

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, pada masa remaja individu mulai mencari jati diri, namun pada masa ini juga remaja sangat rentan untuk menentukan nilai-nilai yang ada pada dirinya guna menentukan jati dirinya. Masa-masa remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan masa dimana seorang remaja berada pada masa yang penuh dengan segala masalah tentang hidup, hal ini dikarenakan adanya tekanan dari internal maupun eksternal. Hal ini sangat beresiko membuat peserta didik tertekan dan mengalami *stress* yang cukup berat.

Sebagian besar dari peserta didik mampu menghadapi dan menyelesaikan masalah yang ada pada hidupnya dengan baik, namun sebagian besar lainnya terdapat peserta didik yang tidak dapat menghadapi dan menyelesaikan masalah hidupnya dengan baik. Banyak faktor yang dapat memengaruhi kemampuan peserta didik dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah hidup seperti perbedaan latar belakang, dukungan sosial, kemampuan koping, serta faktor-faktor individu seperti kepribadian, kecerdasan emosional, pengalaman hidup, tingkat stres, dan kondisi psikologis juga berperan dalam memengaruhi cara seseorang mengatasi tantangan. Ketidakmampuan peserta didik menyelesaikan permasalahan pada diri mengakibatkan peserta didik tersebut mengalami *stress* yang cukup berat dan dapat mengakibatkan keputusan terhadap diri. Peserta didik yang mengalami *stress* yang berat, tekanan yang begitu berat, dan mengalami keputusan serta bingung harus melakukan apa untuk mendapatkan jalan keluar, sehingga banyak dari peserta didik tersebut melampiaskan rasa sakitnya yang secara emosional dengan cara melakukan *self harm* atau melukai dirinya sendiri.

Isnawati (2020:29) yang mengutip dari NICE dan WHO menjelaskan bahwa "Perilaku menyakiti diri sendiri (*self harm*) adalah perilaku seseorang untuk melukai diri sendiri dengan berbagai cara tanpa memandang ada/tidak adanya niat dan keinginan untuk mati". Perilaku melukai diri sendiri didefinisikan sebagai cedera fisik yang disengaja atau cedera pada diri sendiri dengan cara apa pun, tanpa niat atau keinginan untuk mengakhiri hidup sendiri.

Bitteraty (2016:78) mengatakan ada tiga (3) kategori perilaku menyakiti diri sendiri antara lain:

- a. *Major self mutilation*, dimana si pelaku merusak organ hingga tidak dapat disembuhkan lagi
- b. *Stereotypic self injury*, tipe ini adalah membenturkan kepala ke tembok secara berulang-ulang
- c. *Superficial self mutilation*, tipe yang banyak pelakunya dan biasanya dilakukan pada kondisi tertentu.

Self harm dari pendapat di atas dapat disimpulkan menjadi tiga macam yaitu pertama *major self-mutilation*, ke dua *stereotypic self-injury*, dan ke tiga *superficial self-mutilation*.

Perilaku *self harm* berpotensi dilakukan oleh siapa saja. Kondisi mental tertekan, depresi, dan juga ketidakmampuan dalam mengelola emosi menjadi pemicu individu melakukan perilaku *self harm*. Individu yang melakukan perilaku *self harm* mungkin menghadapi tekan emosional dan rasa sakit yang sulit untuk diungkapkan. Melakukan *self harm* dapat dianggap sebagai cara untuk mengalihkan perhatian dari rasa sakit emosional yang lebih mendalam, dengan melakukan *self harm* mungkin dapat memberikan rasa kenyamanan sementara dan menjadi bentuk pelarian sejenak dari masalah yang dihadapi oleh Individu.

Peserta didik yang memiliki tugas sangat berat, serta memiliki tuntutan untuk berprestasi baik dari keluarga maupun dari sekolah sangat berisiko memiliki tekanan mental dan kondisi emosional yang tidak stabil. Kondisi tekanan mental dan ketidakstabilan emosi pada peserta didik akibat dari tugas dan tuntutan yang sangat berat berpotensi perilaku *self harm* pada peserta didik. Potensinya perilaku *self harm* dapat terjadi oleh peserta didik laki-laki maupun perempuan. Banyak dijumpai perilaku *self harm* terjadi pada peserta didik perempuan. Peserta didik perempuan yang mengalami tekanan yang cukup berat dan sedang dihadapkan dengan permasalahan hidup yang berat banyak terlibat dalam perilaku melukai diri, namun umumnya masih memiliki harapan terkait hubungan sosial. Maka dari itu peserta didik perempuan mengekspresikan sakit dan tekan yang sedang dihadapi dengan melakukan *self harm* daripada mencoba untuk bunuh diri.

Peserta didik laki-laki cenderung mengalami kesulitan dalam menyatakan emosi yang sedang dialami, dan umumnya baru menyadari keadaan emosional ketika situasinya mencapai tingkat yang parah. Maka dari itu, potensi tingkat keparahan perilaku *self harm* banyak terjadi pada peserta didik perempuan, karena ketika peserta didik perempuan menghadapi suatu masalah yang cukup

berat maka tidak sedikit peserta didik perempuan melarikan diri dengan cara melakukan perilaku *self harm*. Perilaku *self harm* dapat menjadi cara untuk mengekspresikan emosi yang tidak dapat diungkapkan secara verbal. Seperti yang dijelaskan dalam Q.S. Yunus ayat 44 yang berbunyi:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ النَّاسَ أَنفُسُهُمْ يَظْلِمُونَ ۚ ٤٤

Artinya: “Sesungguhnya Allah tidak menzalimi manusia sedikit pun, tetapi manusia itulah yang menzalimi dirinya sendiri”. (Q.S. Yunus 10:44)

Berdasarkan Isnaenin (2023) menurut pernyataan PPPA, pada bulan Maret 2023 Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA), mengungkapkan sebanyak 49 peserta didik di salah satu sekolah melakukan *self harm*. Diantaranya 40 peserta didik melakukan satu kali sayatan, dan 9 peserta didik lainnya melakukan *self harm* berulang kali. Diketahui seluruh korban berjenis kelamin perempuan. Menurut keterangan PPPA, beberapa korban berasal dari keluarga yang tidak utuh dan sering mengalami masalah keluarga, dan ada juga beberapa yang mengikuti tren di media sosial. (Isnaenin, 2023).

Potensinya perilaku *self harm* tidak memandang dari jenis kelamin laki-laki maupun perempuan. Laki-laki dan perempuan berpeluang untuk melakukan perilaku *self harm*. Hungu (dalam Suhardin, 2015:122) menjelaskan “Jenis kelamin adalah perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir”. Jenis kelamin merupakan perbedaan antara laki-laki dan Perempuan yang dibawa seseorang sejak lahir, yang berkaitan secara faktor biologis seperti hormon dan struktur organ seksual yang dapat membedakan antara laki-laki dan Perempuan.

Berdasarkan prasurvey yang dilakukan tanggal 3 November 2023 dengan wawancara bersama guru BK SMA Negeri 1 Sendang Agung, sehingga dapat diperoleh keterangan bahwa terdapat beberapa kasus yang berpotensi sebagai bentuk perilaku *self harm* yang dilakukan oleh peserta didik. *Self harm* di SMA Negeri 1 Sendang Agung dilakukan oleh peserta didik laki-laki maupun perempuan. Perilaku *self harm* yang dilakukan oleh peserta didik beragam, mulai dari menyayat tangan, menusuk tangan dengan jarum, membenturkan kepala, dan meminum minuman keras. Hasil dari *prasurvey* dengan mewawancarai guru BK mendapatkan data yaitu pada peserta didik laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Sendang Agung pernah melakukan bentuk perilaku yang berpotensi *self harm*. Perilaku *self harm* yang dilakukan peserta didik dilatar belakangi beberapa

faktor seperti tekanan keluarga, percintaan, dan *stress* yang dialami peserta didik. Berdasarkan *prasurvey* yang telah dilakukan maka pada peserta didik SMA Negeri 1 Sendang Agung baik peserta didik laki-laki dan Perempuan mempunyai potensi melakukan perilaku *self harm* sebagai bentuk pelampian atas masalah dan tekanan yang dihadapi.

Sehubungan dengan hal tersebut maka penulis tertarik untuk meneliti perbedaan potensi *self harm* ditinjau dari jenis kelamin. Untuk itu perlu adanya penelitian dengan metode angket guna mengetahui perbedaan potensi *self harm* ditinjau dari jenis kelamin. Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Perbedaan Potensi *Self harm* Antara Peserta Didik Laki-laki Dan Perempuan SMA Negeri 1 Sendang Agung Lampung Tengah Tahun Ajaran 2023/2024”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka masalah dalam penelitian ini adalah tingginya potensi *self harm* peserta didik laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Sendang Agung, sehingga menjadi rumusan masalah sebagai berikut

- 1) Apakah terdapat perbedaan potensi *self harm* antara peserta didik laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Sendang Agung Lampung Tengah tahun ajaran 2023/2024?
- 2) Apakah rata-rata laki-laki memiliki potensi *self harm* lebih tinggi dari pada perempuan?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui perbedaan potensi *self harm* antara peserta didik laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Sendang Agung Lampung Tengah tahun ajaran 2023/2024
2. Untuk mengetahui potensi *self harm* laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan

D. Kegunaan Penelitian

Apabila tujuan studi dapat dicapai, maka hasil studi ini akan mempunyai manfaat. Beberapa kegunaan penelitian antara lain:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil studi diharapkan bisa berguna untuk meningkatkan cara berpikir ilmiah
 - b. Hasil studi bisa memberi kontribusi baru bagi pengembangan ilmu pengetahuan secara umum dan juga bagi pengembangan bidang ilmu Bimbingan dan Konseling secara khusus.

2. Manfaat Praktis
 - a. Dapat menjadi masukan guru bimbingan dan konseling ketika membantu atasi perilaku *self harm* peserta didik
 - b. Bagi studi selanjutnya
Hasil studi bisa menjadi bahan pertimbangan untuk peneliti selanjutnya yang akan menggali lebih dalam lagi tentang perilaku *self harm*.

E. Ruang Lingkup

Agar penelitian ini tidak keluar dari batas permasalahan yang diteliti, maka ruang lingkup penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sifat penelitian : Penelitian Kuantitatif
2. Jenis penelitian : Komparatif
3. Subyek penelitian : Peserta didik SMA Negeri 1 Sendang Agung
4. Obyek penelitian : Potensi *self harm*
5. Tempat penelitian : SMA Negeri 1 Sendang Agung
6. Waktu : Tahun Ajaran 2023/2024