

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menyakiti diri sendiri atau *self harm* menjadi fenomena kesehatan jiwa yang mulai sering dijumpai. Perilaku *self harm* tercatat menempati trier kedua sebagai penyebab kematian individu usia produktif antara 15 hingga 29 tahun. Tercatat 800 orang setiap tahunnya ditemukan meninggal karena bunuh diri (WHO, 2018). Fenomena perilaku ini di Indonesia tercatat dalam data YouGov Omnibus (2019), yang menyebutkan 36,9% masyarakat di Indonesia pernah melakukan tindakan melukai diri dengan sengaja, dimana presentase tertinggi (45%) ditemukan pada kelompok usia 18-24 tahun dengan 7% diantaranya melakukan tindakan *self harm* secara rutin. Di wilayah Banjarmasin, perilaku *self harm* tidak terdata jumlahnya disebabkan masyarakat yang pernah melakukan perilaku *self harm* tidak melapor ke layanan kesehatan terdekat sehingga di wilayah Banjarmasin tidak ditemukan data tersebut. Data yang telah diuraikan tersebut menunjukkan bahwa perilaku *self harm* di masyarakat terutama pada kelompok remaja cukup tinggi dan perlu diwaspadai.

Tingginya perilaku *self harm* dikalangan remaja terjadi karena berbagai faktor. Beberapa studi terdahulu menemukan bahwa faktor pola asuh otoriter dari orang tua, tumbuh di keluarga tidak harmonis (sering bertengkar, kurang kasih sayang, perceraian) yang menyebabkan perasaan kesepian, penghargaan diri yang rendah karena pengalaman traumatis (perundungan, pelecehan, perselingkuhan), dan kematangan emosi, dimana

individu masih belajar mengenal diri sendiri dan mengontrol emosi menjadi faktor risiko yang umumnya ditemukan pada mereka yang memiliki perilaku ini (Insani & Savira, 2022; Karimah, 2021; Malumbot et al., 2020)

Perilaku *self harm* berdampak terhadap fisik dan psikologis dari individu yang melakukannya. Hasil telaah terhadap studi terdahulu ditemukan dampak psikologis yang sering ditemukan berupa kepuasan atau kelegaan karena emosi tersalurkan lewat perilaku *self harm*, kecanduan karena merasa mendapatkan kepuasan, dan perasaan cemas terhadap penilaian dari orang lain. Perilaku ini cenderung berulang karena adanya kepuasan yang ditimbulkan pada individu yang melakukan *self harm*. Dampak fisik yang ditimbulkan berupa kerusakan jaringan tubuh yang berpotensi infeksi atau kehilangan banyak darah. Selain dampak fisik dan psikologis yang ditimbulkan pada perilaku *self harm* ditemukan juga dampak sosial ialah terciptanya ketidaknyamanan dalam hubungan sosial, sulit untuk mempertahankan hubungan positif dengan orang-orang di sekitarnya, terjadinya isolasi sosial, beberapa individu akan mengalami ketidaksetaraan atau diskriminasi akibat dari perilaku *self harm* yang dilakukan. Dampak dari perilaku ini dapat sangat merugikan dan meningkatkan potensi perilaku bunuh diri (Guntur et al., 2021; Insani & Savira, 2022; Malumbot et al., 2020)

Perilaku *self harm* akan berdampak pada kesehatan mental seseorang jika tidak ditangani dengan baik. Risiko untuk depresi lebih mudah untuk ditemukan, perilaku *self harm* juga akan meningkatkan risiko untuk bunuh diri, terciptanya siklus kecemasan yang dapat memperburuk kondisi mental dengan perasaan yang bersalah, malu dan keputusasaan. Situasi mental yang didapatkan dari perilaku *self harm* yang tidak tertangani dapat berkembang menjadi masalah kesehatan mental yang serius dan dibutuhkan pengobatan yang tepat untuk mengurangi risiko munculnya kesehatan mental bagi perilaku *self harm* (Putri, 2020)

Fenomena perilaku *self harm* ini ditemukan pula di kalangan mahasiswa keperawatan. Hasil catatan Biro Bimbingan Konseling (BK) STIKES Suaka Insan yang didapatkan melewati studi pendahuluan pada 6 Oktober 2023, dalam kurun 2 tahun terakhir (2021-2022) terdapat 4 kasus mahasiswa dengan perilaku *self harm*. Bentuk perilaku *self harm* yang dilakukan seperti menarik rambut ketika frustrasi, merusak dan melempar barang yang berpotensi melukai diri, melukai tangan menggunakan senjata tajam, dan mengamuk memukul diri sendiri. Data BK STIKES Suaka Insan mencatat pula, 2 dari 4 mahasiswa yang melakukan perilaku *self harm* telah mendapatkan diagnosis medis depresi sedang dengan gejala somatik, dimana 1 mahasiswa mendapatkan rawat jalan dan 1 mahasiswa menjalani rawat inap di Rumah Sakit Jiwa. Kemudian, selama proses studi pendahuluan, saat observasi dan berinteraksi dengan beberapa mahasiswa yang ditemui di lingkungan kampus, terdapat 5 orang mahasiswa yang juga

mengungkapkan secara pribadi terkait pengalaman perilaku *self harm* mulai dari alasan atau penyebab serta bentuk *self harm* yang dilakukan.

Hasil studi pendahuluan wawancara mendalam yang dilakukan terhadap satu orang mahasiswa keperawatan dengan riwayat perilaku *self harm* pada tanggal 06 Oktober 2023 didapatkan bahwa perilaku ini muncul karena tekanan dari orang tua dan orang-orang terdekat yang menumpuk, stres yang tumpang tindih seperti stress akademik, stress dalam hubungan percintaan, stress pertemanan dan stress keluarga, konflik dengan keluarga sering bertengkar dengan orang tua dan sering disalahkan oleh orang tua, hubungan percintaan yang bermasalah seperti sering dibentak pasangan dan sering bertengkar dengan pasangan, serta kurangnya kasih sayang dari orang tua, teman terdekat maupun pasangan. Perilaku *self harm* seperti menggores dan menyayat tangan menggunakan senjata tajam (*cutter*) pada tangan sebelah kiri sampai berdarah dipilih untuk menyalurkan emosi dan mendapatkan perhatian dari orang-orang terdekat baik orang tua, teman terdekat maupun pasangan. Perilaku ini dirasa harus dilakukan agar mendapatkan perhatian dari orang tua, teman-teman maupun pasangan. Perilaku *self harm* yang dilakukan membuat mahasiswa tersebut merasa menyesal, bersalah, dan sakit, akan tetapi terdapat kepuasan karena tujuannya mendapatkan perhatian tercapai setelah melakukan *self harm*. Bentuk *self harm* lainnya yang dilakukan seperti mengelupasi samping kuku jari jempol tangan sampai membuat luka dan berdarah untuk mengurangi cemas atau stres. Mahasiswa tersebut mengakui perilaku ini dilakukan setiap hari, dan merasa kurang bila belum melakukan kegiatan seperti

mengelupasi samping kuku jempol tangan. Secara kesadaran partisipan menyadari bahwa perilaku yang dilakukan itu berbahaya tetapi tidak ada ungkapan bahwa partisipan membutuhkan pertolongan terkait perilaku yang dilakukan.

Berdasarkan hasil tersebut mengidentifikasi bahwa perilaku *self harm* pada mahasiswa keperawatan dapat terjadi dan bersifat sangat kompleks. Eksplorasi mendalam melewati *indept interview* perlu dilakukan untuk memahami fenomena perilaku *self harm* khususnya dikalangan mahasiswa keperawatan. Eksplorasi mendalam terhadap pengalaman melakukan perilaku ini menjadi poin penting untuk proses analisis, dikarenakan perilaku *self harm* bersifat sangat subyektif pada setiap orang dan sulit untuk diukur dengan angka. Studi-studi terdahulu terkait topik *self harm* lebih berfokus pada kelompok remaja, pada kelompok mahasiswa studi terdahulu membahas terkait perspektif penyebab yang berkaitan dengan penyebab pada perilaku *self harm* pada kelompok remaja seperti kesepian, pengalaman traumatis masa kecil, sedangkan pada kelompok mahasiswa lebih banyak dikaitkan dengan perspektif stress akademik. Dalam studi keperawatan belum ada studi yang berfokus mengeksplorasi mendalam terkait pengalaman atau pemaknaan dari pelaku *self harm* terutama pada mahasiswa keperawatan. Dari beberapa penelitian yang sudah ditelaah fokus pada penelitian terdahulu menggunakan *case study* dimana mereka melihat perspektif secara holistik. Meninjau hal tersebut, penting untuk mengeksplorasi tentang pengalaman mahasiswa keperawatan dengan perilaku *self harm* untuk melihat lebih dalam atau untuk menggali

pengalaman maupun pemaknaan dari individu yang memiliki perilaku *self harm*

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Pengalaman Mahasiswa Keperawatan yang Melakukan Perilaku *Self Harm*”?.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman mahasiswa keperawatan yang memiliki riwayat perilaku *self harm*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pengembangan ilmu keperawatan melewati pengembangan teori keperawatan khususnya terkait ilmu keperawatan jiwa dan asuhan keperawatan pasien dengan perilaku *self harm*. Hasil yang akan didapatkan dalam penelitian ini diharapkan membantu bidang ilmu keperawatan jiwa memahami secara holistik terkait fenomena perilaku *self harm* yang sering ditemukan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa keperawatan yang memiliki riwayat *self harm* atau kecenderungan melukai diri untuk dapat meningkatkan kesadaran terkait perilaku

berisiko yang dimilikinya. Hasil temuan dalam penelitian ini nantinya, diharapkan dapat menjadi dasar bagi mahasiswa keperawatan dengan kecenderungan mencederai diri untuk mengevaluasi dan memaknai pengalaman hidup yang dimiliki. Diharapkan juga dengan adanya penelitian ini mahasiswa yang memiliki perilaku *self harm* dapat menjadikan ini sebagai tempat mereka untuk menumpahkan atau menceritakan pengalamannya yang tidak bisa diungkapkan kepada orang lain baik keluarga maupun orang-orang terdekat lainnya.

b. Bagi STIKES Suaka Insan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi terkait pengalaman mahasiswa keperawatan yang memiliki perilaku *self harm* sehingga dapat digunakan sebagai bahan evaluasi selanjutnya terkait kesehatan mental mahasiswa keperawatan dan diharapkan dapat menjadi bahan kajian dalam mengembangkan rencana pembelajaran pada mata kuliah keperawatan jiwa dan nilai-nilai paulinian khususnya masalah psikologi pada remaja. Sehingga, pihak kampus dapat memberikan edukasi kesehatan mental kepada mahasiswa keperawatan dan hasil pada penelitian ini mahasiswa keperawatan dapat mempelajari dan berdiskusi terkait hasil temuan penelitian, serta memiliki gambaran nyata terkait pengalaman nyata mahasiswa dengan perilaku *self harm*.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan telaah dan sumber literatur untuk mengembangkan konsep dan rancangan penelitian dengan topik perilaku mencederai diri. Melewati hasil yang ditemukan, diharapkan peneliti selanjutnya dapat menganalisis variabel-variabel yang dapat diukur lebih lanjut ataupun dieksplorasi lebih mendalam.

E. Keaslian Penelitian

Telusur pustaka yang dilakukan peneliti menemukan beberapa penelitian penelitian yang memiliki kesamaan terkait topik masalah, jenis metode penelitian yang pernah diteliti sebelumnya, pada penelitian terdahulu lebih berfokus pada faktor penyebab dari perilaku *self harm* yaitu:

Tabel 1. 1 Tabel Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Tahun dan nama peneliti	Metode dan Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1.	Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku <i>Self Harm</i> Remaja Perempuan pada	Saridewi Mutiara Insani, Siti Ina Savira (2023)	a. Penelitian terdahulu ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus b. Tujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab perilaku <i>self harm</i> dan apakah faktor penyebab yang mendominasi munculnya perilaku <i>self harm</i>	Persamaan penelitian terdapat pada : Metode yang digunakan sama yaitu kualitatif	Perbedaan penelitian terdapat pada tujuan dimana peneliti terdahulu memiliki tujuan untuk mengetahui faktor penyebab perilaku <i>self harm</i> sedangkan yang peneliti rancangan adalah mengetahui makna pengalaman mahasiswa dengan perilaku <i>self harm</i> . Pendekatan pada penelitian ini juga berbeda; penelitian

No	Judul Penelitian	Tahun dan nama peneliti	Metode dan Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
			<p>pada remaja perempuan.</p> <p>c. Teknik analisis data berupa analisis deskriptif, dan teknik pengumpulan data berupa wawancara serta dokumentasi.</p> <p>d. Hasil dari penelitian ini mengungkap tiga topik pembahasan yakni mengenai gambaran perilaku <i>self harm</i>, faktor-faktor penyebab perilaku <i>self harm</i>, dan upaya mengurangi perilaku <i>self harm</i>. Penelitian ini mengungkap bahwa faktor penyebab yang mendominasi munculnya perilaku <i>self harm</i> pada remaja perempuan yakni self-harm sebagai emotion focus coping.</p>		ini menggunakan pendekatan Studi Kasus, sedangkan peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi
2.	Studi tentang Faktor-Faktor Penyebab Perilaku <i>Self Injury</i> Dampak Psikologis pada Remaja	Cindy M. Malumbot, Melkian Naharia, Sinta E.J Kaunang. (2020)	a. Penelitian terdahulu ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan tujuan mengetahui dan mendeskripsikan faktor-faktor penyebab perilaku <i>self injury</i> dan dampak psikologis pada remaja.	Persamaan penelitian terdapat pada : Metode yang digunakan sama yaitu kualitatif Pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara dan observasi	Perbedaan penelitian terdapat pada tujuan dimana peneliti terdahulu memiliki tujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan faktor-faktor penyebab perilaku <i>self injury</i> dan dampak psikologis pada remaja. sedangkan yang peneliti rancang adalah mengetahui

No	Judul Penelitian	Tahun dan nama peneliti	Metode dan Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
			<ul style="list-style-type: none"> b. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara dan observasi. c. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor penyebab perilaku self injury yaitu keluarga, hubungan percintaan, pengaruh biokimia, psikologis dan kepribadian 		<p>makna pengalaman mahasiswa dengan perilaku <i>self harm</i>. Terdapat perbedaan di bagian Pendekatan juga penelitian ini menggunakan pendekatan Studi Kasus sedangkan peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi</p>
3.	Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri pada Remaja dari Keluarga	Khaulah Karimah (2021)	<ul style="list-style-type: none"> a. Jenis penelitian terdahulu ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan metode fenomenologi. b. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara mendalam. c. Teknik sampling yang digunakan yaitu purposive sampling. d. Dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kesepian dan kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri pada remaja dari keluarga tidak harmonis e. Hasil dari penelitian terdahulu ini 	<p>Persamaan penelitian terdapat pada : Metode yang digunakan sama yaitu kualitatif dengan metode fenomenologi</p> <p>Pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara dan observasi</p>	<p>Perbedaan penelitian terdapat pada tujuan dimana peneliti terdahulu memiliki tujuan untuk mengetahui gambaran kesepian dan kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri pada remaja dari keluarga tidak harmonis sedangkan yang peneliti rancang adalah mengetahui makna pengalaman mahasiswa dengan perilaku <i>self harm</i></p>

No	Judul Penelitian	Tahun dan nama peneliti	Metode dan Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
			menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini merasakan kesepian terkait dengan kondisi keluarganya yang tidak harmonis.		
4.	Hubungan stress akademis dan non akademis terhadap perilaku <i>self harm</i> pada mahasiswa Universitas Riau	Amelia Azzahra a, Sri Wahyuni b, Arneliwati (2023)	<p>a. Metode yang digunakan ialah metode kuantitatif dengan menggunakan desain deskriptif korelasional.</p> <p>b. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa aktif UNRI sebanyak 222 sampel yang diambil dengan teknik total random sampling. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner.</p> <p>c. Hasil yang didapatkan yaitu sebanyak 222 mahasiswa menjadi sampel dalam penelitian ini. Semua responden berada pada rentang usia 17-25 tahun yaitu dewasa awal, mayoritas tingkat stres akademik yang dialami yaitu tinggi sebanyak 120 responden (54,1%), selain itu didapatkan mayoritas responden dengan tingkat stres non akademik tinggi yaitu berjumlah</p>	Persamaan penelitian terdapat apa topik yang diangkat yaitu <i>self harm</i>	Perbedaan penelitian terdapat pada metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan metode kualitatif

No	Judul Penelitian	Tahun dan nama peneliti	Metode dan Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
			116 responden (52,3%), dan perilaku self-harm didapatkan sebagian mahasiswa pernah melakukan self-harm sebanyak 118 responden (53,2%), dan hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai p-value 0,015.		
5.	Adverse Childhood Experience Dan Deliberate Self Harm Pada Remaja Di Indonesia	Anindya Dewi Paramita, Andi Tenri Faradiba, Khintan Sucitasari Mustofa	<p>a. Pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian ini dengan tujuan mengetahui kontribusi ACE terhadap DSH sehingga metode korelasional merupakan metode yang paling sesuai untuk diterapkan.</p> <p>b. Pengambilan data dilakukan satu kali dan mengukur hal yang terjadi di masa lampau sehingga penelitian ini termasuk penelitian cross sectional dan retrospective.</p> <p>c. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara adverse childhood experience terhadap deliberate self-harm dengan nilai</p>	Persamaan penelitian terdapat apa topik yang diangkat yaitu <i>self harm</i>	Perbedaan penelitian terdapat pada metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan metode kualitatif

No	Judul Penelitian	Tahun dan nama peneliti	Metode dan Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
			sig 0,035 < 0,05. Artinya, semakin tinggi adverse childhood experience maka semakin tinggi pula kecenderungan melakukan deliberate <i>self harm</i> .		