasi pada mahasiswa yang berkuliah dengan jurusan pilihan orang tua*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. (tidak diterbitkan)
- Herdiansyah, H. (2010). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Salemba.
- Hidayat, V. (2018). Kebermaknaan hidup mahasiswa semester akhir. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 141-152. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1491>
- Higgins, M. (2014). *Teen self-injury*. Essential Library.
- Insani, M. S., & Savira, I. S. (2023). Studi kasus: Faktor penyebab perilaku self-harm pada remaja perempuan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 439-454. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php>.
- Klonsky, E. D., May, A. M., & Glenn, C. R. (2013). The relationship between nonsuicidal self-injury and attempted suicide: converging evidence from four samples. *Journal of Abnormal Psychology*, 122(1), 231–237. <https://doi.org/10.1037/a0030278>
- Linehan, M. (1993). *Skill Training Manual For Treating Borderline Personality Disorder*. Guilford Press.
- Mahtani, S., Melvin, G. A., & Hasking, P. (2018). Shame proneness, shame coping, and functions of nonsuicidal self-injury (NSSI) among emerging adults: A developmental analysis. *Emerging Adulthood*, 6(3), 159–171. <https://doi.org/10.1177/2167696817711350>

- Maidah, D. (2013). *Self-injury* pada mahasiswa (studi kasus pada mahasiswa pelaku *self-injury*). *Jurnal Developmental and Clinical Psychology*, 2(1),1-8. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dep>.
- Qomariah, N., & Santi, E, D. (2021). Gambaran kebermaknaan hidup pelaku non-suicidal self-injury (NSSI). *Jurnal Psikologi dan Ilmu Humaniora*. <https://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1165>
- Ritonga, B., & Listianri., E. (2016). Kebermaknaan hidup mahasiswa sekolah tinggi theologia hazarene indonesia ditinjau dari tingkat religiusitasnya. *Jurnal Psikologi*, 8(2), 1858-3970. <https://ejournal.up45.ac.id/index.php/psikologi/article/view/47/46>
- Rusdiana, Murni (2023) *Kebermaknaan hidup pada remaja dengan perilaku self-injury di Kabupaten Pematang*. Undergraduate (S1) thesis, Universitas Islam Negeri Walisongo
- Russell, D. W., Cutrona, C. E., McRae, C., & Gomez, M. (2012). Is loneliness the same as being alone. *The Journal of Psychology*, 146(1–2), 7–22. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.589414>
- Shaleh, A. (2018). *Pengantar Psikologi*. Aksara Timur.
- Sasonto, A. R. (2020). *Kita perlu lebih serius membahas 'Self-Harm' yang menghantui anak muda indonesia*. Retrieved from Vice: <https://www.vice.com/id/article/4agbb3/ciri-gejala-selfharm-anak-muda-indonesia-melukai-diri-sendiri-konsultasi-psikologi>
- Schultz, D. M. (1991). *Psikologi Pertumbuhan Model-Model Kepribadian Sehat*. Kanisius.
- Sibarini, M, D., Niman, S., & Widianoro. (2021). Self-harm dan depresi muda pada dewasa awal. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(4), 795-802. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/8139>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syah, M. (2010). *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Bari*. Remaja Rosada Karya.

- Tang, J., Yang, W., Ahmed, N., Ma, Y., Liu, H., Wang, J., & Yu, Y. (2016). Stressful life events as a predictor for nonsuicidal self-injury in southern chinese adolescence. *Journal Medicine*. 95(9), 2637. <https://doi.org/10.1097/MD.0000000000002637>
- Thesalonika & Apsari, N. Cipta. (2021). Perilaku self-harm atau melukai diri sendiri yang dilakukan oleh remaja (self-harm or self-injuring behavior by adolescents). *Jurnal Pekerjaan Sosial*. 4(2), 213-224. <https://doi.org/10.24198/focus.v4i2.31405>
- Weis, Robert. (2018). *Introduction to Abnormal Child and Adolescent Psychology, 3 Edition*. SAGE Publications
- World Health Organization. (2019). *Adolescent Health in the South-East Asia Region*.
- Zakaria, Z.Y.H., & Theresa, R. M. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku nonsuicidal self-injury (nssi) pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Sains dan Teknologi*, 4(2), 85-90. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26404>

**LAMPIRAN**

## Lampiran 1. *Informed Consent*



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN, RISET  
DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS MALIKUSSALEH  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
Alamat: Kampus Utama Reuleut, Aceh Utara, Gedung Psikologi. Email: [psikologi\\_fk@unimal.ac.id](mailto:psikologi_fk@unimal.ac.id)  
Website: [www.psikologi\\_fk.unimal.ac.id](http://www.psikologi_fk.unimal.ac.id)

### ***INFORMED CONSENT*** (Pernyataan Persetujuan Responden)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama (inisial) : HR  
Usia : 20 tahun  
Alamat : Reuleut

Menyatakan bersedia dan menyetujui dengan sukarela tanpa adanya unsur paksaan dari pihak manapun untuk memberikan informasi pengambilan data dan berpartisipasi dalam proses penelitian psikologi pada tugas akhir skripsi yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Rina Asna Dara  
NIM : 200620077

Demikian pernyataan ini saya buat, karena peneliti juga telah menjelaskan tentang penelitian ini. Saya mengerti bahwa identitas diri dan informasi yang saya berikan akan dijamin kerahasiannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk kebutuhan penelitian saja.

Lhokseumawe, .....

Peneliti

(Rina Asna Dara)

Informan

(.....)





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN, RISET  
DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS MALIKUSSALEH  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
Alamat: Kampus Utama Reuleut, Aceh Utara, Gedung Psikologi. Email: [psikologi.fk@unimal.ac.id](mailto:psikologi.fk@unimal.ac.id)  
Website: [www.psikologi.fk.unimal.ac.id](http://www.psikologi.fk.unimal.ac.id)

***INFORMED CONSENT***  
**(Pernyataan Persetujuan Responden)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama (inisial) : EWT  
Usia : 20  
Alamat : R

Menyatakan bersedia dan menyetujui dengan sukarela tanpa adanya unsur paksaan dari pihak manapun untuk memberikan informasi pengambilan data dan berpartisipasi dalam proses penelitian psikologi pada tugas akhir skripsi yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Rina Asna Dara  
NIM : 200620077

Demikian pernyataan ini saya buat, karena peneliti juga telah menjelaskan tentang penelitian ini. Saya mengerti bahwa identitas diri dan informasi yang saya berikan akan dijamin kerahasiannya oleh peneliti dan hanya digunakan untuk kebutuhan penelitian saja.

Lhokseumawe, .....

Peneliti

(Rina Asna Dara)

Informan

(.....EWT.....)

## Lampiran 2. Pedoman Wawancara

VARIABEL	ASPEK	PERTANYAAN
Kebermaknaan Hidup	1. Kebebasan Berkehendak <i>(The Freedom of Will)</i>	1. Apa saja hal yang masih ingin anda ubah dari kehidupan yang anda jalani sekarang? 2. Apa tujuan hidup anda? 3. Bagaimana anda menetapkan tujuan hidup? 4. Apakah anda mempunyai keinginan untuk berhenti melakukan <i>self-harm</i> ? jelaskan alasannya! 5. Bagaimana anda memaknai kebebasan?
	2. Kehendak untuk Hidup Bermakna <i>(The Will to Meaning)</i>	1. Apakah anda mempunyai keinginan untuk memiliki kehidupan yang lebih bermakna? 2. Apa yang anda lakukan untuk mendapatkan kehidupan yang bermakna? 3. Bagaimana anda memotivasi diri anda untuk mendapatkan kehidupan yang bermakna? 4. Bagaimana perubahan perilaku anda sebagai pelaku <i>self-harm</i> setelah menjadi mahasiswa psikologi?
	3. Makna Hidup <i>(The</i>	1. Apa yang anda pahami tentang makna <i>self-harm</i> ?

	<i>Meaning of Life)</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Bagaimana anda memahami diri anda saat ini?</li> <li>3. Apa kelebihan dan kekurangan yang anda miliki?</li> <li>4. Apakah kehidupan yang anda jalani saat ini sudah bermakna?</li> <li>5. Bagaimana pandangan anda terhadap makna hidup di kehidupan anda?</li> <li>6. Apa saja hal-hal yang anda anggap berarti dalam hidup anda?</li> <li>7. Bagaimana pengaruhnya untuk kehidupan anda saat ini?</li> <li>8. Apa makna bahagia bagi anda? Dan apakah anda sudah mencapainya?</li> <li>9. Bagaimana cara anda mencapainya? Usaha apa yang anda lakukan?</li> </ol>
--	-------------------------	--

<b>VARIABEL</b>	<b>HARAPAN</b>	<b>PERTANYAAN</b>
Kebermaknaan Hidup	Harapan Hidup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sebagai pelaku <i>self-harm</i>, harapan apa yang ingin anda capai dimasa depan?</li> <li>2. Hal apa saja yang membuat anda bisa bertahan di kehidupan anda saat ini?</li> <li>3. Hal apa yang membuat anda tidak dapat bertahan di kehidupan anda saat ini?</li> <li>4. Kehidupan seperti apa yang anda inginkan di masa depan? Bagaimana anda mencapainya?</li> <li>5. Jelaskan hal-hal apa saja di kehidupan anda yang membuat keinginan-keinginan anda tercapai di masa depan?</li> </ol>

### Lampiran 3 Verbatim

Wawancara : I  
 Nama : EW  
 Umur : 20 Tahun  
 Hari/Tanggal : Sabtu, 11 November 2023  
 Waktu : 13.50 wib

Baris	Pelaku	Uraian Wawancara	Open Coding	Tema
1	Peneliti	Selamat siang		
2	Subjek	Selamat siangg kakk		
3	Peneliti	Okeyy boleh perkenalin dirii dulu adekk namanya siapa		
4	Subjek	Perkenalkan nama saya EW saya dari prodi psikologi angkatan 2021 dan sekarang tinggalnya didaerah R		
5	Peneliti	Kakak ingin nanya tentang keluarga boleh?		
6	Subjek	Boleh kak		
7	Peneliti	Nama ayah..		
8	Subjek	Nama ayah BT umur sekitar 43 atau 44 tahun tinggalnya di M..		

9	Peneliti	Kalau ibuu..		
10	Subjek	Kalau nama ibu TB umurnya masih sekitar 40 atau 41 gitu aaa.. dia lulusan D3 Kebidanan tapi sekarang jadi ibu rumah tangga.. tinggalnya masih sama-sama bapakk		
11	Peneliti	Status pernikahannya berarti masihh..		
12	Subjek	Iyaa kak hahah tidak bercerai.. kalau belum bercerai nanti ahaha..		
13	Peneliti	Kenapa kuliahnya pilih disini?		
14	Subjek	Karna lulusnya disini kak sebenarnya ngejanya di unpad cuman kemarin itukan lagi banyak problem kan disekolah trus anaknya belajarnya itu ngebet-ngebet 3 bulan terakhir baru belajar jadi kurang yaudah lulusnya disini daripada gak kuliah kan jadi ambil disini aja		
15	Peneliti	Selain itu gaada alasan lain?		
16	Subjek	Ada, kenapa ambil disini karna sepupu disini semua kana ada 4 kuliah disini 3 mau lulus 1 gajadi jadi orang tu pun yaudahlah disana aja udah ditengok kan hasil-hasilnya dikasih..		
17	Peneliti	Okeyy okeyyy nah sebelumnya kan adek tau ni tujuan dari wawancara ini nahh kakak mau nanya ni alasan awal adek		

		ngelakuin <i>self-harm</i> ini kenapa?		
18	Subjek	<p>Kalau alasan awal sebenarnya agak alay yaa kak.. saya tahun 2020 akhir kan kakek meninggal tu sampe tahun 2021 sekitar sampe bulan 6 tahun 2021 tu keluarga adek pada meninggal semua sekitar 8 orang pada nyusul gitu habis itu kayak awalnya itu takul ngeliat orang meninggal ya trus lama-lama kayak ngerasa gak berharga sama diri sendiri ya trus nyoba sekitaran bulan 3 awal itu nyoba <i>self-harm</i> make kunci lemari, kan gak terlalu tajam kan yang tebal jadi ga terlalu tajam, jadi yang lukak nya gede-gede ini kunci lemari gituu biruu eee gak berani pake silet belum beranii.. sampe akhirnya sekitaran pas beruu awall sampe kesini <i>self-harm</i> nya itu lari ke kelopekin bibir sampe luka-luka malem-malemnya, pagi-paginya itu udah kayak disitu udah berdarah semua dilap ketisu.. baru januari sampe akhir-akhir ini ee udah berani make ee apatu namanyaa mmsppp samping celengan kan tu tajam kan kak jadi dibuat ujungnya tu tajam jadi gaberasa.. kalo pake siletkan liat siletnya aja udah ngilu kalo pake itu kan enggak gituu nah dari situ awalnya ada beberapaa dari masalah disekolah trus ada beberapa masalah juga ada masalah juga sama kakek kemarin meninggal kan itu trigger paling besarnya sih sisanya itu ya numpuk-numpuk aja dari kecil masalah inner childnya hancur hahahaha</p>	<p>-Kakek meninggal -tidak berharga -melakukan <i>self-harm</i></p>	Kebebasan Berkehendak

19	Peneliti	Kalau kakak boleh tau eee kan ada 8 orang yang meninggal dikeluarga adek...		
20	Subjek	Ntah 8 ntah 6 kaakk gitu		
21	Peneliti	Boleh disebutin ga siapa saja dan adek dekat ga sama mereka?		
22	Subjek	Yaaa ampir semuanya itu rata-rata deket kan akhir 2020 sekitaran bulan November itu kakek meninggal, trus dijanuarinya nenek yang meninggal tapi adeknya nenek tapi lumayan deket juga kan, karna nenek temennya cuman dia tibatiba dia meninggal jadi ngerasa ikut-ikutan juga gitu kan trus ada anaknya nenek juga meninggal kena paru-paru basah, pokoknya dia dipulangi dari pekanbarunya itu udah kurus penyakitan sampe sini meninggal, trus siapa lagi ya ohh ini ada kakek juga nah yang terakhir itu temen deketnya mama tapi karna dekat juga udah anggap adek itu anaknya.. jadi sebulan sebelum ke aceh adek kan main-main dulu ketempatnya trus seminggu setelahnya meninggal nah disitu adek posisinya di aceh, seminggu di aceh meninggal dikasi tau sama mama, trus karna gaada temen lagi sempat adopt anjing tapi matii, nah itu setelah beberapa bulan di aceh nah itu nangis tu karna baru itu punya peliharaan di aceh dahh		
23	Peneliti	Apa yang adek rasain waktu adek ngelakuin <i>self-harm</i> pertama		

		kali?		
24	Subjek	Yang pertama kali kan karna sebenarnya gaada rasanya sih kak karna nangis sambil nangis trus yaa ga berasa cuman ya habis itu mandi kena sabun itu tu nyess kayak kenak wakor dia iya pedes dia trus yaudah 2 hari atau sehari setelahnya ya biasa aja gitu sering pake baju lengan panjang biar ga ketauan orangtua, pokoknya orang tua tu satu taun tu gaada yang tau ada yang taupun gaberani nanya, karna kan basic keluarga gaada yang di psikologi baru adek yang pertama jadi mengenai hal-hal kayak gitu tu mereka gapaham	-tidak ingin ketauan orang tua  -basic keluarga tidak ada yang paham psikologi	Kebebasan Berkehendak
25	Peneliti	Masih awam		
26	Subjek	Iyaa awam sangat awam malah		
27	Peneliti	Trus kalau kan udah sekali tu, trus adek ngelakuin lagi		
28	Subjek	Iyaaa nagihhh jadinyaa		
29	Peneliti	Iyaa nah rasa nagihnya itu gimana yang adek rasain bisa di deskripsikan gak?		
30	Subjek	Bisa kak, trus pertamanya itu karna kesel yakan kak trus nyoba sekali, teralihkan tu rasanya besoknya kayak ga ngerasain apa-apa lagi nih kayak jalanin aja gitu, nah lama-kelamaan setelah sebulan tiga bulan ngelakuin kayak gitu jadi badan adek yang		



		ngerasa berkebutuhan, jadi pas udah 3 bulan disini tangannya bersih trus kayak ngilu sakit gitu padahal gadiapa-apain jadi harus kayak dicubit gitu atau disenggol dulu baru bisa kayak biasa lagi, pokoknya 3 bulan itu nyoba untuk ga gitu lagi tapi gabisa sampe akhirnya nangis berantam sama orang tua baru nyoba nyilet lagi, baruu.. dia ilang tu ngilunya, ngilunya tu kayak orang rematik an tapi disebelah kiri aja		
31	Peneliti	Jadi selama ini orang tua adek udah tau? Sekarang sekarangg		
32	Subjek	Sekarang udah tau waktu yang overdosis pertama itu langsung dibawa kemedan diajak ngomong, eh sebelum itu, sebelum itu sempat ketauan kan ke psikiater tapi gadibolehin		
33	Peneliti	Itu ke psikiater dimana?		
34	Subjek	Di l.....		
35	Peneliti	Dimana		
36	Subjek	Dibawa Pembina ke daerah dimana sihh		
37	Peneliti	Rs cut mutia?		
38	Subjek	Iyaa iyaa.. tapi bukan di rs nyaa, dokterr disitu jugaaa dibawa kesitu dikasi obatkan nah pas mau balik obatnya ketauan, nah pas mau balik obatnya ketauan, trus ketauan trus kesitu disitulah	-keluarga mengetahui -dinasehati	Kebebasan Berkehendak

		ditanya tu kok bisa kesana trus itu tanganmu kenapa luka-luka trus nangislah gatau mau cerita darimana, karna basicnya gaterbuka jadi males aja terbuka gitu jadi nangis-nangis, tau orang tua tau jangan lah kekgitu gini gini gini, cuman mereka mana tau, sempat kemarin waktu sempat overdosis diajak kemedan tu diajak ngomong jangan gitu lagi jangan silet silet tangan lagii dahh karna gabisa pindahanya tu ke paha karna kalau disini kan nampak, nah dah kekgitu lagi di aceh bibik suru pulang aja kemedan gausah kuliah lagi		
39	Peneliti	Dapat ancaman ya		
40	Subjek	Iya dapat ancaman sebenarnya tu ga ngaruh mau dilarang tetap aja lagi		
41	Peneliti	Hahahahaa		
42	Subjek	Nah pindahanya tu ke paha sebelah kiri ada gede-gede yaudah yaa mereka tau sekarang cuman yaa adalah perubahan sedikit ga kaya dulu	-Terdapat perubahan	Kehendak untuk hidup bermakna
43	Peneliti	Kalau dulu emang gimanaa?		
44	Subjek	Kan adek dulu kan bandel, jadi ayah sama mama sih sama aja sih tu berdua sampe dipukul ditendang ngeludahin tu sampe ditimpokin pake helm, dijambak sampe botak tu disini tu pernah		

45	Peneliti	Itu kapan?		
46	Subjek	Itu mulai dari sd kelas 6 mukulnya tu masih make sapu-sapu gitukan sampe ke smp kelas 3, dari smp kelas 3 sampe ke sma kelas 1 itu sering di tendang di maki-maki kalau misalnya itu gaberes kerjaannya sampe sapunya patah, jadi waktu kelas 2 sampe kelas 3 gaterlalu masih sering sih cuman marahnya jarang, tapi sekalinya marah itu parah		
47	Peneliti	Kalau sekarang gimana?		
48	Subjek	Kalau sekarang semenjak kakek udah gaada orang tua tu jadi lebih terbuka gitu pikirannya trus karna masalah kemarin yang overdosis itu mereka jadi ada rasa takut kan jadi mereka ga maksain lagi	-Perubahan kehidupan  -Hubungan keluarga membaik	Kehendak untuk hidup bermakna
49	Peneliti	Kalau kakak boleh tau tu yang overdosis tu kenapa?		
50	Subjek	Kalau yang overdosis tu kan karna kemarin itu masih proses penerimaan diri karna kakek udah gaada kan jadi gapunya temen cerita, jadi numpuk-numpuk sendiri masalahnya, walaupun cerita sama orang tua, orang tua tu ngg gaada respon apa-apa jadi ya diem-diem sendiri pokoknya dari yang pertama kakek cerita sampe ulang tahun kemarin itu gaada ituu apa namanya tempat cerita, nah pas ulang tahun satu hari sebelum ulang tahun itu berantam kan sama mama, dan juga sebelum-		

		sebelumnya karna emang udah ngerencanain		
51	Peneliti	Kenapaa?		
52	Subjek	<p>Ya karna udah capek aja kak, jadi rencanain kayak kapan yaa tanggal mati yang bagus kapan ya tanggal 5, kan lahirnya lima empat tiga, kan kalau tanggal matinya lima empat duadua yaa kan coba aja kali ya, yaudah jadi pas ulang tahun tu berantem juga sama temen kos, jadikan mereka tu ada kan kita tipe orang yang excited kalau ada ulang tahun orang lain gitu kan disiapin ini disiapin rotinya, ni mereka gaada satupun yang excited dan yang excitednya cuman aku, kayak ayo nanti malam kita manggang manggang blablabla dan pas iya nya mereka lagi teraweh, dan maksudnya kemarin itu adek sendiri yang masak entar habis teraweh mereka dateng tinggal makann ni gaada yang peduli, dahlah sampe terucap dari orang ini alah macem gabisa lagi ulang tahun tahun depan katanya, yaa kalo aku mati mala mini gabisa lagi tahun depan aku ulang tahun yakan yaudah hujan-hujan tu pake hoodie yang ini malah jalan ke warung yang di R kupie karna kemarin semua warung tutup kan, yang buka cuman bapak itu, yaudah beli paracetamol yang kuning 4 butir .. yaa 4.. trus paramex 2 papan berarti ya 12.. habis itu ya nangis nangis ni mati ga yaa nghh mati ga ya, ternyata ga mati, cuman ngerasa hoyong mulai goyang-goyang gitukan ya setengah jam setelah itu baru kerasa badannya panas,</p>		

		baru nangis dibawalah kerumah sakit sama temen-temen kan dibawa sama mereka sampe disana dibiarin dulu jam 1 pagi baru di impus dan besoknya jam 8 pagi udah dibuka kan infusnya, karna jam 10 disuruh balik ke medan, karna dibujuk-bujuk disuruh balik ke medan sama mm.. paman itulah balik, yaudah gituu		
53	Peneliti	Alasan awal adek ngelakuin overdosis itu apa?		
54	Subjek	Alasannya karna capek yaudahlahh gaada lagi yang butuh kan karna emang ngerasa gaada lagi yang ngebutuhin gitu yaudah dilakuin gitu aja, gaada mikir apa-apa sih cuman kayak lah capek udah gakuat, baru ngerasa gaada yang butuh yaudah coba aja kali ya, kali aja di acc hahaha ternyata ga di acc sama tuhan lebih susah wak ga di acc masuk surga daripada ga di acc kerja sama tuhan		
55	Peneliti	Itukan kawan-kawan adek yang bawaa.. itu tau?		
56	Subjek	Itu... tau... dikasi tau sama anak-anak kos, itukan karna aku nangis diluar anak-anak kos keluar semua penasaran, kenal S yang pakai cadar itukan juga satu kos, karna diakan sifatnya keibuan sekali jadi dia keluar langsung keliatan panik, ini kenapa, jadi disitulah langsung keliatan disitu salah buang pil..pil.. obat-obatnya bekas obatnya, loh ini diminum semua ya, aduhh, dahlah masuk kedalam dia langsung manggil temen-		

		temen yang lain, langsung manggil becak dibawa lah sama temen-temen yang lain ke rumah sakit		
57	Peneliti	Kenapa adek selalu pengen.. ngg..buat diri adek itu gaada lagi?		
58	Subjek	<p>Ee yang pertama tadi itu tadi kak karna ngerasa ada yang butuh, karna belum nemu tempat cerita ke orang, karna gamungkin kan asal cerita ke orang tanpa maksud tujuan tertentu nah jadi liat liat dulu orangnya gimana bisa kasi feedback yang bagus atau ngga gituu, nah posisinya itu belum nemu yang kayak gitu, jadi kayak.. ee yaudahlah gaada juga yang mau denger, gaada yang mau denger keluh kesahnya trus yang ngebayang-bayang itu kalau misalnya dapat achivemend orang-orang yang kita sayang itu gaada lagi buat ngeliat atau ngedukung muji-muji achivemend kita ngasi validasi kan gaada karna yang peduli kasih validasi kekgitu cuman kakek, orang tua gapaham kekgitu, mereka tu kayak oh bisa ya yaudah tingkatin lagi, gamau nanya perjuangan dapatnya gimana, disana ngapai aja itu gaada yang mau nanya, posisinya kan kemarin lagi banyak achivemend juga karna masih banyak makrab-makrab tu jadi banyak yang mau diceritain, jadi kemarin sempat balik juga kan kemedan nangis tu di bus, karna aku ni habis ini ceritain ini sama siapa ya karna selama ini nyeritain ke kakek, jadi selama setengah tahun tu aku kalo balik ke medan tu kak itu suka ke makam kakek sendirian itu cerita-cerita sama batu kek orang gila ya betol-betol mirip</p>		

		kayak itulah haahah..		
59	Peneliti	Emang kalau misalnya.. misalnya adek masih ada itu kenapa.. kan maksudnya adek pengen gaada lagi ni tapi kalau misalnya adek masih ada itu apakah adek masih gamau memang betol-betol gamau lagi atau gimana?		
60	Subjek	Kalau kemarin posisinya emang betol-betol karna emang belum terbuka ya pikirannya belum terarah, emang betol-betol ah yaudahlah gausa berjuang lagi buat apa kita belum tau hasilnya kedepannya mau gimana dan disitu belum terbuka, kalau takdir kan kita bisa ubah sendiri tinggal butuh amin tunggu tuhan, ya kalau kemarin itu gak percaya belum percaya dan emang lingkungan gak belum ada yang dukung ayo <i>move out</i> dari tempatmu sekarang belum adaa.. dan ketemunya di semester 3 ini jadi lebih terarah gitu		
61	Peneliti	Jadi kakakk mau nanya, makna hidup adek sendiri nih itu apa menurut adek?		
62	Subjek	Kalau makna hidupku itu.. ohh kemarin belum nemu kan kak nah akhir akhir ini ketemu.. karna dari dulu aku yang pengen mati kakekku yang pengen hidup jadi aku mikirnya kan alah aku harus hidup demi dia ngg jadi makna nya itu balik lagi ke kakek, dia yang gantiin aku buat mati aku yang gantiin dia tetap hidup jadi harus tetap hidup terus gitu ee jadi lebih nemu lah,	-Ingin melanjutkan kehidupan	Kehendak untuk hidup bermakna

		barulah karna udah mikir konsep kekgitu baru ikot organisasi apa aja biar lupa dikit dikit		
63	Peneliti	Menyibukkan diri?		
64	Subjek	Iyaa menyibukkan diri, jadi kalau udah dapat <i>achievement</i> aaa buat apalagi diceritain, sekarang ee udah diganti, yaudah ngumpulin <i>achievement</i> sebanyak-banyaknya nanti baru diceritain, jadi lebih ada arah untuk hiduplah	-Mengumpulkan achievement -Ada arah hidup	Makna Hidup
65	Peneliti	Alasann..		
66	Subjek	Iyaa alasann kayak gituu		
67	Peneliti	Iyaa bener sii, eee mungkin untuk sekarang sampai situ dulu ee makasih banyak adekk ini sudah sangat..		
68	Subjek	Iyaa kakk		
	Peneliti	Gimana yaa udah sangat membantu dan udah sangat hebat adeknyaa, okeyy jadi kakak tutup duluu selamat siang menjelang sore adek		
70	Subjek	Iyaaa kakk		



Wawancara : II  
 Nama : EW  
 Umur : 20 Tahun  
 Hari/Tanggal : Senin, 20 November 2023  
 Waktu : 13.30

Baris	Pelaku	Uraian Wawancara	Open Coding	Tema
1	Peneliti	Selamat siang dek		
2	Subjek	Siang kakk		
3	Peneliti	Jadi kakak mau nanya dulu nih adek itu udah ngelakuin self-harm dari kapan		
4	Subjek	<i>Self-harm</i> itu udah adek lakuin dari 2021-2023		
5	Peneliti	Aduhh, tapi sebelumnya kakak izin rekam yaa		
6	Subjek	Iya kak kayak biasa		
7	Peneliti	Dari dua ribu?		
8	Subjek	2021 dari bulan 3 atau bulan 4 gitulah		
9	Peneliti	Kalau boleh tau itu pertama kali.. pertama kali bentuk self-harm yang adek lakuin itu apa?		

10	Subjek	Kalau self-harm yang bener-bener nyalet itu dari bulan itukan, tapi kalau dari sebelum-sebelumnya dari awal tahun tu jaman-jaman antuk-antukin kepala gitukan itu self-harm juga kan, tapi kalau misalnya bener-bener berani udah pakai ujung kunci lemari.. kan ujung kunci lemari kan agak tajem kan awal bulan 4 itu		
11	Peneliti	Ohh oke, nah semenjak dari itu ee adek aktif melakukan self-harm?		
12	Subjek	Luumayan sering tapi bukan kayak seminggu sekali gitu tapi setiap bulan kalau misalnya.. pokoknya kalau bekasnya udah ilang aja gitu baru ditambah lagi, kalau bekasnya udah ilang eh kok sepi tangannya		
13	Peneliti	Kayak ngerasa ada yang kurang ya?		
14	Subjek	Iyaa kayak ada yang kurang		
15	Peneliti	Jadi semenjak adek ngelakuin itu, bisa kita bilang sebulan ya		
16	Subjek	Sebulan sekali, atau kalau misalnya bulan ini udah trus bulan depannya agak telat dikit tapi tetep dilakuin tu perbulannya itu pasti adalah		

17	Peneliti	Ohh berarti jangkanya ga seminggu tapi sebulan gitu		
18	Subjek	He'e kak		
19	Peneliti	Berarti adek itu kalau kakak boleh tau ini pertama kali ngelakuin <i>self-harm</i> itu karna situasi apa? Atau bisa kita bilang kondisi apa yang membuat adek melakukan <i>self-harm</i> ?		
20	Subjek	Apa ya, kemarinkan adek kan masih ini masih kurang enakan sama keluarga trus disitu posisinya kakek baru berapa bulan ya empat lima enam bulan meninggal, tapi ya kayak <i>hopeless</i> aja gitu gapunya temen cerita trus kayak nangis-nangis aja gitu dikamar tapi nangis itu kayak masih ini gakeluar semua, ada yang kependem, tapi udah <i>self-harm</i> itukan jadi sakitnya jadi plus plus dia tapi kemarin karna berantem sama orang tua karna kan orang tua kan agak sensitif apalagi bapak kan ee agak ada masalah sedikit adek lupa juga kenapa mungkin karna ayahnya ayah ya yang meninggal jadi dia jugak sensitif		
21	Peneliti	Lagi dalam fase berduka ya		
22	Subjek	Iyaa, karna dia juga agak iniii.. agak depresi juga kak asam lambungnya naik tu 3 bulan kan kalau lebih dari		

		sebulan udah masuk ke gejala depresi kan kalau lambung naik, yaudah kemarin itu berantem berantem berantem adek sampe dorong lemari kamar yang harusnya diujung jadi pindah ke pintu biar gakk inii..		
23	Peneliti	Gak di dobrak ya		
24	Subjek	Iyaa karna emang pintunya gak kekunci, gak dibolehin.. gak ada privacy lah gaboleh ngunci kamar gaboleh nutup tirai gitu pokoknya ngapain-ngapain aja gitu gak boleh nutup pintu kecuali ganti baju, karna <i>privacy</i> nya kurang ada.. yaudah..trus itulah gaberani tu karna gaada benda tajam dikamar, trus nengok kiri kanan celengak celinguk nemulah itu nyangkut dipintu kunci kamar, trus mulailah nyoba tapi gak separah itu cuman merah-merah doang		
25	Peneliti	Itu awal pertamanya?		
26	Subjek	Iyaa gak sampai luka cuman merah-merah doing		
27	Peneliti	Trus adek ada ngerasain apa?		
28	Subjek	Yaa.. yaa sakit, sakit nangis tapi ya habis itu nangisnya full gitu karnakan sakitnya nambah, kalau udah digituin yaudah luka tangannya sakit nah jadi tau		

29	Peneliti	Itu pertama kali adek tau bentuk <i>self-harm</i> itu bisa adek lakukan itu darimana?		
30	Subjek	Darimana ya.. ohh adek waktu smp sama sma eh smp deng temen-temen smpnya kan agak nakal karna sekolah di negeri, dulu swasta trus ini tiba-tiba lari ke negeri, pertemanannya emang agak berantakan trus sering cabut jadi dari situ nemu temen-temen yang tanggannya lukak, habis itu ngelem tapi tau dari situ tanganmu kenapa lukak-luka kan dilihat kan walaupun gak ditanya ya tau itu tangannya kenapa, tapi dulu dipemikiran adek kalau yang kayak gitu tu udah pasti positif narkoba, itu pemikiran dulu, tapi sekarang lebih paham kenapa mereka ngelakuin itu, ohh gitu ternyata rasanya		
31	Peneliti	Nahh trus waktu adekk... temen adek taukan?		
32	Subjek	Nggak, nggak ada yang tau, karna selama setahun sejak kakek meninggal itu adek emang close untuk semuanya kecuali teman-teman gereja itupun karena mereka karnakan itu masih jaman covid itukan mereka kayak perkumpulan gereja kan diem-diem tu ngumpulnya jadi di gereja		

33	Peneliti	Tapi mereka tau?		
34	Subjek	Gaada yang tau, gaada yang <i>notice</i> karnakan pakai baju lengan panjang		
35	Peneliti	Adek.. adek kan waktu ngelakuin <i>self-harm</i> itu yang adek pikirin sebelum itu apa?		
36	Subjek	Ya gaada kak, cuman kayak ah gacukup ni rasa sakitnya kurang banyak gitu, kurang sakit, yaudah gaada pemikiran kayak sampai mau mati atau apa biar sakit doing		
37	Peneliti	Itu adek sebelum ngelakuin itu ada persiapan apa? Kayak aku ambil silet dulu deh aku ambil gunting dulu deh		
38	Subjek	Nggak, karna karnakan memang benda-benda tajam disimpannya khusus karna mama suka menjaitkan jadi dia simpennya khusus ditempat menjait doang jadi apa yang ada dikamar kalau malem-malem tu sendirian doang jadi gaada yang tau tu kalau dikamar malem-malem tu gini gini gini yaudah nangis nangis sendiri ngelukain diri trus bobok trus biasanya bangun lagi gitu-gitu terus		

39	Peneliti	Jadi yang ngebuat adek masuk psikologi itu apa?		
40	Subjek	Awalnya itu pengen daftar polisi, akpol, gapengen bilang siapa-siapa karna dulu orang tua terhalang biaya terus, dulu pernah kayak pengen masuk taruna waktu sma tapi terhalang biaya waktu mau kuliah trus alasan adek cuman gamau kuliah mau gapyear aja setahun trus dibujuklah sama paman, karna sadar juga kan kemarin itu kalau ga akpol ya ini hubungan internasional, cuman karna sadar tahun itu lagi drop jadi mungkin akademiknya juga nurun jadi akademiknya juga nurun, trus akhirnya ditanya mau kemana, kalau hubungan internasional udah terlalu jauh kayaknya kan, trus tersirat lah psikologi		
41	Peneliti	Trus habis itu kan adek udah mulai ngelakuin self-harm nih sedangkan adek juga udah masuk di aa psikologi, kayaknya di semester 2 deh kita belajar di psikologi yang bener-bener, kalau semester 1 masih banyak teori umum kan, nah semenjak adek udah masuk ke pembelajaran psikologi yang udah membahas mental kita itu gimana sih perasaannya?		
42	Subjek	Sebenarnya membaiknya itu dari semester 4 kak bukan semester 2		

43	Peneliti	Berarti semester 4 itu sudah mulai membaik gitukann..		
44	Subjek	Membaik karna sempat konsul juga kan sama ibu ira, ibu ika, karna bu ika emang bener-bener back up dari semester 2		
45	Peneliti	Bu ika dosen pembimbing?		
46	Subjek	Ngg dosen pengasuh		
47	Peneliti	Ohh PA ya, PA. Itu disemester 4 mata pelajaran apa yang buat adek sadar?		
48	Subjek	Yang buat adek sadar itu psikodiagnostik, psikodiagnostik 2 yang kayak tes tes IQ, karna kan emang suka kan nengok-nengok gambar trus tes-tes IQ itukan emangg suka, nah dari situlah baru wah ternyata psikologi seseru itu, trus masuklah ke psikologi konseling dari situ mulai masuk sama bu mia kan, dan bu mia itu ajarannya enak gitu paham, trus bu mia bilang saya baru inget loh kamu mahasiswa yang ada surat izin karna pengen bunuh diri, saya salutloh nak, kamu pintar tapi kok cara kamu kekgitu saya agak kecewa sedikit padahal kamu tau cara konseling yang benar, saya lihat kamu bisa teorinya tapi kenapa kamu gak jalanin ke diri kamu sendiri padahal kalau kamu	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Mulai sadar</li> <li>-Mendapatkan motivasi</li> <li>-Mulai berubah</li> <li>-Ingin menyembuhkan diri sendiri</li> </ul>	-Memiliki kehendak untuk hidup bermakna



		mau kamu bisa coba, ya kamu harus pinter juga loh nak jangan dibiarkan ilmunya kekgitu aja jangan gak dipergunain, baru dari situ kayak oh ternyata masih ada value nya gitukan , dan mungkin ada beberapa orang kayak ada orang yang kayak adek kakak mau cerita makasih ya adek <i>i fell better</i> sehat-sehat terus ya, pokoknya kayak mendengar doa-doa baik untuk kita itu kayak menyembuhkan diri sendiri		
49	Peneliti	Nah jadi selama adek, kita rentang waktunya dari pertama kali adek ngelakuin <i>self-harm</i> ajadeh, sampai adek hari ini itu ada gak hal yang pengen adek ubah sekarang?		
50	Subjek	Kalau sekarang ya puji tuhan udah berhenti karna gapernah tersirat kayak gitu lagi, mungkin karna ngg ngeliatkan adek udah praktikum di polress.. ee udah bergaul dengan hal-hal yang tersendat ya ada cahaya sedikit ada secercah cahaya lah	-Mulai berhenti <i>self-harm</i>  -Bergaul  -Mendapat secercah cahaya	-Memilki kehendak hidup bermakna
51	Peneliti	Berarti setidaknya adek udah ada harapan gitu kan?		
52	Subjek	Udah kak soalnya kan aturan di kepolisiannya itu bekas luka terbukanya itu ditangan dikaki itu tidak boleh lebih dari 5 cm, dan di kaki itu udah ada, jadi kalau	-Mempunyai harapan hidup	-Memiliki makna hidup

		misalnya tangan ini luka udah inikan udah gabisa udah lebih dari 5 cm		
53	Peneliti	Udah hilang?		
54	Subjek	Udah kak dikit-dikit		
55	Peneliti	Yang dikaki kenapa?		
56	Subjek	Pernah jatuh kak jadi udah terhitung 2,5 cm		
57	Peneliti	Jadi waktu adek ngerasa bener-bener <i>stop</i> itu darii kapan?		
58	Subjek	Kalau gasalah dari bulan 8		
59	Peneliti	Tahun ini?		
60	Subjek	Tahun inii iya balik dari ini.. libur, trus disini sekali ngelakuin sekali trus gak lagi sampai sekarang		
61	Peneliti	Alasannya?		
62	Subjek	Karna itu tadi, gaboleh ada luka lagi		
63	Peneliti	Nah jadi kakak mau nanya nih karna adek udah feel better dari sebelumnya aa kakak mau nanya tujuan hidup adek sekarang apa?		

64	Subjek	Tujuan hidup adek sekarang itu apa ya.. buat yang udah injek-injek kita itu jadi.. buat yang harusnya kita gini jadi kekini, kayak dia harus liat keatas, iya kak diinjek orang diludahin orang lain dicaci maki jadi liat kebawah itu siapa, karna sakit hatinya itu kayak gini kak	-Memperbaiki pandangan orang	-Memiliki kehendak hidup bermakna
65	Peneliti	Nah selama adek masuk psikologi adek tau gak makna dari <i>self-harm</i> itu apa?		
66	Subjek	Tau kak kemarin itu udah semester satu kak jadi udah membahas karna <i>self-harm</i> yang di psikologi itu banyak bukan adek aja tapi gakelihatan apalagi kita disini pakai tangan semua		
67	Peneliti	Apalagi kalau yang islam tertutup semua		
68	Subjek	Iyaa gapernah keliatan kecuali dia posting di sosmed, yaudah karena dari situ sebenarnya adek tau <i>self-harm</i> itu perlakuan menyakiti diri sendiri apapun bentuknya ntah itu gak makan, maksain diri buat kecapean dia itu sebenarnya ada konsekuensinya sama diri sendiri jadi sakit gitulah cuman ada beberapa orang yang mencari kepuasannya dari situ misalnya dia merasa lebih hidup dari situ misalnya dia gabisa ngerasain apa-apa, sebenarnya gitu kak kenapa <i>self-harm</i> , karna aku		

		gabisa ngerasain apa-apa sebenarnya aku takut gabisa ngerasain apa-apa		
69	Peneliti	Nah semenjak itu adek bisaa ngg...a apa ya.. memahami diri adek sendiri ga?		
70	Subjek	Kalau memahami diri sendiri mungkin belum sepenuhnya kan kak		
71	Peneliti	Sampai saat ini?		
72	Subjek	Sampai saat ini belum sepenuhnya karna kan masih kayak gimana ya, banyak yang kurang aja gitu		
73	Peneliti	Kekurangannya itu dalam hal apa?		
74	Subjek	Kayak adek belum paham aja punya kelebihan tapi masih dikasih sekat sama kayak orang-orang yang adek jadiin motivasi	-Masih mendapat motivasi	-Memiliki keinginan untuk hidup bermakna
75	Peneliti	Ada batasannya		
76	Subjek	Ada sekatnya, jadi adek suka ni cewek-cewek akpol cantik putih tinggi trus pendidikannya bagus keluarganya juga ini, ekonominya juga mendukung, padahal disekat satu lagi adek sadar adek jago ini adek bisa naik gunung tanpa rasa capek adek bisa fotografi		

		tapi itu ada sekatnya kayak lebih ini sekatnya belum bisa dilepas		
77	Peneliti	Untuk saat ini ada ga hal yang adek usahakan untuk adek ini lebih baik memahami diri adek sendiri?		
78	Subjek	Belum ada kak, masih ngerasain insecure		
79	Peneliti	Selain itu ada ga hal-hal yang menurut adek tu penting ada dikehidupan adek?		
80	Subjek	Kalau itu kak, aaaa siapa ya... ada si kalau orang, ada tu dita, dita tu tetangga ku, jadi dari kecil kami selalu bareng tapi gaterlalu dekat waktu smp karna jalannya udah beda, tapi setelah dia tau aku sempat minum kayak kenapa kamu tu kenapa kok gacerita, aku tu kayak gaada ya trus nemu orang-orang yang nasibnya sama kayak aku, kalau sekarang paling bisa dihitung tangankan, kalauga nenek kan nenek udah tua, udah sakit juga udah mau kelar gitu kan, tapi setidaknya gabertingkah sampe dia mau kelar biar ga nyesel senyesel kakek ya paling temengnya cuman tiga itu aja yang lain gak ada percintaan juga gak ada ya	-Mempunyai orang yang berarti	-Memiliki makna hidup
81	Peneliti	Jadi pertanyaan terakhir ini untuk pertemuan kita, jadi apa hal-hal yang ngebuat adek itu ingin mencapai masa		

		depan adek?		
82	Subjek	<p>Apa ya, yang satu kak biar adil biar nanti anak-anaknya adek tu nanti gak dikatain sama orang, karna waktu sma kayaknya pernah adek cerita, waktu adek foto-foto yang aneh-aneh itu tersebar diakun sampe mau di do.. disekolah trus sampe gaada yang percaya trus...udahlah udah kayak gitu, trus kalau untuk sekarang mungkin biar anak-anak adek ga digituin lagi biar gadapat perlakuan yang sama, trus biar keponaan keponaan adek tu yang itu tadikan bangga itu onty ku itu, trus biar temenku dua tadi kenapa-kenapa itu bisa kayak selain polisi kawanku juga psikolog bisa tempat cerita, biar mata bapakku tu terbuka lebar-lebar bahwa apa yang dilarang itu yang terbaik buat anaknya, trus dulu kan kakek kan dulu kerjanya di kodam</p>	<p>-Membuat keluarga bangga</p> <p>-Bisa diandalkan</p>	-Harapan Hidup
83	Peneliti	Tentara?		
84	Subjek	<p>ASN kak, bukan terntara, jadi dia cerita tentang apel pagi apel malam apel sore segala macam gitu-gitu, kalau misalnya mau hidup tapi orangnya gaada ya minimal aku hidup di lingkungan yang dia cerita ke aku gitu</p>	-Berada di lingkungan orang yang disayang	-Harapan hidup

85	Peneliti	Itukan untuk orang lain, tapi untuk diri adek sendiri apa yang..		
86	Subjek	Sebenarnya itu kepuasan loh kak kayak ngeliat orang yang jahatin kita trus minta tolong sama kita betul-betul puasnya pol pol pol, trus kayak yang adek bilang tadi lebih baik ucapan terimakasih daripada uang dan kata-kata terimakasih dari orangnya itu bayaran paling mahal untuk psikolog sama doa-doa itu lebih mahal harganya, yaudahlah sekarang ya kekgitu-kekgitu aja, kalau ada giat ya digiat kan, kalau ada kerja ya dikerjain, kalau gaada ya dirumah makan main game makan tidur, mungkin emang ga terlalu ini ya, kan psikolog kan, calon psikolog gamungkin kita gak pande ini kan, sosialisasi sama orang , cuman kana da energy yang harus ditahan yak seperti ituuuu	-Mendapat kepuasan -Menjadi psikolog -Mendapat doa-doa baik dari klien	-Harapan hidup
87	Peneliti	Okey jujur ya dari wawancara pertama kali kita disana sampai kita wawancara terakhir perkembangannya beda banget loh		
88	Subjek	Iya adek aja terasa adek aja terasa waktu ee dulu mata kosong		
89	Peneliti	Iya serius dari waktu kita wawancara kemarin itu sampe saat ini gimana ya.. ee.. kayak perkembangan		

		adek itu udah sangat sangat lebih baik walaupun belum sepenuhnya kayak adek belum bisa memahami diri adek sendiri tapi udah saat baik jalurnya udah lebih terarah, mungkin wawancara selanjutnya dari adek aja nanti kakak hubungi, kakak tutup wawancaranya, siang adek		
90	Subjek	Siang kakak		



Wawancara : III  
 Nama : EW  
 Umur : 20 tahun  
 Hari/Tanggal : Sabtu, 23 Desember 2023  
 Waktu : 09.30 wib

<b>Baris</b>	<b>Pelaku</b>	<b>Uraian Wawancara</b>	<b>Open Coding</b>	<b>Tema</b>
1	Peneliti	Selamat pagi adek		
2	Subjek	Pagi kak		
3	Peneliti	Gimana kabarnya hari ini?		
4	Subjek	Baik sehat		
5	Peneliti	Udah siap uasnya?		
6	Subjek	Udah		
7	Peneliti	Kapan terakhir?		
8	Subjek	Semalam experiment		
9	Peneliti	Ini, presentasi ya?		
10	Subjek	Iya presentasi sama bu.. khem.. bu hafnidar		

11	Peneliti	Gimana perasaannya setelah uas dan dibantai semester 5?		
12	Subjek	Iyaa gak sabar pulang si kak, mau magang		
13	Peneliti	Ohiya magang dimana tu?		
14	Subjek	Di polda pembinaan masyarakat		
15	Peneliti	Itu diluar kampus kan? Berapa lama		
16	Subjek	Iyaa, satu bulan kan magang mandiri doang		
17	Peneliti	Ohh waktu liburan aja ya		
18	Subjek	He'e cuman mengisi waktu gabut		
19	Peneliti	Okeyy jadi gimana dari terakhir kita wawancara sampai hari ini ada yang terjadi?		
20	Subjek	Kalau dari <i>self-harm</i> mungkin ini.. udah jarang kan, kek tahun ini kita mulai dari bulan berapa kak?	- <i>Self-harm</i> berkurang	-Memiliki keinginan hidup bermakna
21	Peneliti	Lupa kakak		
22	Subjek	Dari awal tahun		
23	Peneliti	Iya dari awal tahun		

24	Subjek	Mungkin bisa dihitung tangan, april, bulan delapan, sama kemarin bulan desember cuman 3-4 dulu		
25	Peneliti	Yang desember kemarin kenapa?		
26	Subjek	Yang desember kemarin gara-gara ini ke trigger sama mk bunda ella, kana ada bahas ini tentang kepribadian ganda, trus kemarin itu sebenarnya b aja, sampe beliau bilang kalau misalnya symptom-symtomnya itu kalau kepribadian ganti dia bakal lupa apa kejadian-kejadian sebelum-sebelumnya tapi dia lupa, trus nangislah ini gimana kalau misalnya aku lupa padahal tahun ini kan enak seru, trus kalau misalnya lupa keganti sama kepribadian yang baru kalau dapat tekanan kan sedih kan kak itulah ke trigger, <i>self-harm</i> jadinya, kesel kali kak ih kenapa kok kalau memang pelupa kenapa sepelupa itukan, trus masuk kerumah sakit karna gak makan, udah <i>self-harm</i> , gak makan, minum kopi, mati.. hahhaa		
27	Peneliti	Self-harmnya itu kapan?		
28	Subjek	Tanggal 5 tuh ini masih barukan bekasnya ini		
29	Peneliti	Ohiya trus gamakan berapa hari?		

30	Subjek	Dari tanggal 4 nya		
31	Peneliti	Sampai?		
32	Subjek	Sampai tanggal 5, tanggal 3 malem cuman makan indomie, tanggal 4 full gamakan, tanggal 5 siang nya masuk rumah sakit, untung ada bpjs kan makan enak nya ditanggung rumah sakit		
33	Peneliti	Kenapa berfikir untuk self-harm lagi sedangkan adek kan udah nisa berbulan-bulan berhenti		
34	Subjek	Kek itu.. khem.. kek itu betulan kok pelupa kalii, kayak.		
35	Peneliti	Berarti ke trigger sama materi..		
36	Subjek	Iya ke trigger sama materi sendiri, karna sebelum-sebelumnya kan belajar yang lain sama bu ella gaada ke trigger kak tapi yang kemarin itu ke trigger kali, kayak yang lainnya kayak napza dan lainnya itu biasa aja walaupun kenak overdosis gitu biasa aja, ini ke triggernya gara-gara itu..		
37	Peneliti	Kenapa? Maksudnya kan adek belum ada diagnosis.. kepribadian ganti		

38	Subjek	Itulah makanya karna gak mau mendiagnosa diri sendiri jadi adek chatlah bu mia bu ika, kebetulan besoknya bu ika sakit, adek masuk rumah sakit karna kebetulan pengen nanya itu cuman kemarinkan konsul dulu kan kak magang sekalian mau ngasih tau mau balek, trus bilang buk kemarin saya masuk rs karna ini ini ini	-Memastikan ke yang lebih profesional	-Memiliki kehendak untuk hidup bermakna
39	Peneliti	Itu bilang sama siapa?		
40	Subjek	Sama bu ika, trus dibilang yaudah kamu masuk nanti kita lanjut ULP lagi dibilang kekgitu, sebenarnya gaharus sampe sembuh juga gapapa buk cuman mau tau ini pastinya kenapa, kan gamungkin ini kita gatau sakit apa, cuman kata ibu yaudah alihin aja dulu ke magang sibukin diri		
41	Peneliti	Okey apa yang adek rasain setelah ngelakuin <i>self-harm itu</i> dan berfikir bahwa adek punya kepribadian ganda?		
42	Subjek	Kekmana ya kak, ya kayak biasa, habis <i>self-harm</i> nyesal trus habis mandi sakit nangis lagi biasanya kan juga gitu		
43	Peneliti	Jadi gimana perasaan adek sejak jadi anak psikologi yang bisa jadi batu loncatan untuk bisa meraih		

		keinginan adek?		
44	Subjek	Sebenarnya gak nyangka sih kak karna 16 tahun deket situ kan, gak pernah nyangka, seru tapi deg-degan		
45	Peneliti	Deg-degannya kenapa? Kan itu yang adek pengen		
46	Subjek	Karna ini lagi di era umur-umur kita yang bertugas juga disana		
47	Peneliti	Ada perubahan gak dari hidup adek?		
48	Subjek	Kalau perubahan ada <i>battermya</i> di sosialnya, mungkin nemu temen-temennya itu yang puji tuhan dikit kali dikit kali kak tapi emang bener-bener baik, orangtua juga jadi lebih paham apa kak, udah mau bertukar pikiran juga kalau dulu mereka cuman anggap kita anak-anak sekarang udah kuliah lebih paham sama manusia, kalau misal ada masalah kan dirumah mamak cerita, mamak yang biasa gak mau cerita sekarang udah cerita	-Sosial membaik  -Hubungan keluarga membaik	-Memiliki kehendak untuk hidup bermakna
49	Peneliti	Udah <i>sharing</i>		
50	Subjek	Iya udah <i>sharing</i> sekarang karna sempat marah juga mamak itu jangan apa-apa nyimpen sendiri, ngapain jauh-jauh kuliah psikolog, bapak udah berubahlah tipis	-Perubahan positif dari diri sendiri	-Memiliki makna hidup

		tipis udah gak main tangan kayak dulu lagi trus anggapannya udah gede juga sekarang, trus mereka udah menyibukkan diri ke apa namanya kak, urusan-urusan gereja, natal di <i>share</i> ke grup keluarga gitu, kayak perubahan di diri kita ternyata bisa nular ke lingkungan kita, mungkin kayak gini ih anakku udah gini mungkin aku harus bisa berubah juga, banyak hal yang emang berubah kak, kak rasa sakit bahagia nular ke orang lain	-Hubungan keluarga membaik  -Bahagia	
51	Peneliti	Adek udah tau ga makna hidup untuk adek itu apa?		
52	Subjek	Makna hidup yang sekarang itu apa ya, kayak lebih menghidupin sisa-sisa yang ketinggalan kemarin	-Harus tetap hidup	-Memiliki makna hidup
53	Peneliti	Okey		
54	Subjek	Simplenya gini kak, posisi kita yang pengen mati udah digantiin sama orang jadi kita harus gantiin hidup orang lain		
55	Peneliti	Sebagai pelaku <i>self-harm</i> apa yang ingin adek capai dimasa depan?		
56	Subjek	Bisa buat orang lain ga kayak kita	-Membuat orang lain tidak melakukan <i>self-</i>	-Harapan hidup

			<i>harm</i>	
57	Peneliti	Dengan cara?		
58	Subjek	Dengan cara ya jadi psikolog, kan kalau yang orang-orang tau psikolog untuk orang gila semua bayarnya mahal sampe 200 perjam, ya kita buka yang murah aja buat mereka yang gamampu, kasih pemahaman ke orang lain untuk dirinya juga	-Menjadi psikolog -Membantu seikhlasnya -Memberikan pemahaman	-Harapan hidup
59	Peneliti	Itu keinginan adek?		
60	Subjek	Iya		
61	Peneliti	Berapa persen adek udah mencapai keinginan itu?		
62	Subjek	2-5 % mungkin, karna ada beberapa temen yang nyariin kayak ngadu trus setelah itu jadi lebih tenang kalau cerita, belum sampai ke pencapaian sebesar-besar itu, ada rasa berguna lah ilmunya itu, trus kayak nengok orang <i>self-harm</i> itu kenapa mau cerita ga, supaya bisa sembuhin pelan-pelan	-Merasa berguna -Memberikan motivasi kepada orang lain	-Memiliki makna hidup
63	Peneliti	Ada perubahan ga dari adek sebelum masuk ke jurusan psikologi sampai sekarang?		



64	Subjek	Banyakkk kak, kalau misalnya didepan umum tu baru duduk gini aja tu udah memikirkan isi pikiran orang lain, sekarang gak, kalau dari orang lain gak bakal ngg, lebih pentingin diri sendiri	-Mendapat perubahan	-Memiliki kehendak untuk hidup bermakna
65	Peneliti	Kalau dari <i>self-harm</i> nya mungkin?		
66	Subjek	Hmmmm,, ngg.... Kalau dari <i>self-harm</i> ....		
67	Peneliti	Lebih berkuramng mungkin, lebih tau <i>self-harm</i> itu salah gitu, dikurangi		
68	Subjek	Iyasihh kayaknya.. tau, emang dari dulu sih tau itu ga baik, Cuman karna emang sekarang udah mendapat tujuan hidup jadi apa, ya mungkin bisa dikurangi kan bisa di handle kan ada cara-cara lain untuk ngatasi coping stress tadi, mungkin masi menyakiti diri cuman caranya udah gak separah dulu lagi, karna kan keluarga juga udah lebih aware sekarang kak, udah banyak yang berubah dari keluarga juga, keluarga juga udah banyak keluarga yang baru, trus kalau keponaan-keponaan udah gede trus ngalamin yang sama kan kita bisa bantu gimana cara bisa ngatasinya, karna sebenarnya mereka suka kak anak-anaknya mau jadi psikolog, dulu kakak sepupu adek mau jadi psikolog	-Mendapat tujuan hidup -Mengurangi <i>self-harm</i> -Coping yang benar	-Memiliki makna hidup

69	Peneliti	Gak diizinkan?		
70	Subjek	Iya gak diizinkan		
71	Peneliti	Trus sekarang mereka udah sadar bahwasanya ada adek di psikologi itu..		
72	Subjek	Seenggaknya ada satulah gitu yang jadi tumpuan kalau misalnya.. anak akakk gak kayak gini loh itu kenapaa.. jadi dicari	-Persepsi orang tua membaik	-Memiliki makna hidup
73	Peneliti	Ada tempat bertanya		
74	Subjek	Iya ada tempat bertanya walaupun nanti mereka jarang nanya		
75	Peneliti	Okey pertemuan terakhir di pertemuan kita. Kehidupan yang gimana yang adek pengen kedepannya?		
76	Subjek	.....sss..sebenarnya simple kak, dapatin cita-cita ntah itu masuk polisi atau apa, hidup tenang, sama orang tua, punya teman yang sedikit kalau bisa yang sekarang-sekarang yaa trus bisa nyenangkan ponakan karna fokusnya sebenarnya bisa nyenangkan ponakan	-Meraih cita-cita -Hidup tenang -Menyenagi keluarga	-Harapan hidup
77	Peneliti	Keluarga?		

78	Subjek	Iya keluarga, temen-temen, sahabat-sahabat		
79	Peneliti	untuk diri sendiri?		
80	Subjek	Untuk diri sendiri yaa.. fokus <i>goalsnya</i> semoga bisa inilah jadi apa..ngelindungin orang, kalau kita udah bisa ngelindungi orang secara psikis ini secara hukum, kalau sekarangkan kita bisa ngelindungi orang secara psikis buat mereka lebih aware kan jadi bisa ngelindungi orang lain secara hukumnya, trus orang ngeliat kita itu ada sesuatu kak, kalau kita yang sekarang orang galiat apa-apa mungkin ya berikutnya...dan berguna	-Melindungi orang lain secara psikis dan hukum  -Berguna	-Harapan Hidup
81	Peneliti	Okeyy adek ini pertemuan terakhir kita selesai, semoga adek bisa mencapai apa yang adek inginkan, semoga kehidupan adek kedepannya menjadi lebih baik dan semoga tangan adek dan tubuh adek menjadi lebih bersih		
82	Subjek	Amin		
83	Peneliti	Dari <i>self-harm</i> dan benda tajam lain, okey kakak tutup, thank you adek		

### Lampiran 5. Tabel Akumulasi Tema

Tabel Akumulasi Tema Subjek EW

Nama : EW

Jumlah Akumulasi Tema : 7

Jumlah Wawancara yang dilakukan : 3

No	Tema yang muncul	Frekuensi		
		Wawancara I	Wawancara II	Wawancara III
<b>Tema dalam komponen Aspek Kebermaknaan Hidup</b>				
1	<i>The Freedom of Will</i>	-	-	1
2	<i>The Will to Meaning</i>	-	1	1
3	<i>The Meaning of Life</i>	1	-	1
<b>Tema dalam Harapan Hidup Kebermaknaan Hidup</b>				
1	Harapan Hidup	-	1	1

Tabel Akumulasi Tema Subjek KD

Nama : KD

Jumlah Akumulasi Tema : 9

Jumlah Wawancara yang dilakukan : 3

No	Tema yang muncul	Frekuensi		
		Wawancara I	Wawancara II	Wawancara III
<b>Tema dalam komponen Aspek Kebermaknaan Hidup</b>				
1	<i>The Freedom of Will</i>	2	-	-
2	<i>The Will to Meaning</i>	1	1	-
3	<i>The Meaning of Life</i>	1	1	1
<b>Tema dalam Harapan Hidup Kebermaknaan Hidup</b>				
1	Harapan Hidup	1	1	-

Tabel Akumulasi Tema Subjek RY

Nama : RY

Jumlah Akumulasi Tema : 7

Jumlah Wawancara yang dilakukan : 2

No	Tema yang muncul	Frekuensi	
		Wawancara I	Wawancara II
<b>Tema dalam komponen Aspek Kebermaknaan Hidup</b>			
1	<i>The Freedom of Will</i>	1	-
2	<i>The Will to Meaning</i>	1	1
3	<i>The Meaning of Life</i>	1	1
<b>Tema dalam Harapan Hidup Kebermaknaan Hidup</b>			
1	Emosional	1	1

## Lampiran 6. Tabel Kategorisasi dan Coding

Tabel Kategorisasi dan Coding Aspek Kebermaknaan Hidup

No	Uraian Wawancara	Open Coding	Klasifikasi	Tema
1.	<p><b>Subjek KD:</b></p> <p>Pingin sih kak.. pingin hilangi kebiasaan buruknya.. minum, trus apaa.. kek <i>self-harm</i> kak (KD, W1:111)</p> <p>Jadi misalnya ada dosen yang jelasin gini kita yang psikologi janganlah kita yang rusak mentalnya jadi ngerasa ihh aku galayak di psikologi ihh ihh jadi ngerasa mau diperbaiki, tapi diperbaiki juga susah gitukan kak jadi bingung kan kak gimana cara mau memperbaikinya gitukan kak, karnakan udah sering adek lakukan berulang-ulang jadi udah kek kebiasaan kak (KD, W1:135)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hilangin kebiasaan <i>self-harm</i></li> </ul>	<p>Mengubah kondisi hidup</p>	<p>Memiliki Kebebasan Berkehendak (<i>The Freedom to Will</i>)</p>

	<p><b>Subjek RY:</b></p> <p>Ada, banyak, kalau bisa aku mau ubah <i>self-harm</i> aku ini, gak mau aku jadi psikolog yang melukai diri sendiri, takut mengganggu pendidikan aku juga (RY, W1:64)</p> <p><b>Subjek RY:</b></p> <p>Apa ya, bebas ngelakuin apa yang aku mau aku bebas memilih untuk melakukan <i>self-harm</i> tapi aku bebas juga untuk milih menyembuhkan <i>self-harm</i>, aku bebas menentukan jalan hidup aku kedepannya mau jadi apa, tujuan hidup aku gimana (RY, W2:18)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bebas menentukan Hidupan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menentukan arah hidup</li> </ul>	
2	<p><b>Subjek EW:</b></p> <p>Kalau sekarang ya puji tuhan udah berkurang karna gapernah tersirat kayak gitu lagi, mungkin karna ngg ngeliatkan adek udah praktikum di polress.. ee udah bergaul dengan hal-hal yang tersendat ya ada cahaya sedikit ada secercah cahaya lah (EW, W2:50)</p> <p>Itulah makanya karna gak mau mendiagnosa diri</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan kegiatan yang diinginkan</li> <li>• Memastikan ke yang lebih profesional</li> </ul>	Kegiatan positif	<p>Memiliki Kehendak untuk Hidup Bermakna</p> <p><i>(The Will to Meaning)</i></p>



<p>sendiri jadi adek chatlah bu mia bu ika, kebetulan besoknya bu ika sakit, adek masuk rumah sakit karna kebetulan pengen nanya itu cuman kemarinkan konsul dulu kan kak magang sekalian mau ngasih tau mau balek, trus bilang buk kemarin saya masuk rs karna ini ini ini (EW, W3:38)</p> <p><b>Subjek KD :</b></p> <p>Masih tapi udah gaseparah dulu kan kak karna kek mikir lagi ih sayang badan kan jadi badan jadi jelek, kaya paha.. disini pun adaa.. jadi jadi jelek trus gamau lakuin hal kekgitu lagi tapi kadang terpintas gitukan kak, kadang ngelampiasin ke musik, atauga ke buku..nyoret-nyoret buku atauga ke pantai sendirian.. kalauga inii kakk keseringan keluar malam naik kereta tengah malam sampe lhok (KD, W1:177)</p>			
<p><b>Subjek RY:</b></p> <p>Karna aku punya cita-cita, ada yang harus aku gapai ada ibu yang harus aku bahagiain, itulah yang jadi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keinginan untuk hidup bermakna</li> </ul>	<p>Motivasi</p>	

<p>motivasi aku (RY, W2:26)</p> <p><b>Subjek KD:</b></p> <p>Bakal terus dicoba karna kek mau sampai kapan.. karna kek kata ibu itu kalau kita mau jadi psikolog kita harus selesai dulu sama diri sendiri, jadi kek sebelum aku tamat ni aku harus selesai dengan masalahku (KD, W2:129)</p>			
<p>3. <b>Subjek EW:</b></p> <p>Iya udah sharing sekarang karna sempat marah juga mamak itu jangan apa-apa nyimpen sendiri, ngapain jauh-jauh kuliah psikolog, bapak udah berubahlah tipis tipis udah gak main tangan kayak dulu lagi trus anggapannya udah gede juga sekarang, trus mereka udah menyibukkan diri ke apa namanya kak, urusan-urusan gereja, natal di share ke grup keluarga gitu, kayak perubahan di diri kita ternyata bisa nular ke lingkungan kita, mungkin kayak gini ih anakku udah gini mungkin aku harus bisa berubah juga, banyak hal yang emang berubah kak, kak rasa sakit bahagia nular ke orang lain (EW, W3:50)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hubungan keluarga membaik</li> <li>• Bahagia</li> <li>• Memahami diri</li> <li>• Ada arah hidup</li> </ul>	Keadaan Bahagia	Memiliki Makna Hidup ( <i>The Will to Meaning</i> )

<p>Iyaa menyibukkan diri, jadi kalau udah dapat achievement aaa buat apalagi diceritain, sekarang ee udah diganti, yaudah ngumpulin achievement sebanyak-banyaknya nanti baru diceritain, jadi lebih ada arah untuk hiduplah (EW, W1:64)</p> <p><b>Subjek KD:</b></p> <p>Gapapa itu pelajaran katanya.. semangatlahh.. mamakpun semangat nyari duitnya.. dari situ kayak bisa adek disemangatin kan, dulu tu ga kekgitu, semenjak masuk kuliah aja (KD, W1:207)</p> <p><b>Subjek RY:</b></p> <p>Bermakna dalam hal aku bisa merasakan kebahagiaan hidup aku karena aku tau potensi aku, keluarga aku juga bahagia, salah aku <i>self-harm</i> aja. Aku pengen benar-benar bermakna sepenuhnya (RY, W2:22)</p>			
---	--	--	--

<p><b>Subjek EW:</b></p> <p>Kalau kemarin posisinya emang betol-betol karna emang belum terbuka ya pikirannya belum terarah, emang betol-betol ah yaudahlah gausa berjuang lagi buat apa kita belum tau hasilnya kedepannya mau gimana dan disitu belum terbuka, kalau takdir kan kita bisa ubah sendiri tinggal butuh amin tunggu tuhan, ya kalau kemarin itu gak percaya belum percaya dan emang lingkungan gak belum ada yang dukung ayo move out dari tempatmu sekarang belum ada.. dan ketemuanya di semester 3 ini jadi lebih terarah gitu (EW, W1:60)</p> <p><b>Subjek KD:</b></p> <p>Kayak ih berarti aku cuman disini kayak beban kali berarti kayak ini uang yang aku ganti.. jadi kak pencapaian aku ni kak aku betol-betol gamau ni kak kayak hidup capek.. capek kali sebenarnya kakk.. tapi cuman aku kayak harus gantiii pas sukses aku harus ganti uang itu semua gitu kak..kek aku harus bisa ngembaliin uang yang orang tua aku nyekolahkan aku yaudah kek aku harus bisa ngebalekin semua (KD,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pikiran belum terbuka</li> <li>• Beban</li> <li>• Capek akan kehidupan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keadaan Menderita</li> </ul>	
---	--	---	--

	<p>W2:157)</p> <p><b>Subjek RY:</b></p> <p>Ya karna aku orangnya gampang stres, dulu waktu SMA setiap ada masalah aku gak tau gimana selesaiannya, aku juga gak tau tujuan hidup aku apa, kayak yaudah jadi self harm itu jadi kebiasaan (RY, W1:26)</p>			
--	--	--	--	--

## Lampiran 7. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS MALIKUSSALEH  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jln. Cot Teungku Nie-Reuleut Kecamatan Muara Batu-Aceh Utara  
Kampus Utama Reuleut, Gedung Psikologi  
Laman : <http://www.unimal.ac.id> Email : psikologi.fk@unimal.ac.id

**SURAT PERNYATAAN IZIN PENELITIAN**  
**Nomor 1315/UN45.1.6/PT.01/2023**

Sehubungan dengan rencana penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul:  
**"Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Psikologi yang Melakukan Self Harm"** oleh Mahasiswa  
Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh yang tersebut dibawah ini:

Nama : Rina Asna Dara

NIM : 200620077


Tempat/tanggal lahir : Lhokseumawe/10 April 2002

Prog. Studi/Fakultas : Psikologi/Kedokteran

Alamat : Kutablang, Banda Sakti, Kota Lhokseumawe

Dengan ini kami menyatakan bahwa mahasiswa tersebut diberikan izin untuk melaksanakan  
penelitian sepanjang yang bersangkutan memenuhi ketentuan yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan izin penelitian ini kami berikan kepada yang bersangkutan untuk  
digunakan seperlunya.

Reuleut, 6 Desember 2023  
Ketua Jurusan Psikologi  
  
universitas  
MALIKUSSALEH  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
Riza Mushi, S.Kp., M.Kes  
NIP 197306052001121003

Tembusan:

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh (sebagai laporan)
2. Arsip

### Lampiran 8. Dokumentasi

### Subjek EW

