

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Self-harm sebagai *non-suicidal self-injury* yang ditandai dengan kecenderungan emosi yang tak stabil, hubungan yang tidak bertahan lama, dan adanya perasaan kosong di dalam diri. *Self-harm* adalah bentuk perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan individu karena permasalahan yang kompleks dan rumit, ingatan yang menyakitkan, atau keadaan yang diluar kendali, sebagai cara untuk mengatasi tekanan secara emosional atau rasa sakit secara psikis yang tidak tertahankan, dialami oleh individu dengan melukai diri sendiri tanpa berniat untuk melakukan bunuh diri, namun dapat mengancam jiwa individu. Pengetahuan tentang *self harm* berpengaruh terhadap perilaku seseorang. (Fitzgerald and Curtis, 2017).

Berdasarkan data WHO (2018) menyatakan bahwa sekitar 6% perilaku *self-harm* adalah penyebab dari kematian yang terjadi pada populasi yang berusia 15-29 tahun. Perilaku *self-harm* dan bunuh diri adalah penyebab kematian kedua di dunia diantara usia 18-29 tahun (WHO, 2018). Menurut WHO (2018) sekitar 1 juta orang meninggal dalam setiap tahunnya karena melakukan bunuh diri. Berdasarkan data Pusdatin (2019) menyatakan bahwa terdapat 789 kasus bunuh diri yang dilaporkan ke kepolisian pada tahun 2017. Di Indonesia sendiri, menurut data dari survei YouGov Omnibus pada Juni tahun 2019 menunjukkan lebih sepertiga setara dengan 36,9% orang Indonesia pernah melukai diri

mereka dengan sengaja. Dari persentase tersebut, prevalensi tertinggi ditemukan pada kelompok usia 18-24 tahun dari demografi tersebut sebanyak 45% responden pernah melakukan *self-harm*, sementara 7% dari responden yang pernah melakukan *self-harm* dengan frekuensi rutin (Sasonto, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 juni 2021 di ITSK RS dr. Soepraoen Malang, melalui penyebaran *google form* pada grup kelas, 8 mahasiswa menyatakan pernah melakukan *self-harm*, 2 orang lainnya melakukan *self-harm* secara rutin. 6 orang mengatakan melukai dirinya dengan cara menarik kulit rambut sendiri atau terkadang membuat sayatan kecil. 2 orang lainnya menggunakan sayatan kecil dan terkadang melukai badannya hingga memar. 3 orang mengatakan alasannya melakukan hal tersebut karena masalah keluarga, 3 orang karena stres tekanan dari masalah perkuliahan dan keluarga, dan 2 orang lainnya mengatakan karena stres masalah perkuliahan, keluarga dan orang terdekat.

Merasa sakit akibat *self-harm* menjadi hal yang dicari dan disukai bagi sejumlah orang. Pada mereka yang merasa rendah diri, perilaku *self-harm* merupakan pengalihan emosi yang dirasakan seperti marah, benci, sepi, dan tertekan dalam mengatasi segala masalah dalam lingkungan keluarga, sosial, kampus, dan lain sebagainya. Setelah mengalihkan emosi-emosi tersebut, mereka akan merasa lega karena rasa sakit batin telah dialihkan pada sakit fisik (Kholik dan Adi, 2020). *Self-harm* yang dilakukan lebih tentang perhatian yang dibutuhkan daripada mencari

perhatian. Pada intinya, tindakan tersebut tersembunyi dan bekas luka akibat *self-harm* disembunyikan dengan hati-hati. Tindakan *self-harm* sangat berbahaya jika dibiarkan karena dapat berdampak pada tindakan percobaan bunuh diri (Kholik dan Adi, 2020). Penyebab self harm yaitu Tekanan emosional yang diakibatkan pada masalah psikologis akut seperti stres, depresi, takut, cemas, harga diri rendah, dan lain sebagainya. Faktanya tekanan yang dialami pada remaja akhir adalah adanya tekanan psikis dalam kehidupan keluarganya, lingkungan sosialnya, serta adanya beban tugas sebagai mahasiswa tahun pertama yang berbeda dengan masa SMA tentu menjadi pemicu tingginya kejadian *self-harm* (Kholik dan Adi, 2020).

Dalam kasus *self-harm*, regulasi emosi memiliki peranan penting untuk membuat mereka mampu menyesuaikan diri dengan emosinya, sampai pada akhirnya mereka dapat berfungsi secara kompeten dengan lingkungannya. Selain itu, dengan melakukan regulasi emosi, para pelaku *self-harm* akan lebih positif dalam menghadapi suatu permasalahan, sehingga hal ini akan membuat mereka menjauhi sebuah paradigma bahwa perilaku *self-harm* merupakan satu-satunya cara untuk membebaskan diri dari rasa sakit secara emosional. Solusi untuk remaja yang melakukan *self-harm* yaitu memberikan wadah mereka untuk bercerita, memberikan mereka perhatian, dan edukasi tentang bahaya self harm. (Estefan dan Wijaya, 2014). Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti “Gambaran Pengetahuan mahasiswa DIII Keperawatan Tingkat 3 tentang *Self-Harm* di ITSK RS dr. Soepraoen Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran Pengetahuan mahasiswa tingkat 3 D-III Keperawatan tentang *Self-Harm* di ITSK RS dr. Soepraoen Malang ?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran Pengetahuan mahasiswa tingkat 3 D-III Keperawatan tentang *Self-Harm* di ITSK RS dr. Soepraoen Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini mampu mengembangkan ilmu keperawatan khususnya keperawatan jiwa serta dapat digunakan sebagai acuan awal .

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan perencanaan keperawatan yang akan dilakukan untuk mengatasi perilaku *self-harm*.

2. Bagi Responden

Sebagai evaluasi diri remaja akhir di ITSK RS dr. Soepraoen Malang mengenai perilaku *self-harm* yang dilakukan sehingga mendorong responden untuk tidak melakukannya lagi.

3. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai dasar pihak kampus untuk mempromosikan dampak *self-harm* sebagai upaya menurunkan kejadian *self-harm* pada mahasiswa.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bekal bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang faktor penyebab *self-harm* pada remaja akhir





