

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional. Masa remaja dimulai kira-kira antara usia 10 dan 13 tahun, dan berakhir antara usia 18 dan 22 tahun. Menurut G. Stanley Hall, remaja adalah masa antara usia 12 sampai 23 tahun dan penuh dengan topan dan tekanan (*storm and stress*).¹

Masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO ialah 12-24 tahun. Masa ini diawali ketika individu mengalami pubertas atau kematangan seksual dengan ditandai oleh perubahan atau peralihan baik dalam aspek hormonal, aspek kognitif, aspek fisik, maupun aspek psikososial.

Dengan banyaknya perubahan yang harus dihadapi individu di periode ini, menurut Sigmund Freud dalam buku *Theories of Developmental*, masa ini dipandang sebagai masa yang penuh konflik, karena individu yang tidak mampu beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi sering kali akan mengalami masalah atau konflik. Keadaan ini menunjukkan bahwa individu di periode ini dituntut untuk bisa beradaptasi dengan baik dengan perubahan-perubahan melalui tugas-tugas perkembangan remaja yang harus dihadapi. Sehingga, tak jarang individu-individu tersebut mengalami tekanan atau stres. Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi masalahnya menimbulkan emosi negatif dan efek negatif dan

¹ Bernardus Khrisma Wibisono, Faktor-faktor Penyebab Perilaku Melukai-Diri Pada Remaja Perempuan, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.7 No.2 (2018)*, 3

ketika emosi negatif ini tidak terkendali, remaja sering kali cenderung melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri, seperti melukai diri, mengonsumsi narkoba, melakukan penyimpangan sosial, dan lain sebagainya.

Setiap individu memiliki masalah yang berbeda-beda begitu pula cara penyelesaiannya. Sebagian individu mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik sementara beberapa dari individu tersebut terkadang tidak mampu untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Ketidak mampuan menyelesaikan masalah menyebabkan timbulnya stres. Stres tersebut dapat menimbulkan emosi negatif atau afek negatif. Misalnya sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dendam dan emosi-emosi negatif lainnya.²

Banyak cara untuk seseorang menyalurkan emosinya. Penyaluran emosi bisa dilakukan dengan cara positif bisa juga dengan cara negatif. Contoh penyaluran emosi dengan cara positif misalnya melakukan aktivitas yang disukai seperti olah raga, nonton film, pergi jalan-jalan dengan teman, membaca buku atau kegiatan positif lainnya. Berbeda dengan sebagian individu memilih untuk menyalurkan dengan cara negatif misalnya mengonsumsi narkoba, minum-minuman beralkohol atau dengan cara menyakiti dirinya (*self harm*). Menurut Gratz dkk, *self harm* berfungsi untuk mengurangi emosi negatif dan *stress*.³

Self Harm adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan individu untuk mengatasi rasa sakit secara emosional dengan cara melukai dirinya sendiri, dilakukan dengan sengaja tapi tidak dengan tujuan bunuh diri. *Self Harm* biasa

² Thesalonika, "Perilaku self-Harm atau Melukai Diri Sendiri yang di Lakukan Remaja (Self-Harm or Self-Injuring Behavior by Adolescents", *Jurnal Pekerjaan Sosial*, Vol. 4 No. 2, 213-224, Desember 2021

³ Destiana Maidah, "Self Injury Pada Mahasiswa", Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, 7

dilakukan sebagai bentuk dari pelampiasan atau penyaluran emosi yang terlalu menyakitkan untuk diungkapkan dengan kata-kata. Hal ini sesuai dengan pendapat Grantz perilaku *self harm* sering dilihat sebagai cara mengelola emosi dimana seseorang tidak tahu bagaimana mengekspresikan perasaan yang terlalu menyakitkan. Jika *self harm* berlangsung terus-menerus maka akan berubah menjadi percobaan untuk bunuh diri.⁴

Seseorang melakukan tindakan *Self Harm* dengan tujuan untuk meredakan perasaan-perasaan yang menyakitkan yang terlalu berlebihan (marah, malu, cemas, sedih, frustrasi, dll), namun ada pula yang melakukan *Self Harm* karena merasa terlalu sedikit emosi atau merasa kekosongan (misal saat disosiasi: “dengan melukai diri saya dan menyaksikan darah yang keluar, saya menjadi yakin bahwa ternyata saya masih hidup”).

Tujuan lain seseorang melakukan *Self Harm* adalah sebagai cara mengekspresikan hal-hal yang tidak dapat mereka ceritakan. Misal: sebagai cara mereka meminta pertolongan dan sebagai cara menggambarkan perasaan menyakitkan di dalam diri. Seseorang juga melakukan *Self Harm* dengan tujuan menjadikan *Self Harm* sebagai bentuk menghukum diri (“jika saya menyakiti diri, maka tidak akan ada hal buruk yang akan terjadi : biasanya ini terjadi ketika seseorang mengalami kilas balik trauma).

Kita dapat mengetahui penyebab seseorang melakukan *Self Harm* dengan cara memahami dinamika hubungan antara faktor-faktor lingkungan, biologis, kognitif, afektif, dan tingkah laku seseorang. Faktor lingkungan misalnya: adanya

⁴ Destiana Maidah, *Self Injuri pada Mahasiswa*, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp>,7

anggota keluarga yang memiliki riwayat gangguan jiwa, *Self Harm*, atau bunuh diri, mengalami konflik dalam hubungan, memiliki teman sebaya yang melakukan *Self Harm*, mengalami pelecehan seksual, dll. Faktor biologis misalnya: disfungsi sistem limbik, disfungsi level serotonin, menurunnya sensitifitas terhadap rasa sakit, dll. Faktor kognitif misalnya: memiliki pikiran dan keyakinan pesimis (“tidak ada yang memahami saya, hanya *Self Harm* yang dapat meredakan perasaan saya”). Faktor afektif misalnya: adanya emosi yang berkaitan dengan trauma masa lalu; kerentanan untuk merasakan emosi negatif seperti marah, putus asa, cemas, dll.

Faktor tingkah laku misalnya: tingkah laku sebelum *Self Harm* (berkonflik dengan orang lain, menggunakan narkoba, menarik diri), tingkah laku setelah muncul keinginan *Self Harm* (mempersiapkan lokasi dan alat untuk melakukan (*Self Harm*), dan tingkah laku setelah tindakan *Self Harm* (kembali beraktivitas, tidur, dan bercerita pada orang lain terkait *Self Harm* yang dilakukan). Dengan memahami alasan dibalik perilaku *Self Harm* dan pola yang dilakukan, maka kita dapat membantu dan mendukung seseorang yang melakukan tindakan *Self Harm* untuk berhenti melakukannya.⁵

Setelah menelaah beberapa kasus yang dilakukan oleh para remaja terutama di daerah Kabupaten Nganjuk sendiri, berdasarkan latar belakangnya Puspaga terbentuk karena permasalahan anak yang semakin meningkat, oleh sebab itu menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak membentuk suatu wadah yang disebut dengan Pusat Pembelajaran Keluarga (PUSPAGA) yang berfungsi sebagai *one stop services*/layanan satu pintu keluarga, holistik integratif

⁵ Adinda Gusthree Chairunissa, “Self Injury Pada Remaja”, Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia, mahasiswa.yai.ac.id, 2

berbasis hak anak. *One stop sevices* yaitu untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengasuh dan melindungi anak serta terciptanya rujukan pengasuhan, pendidikan, kesehatan, perlindungan bagi anak dan orang tua/keluarga guna menunjang tumbuh kembang anak secara optimal.⁶

Berdasarkan wawancara terhadap Ibu Musidah, selaku ketua PUSPAGA Nganjuk, jelasnya PUSPAGA merupakan bentuk layanan dibawah koordinasi Dinas Sosial, Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Dinsos PPPA) Kabupaten Nganjuk, beliau juga menambahkan bahwa dalam upaya meningkatkan kehidupan keluarga, yang mengantisipasi kenakalan remaja melalui berbagai program diantaranya, pendidikan atau pengasuhan anak, keterampilan menjadi orang tua, keterampilan melindungi anak, kemampuan meningkatkan partisipasi anak dalam keluarga maupun penyelenggaraan konseling bagi anak.⁷ Untuk program yang ada pada PUSPAGA Nganjuk ini yang menarik untuk ungkap lebih dalam oleh peneliti yaitu tentang penyelenggaraan konseling yang secara langsung kelapada keluarga.

Unayah dan Sabarisman mengatakan bahwa pemahaman masyarakat tentang parenting masih kurang. Hal ini terlihat dari tingkat kenakalan anak/remaja yang cenderung meninggi dari tahun ke tahun. Kenakalan remaja adalah suatu perbuatan yang melanggar norma, aturan, atau hukum dalam masyarakat yang dilakukan pada usia remaja atau transisi masa anak-anak kedewasa.⁸

⁶ Pedoman Pusat Pembelajaran Keluarga: Puspaga, Deputi Bidang Tumbuh Kembang Anak. Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, Tahun 2016, 6.

⁷ Wawancara Ibu Musida, Ketua PUSPAGA Nganjuk, Kantor PUSPAGA Nganjuk, 02/06/2022.

⁸ Unayah, N. & Sabarisman, M. "Fenomena kenakalan remaja dan kriminalitas", *Sosio Informa*, Vol. 1, No. 2 (2015), 134.

PUSPAGA memiliki dua devisi yakni devisi pencegahan serta devisi Rujukan. Devisi pencegahan dilaksanakan oleh tenaga profesi psikolog/konselor yang bertugas memberikan layanan informasi, konsultasi, dan konseling pengasuhan anak. Sementara untuk devisi rujukan dilaksanakan oleh tenaga profesi psikolog/konselor yang bertugas memberikan layanan rujukan dengan layanan kesehatan, sosial, pendidikan, agama dan hukum.⁹

Dengan latar belakang untuk penyegahan dengan adanya data beberapa kasus kenakalan remaja di Kabupaten Nganjuk serta progam-program dari PUSPAGA Nganjuk, dan menurut hemat penulis ini sangat perlu diteliti dan digali lebih dalam lagi, maka judul dari penelitian ini adalah: Pola Penanganan PUSPAGA Kabupaten Nganjuk pada Remaja yang Melukai Diri Sendiri. dengan adanya pola penanganan dari PUPAGA kepada remaja dan masyarakat sebagai jalan untuk mengurai meningkatnya angka kriminalitas dibawah umur terutama pada kalangan remaja, dan memberikan bekal untuk orang tua agar lebih pandai dalam pengasuhan anak yang masih di bawah umur. Mekan akan terbentuklah suatu wilayah yang bersih dari kejahatan anak dibawah umur atau renging kita ketau dengan kenakaan remaja, dan menjadikan suatu wilayah yang pantas mendapatkan sebutan sebagai kota ramah anak.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas maka fokus penelitian ini adalah sebagai berikut:

⁹ Pedoman Pusat Pembelajaran Keluarga: Puspaga, Deputi Bidang Tumbuh Kembang Anak., 6.

1. Bagaimana upaya PUSPAGA dalam pencegahan pada remaja yang melukai diri sendiri (*Self Harm*) pada Remaja di Kabupaten Nganjuk?
2. Apasaja kendala PUSPAGA dalam pencegahan pada remaja yang melukai diri sendiri (*Self Harm*) pada Remaja di Kabupaten Nganjuk ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian di atas, maka tujuan yang ingin dicapai oleh penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui upaya PUSPAGA dalam pencegahan *Self Harm* pada Remaja di Kabupaten Nganjuk
- b. Mendeskripsikan apa saja kendala PUSPAGA dalam mencegah *Self Harm* pada Remaja di Kabupaten Nganjuk

D. Manfaat Penelitian

1. Kegunaan secara teoritis:
 - a) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih kepada pemahaman pola penanganan *Self Harm* remaja dan masyarakat, khususnya terhadap penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan variabel yang sama.
 - b) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu rujukan atau referensi pada penelitian-penelitian ke depannya dan dapat memberi atas gambaran yang tepat mengenai pola penanganan *Self Harm* remaja.
2. Kegunaan secara praktis:
 - a) Bagi peneliti: dapat mengembangkan kemampuan peneliti dalam melakukan penanganan *Self Harm* remaja.

- b) Bagi orang tua: dapat lebih memahami pola penanganan *Self Harm* remaja yang diterapkan kepada anaknya untuk membentuk anak yang baik.
- c) Bagi umum: penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang sebesar-besarnya tentang pola penanganan *Self Harm* remaja.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian ini dilakukan tidak terlepas dari hasil-hasil penelitian terdahulu yang pernah dilakukan sebagai bahan kajian dan perbandingan. Adapun hasil-hasil penelitian yang dijadikan perbandingan tidak terlepas dari topik penanganan pada remaja yang melakukan melukai diri sendiri atau di sebut dengan self-hars atau self-injury.

1. Annisa Fitriyani, persamaan dari penelitian ini sama sama membahas tentang faktor penyebab prilaku melukai diri sendiri (*Self Harm*). Dalam penelitiannya menyebutkan faktor penyebab prilaku *Self-Harm* peneliti menyimpulkan bahwa *Self Harm* dilakukan karena 2 faktor, yaitu faktor Internal dan faktor Ekternal.¹⁰
2. Nadya Asyafina, dalam jurnal yang berjudul Fenomena Mahasiswa Pelaku *Self Harm* di Kota Pekan baru. Sebagian individu ada yang menyelesaikan masalahnya dengan baik dan ada juga yang mengerjakanya dengan tidak baik, penyaluran emosi mampu dilakukan dengan cara positif bisa juga menggunakan cara yang negatif, berbeda dengan individu yang memilih meluapkan emosisnya dengan cara negative dengan cara mengonsumsi narkoba, minum-minuman memabukan atau dengan cara menyakiti dirinya

¹⁰ Annisa Fitriyani, Faktor Penyebab Pelaku Penyimpangan self Harm, Universitas Islam Riau, 2021.

(*self harm*). mereka memiliki motif antara lain karena memiliki masalah yang tidak bisa diceritakan, memiliki pengalaman traumatic dan pola komunikasi keluarga yang kurang baik, kemudia melukai diri sendiri (*self harm*) dilakukan dengan tujuan untuk menghukum diri sendiri dan pelampiasan emosi dari masalah yang mereka rasakan. Beberapa orang melakukan *self harm* sebagai bentuk penghukuman untuk diri sendiri.¹¹

Perbedaan penelian ini dengan penelian terdahulu dari yang di tulis oleh Nadya Asyafina adalah remaja yang melakukan *self harm* mereka lebih melampiaskan emosinya ke mencerdai tubuhnya dengan cara mengsayat sayat tubuhnya untuk mendapatkan kepuasan terhadap stress yang di alami pada klien Puspaga.

3. Nurliana Cipta Apsari, mempunyai kesamaan membahas tentang prilaku yang di lakukan remaja yang diakibatkan depresi dan bisa dibilang prilaku psikologi pada yang menyimpang yaitu melukai diri sendiri. Faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan remaja melukai diri (melakukan self-harm) yang dibahas di atas ialah kesepian, tingkat kesulitan yang tinggi dalam menanggapi pengalaman yang negatif dan tingkat toleransi yang rendah terhadap masalahyang dihadapi, emotion focus coping, eksternal dan internal, dan pola komunikasi dengan orang tua.¹²

Sedangkan adapun perbedaan antara penelitian ini dengan peneliaan terdahulu dari Nurliana Cipta Apsari yaitu munculnya depresi atau rasa tidak

¹¹ Nadya Asyafina, Fenomena Mahasiswa Pelaku Self Harm di Kota Pekan baru, Universitas Riau, Volume 6 Nomor 3 Tahun 2022.

¹² Nurliana Cipta Apsari, Perilaku Self-harm atau melukai diri sendiri yang di Lakukan oleh Remaja, UNPAD,

percaya diri pada dirinya karena tekanan pada orangtuanya, bulliying, dan juga masalah sosial yang lain yang mengakibatkan rasa tertekan pada diri anak dan mejadi depresi yang berlebihan mengakibatkan anak melakukan *self harm* untuk mendapatkan kepusan pada psikologinya.

4. Destiana Maidah, 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. Bentuk *self injury* yang dilakukan subjek adalah menyayat pergelangan tangan dan mencabuti rambut secara paksa dalam jumlah yang banyak. *Self injury* dilakukan sesaat setelah pelakunya mengalami peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan bisa terjadi akibat adanya proses *recalling* peristiwa yang menimbulkan emosi negatif pada situasi kesendirian. Implikasi dari penelitian ini dapat dijadikan bahan pemahaman atas gambaran perilaku *self injury* sehingga pelaku dapat segera mencari penanganan psikologis agar tidak berkembang kearah percobaan bunuh diri secara nyata. Perlu diadakan penelitian berikutnya mengenai bagaimana membebaskan diri dari perilaku *self injury* agar penelitian tentang perilaku *self injury* ini dapat disempurnakan.¹³

Adapun cara untuk penyelesaian itu semua didalam penelitian kali ini terdapat perbedaan atau pengembangan dari penelitian terdahulu yaitu pemberian konseling pada klien penderita self harm bartujuan untuk

¹³ Destiana Maidah, *Self Injury Pada Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Pelaku Self Injury)*, Universitas Negeri Semarang, <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp>

menyeselesaikan juga menyembuhkan psikis anak terhadap masalah yang di hadapinya dan dilakukan edukasi pada orang tua jika di perlukan agar orang tua mengetahui apa yang dialami anak dan ikut dalam memberikan pengawasan agar penyakit *self harm* pada anak tidak terulang kembali.

5. Penelitian dari Rofidhatul Janah, untuk persamaan dalam penelitian ini ialah sama-sama meneliti tentang upaya dari PUSPAGA walapun beda wilayah dan memiliki fokus juga sama yaitu kenakalan remaja, sedangkan untuk perbedaannya yaitu pada fokus penelitian dari Rofidhatul tersebut lebih pada satu kenakalan saja jadi untuk penanganan dari PUSPAGA sendiri lebih mudah dan tidak memberikan pola upaya atau program yang nantinya akan berkontribusi pada penanganan kasus tertentu pada wilayah tersebut.¹⁴

¹⁴ Rofidhatul Janah, "Upaya Puspaga Dalam Pencegahan Bullying Verbal Pada Remaja Di Tulungagung," *Skrpsi Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Tulungagung*, (2019).