

Gambaran perilaku *self-harm* pada anak usia remaja di kota Semarang

Kandar¹, Rian Kusuma Dewi^{1*}, Dwi Indah Iswanti², Dessy Dwi Cahyaningrum¹, Rilla Fiftina¹,
Theresia Asri Luberingsih¹

¹RSJ Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah

²Universitas Karya Husada Semarang

*Koresponden: riankusumadew@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Self-harm merupakan masalah kesehatan mental yang sering terjadi pada remaja di Indonesia. Meskipun SELF-HARM tidak memiliki niat untuk bunuh diri, beberapa kasus berujung pada kematian. **Tujuan:** mendeskripsikan pengalaman remaja berperilaku SELF-HARM. **Metode:** Desain penelitian kuantitatif deskriptif. Responden adalah 904 siswa SMA dan SMK Negeri di Provinsi Jawa Tengah yang dipilih dengan menggunakan non-probability sampling dan pendekatan purposive sampling dari 4000 siswa. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan Google Forms pada bulan September -November 2023. Instrumen yang digunakan adalah Self-harm Inventory. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif yang menganalisis distribusi frekuensi dan persentase. **Hasil:** perilaku SELF-HARM yang paling sering dilakukan adalah memukul diri sendiri. **Kesimpulan:** Hasil penelitian ini dapat menjadi evidence-based bagi para pemangku kepentingan untuk memberikan intervensi, terutama bagi populasi yang rentan melakukan perilaku SELF-HARM.

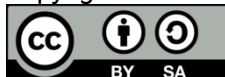
KATA KUNCI: Self Harm; Anak usia Remaja: dukungan teman sebaya, bunuh diri, dukungan keluarga.

ABSTRACT

Introduction: Self-harm is a common mental health problem among adolescents in Indonesia. Although SELF-HARM does not have suicidal intent, some cases lead to death. **Objective:** to describe adolescents' experiences of SELF-HARM behavior. **Methods:** Descriptive quantitative research design. Respondents were 904 public high school and vocational school students in Central Java Province who were selected using non-probability sampling and purposive sampling approach from 4000 students. This research was conducted using Google Forms in September-November 2023. The instrument used was the Self-harm Inventory. Data analysis in this study used descriptive analysis which analyzed frequency distribution and percentage. **Results:** the most common SELF-HARM behavior is hitting oneself. **Conclusion:** The results of this study can be evidence-based for stakeholders to provide interventions, especially for populations that are prone to SELF-HARM behavior.

KEYWORDS: Self Harm; Adolescent: peer support, suicide, family support.

Copyright © 2024 Journal



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0

PENDAHULUAN

Remaja menghadapi berbagai transisi mulai dari aspek hormonal, kognitif, dan psikososial, sehingga menyebabkan remaja menjadi populasi yang rentan dengan masalah kesehatan mental. Apsari & Thesalonika (2021) menjelaskan bahwa SELF-HARM adalah perilaku untuk mengatasi stres emosional atau rasa sakit emosional dengan cara menyakiti diri sendiri dan melukai diri sendiri tanpa berniat untuk bunuh diri.

Data demografis tentang perilaku SELF-HARM sulit untuk diidentifikasi karena SELF-HARM dianggap sebagai masalah pribadi, sehingga banyak kasus yang tidak

terdeteksi oleh petugas kesehatan, kecuali mereka yang dirawat karena kondisi kesehatan mentalnya. Namun, penelitian sebelumnya secara konsisten menunjukkan bahwa SELF-HARM lebih sering terjadi pada perempuan 3–6. Perilaku SELF-HARM juga dapat terjadi pada populasi normal dan individu yang didiagnosis dengan gangguan kesehatan jiwa, seperti gangguan kepribadian ambang, gangguan depresi, gangguan bipolar, dan skizofrenia. dan dilaporkan sering terjadi pada usia 12-19 tahun 7 dalam penelitiannya menjelaskan beberapa cara SELF-HARM diantaranya adalah mengiris, menggigit, mengukir, mencubit, menjambak rambut, mencakar, memukul, mengganggu penyembuhan luka, menindik, dan menelan zat-zat berbahaya.

Faktor yang paling umum menyebabkan perilaku SELF-HARM adalah ketidakmampuan untuk mengatur emosi, konflik dengan teman sebaya, dan ketidakharmonisan dalam keluarga. Sementara itu, perilaku SELF-HARM menciptakan spektrum deprivasi yang luas, baik secara fisik, psikologis, ekonomi, sosial, maupun akademik. Penelitian menunjukkan bahwa meskipun SELF-HARM dilakukan tanpa niat untuk bunuh diri, sebagian besar kasus SELF-HARM berujung pada kematian. Individu yang mengalami SELF-HARM memiliki risiko 1,68 kali lebih tinggi untuk melakukan bunuh diri. Selain itu, individu yang mengalami SELF-HARM akan merusak jaringan tubuh mereka yang dapat mengakibatkan komplikasi medis dan bahkan kematian. SELF-HARM tidak dapat dianggap sebagai fenomena yang tidak signifikan, terutama pada populasi yang rentan seperti remaja. Studi lebih lanjut tentang SELF-HARM adalah penting. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui Gambaran perilaku SELF-HARM di kalangan anak usia remaja.

METODE

Desain

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif, dimana penelitian ini akan mendeskripsikan perilaku SELF-HARM di kalangan remaja.

Pertanyaan penelitian

Bagaimana gambaran perilaku SELF-HARM di kalangan anak usia Remaja?

Sampel dan Setting

Populasi dalam penelitian ini sebanyak 4000 sedangkan responden penelitian ini adalah 904 siswa SMA dan SMK Negeri di Provinsi Jawa Tengah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode non-probability sampling dengan pendekatan purposive sampling, dengan kriteria eksklusi siswa yang tidak bersedia menjadi responden dan yang sedang cuti/sakit/keperluan sekolah yang mengakibatkan tidak dapat menjadi responden.

Variabel

Perilaku **self-harm** pada anak Remaja merupakan variabel tunggal dalam penelitian deskriptif ini

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen Self-harm Inventory (SHI). Self-harm Inventory sendiri terdiri dari 22 pertanyaan terbuka. Instrumen ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya dimana hasil uji validitas isi menurut konsensus ahli menunjukkan bahwa indeks validitas Aiken berkisar antara 0,83-0,97 yang berarti baik dan hasil uji reliabilitas diperoleh Nilai Cronbach Alpha sebesar 0,831 yang berarti sangat baik. Lebih lanjut, disimpulkan bahwa Self-Harm Inventory versi bahasa Indonesia valid dan reliabel.

Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan media Google Forms dari bulan September - November 2023.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif yang menganalisis distribusi frekuensi dan persentase.

Pertimbangan etis

Penelitian ini telah disetujui untuk dilakukan kaji etik oleh komite etik kesehatan Rumah Sakit Jiwa Dr Amino Gondohutomo dengan nomor 420/10402 pada tanggal 19 September 2023. Peneliti menjaga kerahasiaan responden dengan menuliskan inisial nama dan memberikan informed consent.

HASIL

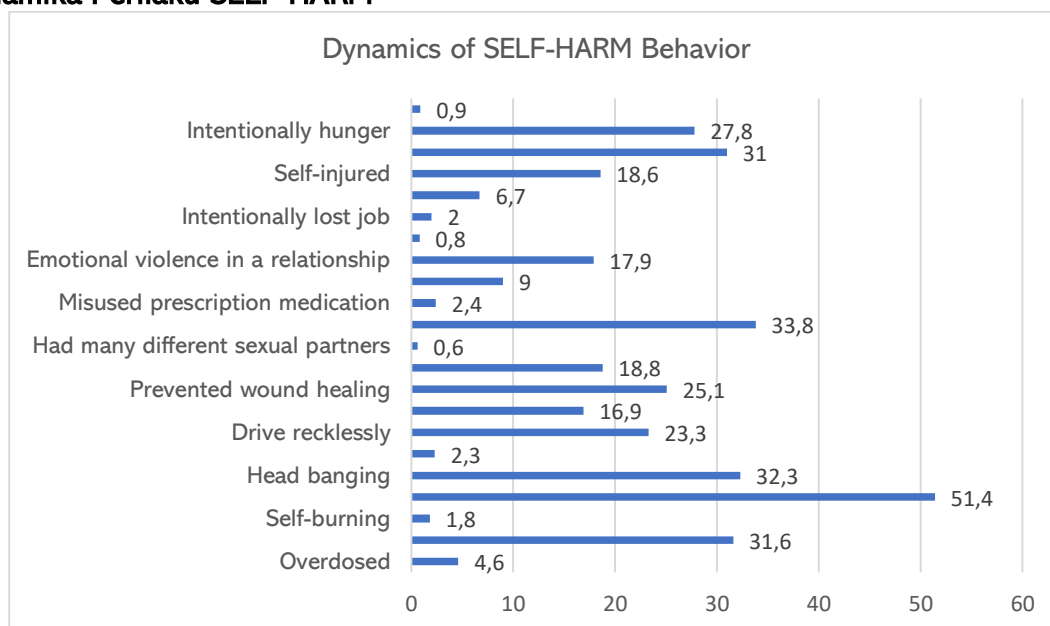
1. Karakteristik responden

Table 1. Karakteristik Remaja

No	Variabel	Indikator	Total	Persentase
1	Jenis Kelamin	Perempuan	542	60%
		Laki-laki	362	40%
2	Usia	Middle adolescence	229	34%
		Late adolescence	675	66%
3	Tempat Tinggal	Parent's house	855	95%
		Renting/ boarding	34	3%
		Relative's house	15	2%

Karakteristik Remaja siswa SMA dan SMK Negeri Provinsi Jawa Tengah pada Tabel 1, didominasi oleh siswa perempuan (60%), berusia remaja akhir (66%), dan tinggal bersama orang tua (95%).

2. Dinamika Perilaku SELF-HARM



Grafik 1. Dinamika Perilaku SELF-HARM

Berdasarkan Grafik 1, distribusi frekuensi dinamika perilaku SELF-HARM siswa SMA dan SMK Negeri di Provinsi Jawa Tengah menunjukkan bahwa perilaku SELF-HARM yang paling banyak dilakukan oleh responden adalah memukul diri sendiri (51,4%), sengaja memilih untuk ditolak dalam suatu hubungan (33,8%), membenturkan kepala (32,3%), menyakiti diri sendiri (31,6%), pikiran yang merusak diri sendiri (31%), dan sengaja kelaparan (27,8%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku SELF-HARM lebih sering terjadi pada siswa perempuan, hal ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa perempuan dua kali lebih mungkin melaporkan perilaku SELF-HARM dibandingkan laki-laki. Hal ini terkait dengan tekanan psikologis yang lebih tinggi pada perempuan yang tidak proporsional dengan kemampuan mereka untuk mengatur emosi secara efektif. Perilaku SELF-HARM sering digunakan sebagai koping maladaptif untuk mengatasi perasaan negatif yang terkait dengan depresi dan kecemasan (misalnya kesedihan, gugup, merasa tidak berharga), dan perempuan berisiko lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku SELF-HARM karena mereka mengalami gejala-gejala ini pada tingkat yang lebih tinggi daripada laki-laki.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa prevalensi perempuan mungkin lebih umum pada populasi klinis karena perbedaan dalam perilaku mencari pengobatan, di mana ada stigma bagi laki-laki dalam mencari pengobatan kesehatan mental (Victor et al., 2018). Seluruh responden dalam penelitian ini adalah remaja. Remaja lebih sering terlibat dalam perilaku SELF-HARM karena masa remaja merupakan masa dimana terjadi berbagai transisi (Rawit et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh (rawit et al., 2024) menjelaskan bahwa remaja dikaitkan dengan perilaku SELF-HARM karena perkembangan identitas diri dan kesadaran akan 'tempat yang sesuai'. Penerimaan sosial adalah salah satu faktor penting bagi mereka. Sebaliknya, remaja mungkin belum memiliki keterampilan untuk mengidentifikasi penilaian yang tepat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa manifestasi perilaku SELF-HARM oleh siswa SMA dan SMK Negeri di Provinsi Jawa Tengah sangat beragam. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa perilaku SELF-HARM bukan hanya perilaku mencederai diri sendiri tetapi memiliki spektrum manifestasi yang luas seperti terlibat dalam perilaku berisiko.

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa manifestasi perilaku SELF-HARM yang paling sering terjadi adalah menyayat diri sendiri, memukul diri sendiri, dan membakar diri sendiri. Sementara itu, pada populasi klinis, manifestasi yang paling sering terjadi adalah menyayat diri sendiri, membakar diri sendiri, dan memukul diri sendiri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat responden yang melakukan perilaku SELF-HARM dengan melakukan perilaku berisiko seperti sengaja berkendara ugal-ugalan, sengaja kelaparan, dan sengaja mencegah lukanya agar tidak sembuh. Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun perilaku memukul diri sendiri merupakan persentase tertinggi dari perilaku SELF-HARM yang dilakukan oleh responden dalam penelitian ini, namun perilaku menyayat diri sendiri dan membakar diri sendiri tidak terlalu sering dilakukan dibandingkan dengan manifestasi perilaku SELF-HARM yang lain.

Kekuatan dan Keterbatasan Penelitian

Studi deskriptif tidak dapat digunakan untuk membangun hubungan sebab-akibat. Responden mungkin tidak jujur ketika menjawab pertanyaan survei atau mungkin memberikan tanggapan yang diinginkan secara sosial. Pilihan dan susunan pertanyaan dalam kuesioner dapat mempengaruhi temuan deskriptif.

Implikasi Penelitian

Hasil penelitian ini dapat menjadi evidence-based dalam memberikan intervensi dan edukasi kesehatan, terutama pada populasi yang rentan terhadap perilaku SELF-HARM. Penelitian ini dapat menjadi evidence-based untuk penelitian selanjutnya dalam bidang SELF-HARM, terutama hubungan antara faktor risiko dan intervensi dalam mengelola perilaku SELF-HARM pada siswa SMA dan SMK

KESIMPULAN

Perilaku SELF-HARM yang paling banyak dialami oleh siswa SMA dan SMK Negeri di Provinsi Jawa Tengah adalah memukul diri sendiri, sengaja memilih untuk ditolak dalam suatu hubungan, dan membenturkan diri. dan pola asuh orang tua. Hasil penelitian ini dapat menjadi evidence-based bagi para pemangku kepentingan untuk melakukan intervensi, terutama bagi populasi yang rentan berperilaku SELF-HARM.

Conflict of Interest Statement

Tidak ada

Funding Source

Tidak ada

Author Acknowledgement

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden kami, yaitu para siswa Sekolah Menengah Atas dan Sekolah Menengah Kejuruan Negeri di Provinsi Jawa Tengah, Indonesia.

REFERENSI

- Apsari CN, Thesalonika. Perilaku Self-harm atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja. *Jurnal Pekerjaan Sosial*. 2021;4(2):213–24.
- Sivasankari N, Shaiju B, Rahman J. A Study to Assess the Self-Harm Behaviours among Adolescents in a Selected University of Delhi with A View to Develop and Disseminate An Information Booklet on Prevention of Self-Harm Behaviours. *International Journal of Science and Research (IJSR)*. 2016 Feb 5;5(2):1531–4.
- Piarulli FM, Margari A, Margari F, Matera E, Croce F, Furente F, et al. Do Cortisol and Dehydroepiandrosterone Influence Motivational Factors for Non-Suicidal Self-Injury in Female Adolescents? *J Clin Med*. 2023 Mar 1;12(5).
- Putri TH, Dewi V. Gambaran Perilaku Non-Suicidal Self Injury (NSSI) Pada Remaja di Masa Pandemi: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*. 2023;11(2):415–28.
- Xiao Q, Song X, Huang L, Hou D, Huang X. Global prevalence and characteristics of non-suicidal self-injury between 2010 and 2021 among a non-clinical sample of adolescents: A meta-analysis. *Front Psychiatry*. 2022 Aug 10;13.
- Zakaria ZYH, Theresa RM. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi*. 2020;4(2):85–90.
- Kusumadewi AF, Yoga BH, Sumarni, Ismanto SH. Self-Harm Inventory(SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Dini Perilaku Self-Harm. *Jurnal Psikiatri Surabaya*. 2019;8(1):21–5.
- Hidayati F, Fanani M, Mulyani S. Prevalensi dan Fungsi Melukai Diri Sendiri pada Mahasiswa. In: *antangan Pembelajaran Komprehensif untuk Mengembangkan Karakter peserta didik : Berdasarkan Pendekatan Psikologi Positif*. Malang; 2021.

- Elvira SR, Sakti H. Eksplorasi Pengalaman Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) Pada Wanita Dewasa Awal : Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis. *Jurnal Empati*. 2021;10(5):310.
- Kusumadewi AF. Uji Validitas Dan Reliabilitas Self Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia pada Pasien Rawat Jalan di Poliklinik Jiwa RSUD Bantul Yogyakarta. [Yogyakarta]: Universitas Gadjah Mada; 2017.
- Lutz NM, Neufeld SAS, Hook RW, Jones PB, Bullmore ET, Goodyer IM, et al. Why Is Non-suicidal Self-injury More Common in Women? Mediation and Moderation Analyses of Psychological Distress, Emotion Dysregulation, and Impulsivity. *Archives of Suicide Research*. 2023;27(3):905–21.
- Wilkinson PO, Qiu T, Jesmont C, Neufeld SAS, Kaur SP, Jones PB, et al. Age and gender effects on non-suicidal self-injury, and their interplay with psychological distress. *J Affect Disord*. 2022 Jun 1;306:240–5.
- Yue Y, Wang Y, Yang R, Zhu F, Yang X, Lu X, et al. Gender difference in the associations of childhood maltreatment and non-suicidal self-injury among adolescents with mood disorders. *Front Psychiatry*. 2023;14.
- Victor SE, Muehlenkamp JJ, Hayes NA, Lengel GJ, Styer DM, Washburn JJ. Characterizing gender differences in nonsuicidal self-injury: Evidence from a large clinical sample of adolescents and adults. *Compr Psychiatry*. 2018 Apr;82:53–60.
- Rawit DAT, Tatipikalawan F V, Christabela V, Barus NS. Adverse Childhood Experiences and Trends of Deliberate Self-Harm in Indonesian Adolescents. *Psych Nurs J* [Internet]. 2024;6(1):41–52. Available from: <http://e-journal.unair.ac.id/JPNJ> | 41 JournalHomepage:<https://e-journal.unair.ac.id/PMNJ/index>
- Correia R, Jackson D. Risk to self: identifying and managing risk of suicide and self-harm. *BJPsych Adv*. 2021 Mar;27(2):126–36.
- Hooley JM, Fox KR, Boccagno C. Nonsuicidal Self-Injury: Diagnostic Challenges And Current Perspectives. *Neuropsychiatr Dis Treat*. 2020 Jan;Volume 16:101–12.
- Lurigio AJ, Nesi D, Meyers SM. Nonsuicidal self injury among young adults and adolescents: Historical, cultural and clinical understandings. *Soc Work Ment Health*. 2024 Jan 2;22(1):122–48.
- Pal A, Roy P. Nonsuicidal self-injury and family environment among college students in Kolkata, West Bengal: Mixed method explanatory sequential design. *Journal of Mental Health and Human Behaviour*. 2022;27(2):105.
- Holden RR, Patterson AA, Fekken GC. Childhood trauma and non-suicidal self-injury: Mental pain and depression as mediators in university and community samples? *Pers Individ Dif*. 2022 Mar;187:111414.
- Gao Y, Liu X, Liu J, Wang H. The Effects of Self-Criticism and Self-Compassion on Adolescents' Depressive Symptoms and Nonsuicidal Self-Injury. *Psychol Res Behav Manag*. 2023;16:3219–30.
- Kruzan KP, Muehlenkamp JJ, Claes L. Identity, self-blame, and body regard in NSSI: A test of moderated-mediation. *Compr Psychiatry*. 2022 Jul;116:152322.
- Huang X, Liu H, Lan Z, Deng F. The Effect of Loneliness on Non-Suicidal Self-Injury Behavior in Chinese Junior High School Adolescents: A Moderated Mediation Model. *Psychol Res Behav Manag*. 2023 May;Volume 16:1831–43.
- Brown RC, Fischer T, Goldwisch DA, Plener PL. “I just finally wanted to belong somewhere”—Qualitative Analysis of Experiences With Posting Pictures of Self-Injury on Instagram. *Front Psychiatry*. 2020 Apr 21;11.