

FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB TERJADINYA PERILAKU *SELF INJURY* PADA MAHASISWA YANG BERKULIAH DI UNIVERSITAS SWASTA DI KOTA PEKANBARU

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Akademis Guna Menyelesaikan
Jenjang Pendidikan Sarjana Strata Satu (S1) Pada Fakultas Psikologi
Universitas Islam Riau*



OLEH:

BAGAS RUKMANA

168110180

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2021

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim

Pada kesempatan ini, secara khusus penulis ingin mengucapkan rasa syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmatnya karena telah memberikan ilmu dan kesehatan.

...

Untuk menjadi pemenang bukan berarti tidak pernah kalah, untuk menjadi terbaik bukan berarti tidak pernah mengalami hal buruk, semua hal yang terjadi saat ini adalah hasil dari usaha dan do'a orangtua. Menjadi pemula yang mencoba untuk menampilkan terbaik itulah aku dan sebuah harapan orangtua. Tidak ada kata yang mampu terucap, tidak ada makna yang mampu untuk dijelaskan, dan tidak ada hal apapun yang dapat ku lupakan

...

Terima kasih untuk segalanya yah, mah <3

Semoga kelulusan ini dapat menjadi kebanggaan tersendiri bagi ayah & mamah

...

Alhamdulillahilabbil'alamin

MOTTO

Tidak ada yang menjamin hidupmu sukses kecuali dirimu sendiri

-BAGAS RUKMANA-

Terlepas dari apapun kesalahan seseorang, jangan lihat apa kesalahan yang sudah diperbuat tetapi lihatlah bagaimana seseorang itu mencoba untuk mengakui kesalahan dan memperbaiki semuanya

-BAGAS RUKMANA-



KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim....

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Salawat serta salam kepada junjungan ulama Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing umat manusia dari alam kegelapan ke alam yang berilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai tugas akhir penulis di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau untuk syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi Strata Satu (S1) pada jurusan Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru. Adapun judul skripsi ini adalah “**Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku *Self Injury* Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Di Universitas Swasta Di Kota Pekanbaru**”.

Dalam menyelesaikan penulisan dan penyusunan skripsi ini penulis telah banyak mendapatkan bimbingan dan pengarahan serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya terutama kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi., S.H., M.C.,L selaku Rektor Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan penulis menimba ilmu pengetahuan di Universitas ini.

2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah memberikamn kesempatan dan kepercayaan kepada penulis untuk menyelesaiakn skripsi ini.
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M.Si, selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Yulia Herawaty, S.Psi., MA, selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
7. Bapak Didik Widianoro, M.Psi., Psikolog, selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
8. Ibu Irma Kusuma Salim, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu ditengah-tengah kesibukannya untuk membimbing dan mengarahkan penulis menyelesaikan skripsi ini.
9. Ibu Syarifah Farradinna, S.Psi., MA., Ph.D, selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan waktu, dukungan, dan perhatian kepada penulis dari awal semester hingga saat ini.
10. Ibu dr. Raihanatu Binqalbi Ruzain, M.Kes, Ibu T.Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog, Ibu Leni Armayati, S.Psi., M.Si, Ibu Icha Herawati, S.Psi., M.Soc.Sc, Ibu Irfani Rizal, S.Psi., M.Si, Ibu Wina Diana Sari, S.Psi., M.B.A, Ibu Nindy Amita, M.Psi Psikolog, Bapak Ahmad Hidayat, S.Th.I, M.Psi.,

Psikolog, Bapak Dr. Sigit Nugroho, M.Psi., Psikolog, Bapak Bahril Hidayat, M.Psi., Psikolog, dan Bapak Tukiman Khateni, S.Ag., M.Si, selaku dosen psikologi di Universitas Islam Riau. Terima kasih atas semua dukungan yang sangat bermanfaat bagi penulis, serta telah memberikan ilmu dan berbagai pengalaman selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

11. Kepala Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Bapak Zulkifli Nur, SH dan seluruh staf serta karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, Bapak Ridho Lesmana, S.T, Bapak Wan Rahmad Maulana, S.E, Ibu Masriva, S.Kom, Ibu Liza Fahrani, S.Psi, Ibu Eka Mailina, S.E, dan Bapak Bambang Kamajaya Barus, S.P, yang telah membantu dalam proses administrasi perkuliahan.
12. Terima kasih kepada kedua orangtua penulis yang telah memberikan dukungan dan motivasi utama bagi penulis untuk dapat segera menyelesaikan skripsi ini.
13. Terima kasih kepada diri sendiri yang sudah berjuang dari awal memulai perkuliahan sampai akhir perkuliahan.
14. Terima kasih kepada dr, Annisa Azzahra R, dr. Ridho Rahmatullah, Muhammad Erlangga Arya R, S.Ked, Muhammad Yudhistira Yahya R, S.Ked, dan Mendelivium Oksigano Aryasena Rahmatullah yang telah memberikan dukungan dan motivasi bagi penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.

15. Terima kasih kepada Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Kabinet Adibrata Periode 2019-2021 yang telah memberikan dampak positif selama penulis berorganisasi.
16. Terima kasih kepada Elni Safira, Putri Dwi Lestari, dan Sefri Malinda yang sudah bersedia menjadi *support system* dan menjadi teman baik penulis selama proses perkuliahan.
17. Terima kasih kepada *partner* skripsi penulis Icha Liffia Augiyanti, Leni Rerlina, Shania Salsabila Sandy dan Zulfa Kurniaty yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis mulai dari awal sampai akhir pengerjaan skripsi ini.
18. Terima kasih kepada Alifita Noor Shabrina, Astrid Indraswari, Aulia, Aulia Tamara, Cahyaning Wulan, Dela Resti, Derra Patrias, Ella Anggraini, Emilia Sanjaya, Fadlah Fitriani, Faramia Karunia Asmed, Fina Adinda, Fitri Suciati Maliki, Krismonica, Ratih Anjaswari, Kak Sherly Septianti Andaki, S.Psi, Tuti Marice Hutapea dan Vionita Adelina yang telah memberikan dukungan selama ini.
19. Terima kasih kepada subjek penelitian penulis yaitu MO, FR, dan MWD yang sudah bersedia meluangkan waktu dan memberikan informasi yang dibutuhkan oleh penulis.
20. Terima kasih kepada teman-teman angkatan 2016, angkatan 2017, dan adik-adik tingkat Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu.

21. Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah bersedia membantu penulis selama penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu atas bantuan, dukungan, dan motivasinya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Pekanbaru, 24 Maret 2021

Bagas Rukmana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
PERSEMBAHAN.....	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	12
1.3 Tujuan Penelitian.....	12
1.4 Manfaat Penelitian.....	13
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	13
1.4.2 Manfaat Praktis	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1 <i>Self Injury</i>	14
2.1.1 Pengertian <i>Self Injury</i>	14
2.1.2 Model Biopsikososial Perilaku <i>Self Injury</i>	17
2.1.3 Jenis-Jenis <i>Self Injury</i>	19
2.1.4 Bentuk-Bentuk <i>Self Injury</i>	20
2.1.5 Karakteristik Perilaku <i>Self Injury</i>	21
2.1.6 Faktor-Faktor Penyebab <i>Self Injury</i>	23
2.2 Kerangka Berpikir	26

BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Jenis Penelitian	27
3.2 Materi Penelitian	28
3.2.1 Lokasi dan Subjek Penelitian	28
3.2.2 Teknik Pengambilan Sampel	28
3.3 Teknik Pengumpulan Data	29
3.4 Prosedur Penelitian	33
3.5 Teknik Analisis Data	35
3.6 Teknik Kredibilitas Data	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1 <i>Setting</i> Penelitian	39
4.2 Persiapan Penelitian	40
4.2.1 Jadwal Penelitian	40
4.2.2 Data Informan	41
4.3 Hasil Penelitian	41
4.3.1 Hasil Penelitian Informan 1	41
4.3.2 Hasil Penelitian Informan 2	67
4.3.3 Hasil Penelitian Informan 3	92
4.4 Hasil Analisis Data	118
4.4.1 Hasil Analisis Data Informan 1	118
4.4.2 Hasil Analisis Data Informan 2	120
4.4.3 Hasil Analisis Data Informan 3	123
4.5 Pembahasan	125
4.6 Kelemahan Penelitian	131
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	132
5.1 Kesimpulan	132
5.2 Saran	134
DAFTAR PUSTAKA	136

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Skema Permasalahan.....26



Dokumen ini adalah Arsip Miik :
Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 : Jadwal Pengambilan Data40

Tabel 4.2 : Data Informan Penelitian41



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A

Guideline Wawancara

LAMPIRAN B

Agenda Penelitian

LAMPIRAN C

Penjelasan Penelitian Kepada Informan

LAMPIRAN D

Informed Consent

LAMPIRAN E

Verbatim Wawancara Informan

LAMPIRAN F

Interpretasi Wawancara Informan

LAMPIRAN G

Verbatim Observasi Informan

LAMPIRAN H

Tes Kepribadian DAP

LAMPIRAN I

Kartu Bimbingan

LAMPIRAN J

Surat Keputusan

FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB TERJADINYA PERILAKU *SELF INJURY* PADA MAHASISWA YANG BERKULIAH DI UNIVERSITAS SWASTA DI KOTA PEKANBARU

BAGAS RUKMANA

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

ABSTRAK

Perilaku *self injury* adalah salah satu tindakan atau perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan dengan cara disengaja tanpa ada maksud dan tujuan untuk melakukan tindakan bunuh diri, akan tetapi bagi para pelakunya tindakan ini merupakan salah satu metode atau cara yang tepat dalam melampiaskan emosi negatifnya. Ada beberapa faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* diantaranya faktor keluarga, faktor psikologis, faktor pengaruh biokimia, dan faktor kepribadian. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apa saja faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* pada mahasiswa yang berkuliah di universitas swasta di Kota Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa universitas swasta di Kota Pekanbaru yang memiliki riwayat melakukan perilaku *self injury* yang berjumlah 3 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan tes psikologi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada beberapa faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* yaitu kurang berperannya sosok orangtua terutama sosok ibu masing-masing informan, adanya pengalaman masa lalu yang menyakitkan sehingga menimbulkan adanya trauma, adanya perasaan-perasaan tidak nyaman yang disebabkan oleh terpendamnya perasaan-perasaan negatif yang ada pada masing-masing informan, memiliki kepribadian yang cenderung mengalami depresi, mudah frustrasi, dan adanya beberapa emosi yang mendominasi pada masing-masing informan, serta melakukan peniruan perilaku *self injury* berasal dari *trend* ketika informan masih duduk dibangku SMA.

Kata Kunci: Perilaku *Self Injury*; Fator-Faktor Penyebab Perilaku *Self Injury*; Mahasiswa.

**FACTORS CONTRIBUTING TO THE SELF INJURY
BEHAVIOR OF COLLEGE STUDENTS ATTENDING A
PRIVATE UNIVERSITY IN PEKANBARU**

BAGAS RUKMANA

**PSYCHOLOGY DEPARTMENT
ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU**

ABSTRACT

Self injury behavior is another act or self injury alone which was done in a deliberate way without any intent or purpose to committing suicide, however, to the perpetrators of this act is one of the correct methods or methods in venting emotions the negative. There are several factors underlying self injury behavior among them are family, psychological factors, biochemical factors, and personality factors. The purpose of this study is to know what these factors are it was a contributing factor of self injury behavior toward college students psychology, islamic university. The study uses qualitative research methods with a case study approach. The subject of this study is a student of psychology, the riau islamic university, which has a history of behaving self injury of 3 people using advanced sampling techniques. The data-collection techniques used were observation, interviews, and psychological tests. The study suggests that there are a number of factors underlying self injury behavior asa parent primarily as the mom of the individual informant, the painful past experiences resulting from trauma, uncomfortable feelings caused by the intense negative feelings contained in each informant, it was easy to get frustrated, and with some of the emotions dominating each informant, and modeling of self injury behavior came from a trend when the informant was still in high school.

Keyword: Self-Injury Behavior; Factors Underlying Self-Injury; College Student.

العوامل المسببة على حدوث سلوك إيذاء الذات للطلبة الذين يدرسون في الجامعات الأهلية بمدينة باكنبارو

باغاس روكانا

كلية علم النفس
الجامعة الإسلامية الرياوية

الملخص

السلوك إيذاء الذاتي هو أحد الإجراءات أو سلوك إيذاء الذات التي تتم عن عمد دون أي نية والغرض للقيام بذلك الانتحار، ولكن بالنسبة لمرتكبي هذا الفعل يعد هذا الإجراء أحد الأساليب أو الطرق الصحيحة للتنفيس عن مشاعرهم السلبية. هناك العديد من العوامل التي تسبب سلوك إيذاء الذات بما في ذلك العوامل العائلية والعوامل النفسية وعوامل التأثير البيوكيميائية وعوامل الشخصية. الغرض من هذا البحث هو العوامل المسببة على حدوث سلوك إيذاء الذات للطلبة الذين يدرسون في الجامعات الأهلية بمدينة باكنبارو. يستخدم هذا البحث أسلوب البحث النوعي مع نهج دراسة الحالة. كان المشاركون في هذا البحث طلباً من الجامعة الأهلية في مدينة باكنبارو لديهم تاريخ في ارتكاب سلوك إيذاء الذات، بلغ عددهم ٣ أشخاص باستخدام تقنية أخذ العينات الهادفة. تقنيات جمع البيانات المستخدمة هي الملاحظة والمقابلات والاختبارات النفسية. تشير نتائج هذا البحث إلى أن هناك عدة عوامل مسببة لسلوك إيذاء الذات وهي عدم وجود دور شخصية الوالد، وخاصة شخصية الأم لكل مخبر، ووجود تجارب سابقة مؤلمة تسبب الصدمة، ومشاعر غير مريحة ناتجة عن المشاعر المكبوتة: الخصائص السلبية الموجودة في كل مخبر، لها شخصية تميل إلى الاكتئاب، والإحباط بسهولة، ولديها العديد من المشاعر التي تسيطر على كل مخبر، وكذلك تقليد سلوك إيذاء الذات النابع من الاتجاه عند المخبر. كان لا يزال في المدرسة الثانوية.

الكلمات الرئيسية: سلوك إيذاء الذات؛ العوامل المسببة لإيذاء الذات؛ طلبة جامعية

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Secara umum manusia pasti tidak akan terlepas dari sebuah konflik atau permasalahan sepanjang masa kehidupannya. Oleh karena itu, manusia sering disebut sebagai makhluk sosial dikarenakan manusia setiap harinya akan selalu melakukan interaksi dengan sesama manusia lainnya. Semakin banyak individu melakukan interaksi dengan individu lain maka semakin banyak pula informasi yang didapat atau diterima oleh individu tersebut sehingga informasi yang didapat akan menjadi pengalaman hidup individu tersebut. Pengalaman ini tentunya akan diwarnai dengan berbagai jenis emosi, baik itu emosi yang bersifat positif maupun emosi yang sifatnya negatif sehingga emosi tersebut akan mempengaruhi kehidupan seseorang, karena ketika seseorang merasakan emosi positif maupun negatif ini akan membawa perubahan fisik maupun perubahan psikologi pada individu tersebut (Estefan dan Wijaya, 2014).

Beberapa tahapan perkembangan manusia sepanjang masa hidupnya. Setiap tahapan tersebut memiliki tugas perkembangannya masing-masing, mulai dari masa bayi, masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa hingga lanjut usia. Saat ini, akan ada banyak individu dihadapkan pada sejumlah masalah terkait tahapan perkembangannya. Tahapan itu ada pada masa remaja akhir menuju masa dewasa

awal. Dimana seorang individu memiliki berbagai macam permasalahan atau konflik yang mereka alami (Estefan dan Wijaya, 2014).

Masa remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan yang penuh dengan permasalahan. Seperti yang dikatakan oleh Santrock (2011), masa remaja yang usianya berkisar antara 12-23 tahun yang ditandai dengan berbagai macam permasalahan. Santrock (2011) menyatakan bahwa masa remaja adalah tahapan pergolakan yang dipenuhi oleh konflik dan perubahan suasana hati. Selain itu, masa remaja merupakan masa dimana setiap remaja pasti akan menghadapi berbagai macam permasalahan, baik masalahnya dengan dirinya sendiri maupun masalah yang berhubungan dengan orang lain. Dalam situasi seperti ini, tentu saja remaja akan merasakan beberapa macam emosi yang berkecenderungan satu sama lain.

Menurut Jannah, Yacob dan Julianto (2017) masa dewasa merupakan salah satu tahapan perkembangan manusia yang sangat kompleks dan panjang dalam masa kehidupannya. Masa dewasa itu sendiri dibagi menjadi tiga bagian, diantaranya masa dewasa awal, masa dewasa madya dan masa dewasa akhir atau yang sering disebut juga dengan masa lanjut usia. Masa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun hingga 40 tahun, masa dewasa madya di mulai pada usia 40 tahun hingga 60 tahun dan masa dewasa akhir (lanjut usia) dimulai pada usia 60 tahun hingga kematian.

Masa dewasa juga sering disebut masa peralihan dari remaja akhir menuju ke masa dewasa awal, dimana pada usia inilah individu akan di hadapkan oleh sejumlah problematika atau permasalahan baru. Menurut Jahja (2011), masa

dewasa awal adalah masa dimana seorang individu mencari kemantapan dan masa reproduktif adalah suatu tahap dimana tahapan ini adalah tahapan yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru.

Masa dewasa juga dikatakan sebagai salah satu masa yang sulit dan penuh masalah. Hal ini biasanya dikarenakan seorang individu harus melakukan penyesuaian dengan peran barunya. Jika seorang individu tidak dapat mengatasinya, maka akan menimbulkan masalah pada individu itu sendiri. Ketika seorang individu berusia 20 tahun keatas (sebelum 30 tahun), ada kondisi dimana masa ketegangan emosionalnya tidak stabil atau tidak dapat terkendali. Individu akan cenderung merasa labil, resah dan mudah memberontak. Pada masa ini, emosi seseorang sangat bergelora dan mudah tegang. Individu juga merasa akan lebih mudah khawatir dengan status barunya (Jahja, 2011).

Masalah merupakan salah satu tantangan seorang individu dalam menjalani hidup, terlebih di zaman modern seperti saat ini, tantangan seseorang dalam menjalani hidup akan semakin berat. Manusia selalu dituntut untuk mampu bertahan hidup ditengah-tengah krisis ekonomi, moral maupun pendidikan. Tidak ada seorang individu manapun yang tidak memiliki suatu permasalahan atau konflik (Maidah, 2013).

Setiap individu memiliki suatu problematika atau permasalahan yang berbeda-beda begitu juga dengan cara penyelesaiannya. Ada beberapa orang yang mampu menyelesaikan masalah dengan baik, sementara ada beberapa orang

terkadang tidak mampu menyelesaikan masalah yang mereka hadapi. Ketidakmampuan seorang individu dalam menyelesaikan suatu masalah dapat menyebabkan timbulnya distress. Distress tersebut menimbulkan emosi negatif atau afek negatif, seperti sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dendam, dan emosi-emosi negatif lainnya (Safaria dan Saputra, 2009).

Menurut Maidah (2013), emosi memiliki hubungan yang erat dengan perasaan yang sedang dialami oleh seseorang. Emosi yang berasal dari perasaan seseorang biasanya akan ditunjukkan dalam berbagai macam ekspresi, seperti kesedihan, kegembiraan, kekecewaan, kebencian dan cinta. Emosi yang diberikan oleh perasaan tertentu akan memberikan pengaruh terhadap pola pikir dan cara bagaimana seseorang bertindak. ini dikarenakan emosi merupakan salah satu faktor utama dalam mempengaruhi tingkah laku seseorang. Kesadaran dan pengetahuan seseorang perihal emosi memungkinkan setiap individu menjalin hubungan yang baik untuk melakukan sosialisasi dengan lingkungannya.

Seseorang bisa menyalurkan emosinya dengan berbagai cara. Emosi yang dikomunikasikan atau yang disalurkan bisa berupa emosi yang bersifat positif dan negatif. Penyaluran emosi yang bersifat positif seperti berolahraga, menonton film, pergi bersama teman, membaca buku atau aktivitas positif lainnya. Sebaliknya, sebagian orang memilih untuk menyalurkan emosinya dengan cara yang negatif, seperti mengonsumsi narkoba, meminum minuman beralkohol atau bisa melukai dirinya sendiri sehingga dapat merugikan orang lain dan juga diri sendiri (Maidah, 2013).

Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Estefan dan Wijaya (2014), jika seorang individu mampu memberikan respon emosi yang bersifat positif maka individu tersebut mampu mengontrol emosinya dan tidak akan berlarut-larut dalam emosinya, sehingga individu tersebut mampu menyesuaikan diri dengan emosinya dan mampu dengan cepat merasakan kebahagiaan dalam dirinya. Sedangkan, seorang individu yang memberikan respon emosi yang bersifat negatif pada permasalahannya, maka individu tersebut akan menyalurkan emosi pada masalahnya tersebut dengan cara menyakiti dirinya sendiri karena mereka meyakini bahwa mereka dapat memberikan ketenangan sesaat dan mampu membebaskan mereka dari rasa sakit secara psikologis yang dialaminya. Menurut mereka, rasa sakit fisik yang mereka rasakan dari respon negatif yang diberikan tersebut menjadi tidak begitu berarti dan tidak sepadan dengan rasa sakit psikologis yang mereka rasakan. Maka, respon inilah yang disebut sebagai perilaku *self injury*.

Self injury merupakan perilaku merugikan diri sendiri yang dilakukan dengan sengaja, tanpa ada niat untuk melakukan bunuh diri. Perilaku tersebut antara lain memotong bagian kulit dengan menggunakan pisau atau silet, memukul dirinya sendiri, membakar bagian tubuh tertentu bahkan memotong bagian tubuh tertentu. Hal ini dilakukan tanpa adanya niat untuk melakukan tindakan bunuh diri (Shabrina, 2011). Perilaku menyakiti diri sendiri biasanya ditujukan untuk melepaskan segala emosi negatif yang terjadi pada individu. Seorang individu melakukan perilaku atau tindakan tersebut dikarenakan ketidakmampuan diri

dalam mengungkapkan masalah yang sedang dihadapi dengan menggunakan kata-kata, sehingga lebih memilih untuk melakukan perilaku tersebut.

Dilansir dari BBC News (2010), pada tahun 2001 *World Health Organisation* (WHO) melaporkan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri yang kemudian menjurus ke bunuh diri menyebabkan 814.000 kematian pada tahun 2001, perilaku *self injury* ini biasanya didominasi oleh remaja. Whitlock (2009) mengemukakan bahwa perilaku *self injury* sebagian besar dilakukan oleh remaja pada usia 14 hingga 16 tahun, akan tetapi ada juga individu yang melakukan tindakan ini dimulai ketika pada masa kanak-kanak dan masa dewasa. Sedangkan menurut Klonsky dan Jennifer (2007), usia rata-rata biasanya adalah sekitar usia 13 atau 14 tahun. Setidaknya dua studi perguruan tinggi menunjukkan bahwa sekitar seperempat dari mereka yang melaporkan *self injury* mulai ditahun-tahun awal kuliah (Whitlock, 2009: 2).

Menurut Martin, dkk (2010) ada sekitar 20% dari populasi di Australia dengan rentang usia 18 hingga 24 tahun mengungkapkan bahwa mereka pernah melakukan perilaku menyakiti diri sendiri paling tidak sekali dalam kehidupan mereka. Di Inggris, jumlah remaja yang masuk rumah sakit yang masuk rumah sakit karena menyakiti diri sendiri mengalami peningkatan. Pada tahun 2008-2009 ada sekitar 2.727 orang yang berusia di bawah 25 tahun dilarikan ke rumah sakit karena melakukan perilaku menyakiti diri sendiri dengan menggunakan benda-benda tajam. Kemudian angka tersebut semakin meningkat menjadi 50% dibandingkan pada tahun 2004-2005 kasusnya hanya mencapai 1.758 orang.

Sedangkan untuk kasus perilaku menyakiti diri sendiri di Indonesia masih belum ditemukan data yang benar-benar menunjukkan jumlah pelakunya.

Fenomena yang ditemui oleh peneliti berdasarkan wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 15 Januari 2021 subjek mengatakan bahwa “*kalau menurut pemikiran aku nih, faktornya itu ya dari keluarga yang tidak beres, terus juga pasangan dan permasalahan dengan teman juga ada*”. Hal diatas diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Maidah (2013), ada faktor-faktor yang berpengaruh terhadap munculnya perilaku *self injury* yang dapat di kelompokkan menjadi dua faktor, yaitu faktor keluarga seperti kurangnya kasih sayang, tumbuh di dalam keluarga yang kacau dan faktor individu.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 15 Januari 2021 subjek mengatakan bahwa “*kenapa aku melakukan perilaku tersebut karena aku emang merasa kesepian kali karena aku juga merasa nggak ada yang bisa diajak cerita, nggak ada yang bisa dengarin, dan nggak ada orang yang tepat untuk bisa ngerti dan paham bang*”. Hal ini juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dan Muthia (2015) yang menyatakan bahwa sebesar 7,5% keinginan seseorang untuk menyakiti diri sendiri pada remaja dipengaruhi oleh kesepian. Hal tersebut dapat disebabkan karena individu yang merasa kesepian akan mendapatkan dukungan sosial yang rendah dan tidak memuaskan. Kemudian, 92,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang dapat menjadi penyebab seseorang untuk menyakiti diri sendiri.

Hal lain juga ditemui dari hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 15 Januari 2021, subjek mengatakan bahwa didapat bahwa “*alasan kenapa aku melakukan self injury ini awalnya karena emang aku menahan perasaan akusendiri gitu bang. Jadi karena aku yang sering nahan perasaanku ni, aku perlahan rasanya tu berubah menjadi orang yang bisa dibilang apatis gitu bang, kayak nggak peduli sama sekitar gitu*”. Hal ini diperkuat oleh Sutton (2005) mengungkapkan bahwa faktor penyebab seseorang melakukan perilaku *self injury* karena faktor-faktor psikologis yaitu merasa tidak kuat menahan emosi dan merasa terjebak, stress, *self esteem* yang rendah, tidak sanggup mengekspresikan atau mengungkapkan perasaan, merasa hampa atau kosong, adanya perasaan tertekan didalam batin yang tidak dapat ditolerir setelah kehilangan orang yang disayangi, ingin mendapatkan perhatian khusus dari orang yang di sayangi, merasa putus asa, tidak sanggup menghadapi realita, merasa tidak berguna, merasa bahwa hidup semakin sangat sulit, frustrasi dan mengalami depresi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zakaria dan Theresa (2020) bahwa faktor penyebab perilaku *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI) adalah ketidakmampuan seorang individu dalam meregulasi emosi yang berujung pada pemilihan perilaku *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI) sebagai mekanisme coping yang tidak adaptif, akibat permasalahan seperti pengaruh teman sebaya yang negatif melalui tindakan bullying dan ketidakmampuan hubungan dalam keluarga sehingga metode perilaku *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI) yang digunakan oleh subjek dalam penelitian ini adalah *self cutting* dan *self hitting*.

Fenomena perilaku *self injury* juga ditemu pada media online seperti Tirto.id, salah satu tindakan meyakiti diri sendiri dengan cara menyayat tangannya sendiri. Faktanya, mereka meminta kepada temannya yang kebetulan sedang lewat atau yang berada di lokasi tersebut. Dalam kasus ini, Putri (2018) menyatakan bahwa tindakan menyayat tangan yang dilakukan oleh beberapa remaja SMP di Riau. Data yang diperoleh dari Radio Republik Indonesia (RRI) menunjukkan bahwa motif menggores tangan yang dilakukan oleh siswa dipicu oleh adanya sebuah video di Whatsapp. LF merupakan salah satu pelajar yang ikut serta dalam melakukan aksi tersebut dan mengaku bahwa video tersebut sudah tersebar luas hingga di kalangan perlajar sekolah lain. Sitti kemudian menyatakan bahwa pernyataan LF dengan keterangan tambahan bahwa LF sedang depresi yang dikarenakan adanya permasalahan keluarga (Putri, 2018).

Fenomena melukai diri sendiri yang digambarkan Putri (2018) di media online Tirto.id merupakan salah satu kasus yang terjadi di kalangan siswa Sekolah Menengah Pertama di Indonesia. Dikutip dari pernyataan Sitti diatas, yang menyebutkan bahwa LF menyayat tangannya karena LF mengaku sedang mengalami depresi terkait masalah keluarganya. Hal ini tentunya tidak berarti bahwa penyebab utama dari tindakan menyayat tangan remaja tersebut adalah depresi yang berkaitan dengan masalah keluarga. Selain itu, pernyataan diatas juga disampaikan bahwa tindakan meyayat tangan tersebut dimulai karena adanya video yang beredar di media sosial WhatsApp sehingga viral di kalangan pelajar Sekolah Menengah Pertama di Indonesia, khususnya di Provinsi Riau.

Fenomena lainnya datang dari berita yang melaporkan terkait tragedi yang serupa khususnya di SMP 18 Pekanbaru. Di sekolah tersebut, sekitar 55 siswa telah ditemukan memiliki luka gores di pergelangan tangan, yang sebagian besar adalah siswa perempuan dan hanya satu siswa laki-laki (Hardiansyah, 2018). Para siswa diduga melakukan tindakan menyayat tangan sebagai pelampiasan suatu masalah yang terjadi dalam kehidupan mereka. Menurut pengakuan siswa kelas VIII Pekanbaru, ia melakukan perilaku tersebut dikarenakan memiliki masalah dengan keluarganya. Siswa lain yang berinisial N mengaku bahwa ia sudah melakukan sayat tangan sebanyak dua kali dan dirinya merasa lebih lega. Hal yang sama juga diungkapkan oleh siswa berinisial IN yang juga melakukan sayat tangan sebanyak dua kali karena marah kepada teman kelas yang menyembunyikan bukunya hingga ia mendapatkan hukuman dari sang guru (Tanjung, 2018)

Dari beberapa penelitian tidak dipungkiri bahwa pelaku tindakan menyakiti diri sendiri di Indonesia memang ada. Penelitian yang dilakukan oleh Estefan dan Wijaya (2014), hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek melakukan penghayatan yang unik terhadap suatu permasalahan hidupnya dengan cara menggoreskan luka fisik ditubuhnya sebagai pereda rasa sakit hati yang dirasakannya sehingga adanya perubahan respon yang dialami subjek dalam menyelesaikan permasalahannya dengan cara yang maladaptif yaitu melakukan *self injury*. Penelitian yang dilakukan oleh Takwati (2017), hasil penelitian menunjukkan bahwa prose pengontrolan emosi yang dilakukan oleh subjek IM

dan II adalah melakukan penyatan pada pergelangan tangannya sehingga menimbulkan perasaan puas pada subjek tersebut.

Seorang individu melakukan perilaku menyakiti diri sendiri kemungkinan dikarenakan penerimaan diri dalam menghadapi suatu masalah atau kejadian peristiwa yang terjadi dalam kehidupan individu tersebut dipengaruhi oleh keinginannya yang tidak tersalurkan. Keinginan yang tidak tersalurkan inilah yang kemudian dapat membentuk sebuah tingkah laku yang selanjutnya dijadikan tempat untuk melepas segala keinginan-keinginan yang tidak tersalurkan tersebut, seperti melukai dirinya sendiri dengan cara menyayat tangannya. Hal ini juga dijelaskan pada salah satu penelitian mengenai dinamika psikologis pelaku *self injury* yang mengungkapkan bahwa penerimaan diri dalam penyelesaian suatu masalah seseorang menjadi salah satu faktor dalam terjadinya perilaku *self injury* (Kurniawaty, 2012).

Individu yang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri biasanya akan merahasiakan perilaku tersebut karena mereka malu dan takut orang lain akan menganggap dirinya bodoh dan takut orang-orang disekitar mereka akan menjauh dari mereka (Maidah, 2013). Bahkan saat ini, masih banyak orang awam yang masih percaya bahwa perilaku menyakiti diri sendiri adalah perilaku yang manipulatif guna untuk menarik perhatian orang lain (Clarke dan Whittaker, 1999). Namun nyatanya banyak pelaku yang menyadari bahwa dirinya terluka dan berusaha untuk menyembunyikannya dengan menggunakan baju lengan panjang. Jika orang lain bertanya bagaimana mereka bisa terluka, mereka akan menjawab

dengan cara yang lain seperti terjatuh dan mengalami kecelakaan (Kurniawaty, 2014).

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait perilaku menyakiti diri sendiri (*self injury*) secara lebih mendalam. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku menyakiti diri sendiri (*self injury*) yang terjadi pada mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul **Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku *Self Injury* Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Di Universitas Swasta Di Kota Pekanbaru.**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang ingin peneliti ajukan yaitu apa sajakah faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* pada mahasiswa yang berkuliah di universitas swasta di Kota Pekanbaru baik dari faktor keluarga, faktor psikologis, faktor kepribadian, dan faktor lingkungan?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ingin diteliti, maka ada beberapa tujuan penelitian yang ingin dicapai oleh peneliti adalah untuk mengetahui faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* pada mahasiswa yang berkuliah di universitas swasta di Kota Pekanbaru baik dari faktor keluarga, faktor psikologis, faktor kepribadian dan faktor lingkungan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan tambahan keilmuan psikologi dalam bidang psikologi klinis yang berkaitan dengan perilaku menyakiti diri sendiri atau yang sering disebut dengan *sel-injury*

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Manfaat bagi mahasiswa dalam penelitian diharapkan dapat memberikan sebuah informasi dan pengetahuan mengenai perilaku *self-injury* dan dapat mengurangi perilaku *self-injury* yang terjadi di lingkungan sekitar

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Manfaat bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan lagi terkait penelitian mengenai perilaku *self-injury* yang tidak peniliti deskripsikan dalam penelitian ini dan peneliti mengharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat memberikan pencegahan atau intervensi yang tepat pada pelaku *self-injury*

c. Bagi Pembaca

Manfaat bagi pembaca diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan sebuah gambaran informasi terkait bagaimana meregulasi emosi yang tepat.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Self Injury*

2.1.1 Pengertian *Self Injury*

Sejak pertengahan 1980-an, bahasa yang digunakan untuk menggambarkan perilaku ini adalah *Self Inflicted, Cutting, Scratching, Burning, And Excortion Of Wounds Has Changed*. Sebelumnya dikenal sebagai *Self Mutilation*, namun istilah yang lebih umum dan populer adalah *self injury*. *Self injury* merupakan salah satu tindakan menyakiti diri sendiri dengan sengaja untuk menghilangkan rasa sakit psikologis yang dialami (Walsh, 2006). Muthia, dkk (2016) menjelaskan beberapa istilah yang berkaitan dengan *self injury* yang sering digunakan, seperti *self mutilation* atau mutilasi diri, *nonsuicidal self injurious behaviors* atau NSSI melukai diri tanpa niatan untuk bunuh diri, dan *self cutting behavior* atau perilaku menyakiti diri sendiri (Pretorius, 2012).

Self injury terdaftar *Diagnostic And Statistic Manual Of Mental Disorder* (DSM-IV-TR) sebagai gejala *borderline personality disorder* dan gangguan depresi. Hal ini terkadang terkait dengan riwayat penyakit mental, trauma dan pelecehan, termasuk pelecehan emosional, pelecehan seksual, gangguan makan atau karakteristik psikologis seperti harga diri yang rendah atau perfeksionisme, akan tetapi analisis statistik sangat sulit karena banyak orang yang menyakiti diri sendiri menutupi luka mereka (Cutter, 2008).

The international society for study self injury mendefinisikan bahwa *self injury* merupakan salah satu bentuk tingkah laku untuk menyakiti diri sendiri yang dilakukan dengan sengaja yang akan menyebabkan cedera tubuh secara langsung, yang bertujuan memberikan sanksi atas suatu permasalahan yang dirasakan tanpa ada maksud atau tujuan untuk melakukan tindakan bunuh diri (Whitlock, dkk, 2009: 1).

Menurut Klonsky dan Jenifer (2007), *self injury* adalah salah satu tindakan menyakiti diri sendiri dengan disengaja, bukan dengan niat untuk melakukan bunuh diri, tetapi hanya untuk melepaskan emosi yang menyakitkan. Banyak individu yang melakukannya karena mekanisme tersebut bekerja dan bahkan dapat menyebabkan kecanduan, *self injury* sendiri hanya akan memberikan kelegaan yang bersifat sementara dan tidak akan menyelesaikan akar dari permasalahan yang dirasakan, sehingga seseorang yang telah melakukannya akan cenderung melakukannya kembali dengan frekuensi yang semakin meningkat.

Menurut Alderman (2000), *self injury* merupakan mekanisme *coping* yang dilakukan oleh seseorang untuk mengatasi rasa sakit secara emosional atau untuk meredakan/menghilangkan rasa kekosongan yang kronis dengan memberikan sensasi pada diri sendiri, *self injury* juga merupakan salah satu mekanisme *coping* yang buruk akan tetapi banyak individu yang melakukannya karena mekanisme ini menjadi salah satu cara yang lebih efektif dan bahkan dapat menyebabkan kecanduan bagi yang melakukannya.

Self injury adalah salah satu bentuk perilaku dimana seseorang dengan sengaja melukai dirinya sendiri tanpa niat untuk bunuh diri. Tingkah laku ini antara lain memotong bagian tubuh dengan menggunakan pisau atau silet, memukul dirinya sendiri, membakar bagian tubuh tertentu, menarik rambut dengan keras, bahkan memotong beberapa bagian tubuh tertentu lainnya. Hal ini dilakukan tanpa adanya niatan untuk melakukan tindakan bunuh diri (Shabrina, 2011).

Menurut Mazelis (2008) mendefinisikan *self injury* merupakan salah satu bentuk tingkah laku untuk menyakiti dirinya sendiri yang dilakukan dengan cara disengaja yang bertujuan untuk mengatasi masalah emosi dan stress yang dialami. Individu yang menyakiti diri sendiri tidak menciptakan rasa sakit secara fisik, melainkan untuk menenangkan rasa sakit secara emosional yang bersifat mendalam.

Kanan (2005) menyatakan bahwa perilaku *self injury* merupakan cara mengelola emosi individu yang tidak mengetahui bagaimana cara mengungkapkan perasaan tertekan yang dirasakan. Jika perilaku *self injury* atau menyakiti diri sendiri terus berlanjut pada seseorang, maka akan berubah menjadi percobaan untuk melakukan tindakan bunuh diri.

Hilt dan Cha (2008) menyatakan bahwa pelaku menyakiti dirinya sendiri merupakan salah satu upaya dalam mengurangi masalah secara emosionalnya karena bagi pelaku lebih baik mengalami sakit secara fisik daripada mengalami rasa sakit secara mental atau emosional. Individu yang menyakiti diri sendiri

dengan sengaja melakukan tindakan ini karena hal ini memiliki tujuan untuk mengurangi ketegangan dan merasa lebih tenang yang individu rasakan dari perasaan yang tidak nyaman yang diperoleh dari rasa penolakan yang individu rasakan. Perasaan damai atau tenang tersebut hanya bersifat sementara karena tindakan ini tidak benar-benar dapat menyelesaikan suatu permasalahan yang dialami oleh individu tersebut.

Walsh (2007) mengatakan bahwa ada istilah lain dari *self injury* yaitu *Self Harm* (SH), *Self Inflicted Violence* (SIV), dan *Self Mutilation* (SM) meskipun definisi terakhir dianggap tidak akurat oleh kebanyakan orang, terutama yang melakukannya. Dalam pengertian yang lebih luas, *self injury* juga mencakup fenomena lain yang berhubungan dengan menyakiti diri sendiri, namun tujuan dari tindakan pelaku ini adalah untuk mengatasi atau menghilangkan emosi atau perasaan tidak nyaman.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut maka disimpulkan bahwa definisi *self injury* adalah salah satu tindakan atau perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan dengan cara disengaja tanpa ada maksud dan tujuan untuk melakukan tindakan bunuh diri tetapi bagi para pelakunya tindakan ini merupakan salah satu metode atau cara yang tepat dalam melampiaskan emosi negatifnya.

2.1.2 Model Biopsikososial Perilaku *Self Injury*

Walsh (2006) mengemukakan bahwa model biopsikososial untuk menjelaskan penyebab perilaku *self injury*. Model biopsikososial pada perilaku *self injury* ini memiliki lima aspek, diantaranya sebagai berikut:

- a. Aspek lingkungan, meliputi kehilangan hubungan, konflik interpersonal, tekanan performance, rasa frustrasi, isolasi sosial dan peristiwa-peristiwa yang dapat menjadi trigger trauma.
- b. Aspek biologis, menyatakan bahwa mungkin mereka yang menyakiti diri sendiri memiliki kelainan pada otak sehingga cenderung mencari kepuasan dengan menyakiti dirinya sendiri. Hal ini dapat merujuk pada kelainan pada sistem limbik yang berfungsi dalam mengatur regulasi afektif mereka sehingga sering mengalami disregulasi emosi atau pelepasan hormon opioid setelah mereka menyakiti dirinya sendiri dan mengalami kehilangan sensitivitas atau kepekaan terhadap nyeri fisik.
- c. Aspek kognitif yaitu pikiran atau keyakinan yang dapat memicu perilaku menyakiti diri sendiri. Hal ini melibatkan penafsiran peristiwa yang terjadi, pemikiran-pemikiran yang secara otomatis menjadi pemicu seseorang melakukan tindakan tersebut, dan kognisi yang berkaitan dengan trauma yang dialami.
- d. Aspek perilaku, yang berkaitan dengan tindakan yang diyakini dapat memicu untuk melakukan *self injury*. Biasanya perilaku yang dapat menjadi pemicu adalah hal-hal yang dapat mempermalukan individu dan pantas mendapatkan hukuman.
- e. Aspek afektif, meliputi kecemasan, stress dan panik, kemarahan, depresi, rasa malu, rasa bersalah dan kebencian.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa adanya lima aspek dalam model biopsikososial pada self injury yaitu aspek lingkungan, aspek biologis, aspek kognitif, aspek perilaku dan aspek afektif.

2.1.3 Jenis-Jenis *Self Injury*

Menurut Caperton (2004), ada beberapa jenis-jenis self injury diantaranya sebagai berikut:

a. *Major self-mutilatin*

Major self-mutilatin diartikan sebagai kerusakan besar atau permanen pada organ utamanya, seperti memotong kaki atau mencungkil mata. Jenis ini biasanya dilakukan oleh individu yang mengalami tahap psikosis.

b. *Stereotipe self-injury*

Stereotipe self-injury diartikan sebagai suatu perilaku yang tidak terlalu serius tetapi dapat dilakukan berulang-ulang kali. Jenis ini biasanya melibatkan perilaku berulang, seperti membenturkan kepala ke lantai berulang kali. Individu yang termasuk dalam tipe ini biasanya menderita penyakit saraf atau gangguan neurologis, seperti autisme atau sindrom tourette.

c. *Superficial self-mutilatin*

Superficial self-mutilatin adalah perilaku menyakiti diri sendiri yang paling umum. Contoh perilaku *superficial self-mutilatin* adalah mencabut rambut dengan sangat kuat, menyayat kulit dengan benda tajam, membakar

bagian tubuh tertentu, membanting tubuhnya sendiri dan membenturkan kepalanya sendiri.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa jenis-jenis perilaku self injury terbagi menjadi tiga jenis diantaranya *major self-mutilation*, *stereotype self-injury* dan *superficial self-mutilation*.

2.1.4 Bentuk-Bentuk *Self Injury*

Self injury dengan kata lain dikenal dengan self harm, merupakan salah satu bentuk *self injury* yang bersifat paling umum dengan melakukan irisan pada lengan atau tungkai. Namun, menurut Whitlock (2006), perilaku *self injury* dapat terjadi dalam berbagai bentuk, diantaranya:

- a. Menggores, menggaruk dan mencubit yang dapat menimbulkan tanda pada kulit sehingga menyebabkan kulit berdarah.
- b. Membanting atau memukulkan objek ke diri sendiri sehingga menimbulkan bekas memar atau berdarah.
- c. Mencabik-cabik kulit.
- d. Mengukir kata-kata atau bentuk tertentu di permukaan kulit.
- e. Menyuluti atau membakar kulit dengan menggunakan api, rokok ataupun air panas.
- f. Menarik rambut secara paksa dengan jumlah yang cukup banyak.

Menurut Kanan dan Finger (2005), ada beberapa bentuk-bentuk *self injury* yang bisa dilakukan, diantaranya:

- a. Menggoreskan bagian tubuh tertentu.
- b. Membakar bagian tubuh tertentu dengan menggunakan rokok.
- c. Memukul dirinya sendiri, memukul tembok atau benda keras lainnya.
- d. Membuat tubuh menjadi luka memar atau patah tulang.
- e. Membenturkan kepala dan menarik rambut.
- f. Menghantamkan tubuh pada suatu objek tertentu dan mencubit dirinya sendiri hingga menimbulkan luka.

Ada beberapa cara yang sering digunakan oleh pelaku *self injury*, yaitu mengiris atau menggorekan kulit, mengutak-atik luka yang sudah sembuh, memukul dirinya sendiri, membakar atau menyudut diri sendiri dengan benda yang panas, membenturkan kepala, memakan benda-beda yang berbahaya atau beracun, menguliti wajah, mejambak rambut, dan lain-lain (Walsh, 2006).

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, maka disimpulkan bahwa bentuk-bentuk perilaku *self injury* antara lain menggores tubuh, membanting objek ke diri sendiri, membakar organ tertentu dengan menggunakan rokok, dan membernturkan kepala ke suatu objek tertentu.

2.1.5 Karakteristik Perilaku *Self Injury*

Walsh (2007) mengungkapkan bahwa para pelaku *self injury* memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Berdasarkan kepribadian pelaku.
 1. Kesulitan dalam mengontrol impuls dalam berbagai bidang, yang terlihat pada masalah penyakit atau kecanduan zat adiktif.

2. Para pelaku memiliki harga diri yang rendah dan kebutuhan atau keinginan yang kuat untuk mendapatkan cinta dan penerimaan orang lain.
 3. Cara berpikir yang kaku, cara berpikir yang harus mencapai suatu tujuan atau tidak mencapai tujuan itu sama sekali.
- b. Berdasarkan lingkungan keluarga
1. Memiliki trauma pada masa kecil atau kurangnya karakter untuk salah satu atau kedua orangtua membuatnya sulit untuk menginternalisasi perhatian yang positif.
 2. Ketidakmampuan atau ketidakmauan untuk menjaga dirinya sendiri.
- c. Berdasarkan lingkungan sosial
1. Kurangnya kemampuan untuk menciptakan dan menjaga hubungan yang stabil dengan orang lain.
 2. Takut akan perubahan, baik perubahan dalam aktivitas sehari-hari atau pengalaman baru dalam bentuk apapun, ini mungkin perubahan perilaku mereka atau perubahan yang mungkin diperlukan untuk pemulihan.

Walsh (2007) mengatakan bahwa ada beberapa situasi-situasi yang umum ditemui dalam keluarga para pelaku *self injury*, diantaranya:

- a. Adanya kehilangan traumatis, penyakit yang serius atau ketidakstabilan dalam kehidupan keluarga.

- b. Ada pengabaian dan pelecehan yang terjadi, baik pelecehan secara fisik, seksual dan emosional.
- c. Kehidupan keluarga penuh dengan keyakinan agama yang kaku, nilai-nilai dogmatis dan kemunafikan serta penerapan yang tidak konsisten.
- d. Peran yang terbalik dalam keluarga.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik dari perilaku *self injury* yaitu memiliki harga diri yang rendah, memiliki trauma pada masa kecil, tidak mempunya menjaga dirinya sendiri, dan kurang mempunya menciptakan suatu hubungan yang baik dengan orang lain.

2.1.6 Faktor-Faktor Penyebab *Self Injury*

Linehan (1993), berpendapat bahwa faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya tindakan *self injury* adalah faktor keluarga dan lingkungan sosial yang tidak sehat dimana pelaku tersebut tinggal, diantaranya:

- a. Tumbuh dalam keluarga yang kacau balau
- b. Kurangnya kasih sayang atau kurangnya perhatian
- c. Pernah mengalami kekerasan dalam keluarga
- d. Adanya komunikasi yang kurang baik didalam keluarga
- e. Mengekspresikan pengalaman pribadi tidak ditanggapi dengan baik dan sering dihukum atau diremehkan
- f. Mengekspresikan perasaan yang menyakitkan dengana acuh tak acuh

Menurut Martison (1999), ada beberapa faktor penyebab seseorang melakukan perilaku *self injury*, yaitu:

- a. Faktor keluarga, kurangnya peran model pada masa kecil dalam mengekspresikan emosi serta kurangnya komunikasi antar anggota keluarga
- b. Faktor pengaruh biokimia, pelaku *self injury* memiliki masalah yang spesifik dalam sistem serotonergik otak yang menyebabkan meningkatnya impulsivitas dan agresivitas.
- c. Faktor psikologis, pelaku *self injury* merasakan adanya kekuatan emosi yang tidak nyaman dan tidak mampu mengatasinya.
- d. Faktor kepribadian, tipe kepribadian introvert memiliki kecenderungan mengalami *self injury* lebih besar dibandingkan tipe kepribadian ekstrovert saat sedang menghadapi suatu masalah. Pola perilaku *self injury* sangat bergantung pada mood seseorang. selain itu adanya harga diri yang rendah, pola pemikiran yang kaku dan sulitnya mengkomunikasikan perasaan menjadi faktor penunjang bagi seseorang untuk melakukan *self injury*

Sutton (2007), menambahkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan perilaku *self injury* disebabkan oleh faktor biologis, yaitu tidak mampunya menekan perasaan emosi dan merasa terjebak, harga diri yang rendah, tidak mampu mengungkapkan atau mengekspresikan perasaan, merasa hampa atau kosong, dan tidak mampu kehilangan orang-orang yang dicintai, ingin menarik perhatian orang yang dicintai, merasa putus asa, tidak mampu menghadapi kenyataan, merasa tidak berguna, merasa sulit dalam hidup, frustrasi dan depresi

Maidah (2013), ada beberapa faktor-faktor yang berpengaruh terhadap munculnya perilaku *self injury* yang dapat dikelompokkan menjadi dua faktor, diantaranya:

- a. Faktor keluarga, merupakan salah satu faktor yang berasal dari luar diri individu itu sendiri, melainkan yang berasal dari lingkungan keluarga, seperti tumbuh didalam keluarga yang kacau, kurangnya kasih dan sayang, pernah mengalami kekerasan, adanya komunikasi yang kurang dan tidak dianggap keberadaannya dan merasa diremehkan serta adanya tuntutan yang berlebihan dari orangtua.
- b. Faktor individu, merupakan salah satu faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri, seperti pengaruh biokimiam faktor psikologis dan faktor kepribadian.

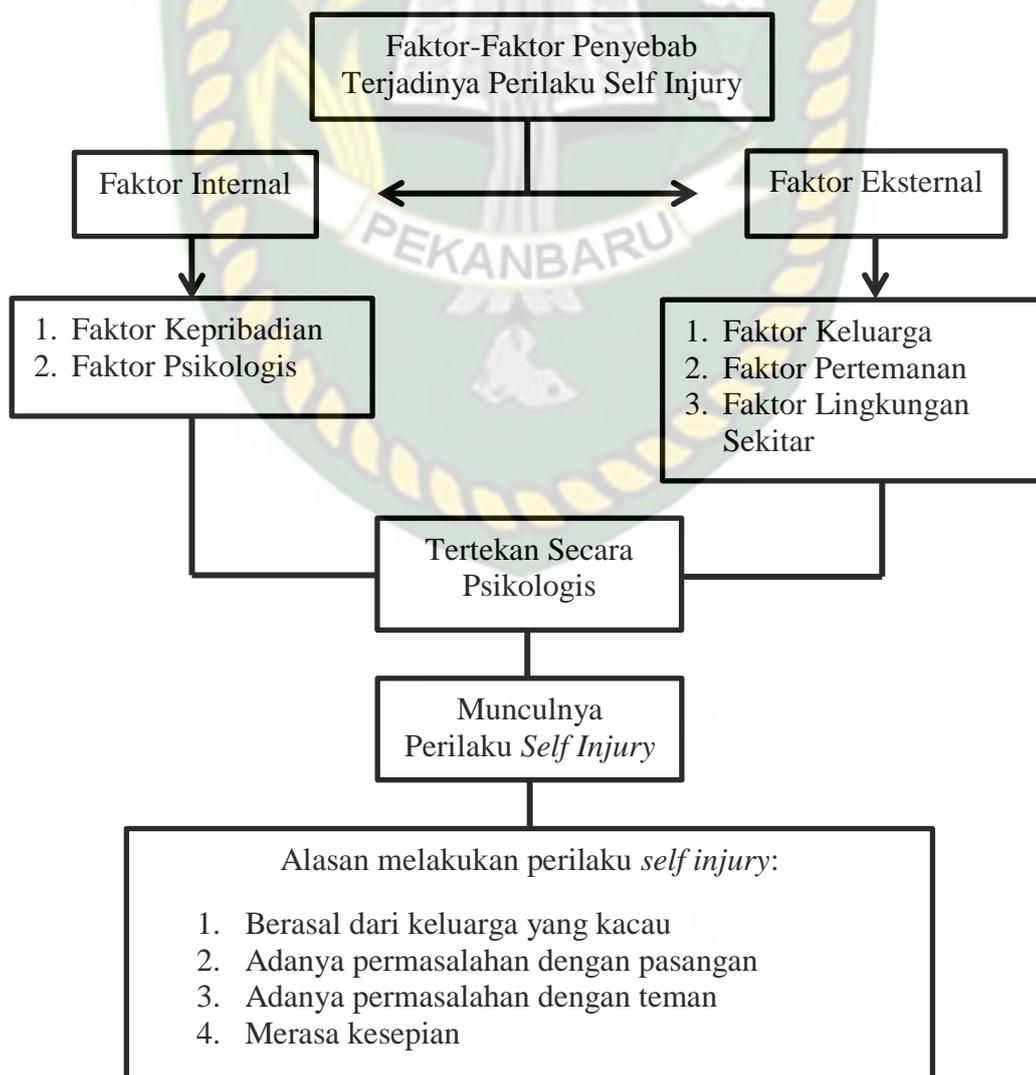
Berdasarkan penjelasan yang ada diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang berpengaruh terhadap munculnya perilaku *self injury* dapat dikelompokkan menjadi dua faktor, yaitu:

- a. Faktor eksternal, merupakan salah satu faktor yang berasal dari luar diri individu tersebut, seperti lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan dan lingkungan sekitar lainnya
- b. Faktor internal, merupakan salah satu faktor yang berasal dari dalam diri individu tersebut, seperti faktor psikologis dan faktor kepribadian.

2.2. Kerangka Berpikir

Self injury biasanya terjadi dikarenakan adanya faktor-faktor yang menyebabkan seseorang untuk melakukan perilaku *self injury* itu sendiri, baik itu faktor secara internal maupun faktor secara eksternal. Faktor internal meliputi faktor kepribadian dan faktor psikologis, sedangkan faktor eksternal meliputi faktor keluarga, faktor pertemanan dan faktor lingkungan sekitar. Kemudian, dari faktor inilah individu merasa adanya tekanan psikologis yang dialami oleh individu tersebut.

Gambar 2.1 Skema Permasalahan



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Menurut Komariah dan Satori (2009) mendefinisikan penelitian kualitatif merupakan suatu metode penelitian yang mengungkapkan situasi sosial tertentu dengan mendeskripsikan realita secara tepat yang dibentuk berdasarkan makna dari suatu kata-kata, teknik ini didasarkan pada pengumpulan dan analisis data relevan yang diperoleh dari situasi alamiah. Metode penelitian kualitatif bertujuan untuk mendeskripsikan dan merangkum berbagai situasi atau kondisi, serta berbagai fenomena secara realitas dimasyarakat sosial yang menjadi objek penelitian (Bungin, 2007).

Menurut Salim (dalam Maidah, 2013) penelitian studi kasus adalah suatu metode yang mempelajari, menjelaskan, atau menafsirkan kasus-kasus dalam suatu konteks yang natural tanpa adanya intervensi dari luar. Penelitian studi kasus dipilih karena bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang situasi dan makna dari sesuatu dan subjek yang akan diteliti, lebih mementingkan proses daripada hasil, lebih mementingkan konteks daripada suatu variabel khusus, serta lebih ditujukan untuk menemukan sesuatu daripada kebutuhan konfirmasi (Alsa, 2004).

3.2 Materi Penelitian

3.2.1 Lokasi dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di salah satu universitas swasta di Kota Pekanbaru. Subjek penelitian dipilih berdasarkan teknik *purposive sampling* yaitu informan penelitian dipilih berdasarkan kriteria tertentu dengan tujuan penelitian. Informan dalam penelitian ini adalah 3 orang mahasiswa yang melakukan tindakan perilaku *self injury* disalah satu universitas swasta yang berada di Kota Pekanbaru. Informan pertama adalah MO, MO merupakan seorang mahasiswa di salah satu universitas swasta di Kota Pekanbaru, berjenis kelamin perempuan dan seorang pelaku *self injury*. Informan kedua adalah FR, FR merupakan seorang mahasiswa di salah satu universitas swasta di Kota Pekanbaru, berjenis kelamin perempuan dan seorang pelaku *self injury*. Informan ketiga adalah MWD, MWD merupakan seorang mahasiswa di salah satu universitas swasta di Kota Pekanbaru, berjenis kelamin perempuan dan seorang pelaku *self injury*.

3.2.2 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2010) *purposive sampling* merupakan salah satu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu ini, misalnya orang tersebut merupakan orang yang dianggap paling tahu tentang apa yang diharapkan oleh peneliti. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini yaitu:

- a. Subjek merupakan mahasiswa
- b. Subjek bersedia menjadi informan penelitian

- c. Subjek merupakan pelaku tindakan *self injury*

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2018) teknik pengambilan data merupakan langkah yang paling strategis dalam suatu penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan oleh peneliti adalah observasi dan wawancara. Sebagai teknik pengumpulan data pelengkap dilakukan perekaman dan penggunaan alat tes psikologi yaitu tes grafis seperti DAP (*Draw A Person Test*). Alat perekam digunakan sebagai bukti adanya proses pencarian informasi sebagai data penelitian. Selain itu, alat perekam digunakan untuk membantu proses pengolahan data dengan lebih mudah dan penggunaan alat tes psikologi digunakan untuk mengetahui bagaimana tipe kepribadian subjek yang secara tidak langsung mempengaruhi perilakunya, terutama yang berkaitan dengan *self injury*.

- a. Observasi (Pengamatan)

Menurut Bungin (2007) observasi adalah teknik pengumpulan data yang akan digunakan untuk menghimpun data pada suatu penelitian berdasarkan pengamatan serta penginderaan. Menurut Poerwandari (2005) observasi bertujuan untuk mendeskripsikan lingkungan yang akan diteliti, kegiatan yang berlangsung, orang-orang yang dilihat selama kegiatan dan makna kejadian dari sudut pandang orang-orang yang terlibat dalam observasi tersebut.

Pada penelitian ini metode pengumpulan data observasi yang digunakan peneliti berupa observasi tidak terstruktur. Menurut Moleong (2017) Observasi tidak terstruktur adalah observasi yang tidak dipersiapkan secara sistematis tentang apa yang akan diobservasi. Observasi tidak terstruktur merupakan observasi atau pengamatan yang dilakukan tanpa adanya pedoman atau panduan observasi.

Observasi dilakukan pada saat proses wawancara berlangsung. Selama observasi, peneliti dibantu oleh teman peneliti untuk melakukan pengatan pada informan penelitian. Peneliti menyiapkan alat dan bahan yang nantinya akan digunakan oleh teman peneliti selama mengamati informan seperti satu buah kertas HVS berukuran A4 dan satu buah pulpen untuk menulis. Teman peneliti membantu peneliti untuk mencatat segala bentuk perilaku yang tampak pada informan selama proses wawancara tanpa adanya pedoman dan panduan observasi yang diberikan oleh peneliti, hal ini dikarenakan observasi yang digunakan adalah observasi tidak terstruktur. Selama proses observasi, teman peneliti mengamati ciri-ciri informan (seperti ciri fisik informan dan baju yang digunakan oleh informan saat proses wawancara), ekspresi informan (seperti perasaan senang dan persaaan sedih yang nampak saat proses wawancara berlangsung), dan perilaku yang tampak lainnya.

b. Wawancara (*Interview*)

Menurut Herdiansyah (2010) wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu dan dilakukan oleh dua belah pihak, yaitu wawancara yang mengajukan pertanyaan dan wawancara yang memberikan jawaban atau

pertanyaan tersebut. menurut Esterberg (2002) wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.

Pada penelitian ini metode pengumpulan data wawancara merupakan metode pengumpulan data yang paling utama dan metode pengumpulan data wawancara yang akan digunakan peneliti yaitu wawancara terstruktur yaitu pewawancara menetapkan sendiri masalah dan pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan. Sebelum melakukan wawancara, peneliti membuat instrument wawancara yang akan digunakan sebagai panduan atau pedoman yang memimpin jalannya tanya jawab ke satu arah yang telah ditetapkan. Instrumen wawancara dibuat dengan tujuan agar wawancara yang dilakukan terarah dan mendapatkan informasi yang runtut dan akurat.

Alasan kenapa peneliti memilih wawancara secara terstruktur karena bertujuan untuk mendapatkan suatu informasi atau jawaban yang valid sesuai dengan fokus penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Oleh karena itu, peneliti harus melakukan tatap muka secara langsung (*face to face*) dengan subjek.

Wawancara dilakukan sesuai waktu dan tempat yang sudah disepakati oleh kedua belah pihak yakni peneliti dan informan. Masing-masing informan memiliki durasi waktu wawancara yang berbeda-beda. Sebelum proses wawancara berlangsung, peneliti telah membuat *guideline* atau pedoman wawancara yang berisikan beberapa pertanyaan yang akan ditanyakan terkait topik penelitian peneliti. Setelah bertemu dengan informan sesuai waktu dan

tempat yang telah disepakati bersama, maka peneliti duduk saling berhadapan dan segera memulai proses wawancara. Sebelum proses wawancara dimulai, peneliti memberikan selembar kertas yang berisikan *informed consent* untuk diisi oleh informan penelitian. *Informed consent* adalah lembar persetujuan bahwa informan menyetujui menjadi informan penelitian dalam penelitian ini. ketika informan telah mengisi *informed consent* yang telah diberikan peneliti segera memulai proses wawancara dan menanyakan seluruh pertanyaan yang telah peneliti siapkan. Setelah seluruh pertanyaan yang telah ditanyakan oleh peneliti ke informan, maka peneliti menutup proses wawancara dengan informan dan peneliti mengucapkan terima kasih kepada informan karena telah meluangkan waktu, tenaga dan informasi yang telah dibutuhkan oleh peneliti. Selain itu, peneliti juga memberikan *reward* kepada informan karena telah bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.

c. Tes Kepribadian

Tes kepribadian yang digunakan dalam penelitian ini adalah DAP (*Draw Person Test*). Alasan penggunaan tes grafis ini adalah untuk memahami dan menilai karakteristik kepribadian individu, dimana memiliki kelebihan karena kemampuannya yang unik untuk menilai ekspresi non verbal akan perasaan-perasaan dan sikap-sikap individu dan sifat interpretasinya yang fleksibel sehingga dapat disesuaikan dengan teori dasar yang dipakai dalam suatu penelitian, meskipun di satu sisi interpretasi grafis dinilai rawan subjektivitas.

Alat tes kepribadian dilaksanakan setelah dilakukannya wawancara dan observasi pada masing-masing informan. Informan diberikan satu lembar

kertas HVS 80 gram dengan ukuran folio dan satu buah pensil HB. Setelah peneliti memberikan alat penunjang dalam melakukan tes kepribadian, peneliti segera memberikan penjelasan dan instruksi terkait alat tes yang digunakan kepada informan. Sebelumnya peneliti meminta kepada informan untuk menuliskan identitasnya di kertas yang sudah disediakan. Ketika peneliti menanyakan kepada informan terkait pemahaman yang didapat atas apa yang telah dijelaskan oleh peneliti, maka peneliti meminta untuk segera mengerjakan tes kepribadian DAP tersebut. Setelah informan selesai mengerjakan tes kepribadian DAP, peneliti meminta informan untuk menulis keterangan terkait gambar yang telah dibuat oleh informan. Setelah semua keterangan telah dibuat oleh informan, peneliti berterima kasih kepada informan atas kesediaan waktu dan tenaganya dalam pengerjaan tes kepribadian DAP tersebut serta dengan itu peneliti menutup rangkaian proses penelitian tersebut.

3.4 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian merupakan langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian, yaitu:

a. Tahap Persiapan Penelitian

Langkah pertama dalam penelitian ini adalah mengumpulkan data dan membaca literatur baik dari buku, jurnal maupun dari artikel yang berkaitan dengan judul peneliti. Sebelum peneliti melakukan penelitian, terlebih dahulu peneliti menyiapkan instrumen yang digunakan membuat pedoman wawancara yang sesuai dengan topik penelitian yang akan diteliti, alat

perekam, kamera dan alat-alat lainnya yang mendukung kelancaran dalam penelitian. Kemudian, peneliti memilih beberapa informan sebagai data pendahuluan tentang kelengkapan peneliti dan menetapkan waktu serta tempat wawancara dengan informan tersebut.

b. Tahap Pelaksanaan

Peneliti kembali mengunjungi informan dan mendekati informan serta menjalin komunikasi yang baik guna memperlancar proses penelitian. Kemudian peneliti memilih informan yang dianggap sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya dan memilih tempat untuk pelaksanaan wawancara agar terdengar jelas, serta informan bisa lebih bebas mengeluarkan pernyataannya. Jika sudah selesai, maka peneliti mengucapkan terima kasih kepada informan dan memberikan *reward* kepada informan atas kesediaannya untuk membantu penelitian tersebut.

c. Tahap Pengumpulan Data

Setelah melakukan observasi, wawancara dan pengumpulan data lainnya selesai dilakukan, data yang sudah diperoleh akan langsung ditulis ulang pada lembar observasi dan catatan wawancara. Kemudian, peneliti mengklasifikasikan, menganalisis dan mendeskripsikan semua data untuk mendapatkan gambaran hasil penelitian yang akan dilakukan.

d. Tahap Penyelesaian

Pada tahap akhir, semua hasil penelitian telah dianalisis. Kemudian, peneliti dapat melaporlan dan menjelaskan terkait hasil penelitian yang telah dilakukan.

3.5 Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2018) teknik analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain. Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah teknik analisis data model Miles dan Huberman.

Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2018) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. aktivitas dalam analisis data interaktif terbagi menjadi tiga, yaitu:

a. Reduksi Data

Reduksi data didefinisikan sebagai proses penyeleksian yang berfokus pada penyederhanaan dan pengabstrakan transformasi data kasar yang dihasilkan dari catatan tertulis di lapangan. Inti dari reduksi data adalah proses menggabungkan dan menyatukan semua bentuk data ke dalam bentuk tertulis untuk dianalisis.

b. Penyajian Data

Penyajian data adalah sekumpulan informasi terstruktur yang memberikan kemungkinan untuk menarik suatu kesimpulan dan mengambil suatu

keputusan yang akan terus berkembang menjadi suatu siklus dan biasanya penyajian data dalam bentuk matriks.

c. Penarikan Kesimpulan (Verifikasi)

Verifikasi dalam rangkaian analisis data kualitatif pada dasarnya mencakup uraian semua subkategori topik yang tercantum dalam tabel klasifikasi dan koding yang telah diselesaikan serta dilampirkan pedoman verbatim wawancara.

3.6 Teknik Kredibilitas Data

Menurut Sugiyono (2010) terdapat enam cara pengujian kredibilitas pada penelitian kualitatif, yaitu perpanjangan pengamatan, meningkatkan ketekunan, triangulasi, analisis kasus negatif, menggunakan bahan referensi, dan mengadakan membercheck.

a. Perpanjangan Pengamatan

Dengan perpanjangan pengamatan berarti peneliti kembali ke lapangan, melakukan pengamatan, wawancara kembali dengan sumber data yang pernah ditemui maupun yang baru. Dengan perpanjangan pengamatan ini berarti hubungan peneliti dengan narasumber akan semakin terbentuk *rapport*, semakin akrab (tidak ada jarak lagi), semakin terbuka, saling mempercayai sehingga tidak ada informasi yang disembunyikan lagi. Dalam perpanjangan pengamatan untuk menguji kredibilitas data penelitian ini, sebaiknya difokuskan pada pengujian terhadap data yang diperoleh, apakah data yang diperoleh itu setelah dicek kembali ke lapangan benar atau tidak,

berubah atau tidak. Bila setelah dicek kembali ke lapangan data sudah benar berarti kredibel, maka waktu perpanjangan pengamatan dapat diakhiri.

b. Meningkatkan Ketekunan

Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Dengan cara tersebut maka kepastian data dan urutan peristiwa akan dapat direkam secara pasti dan sistematis. Dengan meningkatkan ketekunan, maka peneliti dapat melakukan pengecekan kembali apakah data yang telah ditemukan itu salah atau tidak. Demikian juga meningkatkan ketekunan maka peneliti dapat memberikan deskripsi data yang akurat dan sistematis tentang apa yang diamati.

c. Triangulasi

Triangulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan dan waktu.

Triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Triangulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda, misalnya data diperoleh dengan wawancara lalu dicek dengan observasi, dokumentasi atau kuesioner. Triangulasi waktu dapat dilakukan dengan pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan

wawancara, observasi, atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda.

d. Analisis Kasus Negatif

Kasus negatif adalah kasus yang tidak sesuai atau berbeda dengan hasil penelitian hingga pada suatu saat tertentu. Melakukan analisis kasus negatif berarti peneliti mencari data yang berbeda bahkan bertentangan dengan data yang telah ditemukan. Bila tidak ada lagi data yang berbeda atau bertentangan dengan temuan, berarti data yang ditemukan sudah dapat dipercaya. Tetapi bila peneliti masih mendapatkan data-data yang bertentangan dengan data yang ditemukan maka peneliti mungkin akan merubah penemuannya.

e. Menggunakan Bahan Referensi

Bahan referensi disini adalah adanya pendukung untuk membuktikan data yang telah ditemukan oleh peneliti.

f. Mengadakan *Member Check*

Member check adalah prose pengecekan data yang diperoleh peneliti kepada pemberi data. Tujuannya adalah untuk mengetahui seberapa jauh data yang diperoleh sesuai dengan apa yang diberikan oleh pemberi data. Pelaksanaannya dapat dilakukan setelah satu periode pengumpulan data selesai atau setelah mendapat suatu temuan ataupun kesimpulan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 *Setting Penelitian*

Penelitian ini merupakan penelitian mengenai studi kasus terkait perilaku *self injury* yang terjadi pada mahasiswa. Penelitian dilakukan kepada mahasiswa *self injury* di Kota Pekanbaru, Provinsi Riau. Adapun pelaku *self injury* sebagai informan penelitian yang berjumlah 3 orang mahasiswa yang berkuliah di universitas swasta di Kota Pekanbaru

Wawancara pada informan dilakukan di tempat tinggal maupun tempat beraktivitasnya informan dalam kesehariannya. Lokasi wawancara ditentukan oleh informan saat melakukan wawancara dan di sepakati oleh kedua belah pihak. Peneliti dan informan membangun *rapport* yang cukup baik sebelumnya. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti pernah bertemu akan tetapi tidak terlalu mengenal informan. Namun untuk membangun kedekatan, sebelumnya peneliti sudah membangun kedekatan melalui tahap-tahap pertemuan dan mengikuti beberapa kegiatan informan. Proses observasi dilakukan ketika peneliti berinteraksi dengan informan, baik sebelum wawancara, saat proses wawancara, dan setelah wawancara.

Proses pencarian serta pemilihan informan, peneliti di bantu oleh pihak ketiga yaitu teman-teman dekat peneliti yang merupakan mahasiswa yang sedang mengenyam pendidikan di Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau. Setelah mendapatkan informasi tentang calon informan, peneliti menghubungi informan

guna menjalin *rapport* yang baik dan memberitahu informan bahwa peneliti ingin mengajukan ketersediaan informan terhadap penelitian yang akan dilakukan.

4.2 Persiapan Penelitian

4.2.1 Jadwal Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama kurang lebih empat bulan, yaitu dimulai pada bulan November 2020 sampai Februari 2021. Pengambilan data pada informan 1 lebih dahulu dilakukan daripada informan 2 dan informan 3. Pengambilan data informan 2 dilakukan pada tanggal 18 Februari 2021, sedangkan pengambilan data informan 3 dilakukan pada tanggal 19 Februari 2021. Berikut ini dapat dilihat jadwal pengambilan data dengan menggunakan metode wawancara, observasi dan tes psikologi, secara rinci dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini:

Tabel 4.1

Pengambilan Data Wawancara, Observasi, dan Tes Psikologi

Pengambilan Data	Kegiatan	Tanggal	Tempat
Informan 1	Wawancara	13 Februari 2021	Rumah Informan
	Observasi	13 Februari 2021	
	Tes Psikologi	13 Februari 2021	
Informan 2	Wawancara	18 Februari 2021	Lab. Psikodiagnostik Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau
	Observasi	18 Februari 2021	
	Tes Psikologi	18 Februari 2021	
Informan 3	Wawancara	19 Februari 2021	Rumah Teman Informan
	Observasi	19 Februari 2021	
	Tes Psikologi	19 Februari 2021	

4.2.2 Data Informan

Subjek dalam penelitian ini mempunyai karakteristik yang berbeda-beda, baik dari segi usia, pekerjaan, jumlah saudara didalam keluarga, dan posisi anak ke berapa. Berikut ini data tabel karakteristik subjek penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.2
Data Informan Penelitian

Kategori	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Nama	MO	FR	WMD
Usia	22 Tahun	19 Tahun	21 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Alamat	Jln. H. Imam Munandar No. 304, Kecamatan Bukit Raya, Kota Pekanbaru	Jln. Suka Karya, Kecamatan Tampan, Kota Pekanbaru	Jln. Soekarno Hatta, Kota Pekanbaru

4.3 Hasil Penelitian

4.3.1 Hasil Penelitian Informan 1

4.3.1.1 Latar Belakang

Latar belakang informan sangat penting untuk dibahas karena latar belakang didalamnya terdapat pokok permasalahan yang berkaitan dengan perilaku *self injury* pada informan. Latar belakang yang akan diungkap adalah kondisi keluarga dan kondisi lingkungan sosial infroman. Kondisi keluarga dan kondisi lingkungan sosial memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap pembentukan karakter kepribadian manusia, hal-hal yang berkaitan dengan perilaku *self injury* pada informan dapat dilihat dari

hal-hal tersebut. Dengan pertimbangan tersebut, maka latar belakang menjadi sangat penting untuk dibahas secara mendalam

a. Keluarga

MO merupakan anak keempat dari empat bersaudara. Perbandingan jarak usia antara MO dengan kakak dan abangnya cukup jauh. Kakak dan abang MO semuanya sudah menikah dan sudah berkeluarga, sedangkan MO masih mengenyam pendidikan dibangku perkuliahan. MO hanya memiliki seorang ibu yang dari kecil merawatnya sedangkan ayah MO telah meninggal dunia ketika MO kecil. Ibu MO bekerja sebagai pedagang di Kota Pekanbaru, tepatnya di Jln. H. Imam Munandar (Harapan Raya), Kecamatan Bukit Raya, Kota Pekanbaru.

Penilaian MO terhadap orangtua terutama pada sosok ibunya adalah ibu yang terlalu cuek dalam mendidik anaknya terutama pada MO itu sendiri, sehingga MO merasa bahwa ibunya memperlakukan MO beda dari kakak dan abang-abangnya MO.

Gambaran saya itu orangtua saya harusnya bisa lebih daripada saat ini, karena saya ngerasa saya kayak beda diperlakukannya dengan kakak-kakak saya (D₇₄.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Ada beberapa hal yang sangat tidak disukai oleh MO pada orangtuanya. terutama pada ibunya adalah kesibukan ibunya sehingga tidak mempunyai waktu bersama dan MO merasa bahwa cara didik atau pola asuh yang diterapkan oleh ibunya adalah hal yang salah. MO

berharap seharusnya ibu MO memberikan perhatian dan kasih sayang yang layak sebagai seorang ibu kepada anaknya.

Sejujurnya penilaian saya terhadap didikan orangtua saya itu saya ngerasa hal itu salah karena saya juga butuh perhatian, butuh kasih sayang dan segala macamnya lah. Tapi orangtua saya tidak tau kalau anaknya menginginkan itu, jadi kurangnya waktu bersama keluarga membuat saya...penilaian saya ya...ya berharap ada hal yang lebih baik daripada ini (D70.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Eeee...yang tidak saya sukai ya itu...ibu saya tidak ada waktu untuk saya, dia lebih sibuk bekerja untuk menafkahi, jadi ya seperti itu lah bang. Penilaian saya pasti tau sendiri lah (D75.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Seharusnya ya lebih kayak menyayangi, mengasihi, lebih perhatian gitu. Mungkin orangtua saya lagi sibuk mencari nafkah apa gimana jadi ya rasanya kayak kurang hal-hal yang menyentuh perasaan seperti itu tu, kurang dilakukan gitu mungkin karena sibuk...terlalu sibuk bekerja untuk mencari nafkah (D76.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Ketika berada dirumah MO merasa bahwa dirinya tidak ada dekat dengan siapa-siapa kecuali ibunya, walaupun MO tahu bahwa ibunya tidak mempunyai banyak waktu dengannya. Akan tetapi, kedekatan MO dengan ibunya pun tidaklah terlalu dekat. Kesibukan keluarganya yang menyebabkan interaksi antara MO dengan keluarganya sangatlah terbatas, termasuk interaksi MO dengan ibunya.

Hem...sama saudara saya...saya kurang dekat, ya paling dengan ibu saya. Itupun ya kayak tidak pula terlalu dekat (D66.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Eeee...ya kurang gitu, interaksinya paling ketemu Cuma malam karena dari pagi sampai sore pada sibuk masing-masing, jadi interaksinya tu ya cuma kadang malam ketemu gitu...itupun jarang banyak obrolan dirumah (D69.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Penilaian MO di mata keluarga dan orangtua terutama ibunya tidaklah banyak, karena interaksi antar keluarga, ibunya dengan MO yang sangat terbatas sehingga ketika MO bertemu dengan keluarga dan ibunya, MO cuma ditanya perihal bagaimana dengan perkuliahannya. Akan tetapi dibalik itu semua MO berharap bahwa MO bisa sukses juga seperti saudara-saudara MO yang lain seperti kakak dan abangnya.

Harapan saya...ya saya harus bisa sukses juga kayak saudara-saudara saya, abang-abang dan kakak-kakak saya yang lain gitu (D₆₇.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Penilaian keluarga terhadap saya ya tidak banyak sih, maksudnya aaa...paling misalnya kayak ketemu itu nanya-nanya gimana kuliah atau segala macam itupun cuma sekali-sekali gitu, maksudnya ya tidak terlalu ditanya bagaimana-bagaimana seperti itu...harapannya paling ya gitulah harus...penilaian mereka tu terhadap saya ya pastilah ingin yang terbaik untuk saya (D₆₈.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Orang tua MO pernah menceritakan bahwa MO memiliki pengalaman traumatis semasa ia masih kecil yakni dipukul oleh salah satu keluarga MO yaitu oom MO sendiri. Tidak hanya oom MO saja yang seperti itu, orangtua MO sendiri berlaku sama dengan oomnya yaitu mencubit dan memukul MO ketika melakukan suatu kesalahan yang memang salah dimata orangtua MO.

Hm...saya tidak terlalu ingat, cuman kalau tidak salah orangtua saya pernah bilang waktu itu saya pernah dipukuli oleh oom saya (D₆₂.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Kalau di hukum berat itu nggak ada ya, karena kan orangtua saya sibuk tapi kalau hukuman-hukuman itu pasti ada. Tapi kalau ya kayak salah melakukan apa-apa...kadang saya kayak dicubit gitu atau dipukul itu ada...tapi kalau yang kayak berat itu saya tidak adalah (D₇₇.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

b. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial adalah suatu keadaan dimana situasi sosial di lingkungan MO tinggal. Rumah MO terletak di dalam gang di salah satu jalan di Kota Pekanbaru yaitu Jln. H. Imam Munandar. Tata letak rumah MO dengan rumah-rumah lainnya cukup berjarak dan sekitar rumah MO tidak terdapat teman-teman yang sebaya atau seusia dengan MO akan tetapi kebanyakan anak-anak ataupun orang-orang tua. Karakteristik warga di sekitar lingkungan rumah MO yaitu tidak banyak bergaul dengan sesama tetangga yang lain.

Kalau lingkungan sekitar rumah saya mungkin karena disini tidak banyak...kayak gimana ya...rumahnya kayak jarang-jarang gitu jadi ya lingkungannya...dan mungkin tidak adanya yang sebaya dengan saya...rata-rata juga anak-anak ataupun kalau adapun kayak orangtua gitu, jadi saya jarang bergaul. Kalau misalnya ada yang seumuran dengan saya bisa jadi sih cuma saya lebih memilih sendiri gitu (D₉₂.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Ya juga disini juga orangnya tidak banyak bergaul juga sih, mereka kayak sendiri-sendiri aja (D₉₃.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Hubungan antara keluarga MO dan lingkungan sekitarnya belum terjalin dengan sangat baik. Hal ini disebabkan oleh anggota keluarga MO yang sangat jarang berada dirumah dan anggota keluarga MO sangat jarang berinteraksi dengan lingkungan sekitar rumahnya. Keluarga MO hanya sibuk dengan urusan pekerjaan mereka sendiri. Seperti MO , dia sangat jarang berinteraksi dengan warga sekitar dan sering berada di rumah. Selain itu, jarak antar rumah MO dengan rumah-rumah yang lainnya cukup jarak-jarak.

Ya karena keluarga itu...seperti yang saya bilang keluarga saya sibuk apa segala macam jadi ya kayak...apa sama tetangga dan segala macam tu agak kurang gitu
(D₉₄.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Hm...tidak...tidak. saya jarang berinteraksi dengan tetangga karena ya jarak-jarak rumah disini cukup jauh kan, jadi saya tidak ada...jarang berinteraksi
(D₉₅.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

4.3.1.2 Dinamika Self Injury

Dinamika *self injury* atau perilaku menyakiti diri sendiri adalah situasi dimana perasaan atau perilaku berubah antara sebelum dan sesudah pelaku melakukan tindakan menyakiti diri sendiri (*self injury*). Dinamika perilaku menyakiti diri sendiri (*self injury*) terbagi menjadi dua bagian yaitu perasaan sebelum melakukan *self injury* dan perasaan setelah melakukan *self injury*. dari perspektif dinamika perilaku *self injury*, sangat mungkin untuk melihat perbedaan perasaan pelaku sebelum melakukan *self injury* dan saat melakukan *self injury*.

a. Perasaan Sebelum Melakukan Perilaku Self Injury

Perasaan MO sebelum dirinya melakukan perilaku *self injury* adalah MO merasa pada saat itu sedang mengalami kesedihan, kekecewaan dan merasakan sakit hati yang mendalam sehingga MO beranggapan bahwa orang-orang disekitarnya tidak memberikan perhatian dan kasih sayang yang lebih untuk MO. Hal inilah yang menyebabkan MO memutuskan untuk melakukan perilaku *self injury*.

Hm...gimana ya...eeee perasaan saya disaat itu saya lagi sedih atau lagi kecewa atau lagi sedang merasakan sakit hati, jadi...eeee dari perasaan itulah saya ingin atau memutuskan untuk melakukan menyakiti diri sendiri itu
(D₂.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Emosi negatif yang paling dominan yang MO miliki sebelum dirinya melakukan perilaku *self injury* yaitu sedih, marah dan kecewa. MO merasakan kekecewaan terhadap dirinya sendiri. Ketika terjadi suatu masalah atau problem, maka masalah atau problem inilah yang menjadi pemicu dari munculnya emosi negatif yang dimiliki oleh MO sendiri.

Sebenarnya yang paling dominan itu sedih...yang kedua marah...dan yang ketiga itu sakit hati. Jadi kayak emosi...tiga emosi negatif inilah yang membuat saya bisa melakukan hal itu (D11.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Eeee...ya itu...misalnya pas saya lagi ada masalah-masalah atau problem jadi muncullah perasaan itu...saya sedih, saya marah, saya sakit hati, saya kecewa...kayak gitu. Jadi saya itu kayak kecewa tu kayak nggak sama orang lain dan saya kecewa itu sama diri saya sendiri makanya saya memutuskan untuk melakukan itu gitu...jadi saya setiap ada masalah-masalah yang saya alami tu, saya kecewanya sama diri saya sendiri...saya marahnya sama diri saya sendiri (D12.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Sebelum MO menyakiti dirinya sendiri, MO menjelaskan bahwa perasaan yang dirasakannya adalah sakit hati sehingga dari rasa sakit hati yang dialami oleh MO membuat pikirannya menjadi seperti orang yang kehilangan akal dalam melakukan sebuah tindakan termasuk melakukan perilaku *self injury* yang ia lampiaskan ke dirinya sendiri. Perasaan sakit hati ini merupakan sebuah perasaan MO sebelum ia menyakiti dirinya sendiri.

Gimana yah...kan rasanya itu gimana yah...kan kita kayak sakit hati gitukan, jadi kayak rasa skitnya tu kayak...kalau kita ngelampiasin ke yang lain gitu...misalnya ke diri kita gitu...ke diri kita sendiri itu kayak nggak ada rasa sakitnya lagi gitu...jadi kayak bawaan aja (D4.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

b. Perasaan Sesudah Melakukan Perilaku *Self Injury*

Ketenangan merupakan perasaan yang dirasakan oleh MO setelah ia menyakiti dirinya sendiri (*self injury*). Perilaku menyakiti diri sendiri inilah yang menjadi salah satu cara untuk menyalurkan perasaan sedih, kecewa, marah, dan sakit hatinya sebagai emosi negatif yang MO alami. Ketenangan yang dihasilkan menimbulkan rasa nyaman pada apa yang dilakukan MO yaitu melakukan perilaku *self injury*.

Mmm...setelah ngelakuin self injury tu kayak...rasanya kayak beban itu kayak lumayan berkurang sih walaupun itu belum sepenuhnya (D13.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Luka fisik pada seorang individu, misalnya luka goresan atau sayatan biasanya disebabkan oleh kecelakaan atau kecerobohan orang tersebut. Hal ini berbeda dengan para pelaku *self injury*, luka yang didapat disebabkan oleh faktor kesengajaan pelaku *self injury* tersebut. Ketika seorang individu normal mendapatkan sebuah luka pada bagian tertentu, orang tersebut akan segera merespons terhadap luka yang didapatnya tersebut, seperti panik, menangis dan merasakan rasa nyeri.

Hal ini berbeda dengan pelaku *self injury*, mereka justru merespons luka mereka dengan rasa senang, puas dan lega, sama dengan MO yang merasakan senang dan puas ketika mempunyai luka akibat perilaku *self injury* tersebut. MO terkadang juga mengalami

rasa penyesalan akibat perilaku yang telah ia lakukan sehingga MO mengobati luka tersebut.

Hm...kadang ada rasa senang atau puas, ada juga rasa penyesalan (D₁₇.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Aaaa...terhadap luka saya untuk saat ini saya masih ada mendapatkan luka itu ya...kadang saya ingin mengobatinya gitu...tapi kadang kalau misalnya ada masalah lagi, saya lakuin lagi (D₁₈.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh MO tidak dapat menyelesaikan masalah yang ia hadapi, tetapi perilaku ini hanya membantu MO dalam melampiaskan segala emosi negatif yang ia rasakan sebelumnya.

Hm...bisa dibilang iya dan tidak sih. Eeee...sebenarnya self injury itu saya lakukan untuk cari pelampiasan aja sih ke diri saya kayak gitu...saya lebih memilih menyakiti diri saya daripada saya menyakiti orang lain (D₁₅.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

4.3.1.3 Bentuk-Bentuk Perilaku *Self Injury*

Perilaku *self injury* mencakup berbagai bentuk perilaku. Secara umum bentuk perilaku yang sering dilakukan oleh para pelaku *self injury* adalah menyayat pada bagian permukaan kulit, seperti permukaan kulit pada pergelangan tangan. Situasi tersebut sangat berpengaruh pada perilaku *self injury*. Ada beberapa situasi yang dapat memberikan dampak besar bagi pelaku untuk melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Ada situasi yang dapat membantu pelaku dalam melakukan perilaku *self injury* tersebut. intensitas jumlah perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh informan

mencirikan bahwa informan terjebak atau tidak dalam situasi *self injury* tersebut.

Self injury bukanlah satu-satunya metode atau cara yang digunakan untuk menghilangkan segala perasaan emosi negatif yang dirasakan oleh MO akan tetapi MO berpendapat bahwa pilihan terbesar ketika dirinya mengalami suatu masalah atau problem adalah dengan melakukan perilaku tersebut. Selain perilaku tersebut MO memilih untuk menangis sebagai cara atau metode yang ia gunakan selain melakukan perilaku *self injury* karena MO bingung ketika ia dihadapi oleh suatu masalah akan merasa kebingungan dalam mencari orang yang bisa diajak untuk bercerita tentang masalahnya tersebut.

Eeee...tidak sih, cuman ya itu adalah pilihan terbesarnya (D22.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

Eeee...ya menangis sih. Karena adanya masalah itu tu saya menangis, saya tidak tau kan mau bilang atau mau cerita ke siapa gitu (D23.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

a. Situasi

Situasi yang mendukung tindakan menyakiti diri sendiri yang dialami oleh MO adalah saat dirinya merasa sedang dalam suatu permasalahan. Perilaku *self injury* adalah suatu perilaku yang dirahasiakan oleh para pelakunya, dan itu dikarenakan oleh berbagai macam faktor.

*Situasi kalau misalnya lagi ada masalah...situasi ketika saya sedang sedih. Jadi kayak situasi-situasi yang kayak seperti itulah yang kadang membuat saya ingin melakukan *self injury* (D20.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).*

Setelah MO melakukan perilaku *self injury*, MO berusaha dalam melupakan masalah yang terjadi dengan cara tertidur, agar masalah yang ia hadapi segera ia lupakan.

Jadi ya habis itu ya paling biasanya tidur sih dan berusaha untuk melupakan masalah yang ada (D₂₁.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

b. Intensitas

Intensitas adalah seberapa sering informan menyakiti dirinya sendiri pada jarak waktu tertentu. MO mengatakan bahwa ia melakukan perilaku *self injury* sebanyak tiga kali disaat hari dimana ia sedang mengalami suatu permasalahan atau problem yang sedang ia alami. MO mengaku bahwa ia melakukan perilaku *self injury* ketika ia merasa bahwa sedang adanya masalah-masalah yang menurut MO sangat berat.

Biasanya kalau adanya problem gitu saya ngelakuinnya kayak pas hari itu saja , saya ngelakuinnya tiga kali (D₂₅.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Hm...enggak sih. Kalau emang benar-benar berat kali atau down kali mungkin iya pas itu tapi kalau masalah-masalah yang lain kayak masalah yang tidak terlalu berat saya mungkin lebih ke menangis saja atau habis tu saya tidur untuk lupain masalah saya (D₂₉.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Bentuk perilaku *self injury* yang sering MO lakukan adalah melukai bagian tubuh tertentu seperti melukai tangan dan melukai kaki MO sendiri.

Hm ya saya melukai bagian tubuh saya, seperti tangan atau kaki saya (D₂₆.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

4.3.1.4 Penyebab Perilaku *Self Injury*

Segala sesuatu yang dilakukan oleh seorang individu pasti memiliki penyebab, sama seperti tindakan menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh MO. MO memiliki beberapa penyebab tertentu mengapa hal seperti ini bisa terjadi pada dirinya. Faktor-faktor yang menyebabkan seseorang melakukan perilaku *self injury* bisa berasal dari faktor internal atau faktor eksternal.

Hal yang pertama kali yang membuat MO ingin melakukan perilaku *self injury* tersebut tidaklah luput dari permasalahan keluarganya. Seperti yang dikatakan sebelumnya, dari masalah inilah yang menjadi pemicu munculnya emosi negatif yang ada pada diri MO. Lalu ia menyalurkan segala emosi negatifnya dengan cara melakukan perilaku *self injury*.

Eeee...masalah...masalahnya kadang saya kayak problematika sama keluarga, jadi masalah-masalah seperti itulah yang saya nggak bisa saya luapin ke orang lain gitu, saya lebih milih untuk luapkan ke diri saya sendiri (D33.W1.S1.P.13FEBRUARI2021).

a. **Faktor Internal**

Faktor internal merupakan salah satu faktor yang berasal dalam diri individu tersebut. Faktor internal yang menyebabkan MO melakukan perilaku *self injury* adalah ketika MO merasa dirinya sedang merasa benar-benar jatuh dalam suatu permasalahan sehingga membuat MO menjadi *down*. Dari dorongan inilah yang mengakibatkan MO melakukan perilaku *self injury*.

Kalau misalnya situasinya saat benar-benar jatuh itu sangat kuat, jadi perilaku ini muncul pas saya benar-benar lagi down menjalani problem-problem yang ada di hidup ini (D₃₀.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Ada beberapa hal yang bersifat negatif yang mendorong MO dalam melakukan perilaku *self injury*. Hal negatif inilah yang menjadi faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* yang dilakukan oleh MO.

Ya itu, mikirnya yang negatif-negatif. Pokoknya hal-hal yang negatif itu semua dari pikiran, jadi hal-hal itulah yang mendorong saya ingin melakukan itu (D₃₄.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Pastinya kayak saya sedih, saya marah, saya sakit hati, kecewa, ya itu hal-hal negatif yang menguatkan saya dalam melakukan itu (D₃₆.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan salah satu faktor yang berasal dari luar diri individu itu sendiri. Faktor eksternal pada perilaku *self injury* dapat disebabkan oleh contoh perilaku dari orang lain atau pengaruh lingkungan individu itu sendiri. MO mengatakan bahwa perilaku *self injury* yang MO lakukan dikarenakan keinginan sendiri tanpa adanya dorongan atau pengaruh dari contoh orang lain.

Orang lain sih enggak sepertinya. Malahan saya kalau masalah saya itu saya jarang untuk memberitahu ke orang lain karena saya tidak mau membebani orang lain (D₄₉.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh MO timbul atau muncul dengan sendirinya, tidak adanya hal-hal yang menginspirasi MO dalam melakukan perilaku tersebut. Artinya tidak

ada orang atau siapa pun yang menjadi pendorong eksternal dari perilaku *self injury* yang dilakukan oleh MO.

Enggak sih, saya nggak ada melihat contoh atau gimana segala macam (D₅₀.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Ketika melakukan perilaku *self injury*, MO tidak ada mendapatkan sumber informasi terkait perilaku menyakiti diri sendiri yang saat ini menjadi suatu cara dalam melampiaskan emosi negatif yang dialami oleh MO.

Sebenarnya tidak ada inspirasi sih, saya lebih ke pelampiasan saja (D₅₁.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

4.3.1.5 Dampak Perilaku *Self Injury*

Perilaku *self injury* bisa berdampak pada diri sendiri atau pada orang lain yang berada disekitar pelaku. Dampak dari perilaku ini bisa berdampak positif maupun berdampak negatif bagi para pelakunya. Ada dua hal yang berdampak pada perilaku *self injury* yaitu kepuasan diri yang ditimbulkan oleh perilaku *self injury* dan pengaruh perilaku *self injury* terhadap interaksi sosial orang-orang disekitar pelaku.

a. Kepuasan Diri

Pengaruh internal dari perilaku *self injury* adalah kepuasan diri dari pelaku yang melakukan tindakan tersebut. Ada beberapa perasaan yang ditimbulkan oleh MO setelah dirinya melakukan perilaku *self injury* diantaranya kesenangan dan kepuasan. Kesenangan dan kepuasan inilah yang menimbulkan rasa ingin melakukan kembali perilaku tersebut yang disebabkan oleh situasi-situasi tertentu.

Karena situasi-situai itu yang membuat saya mengulangi hal itu (D₅₂.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Selain merasa senang dan puas atas apa yang telah dirasakan oleh MO akibat dari perilaku *self injury* adalah perasaan takut karena pada awal-awal MO untuk melakukannya MO merasa takut. Akan tetapi setelah MO mencoba melakukan perilaku tersebut, MO merasakan hal yang biasa saja dan seiring berjalannya waktu perilaku tersebut menjadi suatu kebiasaan yang dilakukan MO dalam melampiaskan perasaan negatifnya.

Pada awalnya ya saya takut...awalnya saya mikir-mikir...setelah saya sudah terjun dalam hal itu, itu tu sudah hal yang biasa, sudah menjadi kebiasaan (D₅₃.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

b. Interaksi Sosial

Perilaku menyakiti diri sendiri dapat berdampak pada interaksi sosial pelakunya. Ada beberapa perubahan perasaan atas perilaku yang MO lakukan pada dirinya adalah mengalami sedikit kecenderungan terhadap perilaku yang dilakukan oleh MO. Tidak hanya MO yang merasakan perubahan itu, tetapi banyak yang merasakan adanya perubahan yang terjadi pada MO yaitu sifatnya menjadi lebih sedikit agresif.

*Iya pastilah berbeda lah. Dulu mungkin saya kayak selalu diam dan memendam sedangkan kalau sekarang saya sudah melakukan aksi seperti melakukan perilaku *self injury* itu. Jadi perbedaannya disitu dan saya mungkin lebih kecenderungan sedikit...jadi pemarah...banyak sih yang ngakuin bahwa saya sifatnya lebih agresif atau apalah itu segala macamnya...atau ada yang salah sedikit saya langsung berteriak (D₇₉.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).*

Selain itu MO tidak ingin mengakui bahwa dirinya merupakan pelaku *self injury* ke teman-teman dan keluarganya. Akan tetapi, ada seseorang yang mengetahui bahwa MO merupakan pelaku *self injury* yaitu mantan pacarnya MO.

Kalau teman-teman tidak ada yang mengetahui. Cuma kalau pacar...mungkin kalau pacar saya yang sebelumnya itu dia tau kalau saya pelaku self injury. Jadi ya mungkin dia aja sih yang tau gitu...mantan pacar saya sebelumnya itu tu dia tau tapi kalau yang lain seperti teman, keluarga itu tu saya jarang cerita. Tapi mantan pacar saya ini tau karena dia juga menyaksikan (D₈₀.W₁.S₁.13FEBRUARI2021).

Hubungan dalam interaksi sosial dipengaruhi oleh kepribadian dan karakter dari orang tersebut. MO mengungkapkan bahwa dirinya cenderung lebih menyendiri sehingga menyebabkan kurangnya interaksi antara MO dengan lingkungan sekitarnya sedangkan komunikasi adalah salah satu hal yang paling utama dalam menjalin sebuah interaksi satu sama lain sehingga jika dihadapkan dengan lingkungan atau situasi baru MO sangat sulit untuk nyaman dengan lingkungan tersebut.

Hm...tidak. Saya tidak bisa...jarang bisa nyaman dengan lingkungan baru, saya sangat sulit berinteraksi dengan orang-orang gitu, saya merasa ya seperti itu, saya lebih penyendiri gitu (D₁₀₂.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Ketika MO mengalami suatu konflik atau permasalahan seperti konflik dengan teman, MO menyikapinya dengan cara yang santai dan tidak ambil pusing terhadap konflik yang terjadi.

Karena menurut saya kayak saya sudah pernah mengalami hal-hal yang berat sebelumnya jadi ya kayak konflik pertemanan saya

tidak ambil pusing ya...paling saya kayak ya bawa santai aja (D₈₃.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

4.3.1.6 Karakteristik Perilaku *Self Injury*

Karakteristik seorang individu dapat dilihat dari sikapnya dalam mengatasi masalah, bagaimana cara individu itu menyesuaikan diri, bagaimana individu dalam mengendalikan emosinya dan bagaimana seorang individu dalam melakukan hubungan interpersonal. MO mengungkapkan bahwa dirinya merasa terbebani dengan perasaan-perasaan yang selalu menyalahkan dirinya sendiri ketika terjadi suatu permasalahan didalam hidupnya.

Oh iya itu, kayak perasaan-perasaan menyalahkan diri saya sendiri itu jadi saya memupuk hal-hal itu dalam diri saya (D₉₆.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Ketika perasaan emosi negatif MO muncul akibat adanya suatu permasalahan yang terjadi sehingga MO merasa stress dan depresi dalam menghadapi masalahnya. MO mengungkapkan bahwa dirinya pernah mengalami gangguan makan seperti tidak makan selama sehari. Secara umum gangguan makan sering dialami oleh pelaku *self injury*. Gangguan makan yang dialami oleh MO berdampak pada dirinya seperti kehilangan berat badan yang cukup banyak.

Saya pernah mengalami gangguan makan (D₃₇.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Jadi saya mengalami gangguan makan disaat saya terlalu sedih atau gimana segala macam sehingga saya tidak makan, saya kehilangan berat badan saya cukup banyak (D₃₈.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

MO menjelaskan bahwa ia tidak menyukai dan benci dengan dirinya sendiri. MO selalu membandingkan kehidupan dirinya dengan kehidupan orang lain sehingga MO berharap bahwa ia ingin hidupnya seperti orang lain tersebut. Jika MO mengalami penolakan terhadap suatu hal, MO merasa sedih dengan dirinya dan kembali lagi membandingkan dirinya dengan orang lain.

Sejujurnya saya tidak terlalu menyukai diri saya sendiri karena saya selalu menyalahkan diri saya, saya benci sama diri saya, saya kadang suka berpikiran enak seperti hidup si ini si ini gitu, jadi saya suka membandingkan hidupa saya dengan si ini si itu (D₄₀.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Saya lebih ke sedih sih. Kenapa saya bisa begini gitu (D₄₂.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

a. Mengatasi Masalah

Permasalahan atau problematika yang dialami oleh MO merupakan permasalahan yang umumnya sering terjadi pada kebanyakan individu. Kesulitan dalam menghadapi suatu masalah sering terjadi pada MO dalam mencari suatu solusi atau jalan keluar dari permasalahan tersebut.

Hm...iya pasti. Kadang saya mencari solusinya, kadang saya suka melihat quotes-quotes kayak gitu. jadi kayak gitulah, jadi kayak saya sedih sendiri...ini sendiri...kayak gitu (D₉₇.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

MO mengatakan bahwa jika dirinya sedang dihadapkan dengan masalah baik itu masalah dirinya dengan keluarga, masalah dirinya dengan temannya, dan masalah dirinya dengan lawan jenisnya hal yang akan MO lakukan adalah berusaha untuk menyelesaikan masalah

tersebut, tetapi jika masalah tersebut tidak dapat terselesaikan MO akan merasa sedih dan menyalahkan dirinya sendiri.

Kalau menghadapi masalah ya saya pertama saya sebisa mungkin...kayak diselesaikan tapi kalau misalnya emang tidak ada jalan penyelesaiannya kasaya lebih ke sedih aja sih kayak menyalahkan diri sendiri, kenapa tidak bisa menyelesaikan masalah itu (D₁₀₀.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Kesulitan MO dalam menemukan solusi atau jalan keluar pada permasalahan yang terjadi didalam hidupnya itu yang menyebabkan MO menyalurkan segala emosi negatifnya ke perilaku *self injury*. Jika terjadi suatu masalah atau problem, MO sering kali memendam dan memupuk permasalahannya sendiri. Hal ini disebabkan karena tidak adanya orang yang bisa dijadikan teman bercerita.

Iya, saya lebih memendam dan memupuknya sendiri (D₉₈.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

b. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan salah satu kemampuan seorang individu untuk mengatasi suatu tekanan, kebutuhan, frustrasi dan kemampuan untuk mengembangkan mekanisme psikologis yang tepat. Penyesuaian diri di lingkungan merupakan salah satu karakteristik yang akan diungkap dalam penelitian ini. Bagaimana cara informan untuk menyesuaikan dirinya sendiri dengan lingkungan dimana informan berada, hal ini dapat mencerminkan tingkat kemampuan adaptasi informan.

Dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, MO mengatakan bahwa dirinya akan lebih memperhatikan lingkungan

tersebut dengan cara menilai dari sudut pandang MO sendiri, apakah lingkungan tersebut akan memberikan respon yang baik atau tidak. Jika lingkungan baru tersebut memberikan respon yang baik, maka MO akan mencoba untuk mendekati diri ke lingkungan tersebut. Sebaliknya, jika lingkungan baru tersebut tidak memberikan respon yang baik, maka MO lebih memilih untuk menjauh dari lingkungan tersebut. MO juga mengatakan bahwa dirinya mengalami kesulitan interaksi dengan orang-orang baru dan sulit berbaur dengan hal-hal yang baru, maka MO merasa lebih baik dirinya berada di lingkungan yang MO kenal sebelumnya.

Saya lebih ke memperhatikan kayak gitu dan menilai orang-orang menurut pandangan saya sendiri kalau misalnya hal itu baik pasti saya akan mencoba memberikan tanggapan misalnya saya melihat dia baik gitu yaudah, kalau misalnya dia ada sesuatu saya coba mendekati diri dan kadang kalau saya lihat kayak misalnya si B yang tidak baik saya lebih memilih untuk menjauh (D₁₀₄.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Eeee...lebih baik saya ditempat yang saya kenal sebelumnya karena saya merasa sangat sulit berinteraksi dan berbaur dengan hal-hal yang baru (D₁₀₅.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Kesulitan MO dalam menyesuaikan diri terlihat ketika MO berada dalam suatu tugas kelompok. MO cenderung memilih untuk mengerjakan tugas kelompok secara individu dibanding bekerja bersama teman sekelompoknya seperti meminta bagian tugas yang akan ia kerjakan.

Karena saya lebih nyaman bekerja sendiri. jadi sebisa mungkin saya minta sama kelompok saya, saya selesaikan bagian saya pribadi sehingga nanti bisa digabungkan dengan punya mereka. Kadang kalau misalnya memang terpaksa ada memang benar-

benar ada kerja kelompok saya lebih ke yaudah...kayak ikut aja (D₁₀₆.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

c. Pengendalian Emosi

Pengendalian emosi merupakan salah satu cara yang dilakukan oleh seorang individu dalam mengendalikan dirinya sendiri. Pengendalian emosi sangatlah diperlukan oleh seorang individu. MO sering sering merasa marah dan cemas ketika kondisi yang MO harapkan tidak sesuai dengan apa yang MO dapatkan, hal inilah yang menjadi penyebab munculnya rasa cemas pada diri MO. Jika MO sedang merasa cemas dan marah, MO memukul dirinya sendiri dan menghancurkan barang-barang yang ada disekitar MO.

Yang membuat saya tiba-tiba marah...ya kondisi yang tidak sesuai dengan yang saya harapkan dan kalau cemas juga seperti itu terhadap pada kondisi yang tidak saya harapkan (D₁₁₅.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Ketika saya takut gagal pada diri saya sendiri, saya akan merasa cemas , saya gagal saya cemas, saya tidak sesuai dengan harapan orang saya cemas (D₁₁₈.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Saya kadang kalau lagi sendiri gitu saya kayak memukul badan saya, saya buang barang-barang saya, menghancurkan...kayak gitu (D₁₁₆.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Perasaan cemas dan marah yang dialami oleh MO disebabkan oleh suatu kondisi yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan MO, hal ini dapat menyebabkan MO merasakan kekecewaan terhadap seseorang. Ketika MO merasa kecewa terhadap seseorang itu MO akan berusaha untuk tidak memberitahukan orang lain bahwa dirinya sedang kecewa. Selain perasaan marah, MO lebih memilih untuk diam dan menangis terhadap kekecewaan yang ia rasakan.

Biasanya kayak...yaudah saya diam, kalau saya sedih, kalau saya marah ya saya bakalan marah. Tapi lebih ke diri saya sendiri, saya tidak memberitahu mereka gitu
(D₁₁₇.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

d. Hubungan Kedekatan Interpersonal

MO tidak memiliki teman dekat selama ia kuliah karena kehidupan kampus yang ia jalani hanya sebatas pulang pergi saja. MO hanya memiliki teman yang berasal dari sekolahnya terdahulu. Ketika sedang berkumpul, ia dan teman-temannya hal yang dilakukan adalah bercerita tentang hal apapun asal tidak menyinggung hal pribadinya MO dan MO berusaha untuk menunjukkan perasaan yang positif saat ia berkumpul dengan teman-temannya.

Hmm...kalau selain yang di kampus tidak ada sepertinya karena juga kehidupan kampus saya kayak pulang pergi, kalau di kampus tidak punya kawan dekat kayak gitu. Paling teman dekat saya berasal dari sekolah dulu
(D₁₀₇.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Ya paling kayak cerita-cerita biasa aja sih kalau sama teman sebisa mungkin tidak menyinggung perasaan saya pribadi. Jadi yang saya tunjukkan ke orang lain ya yang bahagiannya saja
(D₁₀₈.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Dalam suatu hubungan pertemanan terkadang bisa menimbulkan permasalahan atau perselisihan, begitu juga dengan MO. MO mengatakan bahwa jika sebuah hubungan pertemanannya mengalami permasalahan, jika pertemanan itu masih bisa ia perbaiki maka MO akan mencoba untuk memperbaikinya. Begitu pula sebaliknya jika pertemanan itu tidak bisa maka MO lebih memilih untuk meninggalkan dan menjauhi pertemanan tersebut.

Hm... gimana yah... kalau misalnya memang bisa diperbaiki ya saya coba tapi kalau misalnya tidak bisa, saya lebih memilih ninggalin aja gitu, diam dan menjauh (D₁₀₉.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

Selain adanya perselisihan antara MO dengan teman-temannya, MO merasakan adanya masalah antara hubungan interpersonal MO dengan lawan jenisnya MO seperti pacarnya. Permasalahan MO dengan lawan jenisnya disebabkan oleh kurangnya kasih sayang dan perhatian dari keluarga sehingga MO menuntut hal seperti itu pada pacarnya karena MO merasa bahwa dirinya tidak bisa mendapatkan kasih sayang dan perhatian tersebut dari keluarganya.

Pernah, iya karena saya kurang kasih sayang dan perhatian, saya selalu kayak menuntut hal itu. Kadang kan tidak semua orang bisa kan, kadang saya menuntut hal seperti itu. Kalau misalnya dia tidak bisa memberikan itu saya merasa kecewa (D₁₁₃.W₁.S₁.P.13FEBRUARI2021).

4.3.1.7 Hasil Observasi

Observasi dilakukan di rumah subjek yang terletak di Jln. H. Imam Munandar No. 304, Kecamatan Bukit Raya, Kota Pekanbaru. Wawancara dilakukan pada hari Sabtu tanggal 13 Februari 2021 tepatnya di siang hari pada pukul 14.00 WIB.

Sebelum peneliti mendatangi kediaman subjek, peneliti menghubungi subjek terlebih dahulu untuk menanyakan keberadaan subjek dirumah atau tidak. Setelah peneliti menghubungi subjek, peneliti langsung menuju kerumah subjek dan subjek sedang berada dirumahnya serta baru saja selesai menunaikan ibadah sholat zuhur yang sempat tertunda karena subjek ketiduran.

Pada saat tiba di rumah subjek, peneliti memanggil subjek dan subjek mempersilakan peneliti untuk masuk ke dalam rumah subjek. Saat peneliti memasuki rumah subjek, peneliti mengucapkan salam dan subjek memberikan respon yang ramah kepada peneliti. Ketika peneliti sudah memasuki rumah subjek, subjek mempersilakan peneliti untuk duduk dan menawarkan minuman kepada peneliti. Saat semua telah duduk bersama, peneliti menyampaikan tujuan peneliti menghubungi dan m,endatangi rumah subjek yaitu untuk melakukan wawancara dan menanyakan kepada subjek apakah dirinya bersedia untuk menjadi subjek penelitian.

Pada bagian luar rumah subjek terdapat beberapa unit kendaraan roda dua dan ada beberapa ekor kucing yang merupakan hewan peliharaan subjek bermain di teras rumahnya.

Setelah subjek bersedia untuk menjadi subjek penelitian, peneliti langsung memberikan *informed consent* kepada subjek agar bisa segera subjek isi sebelum peneliti melakukan wawancara kepada subjek. Saat subjek mengisi *informed consent* yang peneliti berikan, subjek mengajak peneliti untuk bicara agar peneliti tidak merasa cepat bosan ketika berada di rumah subjek dan peneliti mengamati situasi dalam rumah subjek.

Pada bagian dalam rumah subjek terlihat beberapa barang yang tersusun rapi, ada beberapa foto keluarga yang terpajang di dinding, dan ada beberapa barang yang memang tidak diletak sesuai dengan tempatnya. Saat peneliti berada di rumah subjek terlihat bahwa di rumah tersebut ia hanya bersama abangnya dan rumah subjek terlihat sangat sepi karena

orangtua subjek yaitu ibunya sedang tidak berada di rumah. Setelah *informed consent* yang peneliti berikan maka proses wawancara segera dilaksanakan.

Pada saat wawancara, subjek mengenakan baju lengan panjang berwarna hitam, jilbab berwarna hitam dan menggunakan celana kulot berwarna dongker. Subjek memiliki kulit berwarna sawo matang dengan tinggi badan sekitar 160 cm dan berat badan sekitar 56 kg. Pada saat proses wawancara berlangsung, subjek dan peneliti duduk lesehan di lantai dalam rumahnya.

Saat peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan kepada subjek, subjek terlihat memahami setiap pertanyaan dan menjawab pertanyaan dengan cepat dan tanggap. Akan tetapi ada beberapa pertanyaan yang membuat subjek terlihat seperti menangis dan kemudian mengusapkan air matanya. Saat wawancara berlangsung ada beberapa perilaku yang terlihat pada subjek yaitu subjek sering menekan jarinya dan subjek terkadang melihat ke luar rumah subjek.

Setelah satu jam melakukan proses wawancara, subjek telah menjawab seluruh pertanyaan-pertanyaan yang telah peneliti ajukan kepada subjek dengan baik. Setelah subjek menjawab seluruh pertanyaan, maka peneliti mengakhiri wawancara tersebut dan peneliti memberikan bingkisan tanda terimakasih peneliti kepada subjek atas waktu dan informasi yang diberikan kepada peneliti.

4.3.1.8 Hasil Interpretasi Tes Kepribadian

Berdasarkan hasil tes grafis DAP yang telah dianalisa oleh psikolog, informan merupakan sosok individu yang memiliki karakter kepribadian tertutup (*introvert*). Kematangan emosi informan belum berkembang dengan baik, informan banyak dikendalikan perasaan sehingga ada beberapa emosi yang mendominasi pada informan, hal ini dapat membuat informan tidak adanya keseimbangan dalam emosinya. Informan memiliki sikap agresif, keras kepala, emosi yang tidak stabil, cenderung depresi, mudah frustrasi, menekan masa lalu dan membutuhkan perhatian.

Informan juga merupakan sosok individu yang tidak bisa tenang dalam sikap dan pikirannya, hal ini disebabkan karena adanya sebuah ketakutan, perasaan tidak aman, dan perasaan curiga yang berlebihan kepada orang lain karena informan cenderung menolak dunia luar. Jika informan memiliki pengaruh yang besar di lingkungannya, maka informan cenderung bersikap ingin menguasai, cenderung memiliki sifat yang sedikit sombong dan berlaku secara sadis kepada orang lain. Hal inilah yang memungkinkan informan memiliki konflik dengan orang lain karena informan kurang memiliki rasa empati kepada orang lain. selain itu, informan juga kurang menghargai pranata sosial, aturan, dan sebagainya.

4.3.2 Hasil Penelitian Informan 2

4.3.2.1 Latar Belakang

Latar belakang informan sangat penting dibahas karena latar belakang didalamnya terdapat pokok permasalahan yang berkaitan dengan perilaku *self injury* pada informan. Latar belakang yang akan diungkap adalah kondisi keluarga dan kondisi lingkungan sosial informan. Kondisi keluarga dan kondisi lingkungan sosial memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap pembentukan karakter kepribadian manusia, hal-hal yang berkaitan dengan perilaku *self injury* pada informan dapat dilihat dari hal-hal tersebut. Dengan pertimbangan tersebut, maka latar belakang menjadi sangat penting untuk dibahas secara mendalam.

a. Keluarga

FR merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara, sebelumnya FR merupakan anak keempat tetapi salah satu dari saudara kandung FR ada yang telah meninggal dunia terlebih dahulu. FR mempunyai dua orang abang, jarak usia antara FR dengan kedua abangnya cukup jauh. FR hanya memiliki seorang ibu saja sedangkan ayah FR sendiri tidak tahu dimana keberadaannya karena antara ibu dan ayah FR memang sudah lama bercerai. Kesibukan ibu FR adalah bekerja, selain bekerja ibu FR memiliki kesibukan lain seperti merawat bunga sedangkan ayahnya sendiri FR tidak tahu bagaimana kabarnya.

FR memiliki dua buah penilaian terhadap orangtuanya terutama pada sosok ibunya. Dua buah penilaian itu ia dapat ketika ia melihat

kondisi ibunya karena bagi FR ada masa dimana ibunya menjadi ibu yang baik dan ada masa dimana ibunya menjadi ibu yang sangat buruk.

Eeee...ada masanya gambaran itu jadi buruk, ada masanya gambarannya itu jadi baik banget
(D₁₁₂.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Ada beberapa hal yang sangat FR tidak sukai pada orangtuanya, terutama pada ibunya. Hal yang tidak FR sukai pada sosok ibunya adalah cara menyampaikan sesuatu kepada FR ibunya lebih memilih untuk menyampaikannya dengan cara yang salah.

Cara mama ngasih tau gitu ha, ada cara yang baik gitu...enggak yang menyakitkan hati tapi mama lebih milih yang menyakitkan hati (D₁₁₃.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

FR merasa bahwa cara didik keluarga dan orangtua terutama ibunya masih bisa dikatakan kurang dari kata yang seharusnya dilakukan oleh seorang ibu sedangkan menurut ibunya sendiri cara didik yang ibunya berikan sudah yang terbaik. Hal itu balik lagi kepada penilaian FR terhadap cara didik ibunya terhadap FR. FR terkadang menganggap bahwa ajaran yang ibunya berikan adalah ajaran yang tidak baik sehingga FR merasa bahwa ia dan ibunya memiliki dua sudut pandang yang berbeda dan disisi lain FR juga sangat membutuhkan dukungan, membutuhkan kasih sayang dan juga membutuhkan perhatian dari ibunya tersebut.

Kurang baik sih, kurang dari kata yang seharusnya dilakukan sebagai orang tua sih kayaknya
(D₁₀₇.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Sebenarnya kalau menurut orangtuanya sih udah baik tapi pas kita terima kita tu lebih milih menganggap ajarannya itu nggak baik gitu, kita tu ngerasa sama-sama toxic gitu tapi dilain sisi kayak dimana aku tu membutuhkan dukungan, membutuhkan kasih sayang dan juga membutuhkan perhatian juga (D₁₁₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Saat FR berada dirumah, FR merasa bahwa dirinya cukup dekat dengan ibu dan abang pertamanya. Kedekatan FR dengan keluarga baru ia rasakan belum lama ini. Walaupun ibu FR memiliki kesibukan, FR merasa bahwa ketika ia sedang berada dirumah FR lebih banyak berkomunikasi dengan ibunya dibanding dengan kedua abangnya. FR sering komunikasi dengan ibunya hanya sekedar berbagi cerita satu sama lain sedangkan FR dengan abang-abangnya berkomunikasi hanya sebatas untuk saling mengingatkan satu sama lain.

Eeee...sama abang yang pertama sih kayaknya (D₁₀₃.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Eeee...paling ya kalau sama mama sih pastinya sering interaksi, sering cerita tapi kalau sama abang-abang sih lebih nyuruh makan sih (D₁₀₆.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Ketika FR ditanya perihal penilaian dirinya dimata orangtuanya, FR mengungkapkan bahwa pertanyaan ini merupakan pertanyaan yang sulit untuk ia jawab tetapi FR mencoba untuk menjawab bahwa sebenarnya penilaian dirinya dimata orangtua terutama ibunya itu ada dua penilaian, baik itu penilaian yang menurut ia baik dan penilaian yang ia rasa buruk. FR merasa bahwa ketika penilaian itu baik, ibunya akan merasakan kebersyukuran karena ibunya memiliki anak seperti FR. Begitu sebaliknya jika penilaian itu buruk ibunya merasa bahwa ia menyesal mempunyai anak seperti FR.

Sulit ya pertanyaannya hahaha. Kalau sekarang menurut saya sih mama tu nganggapnya kayak 'alhamdulillah aku punya anak' tapi ada beberapa saat mama tu kayak 'ngapain aku ngelahirin dia' (D₉₅.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Dibalik itu semua penilaian orangtua terhadap FR, FR memiliki harapan bahwa FR ingin memiliki keluarga yang harmonis, tidak ada keributan satu sama lain, dan damai serta jika ada suatu masalah hendaknya segera cepat diselesaikan.

Pengennya sih lebih ke harmonis aja sih, nggak ada ribut gitu, damai-damai aja. Adapun ribut baiknya cepat selesai (D₁₀₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

FR mengatakan bahwa dirinya pernah melakukan kesalahan yang membuat ia dihukum oleh ibunya. Kesalahan yang FR lakukan merupakan kelalaian dari FR sendiri sehingga *handphone* milik FR disita oleh ibunya. Selain hukuman yang diberikan oleh ibunya, FR mengatakan bahwa ia pernah mengalami pengalaman yang menyakitkan yaitu perceraian kedua orangtuanya.

Pernah. Pernah waktu itu handphone disita gitu karena lalai kali (D₁₁₅.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Ada sih salah satunya ya pas kedua orangtua cerai sih (D₁₁₁.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

b. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial merupakan suatu keadaan dimana situasi sosial di lingkungan FR tinggal. FR tinggal di salah satu perumahan yang berada di Kota Pekanbaru tepatnya di Jln. Suka Karya. Tata letak rumah FR dengan rumah-rumah lainnya sangat dekat karena FR tinggal di suatu komplek perumahan. FR mengatakan bahwa

lingkungan sosial disekitar rumahnya sama dengan lingkungan perumahan kebanyakan orang seperti ibu-ibu komplek yang suka bergosip satu sama lain. Selain ibu-ibu yang suka gosip, karakteristik warga disekitar lingkungan perumahan FR adalah orang-orang yang memiliki sifat iri hati.

Kalau untuk didepan kita sih baik ya tapi dibelakang kita ya nggak baik lah gitu, namanya juga perumahan lah ya. Ibuk-ibuknya suka ngegosip hahaha (D₁₂₂.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Irian sih kayaknya orangnya hahaha (D₁₂₃.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Hubungan antara keluarga FR dengan lingkungan sekitar rumahnya adalah hubungan yang biasa-biasa saja. Hal ini disebabkan karena karakteristik warga perumahan yang beraneka ragam dan keluarga FR lebih melupakan apa yang telah terjadi. FR juga mengatakan bahwa interaksi antara keluarganya dengan lingkungan sekitarnya ketika ada suatu momen atau suatu kegiatan yang sedang diadakan oleh warga sekitar. Akan tetapi, keluarga FR lebih memilih untuk dirumah saja daripada berada pada lingkungan seperti itu.

Kalau misalnya dipikirkan tentang apa yang udah terjadi ya bikin sakit hati sih bakal nggak baik sih tapi lebih memilih biasa-biasa aja gitu nggak usah dipikirin (D₁₂₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Ada. Di beberapa momen ada sih, sering ada ngelakuin sih tapi lebih memilih dirumah sendirian aja gitu daripada berada dilingkungan seperti itu (D₁₂₅.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

4.3.2.2 Dinamika *Self Injury*

Dinamika perilaku *self injury* atau perilaku menyakiti diri merupakan sebuah situasi dimana perasaan atau perilaku berubah antara

sebelum dan sesudah pelaku melakukan perilaku tersebut. Dinamika *self injury* terbagi menjadi dua bagian yaitu perasaan sebelum melakukan perilaku *self injury* dan perasaan sesudah melakukan perilaku *self injury*. Dari perspektif dinamika perilaku *self injury*, sangat mungkin untuk melihat bagaimana perbedaan antara perasaan pelaku sebelum melakukan perilaku tersebut dengan perasaan pelaku sesudah melakukan perilaku tersebut.

a. Perasaan Sebelum Melakukan Perilaku *Self Injury*

Perasaan FR sebelum dirinya melakukan perilaku *self injury* yaitu FR merasa bahwa dirinya tidak mampu menahan perasaan emosi yang ia rasakan, dari perasaan tersebut FR juga tidak tahu ingin marah dengan siapa selain marah dengan dirinya sehingga segala perasaan yang FR tahan meluap dengan sendirinya saja. Hal inilah yang menjadi awal mula FR ingin melakukan perilaku *self injury*.

Eeee...awalnya tu kayak mana ya...perasaan emosinya tu meluap kali kali gitu, terus kalau awalnya tu sebelum-sebelumnya melakukan self injury itu kayak mengantukkan kepala ke dinding gitu kan, rasanya tu emosi aja ketahan gitu...nggak bisa diluapkan...nggak tau sama siapa mau marah gitu (D₂.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Ada dua buah emosi negatif yang paling dominan yang FR rasakan sebelum ia melakukan perilaku *self injury* yaitu perasaan marah dan perasaan sedih. Ketika terjadi suatu permasalahan emosi negatif inilah yang menjadi pemicu FR dalam melakukan perilaku *self injury* sehingga FR hampir mengalami ketergantungan dengan perilaku tersebut.

Ada dua sih. Yang pertama itu amarah sama rasa sedih. Yang pertama itu munculnya marah setelah munculnya marah itu muncullah rasa sedih itu karena apa yang udah dimarahin tadi tu. Jadi marah ketutupan sedih, sedih nggak bisa nangis, emosinya ketahan dan cuma bisa diluapin dengan itu (D₁₁.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Eeee...kemaren tu rasanya kayak emang hampir ketergantungan gitu...kayak asik aja gitu. Rasanya asik aja gitu ngelakuinnya (D₁₃.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

FR mengatakan bahwa ketika sebelum ia melakukan perilaku tersebut, ia merasa bahwa tidak ada rasa sakit yang ia rasakan karena hal inilah yang mampu meluapkan segala emosi negatif yang ia rasakan.

Kalau saat melakukannya ya...hm...nggak ada rasa apa-apa, nggak ada rasa sakitnya sama sekali gitu, biasa aja gitu. Nggak ada rasa sakit sama sekali (D₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

b. Perasaan Sesudah Melakukan Perilaku *Self Injury*

Perasaan lega merupakan sebuah perasaan yang dirasakan oleh FR setelah ia melakukan perilaku *self injury*. Perilaku *self injury* inilah yang menjadi salah satu cara untuk menyalurkan emosi negatif yang dialami oleh FR.

Lega, sedikit lega lumayan daripada ketahan emosinya gitu (D₁₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Luka fisik yang dialami oleh seorang individu seperti luka goresan atau sayatan, biasanya disebabkan oleh kecelakaan atau kecerobohan individu tersebut. Hal ini berbeda dengan para pelaku *self injury*, luka yang didapat disebabkan adanya faktor kesengajaan yang dilakukan oleh para pelaku *self injury*. Ketika seorang individu normal mendapatkan sebuah luka pada bagian tertentu, orang tersebut

akan segera merespon terhadap luka yang didapatnya tersebut, seperti rasa panik, menangis dan merasakan adanya rasa nyeri pada luka tersebut. Berbeda dengan pelaku *self injury*, mereka justru merespon luka mereka dengan rasa senang, puas dan lega,

Ada dua perasaan yang FR rasakan ketika dirinya melihat luka yang disebabkan oleh perilaku *self injury* yaitu perasaan biasa-biasa saja dan perasaan sedih. Ketika pertama kali FR melakukan perilaku tersebut, FR melihat luka tersebut seperti hal yang biasa saja, seiring berjalannya waktu FR merasa sedih ketika ia melihat luka yang disebabkan oleh perilaku *self injury* tersebut. Setelah FR mendapatkan luka tersebut, ia tidak ada melakukan apapun terhadap luka yang ia dapatkan dari perilaku *self injury*.

Eeee...kalau untuk dulu sih biasa aja sih ngelihatnya kan, kayak ini bekas aku ngeluapin emosi gitu tapi kalau sekarang rasanya sedih aja gitu karena nggak bisa hilang bekasnya hahaha (D18.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

Hm...iya nggak di apa-apain (D19.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

FR mengatakan bahwa perilaku *self injury* yang ia lakukan itu sama sekali tidak membantu ia dalam penyelesaian masalahnya., tetapi perilaku ini pada dasarnya hanya untuk meluapkan segala emosi negatif yang FR rasakan sebelumnya.

Ya karena pada dasarnya self injury cuman untuk meluapkan emosi doang, nggak untuk menyelesaikan masalah (D17.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

4.3.2.3 Bentuk-Bentuk Perilaku *Self Injury*

Perilaku *self injury* mencakup berbagai bentuk perilaku. Secara umum bentuk perilaku yang sering dilakukan oleh pelaku *self injury* adalah menyayat pada bagian permukaan kulit, seperti permukaan kulit pada pergelangan tangannya. Situasi inilah yang memiliki dampak besar bagi pelaku untuk melakukan perilaku tersebut. Ada dituasi yang dapat membantu pelaku dalam melakukan perilaku *self injury*. Intensitas jumlah perilaku *self injury* yang dilakukan oleh informan mencirikan bahwa informan terjebak atau tidak dalam situasi tersebut.

FR mengatakan bahwa perilaku *self injury* bukanlah satu-satunya cara yang ia gunakan untuk melampiaskan segala emosi negatif yang ada pada dirinya, ada cara lain yang FR lakukan ketika emosi negatifnya tiba-tiba muncul pada dirinya yaitu dengan cara mendengarkan lagu, menonton film dan memakan makanan-makanan. Selain melakukan perilaku *self injury*, ada perilaku lain yang FR lakukan ketika emosi negatif muncul pada dirinya yaitu menggambar.

Nggak sih, ada cara lain (D₂₅.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).
Kalau misalkan emosinya nggak ngeluap kali...nggak kepalang emosi ya paling dengar lagu, nonton atau makan gitu. Ya itu aja sih (D₂₆.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).
Ooohhh...dulu kayak ada nyoret-nyoret buku sih, gambar-gambar nggak jelas, kayak gambar apa gitu yang penting kecoret bukunya (D₂₇.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

a. Situasi

Situasi yang mendukung perilaku *self injury* yang dialami oleh FR adalah ketika dirinya sedang dalam keadaan yang tertekan. FR

merasa bahwa ketika dirinya dalam keadaan tertekan ia tidak memiliki teman yang bisa dijadikan untuk tempat ia bercerita. Adapun teman yang bisa dijadikan tempat untuk ia bercerita tetapi respon dari temannya itu tidak ada sama sekali.

Situasinya itu lagi keadaan tertekan gitu, terus sendirian, nggak ada teman, nggak ada tempat untuk bicara, adapun katak...mereka kayak lebih nggak ngerespon aja gitu jadi bertambah-tambah aja rasanya gitu
(D₂₁.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Setelah FR melakukan perilaku tersebut, FR berusaha untuk membersihkan luka yang disebabkan oleh perilaku *self injury* yang ia lakukan. Sebelum ia membersihkan, FR melihat terlebih darah yang keluar dari perilaku yang ia lakukan sebelumnya. Setelah darah luka tersebut mulai berhenti dan mengering barulah FR membersihkan luka tersebut.

Ngebersihin lukanya sih (D₂₂.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Nengok darahnya (D₂₃.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Iya ada jeda waktunya nengok darahnya dulu kan...nengokin aja abis tu dah hampir-hampir kering barulah dibersihkan
(D₂₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

b. Intensitas

Intensitas adalah seberapa sering informan melakukan perilaku *self injury* pada jarak waktu tertentu. FR mengatakan bahwa selama ia melakukan perilaku tersebut FR tidak pernah menghitung berapa kali ia melakukannya tetapi perilaku *self injury* yang ia lakukan sudah lebih dari sepuluh kali. FR mengaku bahwa dirinya tidak selalu melakukan perilaku *self injury*, ia melakukan perilaku tersebut ketika adanya

suatu masalah yang menumpuk pada dirinya sehingga ia melampiaskan emosinya tersebut dengan melakukan perilaku *self injury*.

Nggak pernah sih tapi lebih dari sepuluh deh (D₂₈.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Iya saat ada masalah besar atau masalahnya itu numpuk, udah kepalang emosi segala macam, udah rasanya oke-oke aja ngelakuinnya (D₃₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Bentuk perilaku *self injury* yang sering FR lakukan adalah menyayat tangan, membenturkan kepala ke dinding, memukul kepala, dan menelan obat dalam jumlah yang banyak.

Hm...self injury kan menyiksa diri gitu kan, dulu pernah kayak...bisa dibilang kayak...kayak milih ngerasain hipotermia gitu, kayak kedinginan-kedinginan banget gitu atau nggak hantukkan kepala ke dinding,ukul kepala, nelan obat yang banyak supaya overdosis terus kadang gimana ya...kalau membakar diri nggak pernah sih tapi kalau ada rokok gitu jatuh...puntung rokok yang masih hidup itu aku pijak aja gitu, kayak disengaja aja gitu sih (D₂₉.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

4.3.2.4 Penyebab Perilaku Self Injury

Segala sesuatu yang dilakukan oleh individu pasti memiliki penyebabnya, sama seperti perilaku menyakiti diri sendiri (*self injury*) yang dilakukan oleh FR. Ada beberapa penyebab mengapa hal seperti ini bisa terjadi pada FR. Ada dua faktor penyebab kenapa seseorang bisa melakukan perilaku *self injury* yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

Hal yang pertama kali yang membuat FR ingin melakukan perilaku *self injury* adalah permasalahan pada keluarga. Hal inilah yang menjadi pemicu munculnya emosi negatif yang ada pada dirinya. Lalu ia

menyalurkan atau mengekspresikan emosinya tersebut dengan cara melakukan perilaku *self injury* tersebut.

Kalau diceritain ya itu ya privasi kan saya, cuman kalau mau disebutin masalah sama keluarga gitu (D₃₈.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan salah satu faktor penyebab yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. FR merasa bahwa dorongan dalam dirinya ketika ia melakukan perilaku *self injury* tersebut sangat kuat karena FR tidak mampu lagi menahan segala emosi negatif yang ada pada dirinya.

Sangat kuat sih rasanya, kayak untuk nahan dari hati gitu aja nggak cukup, nggak bisa gitu (D₃₅.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Ada beberapa tekanan yang FR rasakan ketika dirinya memiliki suatu permasalahan seperti tekanan terhadap suatu perasaan dan tekanan yang diberikan oleh orang lain pada FR. Tekanan inilah yang membuat FR mengalami kebingungan dalam melakukan hal apapun, sehingga tidak adanya pilihan lain yang FR lakukan selain melakukan perilaku *self injury*.

*Pikirannya itu ya marah aja gitu...marah, nge-blank, nggak tau mau di apain gitu kan, terus ya nggak ada pilihan lain selain melakukan perilaku *self injury* pada saat itu (D₃₉.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).*

Yang mendorong sih hehehe...kayak bisa dibilang emosi, tekanan gitu (D₄₀.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan salah satu faktor yang berasal dari luar diri individu itu sendiri. Faktor eksternal biasanya dapat disebabkan oleh contoh perilaku dari orang lain atau pengaruh lingkungan individu itu sendiri. Menurut FR perilaku menyakiti diri sendiri yang ia lakukan merupakan murni dari kesalahan ia sendiri karena ia mengaku bahwa FR memiliki sifat yang suka menahan segala perasaannya sendiri sehingga perilaku *self injury* inilah yang menjadi suatu cara untuk FR melampiaskan emosinya tersebut.

Kalau menurut aku sih ya sekarang itu memang murni kesalahan aku sendiri karena aku orangnya bisa nahan perasaan aku sendiri makanaya aku bisa ngelakuin self injury sebagai peluapan emosi tadi (D₄₂.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

FR mengatakan bahwa perilaku *self injury* yang ia lakukan merupakan keinginan ia sendiri dalam melampiaskan segala emosi yang ia rasakan dan ia tidak ada melihat contoh perilaku orang lain yang persis dengan apa yang telah FR lakukan. Perilaku tersebut muncul dengan sendirinya dan memang keinginan FR sendiri untuk melakukan perilaku tersebut. Akan tetapi dibalik itu semua ketika FR melakukan perilaku *self injury*, FR mendapatkan sumber informasi terkait perilaku *self injury* tersebut yaitu dari kakak tingkat FR saat dirinya baru masuk kuliah.

*Nggak sih, nggak ada (D₄₃.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).
Gimana yah ceritainnya...hm bisa dibilang melakukan self injury kayak cutting itu awalnya pas baru masuk kuliah lah gitu...ngeliat ada beberapa kakak tingkat ngelakuin kayak gitu (D₄₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).*

4.3.2.5 Dampak Perilaku *Self Injury*

Perilaku *self injury* dapat berdampak pada diri sendiri atau pada orang lain. dampak dari perilaku *self injury* bisa menyebabkan dampak positif dan dampak negatif bagi pelakunya. Ada dua hal yang berdampak pada individu yang melakukan perilaku tersebut yaitu kepuasan diri yang dirasakan oleh pelaku dan pengaruh perilaku *self injury* terhadap interaksi sosial orang-orang disekitar pelaku.

a. **Kepuasan Diri**

Pengaruh internal dari individu yang melakukan perilaku *self injury* adalah kepuasan diri pelaku itu sendiri. Ada beberapa perasaan yang dirasakan oleh FR setelah ia melakukan perilaku tersebut yaitu perasaan lega dan perasaan puas. Kedua perasaan inilah yang menyebabkan FR ingin berulang kali melakukan perilaku tersebut.

Hm...rasanya tu kayak lebih ke apa ya...lebih keluar emosinya dengan melakukan self injury gitu...kayak rasanya ada dalam hati tu kayak ada lobang gitu kayak tertutupi gitu sama self injury (D45.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

Selain merasa puas dan lega atas apa yang FR rasakan setelah melakukan perilaku tersebut, FR merasa bahwa emosi yang dia simpan selama ini menjadi lebih berkurang karena telah menemukan cara pelampiasan yang tepat untuk ia lakukan.

Hm...apa ya...lebih ke...bisa dibilang kayak emosinya ngurang sih gitu dan juga lega gitu (D49.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

b. Interaksi Sosial

Perilaku *self injury* juga dapat berdampak pada interaksi sosial pelakunya. Ada perubahan perasaan yang dirasakan oleh FR sebelum ia melakukan dan setelah ia melakukan yaitu perasaan yang terpendam dan perasaan lega. Sebelum FR melakukan perilaku tersebut seluruh emosinya terpendam dan menumpuk menjadi satu sedangkan setelah FR melakukan perilaku tersebut FR merasa bahwa dirinya lebih lega karena telah melampiaskan segala emosi negatif yang ia rasakan dengan melakukan perilaku tersebut.

Kalau sebelum rasanya tu kayak...lebih kayak orang yang punya masalah terus dipendam-pendam kayak...lebih kayak emosinya itu jadi menumpuk gitu tapi kalau misalnya setelah melakukan self injury itu ya rasanya agak berkurang gitu apa yang udah dipendam selama sebelumnya
(D₅₁.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Banyak dari pelaku *self injury* untuk tidak memberitahu bahwa mereka merupakan pelaku *self injury*. Berbeda dengan FR, FR mengakui bahwa dirinya seorang pelaku *self injury* ke teman-temannya.

Ada, mama dan teman-teman tau kok
(D₅₂.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Hubungan dalam interaksi sosial dipengaruhi oleh kepribadian dan karakter dari orang tersebut. FR mengatakan bahwa ketika ia dihadapi dengan lingkungan baru, awal sebelum ia memasuki lingkungan baru tersebut ia merasa kurang nyaman dengan lingkungan tersebut. Akan tetapi, setelah FR mencoba untuk masuk ke lingkungan

baru tersebut di pertengahan FR sudah mulai merasa nyaman dan mulai bisa beradaptasi dengan lingkungan tersebut.

Awal sebelum memasukinya tu kayak ingin melangkah gitu rasanya kurang nyaman, udah dipertengahan baru terasa nyaman gitu sih (D₆₆.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Selain FR kurang nyaman dengan lingkungan baru, begitu juga dengan hubungan pertemanan FR. FR mengatakan bahwa hubungan pertemanan baginya terdiri dari tiga tingkatan atau tahapan yaitu kenalan, teman dan sahabat. Baginya tiga tahapan pertemanan ini memiliki penilaian yang berbeda-beda.

Eeee...pertemanan ya...kalau bagi saya ada yang namanya kenalan, teman, sahabat. Kalau kenalan ini cuman orang yang bisa dibilang say hi gitu aja, nggak ada hubungan lanjut nggak ada...apa segala macam kayak misalkan dikampus gitu kan kita satu kelas terus dikelas...dimata kuliah lain kita eee...berada dikelas yang berbeda itu bisa dibilang cuma kenalan. Nah kalau misalkan teman kalau teman itu yang udah pernah main bareng, udah bisa dibilang ada...ada chat-an, ada pernah saling melemparkan perhatian, kepedulian gitu. Kalau misalkan sahabat gitu orang yang udah tau kebiasaan kita lah gitu, kayak misalkan sehari itu harus ngechat gitu hehehe tau kabar hehehe. Kalau nggak ada kabar tu rasanya mau aja tu dia di posesif dia gitu (D₅₃.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

4.3.2.6 Karakteristik Perilaku *Self Injury*

Karakteristik seorang individu dapat dilihat dari sikapnya dalam mengatasi suatu masalah, bagaimana cara individu tersebut menyesuaikan diri, bagaimana individu tersebut mengendalikan emosinya, dan bagaimana seorang individu dalam melakukan hubungan interpersonal. FR mengatakan bahwa masalah yang paling membebani dirinya adalah permasalahan keluarganya.

Eeee...apa yah...kayaknya masalah keluarga sih (D₆₀.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

FR mengatakan bahwa ketika perasaan emosi negatif yang ada pada dirinya muncul karena adanya suatu permasalahan yang sedang terjadi pada dirinya, FR sering sekali mengalami gangguan makan seperti hilangnya nafsu makan secara tiba-tiba.

Sering (D₇₁.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Kadang lagi lapar ni kan makan, sudah ngambil nasi, makan, kan orang lagi lapar tu kan ngambil nasinya pasti lumayan banyak kan, jadi pas makan tu ngunyah...ngunyah...ada beberapa kali suap, habis itu malas makan nggak tau kenapa tapi masih lapar (D₇₂.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

FR mengatakan bahwa ada tiga tahapan penilaian terhadap dirinya sendiri yaitu suka sama diri sendiri, benci dengan diri sendiri dan merasa bersyukur dengan dirinya sendiri. Ketika seorang individu mengalami penolakan dalam suatu hal, individu tersebut pastinya merasa sakit hati terhadap seseorang yang menolaknya. Berbeda dengan FR, jika dirinya mengalami penolakan terhadap suatu hal ia akan terima kenyataan bahwa dirinya ditolak karena baginya jika sudah ditolak pasti tidak akan merubah apapun keputusan orang tersebut.

Hm...dia sebenarnya ada tiga tahapan sih dulu tu, yang awalnya suka sama diri, terus lanjut ke tahap selanjutnya itu kayak lebih benci sama diri sendiri kayak 'ngapa sih lahir ke dunia ini, nggak penting' gitu tapi sekarang Alhamdulillah lah kayak mandang diri tu baik gitu (D₇₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Kalau ditolak dalam suatu hal ya biasanya kan orang sakit kan ya, ya kalau mau marah juga nggak...nggak ngerubah apa-apa kan, jadi ya milih biasa-biasa aja gitu, terima kenyataan aja (D₇₅.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

a. Menghadapi Masalah

Permasalahan atau *problem* yang dialami oleh FR merupakan suatu permasalahan yang umumnya sering terjadi pada kebanyakan orang. Ketika FR mendapatkan suatu masalah, ia mengaku bahwa ia sering merasa kebingungan dalam mencari solusi dari permasalahan yang ia hadapi karena baginya dalam mencari jalan keluar tersebut pastinya ada tahapan-tahapannya dan tidak ada seorang individu mencari solusi secara instan begitu saja.

Lumayan merasa kebingungan sih, tapi eeee...tapi dalam mencari solusi tu kan nggak instan pasti ada beberapa tahap, ya ditahap-tahap itu ada beberapa yang kebingungan dan ada juga nemu jalannya gitu (D₆₁.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Masalah yang terasa berat bagi FR adalah permasalahannya dengan keluarga. Ketika FR sedang menghadapi suatu masalah dirinya merasa bahwa ia lebih memilih untuk mengeluarkan emosi negatif yang ada pada dirinya seperti kemarahan dan kesedihan. Akan tetapi, seiring berjalannya waktu FR mengatakan bahwa ketika dirinya sedang ada masalah ia lebih memilih untuk berdiam diri dan segera mencari hal apa yang harus ia lakukan terhadap masalah yang ia alami.

Kalau dulu sih kayaknya lebih milih marah...lebih milih marah atau nangi tapi kalau sekarang sih kayak lebih milih diam aja gitu, kalau bisa ya langsung mikir apa harus...apa yang harus dilakukan gitu (D₆₄.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Ketika FR mengalami kesulitan dalam menemukan jalan keluar dan solusi terhadap masalah yang sedang dirinya hadapi, FR berusaha

untuk tidak memendamnya sendiri akan tetapi FR berusaha untuk bercerita kepada orang yang bisa FR beri kepercayaan.

Eeee...kayaknya lebih memilih cerita ke orang lain sih, ke orang yang kita percayain gitu (D₆₂.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

b. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri di lingkungan merupakan salah satu karakteristik yang akan diungkap dalam penelitian ini seperti bagaimana cara informan untuk menyesuaikan dirinya sendiri dengan lingkungan dimana informan berada. Hal ini dapat mencerminkan tingkat kemampuan adaptasi pada informan.

FR mengatakan bahwa ketika dirinya sedang berada di lingkungan baru hal yang akan ia lakukan adalah mencari tahu bagaimana lingkungan baru tersebut seperti menyamakan kesamaan lingkungan tersebut dengan kebiasaan dan keseharian FR sehingga dapat memudahkan FR dalam melakukan adaptasi dengan lingkungan tersebut. Jika lingkungan baru tersebut tidak memberikan dampak yang positif dan tidak menguntungkan sama sekali untuk FR maka ia akan lebih memilih untuk tetap bertahan di lingkungan yang sebelumnya sudah ia kenal.

*Eeee...ya sebelumnya sih kayak nyamain kesamaan sama lingkungan baru gitu, kayak keseharian kita itu apa, kebiasaan kita tu apa, terus kebiasaan ke lingkungan baru itu apa. Kayak lebih bisa beradaptasi lah ya (D₆₈.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).
Eeee...tergantung tempat barunya sih, kalau misalkan tempat baru nya nggak...nggak ada menguntungkan sama sekali atau nggak ada ngasih dampak positif mending di lingkungan lama sih (D₆₉.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).*

Hal ini berbeda dengan apa yang FR lakukan jika dirinya sedang mengerjakan tugas kelompok yang diberikan oleh dosen kepada kelompoknya, FR merasa bahwa dirinya sedikit mengalami kesulitan dalam mengerjakannya dan ia lebih melihat terlebih dahulu teman-teman satu kelompoknya. Apabila anggota satu kelompok FR tidak sesuai yang dirinya harapkan FR akan memilih untuk diam dan bersikap lebih cuek terhadap kelompoknya tersebut.

Eeee...lumayan sih. Tapi itu tergantung anggota kelompoknya sih, ada kan beberapa anggota kelompok yang ditanya dia nggak tau padahal sebenarnya dia tau, kayak lebih milih mending aku diam gitu nggak mau ngasih tau kayak lebih cuek (D70.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

c. Pengendalian Emosi

Pengendalian emosi merupakan salah satu cara yang dilakukan oleh seorang individu dalam mengendalikan dirinya sendiri. Pengendalian emosi sangatlah diperlukan oleh seorang individu. FR mengatakan bahwa dirinya pernah merasakan kecemasan secara tiba-tiba. Ada beberapa hal yang menyebabkan perasaan cemas yang FR rasakan muncul diantaranya jantung berdebar dan sesak nafas. Ketika hal itu terjadi, FR merasa bahwa akan ada suatu kejadian yang buruk terjadi pada dirinya.

Pernah ngerasa tiba-tiba cemas gitu (D80.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

Gimana yah...kadang cemasnya tu kayak tiba-tiba gitu langsung sesak napas gitu kayak nanya ke diri gitu, jantung debar kayak ada...kayak ngerasa ada hal buruk yang bakal terjadi gitu (D81.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

Ketika FR merasakan cemas pada dirinya, hal yang akan ia lakukan untuk mengurangi kecemasan tersebut dengan mengatur pernafasan dan menghidupkan lagu seperti instrumen-instrumen yang bisa membuat ia merasa tenang.

Eeee...kayak untuk mengurangi rasa cemasnya ya? Pertamanya ya atur pernafasan habis tu ngidupin lagu kayak instrumen gitu sih kayak yang bisa bikin tenang (D84.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

FR mengatakan bahwa ketika dirinya sedang merasakan cemas, ia berpikiran bahwa akan ada suatu kejadian buruk yang terjadi. Kejadian buruk tersebut salah satunya kekecewaan terhadap seseorang. Jika kejadian tersebut benar-benar terjadi, FR pastinya akan merasa marah dan sedih dengan kejadian tersebut.

Nangis sih hehe. Nangis, marah dan jadi campur gitulah (D83.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

d. Hubungan Kedekatan Interpersonal

FR mempunyai beberapa teman dekat diantaranya BE, SA, dan lain-lain. Diantara teman-teman FR tersebut, FR sangat dekat dengan BE. Awal kedekatan antara FR dengan BE dimulai ketika dirinya menjadi mahasiswa di salah satu perguruan tinggi yang ada di Kota Pekanbaru. Ketika FR sedang berkumpul dengan teman-temannya hal yang ia lakukan adalah main bareng, nonton dan cerita membahas sesuatu.

Ada, ada BE, ada SA, dan ada yang lainnya (D85.W1.S2.P.18FEBRUARI2021).

Semua yang dilakukan itu abstrak sih, bisa dibilang kayak ada main bareng gitu, ada dibilang chatingan gitu kayak nonton,

nonton sih atau ngebahas sesuatu
(D₈₆.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Dalam sebuah hubungan pertemanan terkadang bisa menimbulkan pertikaian dan perselisihan, begitu juga dengan apa yang FR alami. FR mengungkapkan bahwa ketika di dalam hubungan pertemanan ia sedang ada pertikaian dan perselisihan, FR akan mencoba untuk memperbaiki hubungannya dengan teman-temannya walaupun prosesnya memakan waktu yang cukup lama karena antara ia dan temannya saling membutuhkan satu sama lain.

Ada, tapi ya prosesnya lumayan lama sih...kalau untuk dulu sih tapi sekarang rasanya aku butuh dia gitu nggak mungkin kan selamanya aku ribut sama dia gitu
(D₈₇.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

Tidak hanya adanya pertikaian antara FR dengan temannya, FR juga merasakan adanya permasalahan dirinya dengan lawan jenisnya. Permasalahan FR dengan lawan jenisnya disebabkan oleh kesulitan FR dalam membangun kepercayaan satu sama lain karena sebelumnya FR mengatakan bahwa dirinya pernah dikecewakan oleh lawan jenisnya.

Eeee...kayak sulit untuk membangun kepercayaan sih, soalnya pernah dikecewain sih (D₈₈.W₁.S₂.P.18FEBRUARI2021).

4.3.2.7 Hasil Observasi

Observasi dilakukan di Laboratorium Psikodiagnostik Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau. Wawancara dilakukan pada hari Kamis tanggal 18 Februari 2021 tepatnya di pagi hari pada pukul 10.00 WIB.

Sebelumnya, peneliti menghubungi subjek terlebih dahulu untuk menyepakati dimana tempat pertemuan antara peneliti dan subjek, setelah sepakat peneliti dan subjek segera untuk bertemu di tempat yang sudah disepakati bersama.

Setelah sampainya di tempat yang sudah disepakati yaitu di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, peneliti segera bergegas untuk meminta izin terlebih dahulu kepada Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau untuk menggunakan Laboratorium Psikodiagnostik yang terletak di lantai 2 sebagai tempat peneliti dan subjek melakukan wawancara. Setelah mendapatkan izin dari Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, peneliti menunggu subjek di lantai 1 tepatnya di Lobby Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Setelah subjek sampai di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, peneliti langsung menyapa subjek dan subjek memberikan respon dengan ramah pada peneliti. Subjek terlihat membawa teman untuk menemani subjek selama proses wawancara berlangsung dan peneliti juga membawa satu orang teman yang bertujuan untuk membantu peneliti dalam melakukan observasi selama proses wawancara berlangsung.

Ketika peneliti dan subjek bertemu, peneliti segera melakukan wawancara. Setelah peneliti dan subjek sudah berada di ruangan tersebut, peneliti menanyakan terlebih dahulu kepada subjek apakah ia bersedia untuk menjadi subjek penelitian peneliti. Setelah subjek bersedia untuk

menjadi subjek penelitian, peneliti segera memberikan *informed consent* kepada subjek agar bisa diisi oleh subjek sebelum wawancara berlangsung. Saat subjek mengisi *informed consent* yang peneliti berikan, peneliti mengajak subjek untuk bercengkrama agar subjek tidak bosan saat ia berada di ruangan tersebut dan peneliti mengamati situasi dalam ruangan tersebut.

Sembari subjek mengisi *informed consent*, ruangan yang digunakan cukup sunyi karena hanya ada 4 orang di dalam ruangan tersebut, terlihat AC menyala agar ruangan tidak terasa pengap atau panas, terlihat ada beberapa meja dan kursi yang tertata rapi serta ada beberapa air minum dan beberapa *handsanitizer* yang terletak diatas masing-masing meja yang berada di ruangan tersebut. Setelah mengisi *informed consent* yang peneliti berikan maka proses wawancara segera dilaksanakan.

Pada saat wawancara berlangsung, subjek menggunakan baju bercorak dengan warna cream dan bergambar, subjek menggunakan jilbab berwarna biru dongker, menggunakan rok berwarna biru dongker, menggunakan kaos kaki berwarna abu-abu dan menggunakan sepatu berwarna hitam. Subjek memiliki kulit berwarna sawo matang dengan tinggi badan sekitar 160 kg dan berat badan sekitar 45 kg.

Pada saat wawancara berlangsung, peneliti dan subjek duduk di bangku yang sudah tersedia di ruangan tersebut. saat peneliti mengajukan pertanyaan kepada subjek, subjek memahami setiap pertanyaan dan

menjawab dengan baik. Akan tetapi ada beberapa pertanyaan yang membuat subjek terlihat seperti berkaca-kaca dan juga ada beberapa pertanyaan yang membuat subjek tertawa.

Saat proses wawancara berlangsung, ada beberapa perilaku yang terlihat pada subjek yaitu mata subjek mencoba untuk mencari pandangan lain, sering memainkan tangan baik itu diletakkan di belakang, di depan perut dan diatas meja, sesekali menggoyangkan kaki dan sesekali terdengar suara subjek seperti bergetar. Setelah satu jam diwawancarai, subjek telah berusaha menjawab seluruh pertanyaan yang telah peneliti ajukan kepada subjek dan ada beberapa pertanyaan yang memang bersifat pribadi yang subjek sendiri tidak menjawab pertanyaan tersebut.

Setelah menjawab seluruh pertanyaan, maka peneliti mengakhiri wawancara tersebut dan peneliti memberikan bingkisan kepada subjek yang bertujuan sebagai tanda terimakasih peneliti kepada subjek atas waktu dan informasi yang diberikan kepada peneliti.

4.3.2.8 Hasil Interpretasi Tes Kepribadian

Berdasarkan hasil tes grafis DAP yang telah dianalisa oleh psikolog, informan merupakan sosok individu yang memiliki karakter kepribadian yang cenderung tertutup (*introvert*). Kematangan emosi informan belum berkembang dengan baik, informan banyak dikendalikan oleh perasaan dan adanya beberapa emisu yang mendominasi pada dirinya. Hal inilah yang membuat informan tidak memiliki keseimbangan dalam

emosinya karena emosi informan yang tidak stabil. Informan masih mempunyai sifat yang cenderung kekanak-kanakan atau belum dewasa. Informan cenderung memiliki depresi dan mudah frustrasi karena memiliki aspirasi yang terlalu besar akan tetapi kemampuan dalam melaksanakannya tidak memadai.

Informan juga merupakan sosok individu yang tidak bisa tenang dalam sikap dan pikirannya, hal ini disebabkan karena adanya kecenderungan memiliki perasaan curiga dan ketakutan yang berlebihan. Informan juga merupakan sosok individu yang memiliki pribadi yang rendah diri, kurang percaya diri, dan menganggap dirinya bukanlah sesuatu yang penting di hadapan orang lain, memiliki kemandirian yang kurang, adanya keraguan dalam menatap masa depan serta tidak nyaman dengan lingkungannya.

4.3.3 Hasil Penelitian Informan 3

4.3.3.1 Latar Belakang

Latar belakang informan sangatlah penting untuk dibahas karena latar belakang didalamnya terdapat sebuah pokok permasalahan yang berkaitan dengan perilaku *self injury* atau perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh informan. Latar belakang yang diungkapkan adalah kondisi keluarga dan kondisi lingkungan sosial informan. Kondisi keluarga dan kondisi lingkungan sosial inilah yang akan memiliki suatu pengaruh yang besar terhadap pembentukan karakter dan kepribadian individu tersebut, hal-hal ini berkaitan dengan perilaku *self injury* atau perilaku

menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh informan dapat dilihat dari hal-hal tersebut. Dengan berbagai pertimbangan, maka latar belakang menjadi sangat penting untuk dibahas oleh peneliti secara mendalam.

a. Keluarga

MWD merupakan anak pertama dari tiga bersaudara. MWD mempunyai satu orang adik laki-laki dan satu orang adik perempuan. Sejak MWD kecil, MWD dibesarkan oleh kakek dan neneknya yang berada di kampung MWD. Ketika MWD beranjak duduk di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA), MWD memutuskan untuk tinggal bersama orangtuanya di Kota Pekanbaru. Orangtua MWD bekerja sebagai seorang pedagang di salah satu rumah makan yang berlokasi di Jln. Soekarno Hatta Kota Pekanbaru.

MWD awalnya hanya memiliki seorang ibu yang membesarkannya, seiring berjalannya waktu ibu MWD akhirnya memilih untuk menikah kembali dengan seseorang yang kini menjadi ayah tiri MWD. Hal inilah yang membuat MWD merasakan adanya perubahan sikap ibunya terhadap MWD semenjak kehadiran ayah tirinya tersebut. Selain merasakan adanya perubahan sikap ibunya, MWD mengatakan bahwa ibunya merupakan tipikal ibu yang tidak terlalu peduli terhadap MWD dan adik-adiknya. Dari sinilah MWD menilai bahwa MWD sudah tidak mengerti dan tidak paham lagi dengan perubahan sikap ibunya tersebut.

Cuman mama tuh tipe orang yang kayak enggak mau terlalu peduli apalagi disaat dia punya suami baru. Jadi dia semakin

jauh beda aja gitu. jadi itu kayak gimana yah kayak gak paham gitu sama mama (D₇₆.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Adanya perubahan sikap orangtua terutama ibu MWD membuat dirinya tidak menyukai hal-hal yang dilakukan ibunya tersebut seperti melampiaskan segala masalah ke anak-anaknya dan bersikap kasar kepada adik-adiknya. MWD sadar bahwa dirinya bukanlah sosok kakak yang baik untuk adik-adiknya, akan tetapi MWD masih memiliki perhatian pada adik-adiknya walaupun MWD sendiri tidak begitu dekat dengan adik-adiknya

Apa yah, selalu suka melampiaskan masalah...setiap masalahnya tuh ke anak. Maksudnya tuh misalnya aku tuh paham dia punya masalah cuman dia selalu melampiaskannya itu ke anak, kadang aku gak suka kalau liat mama tuh ngebentak adek aku dan aku juga bukan tipe kakak yang kayak...mama janganlah kayak gitu...aku sama adek aku itu gak dekat sama sekali gak dekat (D₇₇.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Penilaian MWD terhadap cara didik orangtua terutama sosok ibunya merupakan orangtua yang terlalu membebaskan dan tidak peduli kepada anak-anaknya. Selain itu, MWD mengatakan bahwa sosok ibunya merupakan seseorang yang selalu suka marah-marah ke anak-anaknya sehingga terkadang suka mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas untuk dikeluarkan sehingga MWD merasa bahwa kata-kata yang tidak pantas yang dikeluarkan oleh ibunya belum bisa ia terima. Disisi lain MWD juga mempunyai keinginan pada orangtuanya bahwa dirinya ingin sekali dianggap penting oleh orangtuanya.

Terlalu membebaskan (D₇₀.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Aku nya gak papa, akunya suka dibebaskan tapi kayak gak peduli aja jatuhnya. Aku rasanya kayak gini loh disaat teman-teman aku sibuk ditelpon mamaknya, hp aku gak pernah bunyi. Jadi kayak aku juga oengenlah sekali-kali dianggap penting gitu loh (D71.W1.S3.P.19FEBRUARI2021).

Mama selalu suka marah-marah kadang suka ngeluarin kata-kata yang gak pantas untuk dikeluarkan gitu. kata-kata gak pantas yang dikeluarkan jadi kadang aku ngerasa belum bisa terima (D80.W1.S3.P.19FEBRUARI2021).

Ketika sedang berada dirumah, MWD mengatakan bahwa dirinya sama sekali tidak memiliki kedekatan apapun dengan dua orang adiknya. MWD mengaku bahwa interaksi ia dengan orangtua dan adik-adiknya hanya biasa-biasa saja dan tidak adanya interaksi yang begitu intens dengan sesama keluarga. Interaksi MWD dengan ibunya hanya sekedar untuk meminta uang jajan dan interaksi MWD dengan adik-adiknya hanya sekedar menyapa dan meminta tolong.

Gak ada dekat sama siapa-siapa bang, bahkan sama adek-adek aku aja aku gak dekat (D66.W1.S3.P.19FEBRUARI2021).

Biasa-biasa aja bang. Gak apa yah gak intens..dibilang interaksi yah paling yah kalau sekedar ngetes aja, karena kayak gini..kan aku tinggal di ruko mama aku kerja dibawah jadi bangun pagi aku bangun jam 9 mama aku udah dibawah, pergi aku kemana gitu dari jam 12 kan kayak sekarang ini kan ya aku pergi itu cuman sekedar minta uang habis itu aku pergi nanti aku pulang lagi jam 10 malam yah mama aku udah tidur, kayak gitu setiap hari (D69.W1.S3.P.19FEBRUARI2021).

MWD mengatakan bahwa dirinya tidak mengetahui bagaimana penilaian keluarga terhadap dirinya, lain hal dengan penilaian orangtua terhadap dirinya. MWD merasa bahwa penilaian orangtua pada dirinya adalah anak yang selalu menjadi beban keluarga dan anak yang tidak tahu diri.

Beban keluarga...apa yah anak yang gak tau diri mungkin (D₅₉.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Itu gak tau lah aku do (D₆₈.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Dibalik semua penilaian orangtua terhadap MWD, ia mempunyai harapan lebih yaitu jangan dianggap abhwa dirinya sebagai beban keluarga melainkan sebagai seorang anak yang lebih berarti bagi kedua orangtuanya. Selain ingin lebih dianggap berarti oleh kedua orangtuanya, MWD memiliki keinginan bahwa orangtuanya lebih memberikan kasih sayang, kepedulian dan lebih *aware* sama MWD.

Aku pengen jadi orang yang juga berarti, aku tuh bisa aku tuh berarti, anggap aku berarti aja dah tuh. Jangan anggap aku kayak sampah bukan sampah apa yah kayak gak bisa apa-apa gitu, jangan anggap aku kayak beban kali aku juga gak mau jadi anak do. Lahir lak kayak gini gimana lagi. Terus aku tu juga pengen dikasihani, lebih dipedulikan lagi dan lebi aware aja sama aku bang (D₆₇.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

MWD mengatakan bahwa dirinya pernah mengalami suatu pengalaman traumatis atau pengalaman yang menyakitkan dimasa laluseperti masalah dengan keluarga, masalah dengan lawan jenis, masalah dengan percintaan dan masalah pertemanan.

Banyak apa yah banyak mungkin. Entah itu masalah dengan keluarga, masalah dengan lawan jenis, entah itu masalah percintaan, entah masalah pertemanan gitu sih bang (D₇₄.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

b. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial adalah suatu keadaan dimana situasi sosial di lingkungan MWD tinggal. Orangtua MWD mempunyai sebuah rumah makan di salah satu ruko di Jln. Soekarno Hatta Pekanbaru. Rumah makan tersebut sekaligus menjadi rumah bagi MWD. MWD

mengatakan bahwa lingkungan sekitar rumahnya tersebut merupakan salah satu lingkungan yang bisa di bilang tidak ada kehidupan bertetangga. Dengan tidak adanya kehidupan bertetangga di lingkungan sekitar rumah MWD, karakteristik warga disekitar rumahnya pun bisa dikatakan cuek dan masa bodoh dengan kehidupan sekitarnya.

Kan aku tinggal di ruko, disampingnya itu sekolah Bina Profesi, SMA Bina Profesi, SD, terus disampingnya ada lagi itu showroom mobil. Jadi disana tu emang gak ada lingkungan kayak kehidupan bertetangga itu gak ada (D₈₉.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Oh ya cuek aja, masa bodo dengan kehidupan disekitar (D₉₀.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

MWD mengatakan bahwa tidak adanya hubungan antara keluarga MWD dengan masyarakat sekitar rumahnya karena memang disekitar tempat tinggal MWD hanya sebagai tempat orang bekerja saja. MWD juga mengatakan bahwa dirinya tidak ada melakukan interaksi dengan tetangga maupun masyarakat sekitar rumahnya serta MWD mengakui bahwa dirinya sama sekali tidak mengenali tetangga disekitar rumahnya tersebut.

Gak ada hubungan. Kami disitu tuh kayak tempat emang orang kerja (D₉₁.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Enggak. Malah aku gak kenal sama sekali sama tetangga lainnya (D₉₂.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

4.3.3.2 Dinamika Self Injury

Dinamika perilaku menyakiti diri sendiri adalah sebuah situasi dimana perasaan atau perilaku mengalami perubahan antara sebelum dan sesudah pelaku melakukan tindakan *self injury*. Dinamika perilaku

menyakiti diri sendiri terbagi menjadi dua bagian yaitu perasaan sebelum dan perasaan sesudah melakukan perilaku *self injury*. Dari perspektif dinamika perilaku *self injury*, sangat mungkin untuk melihat perbedaan perasaan pelaku sebelum dan saat melakukan perilaku *self injury*.

a. Perasaan Sebelum Melakukan Perilaku *Self Injury*

MWD mengatakan bahwa ketika dirinya sebelum melakukan perilaku *self injury*, MWD merasakan adanya perasaan yang amat sesak yang ada pada dirinya ketika adanya suatu masalah yang ia alami. MWD berusaha untuk tidak melakukan perilaku tersebut tetapi usaha yang MWD lakukan menimbulkan kegelisahan tersendiri bagi MWD jika dirinya belum melakukan perilaku tersebut.

Iya. Sebelum melakukannya itu, kalau sebelum melakukannya itu kayak gimana yah...kayak sesak aja gitu kalau belum melakukannya, misalnya kayak ada masalah gitu kan terus tiba-tiba nahan diri untuk nggak usah lah kayak gitu. Jadi kayak sesak aja, jadi merasa gelisah sendiri aja gitu (D₂.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Ada dua buah emosi negatif yang paling dominan sebelum MWD melakukan perilaku *self injury* yaitu perasaan marah dan perasaan kecewa. MWD mengatakan bahwa ada beberapa hal yang menjadi pemicu munculnya emosi negatif yang ada pada diri MWD diantaranya masalah keluarga terutama pada sosok ibunya. .

Masalah keluarga itu tadi, misalnya kayak bertengkar sama...mungkin lebih banyaknya tu karena MWD punya mama aja kan, jadi masalahnya pasti dengan mama, jadi kayak kecewa aja sama sikap mama, pilihan mama, semuanya itu kayak kecewa aja (D₁₂.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

MWD mengungkapkan bahwa ketika sebelum dirinya melakukan perilaku *self injury* yang ia rasakan adanya perasaan tidak sadar saat melakukannya karena MWD merasa bahwa dirinya sangat tidak berarti. Perilaku *self injury* yang MWD lakukan bukan seperti individu yang sedang menyakiti dirinya sendiri melainkan seperti penyelesaian masalah saja.

Sebelum melakukannya itu yang aku rasakan apa yah...bingung juga, sebelum melakukannya itu aku nggak sadar gitu kalau aku menyakiti diri aku sendiri karena bagi aku itu bukan kayak menyakiti diri sendiri melainkan kayak penyelesaian masalah aja dan mungkin aku ngerasa kayak nggak berarti (D₄.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

b. Perasaan Sesudah Melakukan Perilaku *Self Injury*

Kepuasan merupakan perasaan yang dirasakan oleh MWD setelah dirinya melakukan perilaku *self injury* tersebut. Selain merasakan adanya kepuasan, perasaan yang MWD rasakan adalah perasaan lega ketika dirinya sudah melakukan perilaku *self injury* karena baginya darah yang keluar akibat perilaku tersebut menjadi kepuasan tersendiri bagi MWD.

Kayak puas aja, kayak gimana yah...kayak aku nggak bisa nemuin rasa sakit gitu terus aku nemuin rasa sakit cuman kayak nggak keluar dan jalan satu-satunya untuk ngelepasinnya tu kayak melihat darih tu kan, kayak puas aja nengok berarti "oh ini kayak sakitnya udah keluar" gitu, sakitnya tu udah...lega gitu (D₁₄.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Luka fisik pada seseorang seperti adanya goresan dan sayatan, biasanya di akibatkan oleh adanya kecelakaan atau kecerobohan seseorang. Hal ini berbeda dengan pelaku *self injury*, ketika pelaku

self injury pastinya akan menimbulkan luka yang disebabkan oleh perilaku tersebut. Luka yang didapat oleh para pelaku *self injury* biasanya disebabkan oleh faktor kesengajaan dari pelaku itu sendiri.

Ketika seorang individu normal mendapatkan sebuah luka pada bagian tertentu, individu tersebut akan segera memberikan respon terhadap lukanya seperti panik, menangis dan merasakan rasa nyeri. Hal ini berbeda dengan pelaku *self injury*, mereka justru cenderung merespon luka mereka dengan rasa senang, rasa puas dan lega. Sama halnya dengan MWD, MWD merasakan adanya perasaan senang ketika dirinya melihat luka yang diakibatkan oleh perilaku *self injury* tersebut. Selain merasakan kesenangan, MWD merasakan bahwa perilaku *self injury* yang ia lakukan menyebabkan adanya rasa enak tersendiri bagi MWD sehingga ia menganggap luka yang diakibatkan dari perilaku tersebut menjadi sebuah koleksi bagi dirinya.

Senang hahaha (D₁₉.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Apa yah...enak aja gitu nengoknya, senang juga apalagi kalau misalnya apa ya...kayak jadi koleksi (D₂₀.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

MWD mengungkapkan bahwa perilaku yang ia lakukan ini sama sekali tidak dapat membantu dirinya dalam menyelesaikan masalah, akan tetapi perilaku *self injury* yang dirinya lakukan hanya membantu dirinya dalam melampiaskan segala emosi negatif yang tertahan pada MWD dan MWD merasakan adanya kebebasan setelah ia melakukan perilaku tersebut. Selain itu, MWD juga mengatakan

bahwa perilaku *self injury* yang dirinya lakukan malah menjadi beban masalah.

Nggak, self injury itu nggak bisa bikin masalah itu selesai cuman itu kayak bisa aja...eee...gimana ya...kayak aku tu ya misalnya ya, diri aku tu kayak terpenjara gitu kan habis tu kan kalau ngelakukan itu tu kayak bebas, kalau aku nggak ngelakukan itu ya kek gitu lagi, jadi itu kayak selesai dengan emosi, mood aku sendiri, sakit hati aku sendiri kayak selesai dengan cara itu (D₁₆.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Nggak. Sama sekali enggak, malahan itu menjadi beban masalah (D₁₇.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

4.3.3.3 Bentuk-Bentuk Perilaku *Self Injury*

Perilaku menyakiti diri sendiri atau perilaku *self injury* dapat mencakup berbagai bentuk perilaku. Bentuk perilaku *self injury* yang dilakukan oleh pelaku *self injury* adalah menyayat pada bagian permukaan kulit, contohnya permukaan kulit pada bagian pergelangan tangan. Situasi tersebut biasanya sangat berpengaruh pada perilaku menyakiti diri sendiri tersebut. Ada beberapa situasi yang bisa memberikan dampak yang besar bagi para pelaku untuk melakukan tindakan tersebut. Ada situasi yang dapat membantu pelaku dalam melakukan tindakan tersebut. intensitas jumlah perilaku *self injury* yang dilakukan oleh informan mencirikan bahwa informan terjebak atau tidak dalam situasi tersebut.

MWD mengaku bahwa perilaku *self injury* merupakan salah satu cara dirinya dalam menyalurkan segala emosi negatif yang ada pada dirinya . Selain itu, MWD mengatakan bahwa adanya perilaku lain yang ia lakukan selain melakukan perilaku *self injury* ketika ia sedang merasa marah dan kecewa yaitu memotong rambut ketika dirinya sedang

mengalami stress yang parah atau merasa tertekan dan menggigit kuku ketika ia mengalami kecemasan.

Kalau misalnya emang merasa tertekan kali kadang sering potong rambut, kadang gigit kuku kalau sedang mengalami kecemasan hehe, terus apalagi kalau lagi berpikir hm parah kali gigit kukunya misalnya kalau teringat kata-katanya jadi kayak sering gigit kuku, kadang kalau misalnya lagi banyak masalah atau stress kali kayak suka kali potong rambut atau nggak mecahin benda gitu (D₂₆.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

a. Situasi

Masalah keluarga merupakan salah satu situasi yang menurut MWD sangat mendukung dirinya dalam melakukan perilaku *self injury*. MWD mengaku bahwa tidak setiap permasalahan yang ia alami selain masalah dirinya dengan keluarga MWD melakukan perilaku tersebut karena bagi MWD sendiri masalah keluarga inilah masalah yang paling intens sekali bagi dirinya untuk melakukan perilaku *self injury*.

Situasinya ya masalah itu sendiri, masalah keluarga (D₂₂.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Ibaratnya tu kayak masalahnya itu cuman satu itu aja karena aku juga bukan tipe orang yang misalkan aku bertengkar dengan pacar atau bertengkar sama siapapun aku ngelakuin self injury enggak, cuman itu aja kalau misalnya masalah keluarga tu lah yang kayak intens kali gitu untuk ngelakukannya, kayak emang...kayak terdorong aha gitu untuk ngelakukan itu langsung karena kalau enggak kayak gitu enggak selesai rasanya di diri aku tu, bukan selesai masalahnya tapi selesai emosinya gitu (D₂₃.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Ada beberapa hal yang dilakukan MWD setelah ia menyakiti dirinya sendiri yaitu berdiam diri di kamar, menangis dan tidak mau

makan sama sekali. Hal ini disebabkan oleh permasalahan keluarga yang MWD hadapi.

Nangis, diam diri di kamar, mogok makan (D₂₅.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

b. Intensitas

Intensitas merupakan seberapa sering informan melakukan perilaku menyakiti diri sendiri atau perilaku *self injury* pada jarak waktu tertentu. MWD mengungkapkan bahwa total dirinya melakukan perilaku *self injury* sebanyak lebih dari seratus kali bahkan ketika bekas luka yang diakibatkan oleh perilaku tersebut belum sembuh MWD memilih untuk melakukan kembali perilaku *self injury* tersebut.

Nggak tau sih. Nggak terhitung tapi kalau misalnya kita genap-genapkan aja itu ada ngelakuinnya seratus kali lebih mungkin (D₂₈.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Kadang misalnya kayak gini kan, dalam sehari kan ngiris kan habis tu dah kering dan masih ada jejaknya, itu bakalan nambah lagi, jadi nanti...kadang kan kayak misalnya di tangan kan bang sampai ujung tangan tapi nggak sampe lengan besoknya bakalan nambah lagi sampai penuh (D₂₉.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

MWD mengatakan bahwa dulu ketika ia merasakan adanya emosi negatif yang muncul pada dirinya, ia akan melakukan perilaku *self injury*. Sedangkan sekarang untuk melakukan perilaku *self injury*, MWD akan berusaha menahan dirinya untuk tidak melakukan perilaku *self injury*. Selain MWD menahan dirinya untuk tidak melakukan perilaku *self injury* terdapat teman-teman yang selalu mengingatkan MWD dan selalu marah kepada MWD jika ia melakukan perilaku tersebut.

Dulu iya (D₃₃.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Sekarang kalau bisa dikatakan enggak, enggak juga. Sekarang ada juga cuman ya enggak kayak dulu yang terlalu kayak ada masalah...cuman kan kalau sakit hati emang terpikir aja gitu melakukan itulah. Cuman yang sekarang hebatnya tuh terpikir pun bisa nahan, kalau dulu gak sama sekali malahan kayak orang...kayak misalnya nampakkan kayak teman dekat gitukan nampak "iss...kok ko ngiris tangan ko"...kadang dimarahinya cuman gak mempan atau kadang diingatnya atau kadang apa yang gak mempan sama sekali (D₃₄.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Bentuk perilaku *self injury* yang MWD sering ia lakukan adalah menyayat tangannya sendiri dengan menggunakan benda tajam tertentu seperti pecahan kaca.

Eeee...apa yah...nyayat tangan aja. Kadang itu kayak misalnya memecahin kaca, misalnya memecahin kaca kan habis tu ambil pecahan kaca tu, dah tu langsung sayat (D₃₀.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

4.3.3.4 Penyebab Self Injury

Segala sesuatu yang individu lakukan pastinya diawali dengan adanya penyebab, sama dengan perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh MWD. MWD memiliki beberapa penyebab tertentu kenapa hal seperti ini terjadi pada dirinya. Faktor-faktor yang menyebabkan individu melakukan perilaku *self injury* bisa berasal dari faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan salah satu faktor yang berasal dari dalam individu itu sendiri. MWD mengatakan bahwa adanya faktor internal yang menyebabkan dirinya melakukan perilaku *self injury*, hal yang mendorong MWD melakukan perilaku tersebut tergantung

situasi saat MWD melakukannya karena semakin besar masalah yang ia hadapi maka semakin kuat pula dorongan dalam diri MWD untuk melakukan perilaku *self injury*.

Iya tergantung situasi (D₃₅.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

MWD mengatakan bahwa awalnya ia tidak tahu kenapa bisa memutuskan untuk melakukan perilaku *self injury* tersebut akan tetapi yang MWD rasakan adalah perasaan kesal, dan marah sehingga pada akhirnya ia memutuskan untuk melakukan perilaku *self injury* tersebut.

Gak tau. Awalnya juga gak tau entah kenapa aku melakukan kayak gitu. awalnya yah cuman sekedar kesal, marah abis tuh ngiris-ngiris tangan (D₃₈.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan salah satu faktor yang berasal dari luar diri individu itu sendiri. MWD mengatakan bahwa faktor eksternal saat dirinya melakukan perilaku *self injury* adalah disaat MWD masih duduk di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA). Saat itu MWD dan teman-temannya sedang membuat tato-tato dengan menggunakan jarum pentul seperti membuat nama inisial di pergelangan tangan sehingga dari hal seperti itulah yang membuat MWD terinspirasi untuk melakukan perilaku *self injury*.

Dulu tuh kan ada di SMA tu kan kami tuh dulu pakai jilbab pas SMA kan, jadi orang-orang nih main pentul habis tuh kayak bikin...kan bisa bikin-bikin tato gitu dari jarum pentul binin nama inisial gitu. Dari itu aku terinspirasi untuk ngiris-ngirisnya (D₃₉.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Yang menginspirasi sih dari orang lain, aku tuh ya kayak bikin tato gitu dari jarum pentul ditangan aku (D39.W1.S3.P.19FEBRUARI2021).

4.3.3.5 Dampak Perilaku *Self Injury*

Perilaku menyakiti diri sendiri bisa berdampak bagi diri sendiri atau berdampak bagi orang lain yang berada disekitar pelaku *self injury* tersebut. Dampak perilaku tersebut bisa berupa dampak positif dan bisa berupa dampak negatif bagi para pelakunya. Ada dua hal yang berdampak pada perilaku menyakiti diri sendiri yaitu kepuasan diri yang ditimbulkan oleh perilaku tersebut dan engaruh perilaku tersebut terhadap interkasi sosial orang yang berada disekitar pelaku *self injury*.

a. **Kepuasan Diri**

Pengaruh internal dari perilaku menyakiti diri sendiri atau perilaku *self injury* adalah kepuasan diri dari individu yang melakukan perilaku tersebut. Ada beberapa alasan kenapa MWD melakukan perilaku *self injury* berulang kali karena MWD merasa bahwa perilaku tersebut merupakan salah satu cara bagi MWD menyelesaikan emosi negatif yang ada pada diri MWD itu sendiri. Menurut MWD sebenarnya tidak ada suatu masalah yang dapat diselesaikan dengan perilaku *self injury* akan tetapi perilaku tersebut dapat menyelesaikan sebuah emosi negatif yang ada pada dirinya.

Yang aku rasakan saat melakukannya tuh sampai berulang-ulang, yah karena itu salah satu cara untuk nyelesaikan masalah emosi (D42.W1.S3.P.19FEBRUARI2021).

*Iya, masalah mana ada selesai dengan *self injury* coba, cuman emosinya itu aja itu yang bisa diselesaikan. Aku bisa*

melampiaskan rasa kesal aku, marah aku, rasa kecewa aku, rasa beci aku sama mama aku (D₄₃.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

b. Interaksi Sosial

Perilaku *self injury* atau perilaku menyakiti diri sendiri tidak hanya berdampak pada kepuasan diri individu yang melakukannya, tapi juga berdampak pada interaksi sosial individu tersebut. MWD mengungkapkan bahwa ada perubahan perasaan ketika dirinya sebelum melakukan perilaku *self injury* dan saat ini MWD menjadi pelaku *self injury*. Saat sebelum MWD melakukan perilaku *self injury*, ia tidak memikirkan panjang untuk melakukan perilaku tersebut yang terpenting baginya adalah perasaan sakit dan semua masalah yang ada pada dirinya terselesaikan dengan melakukan perilaku tersebut. Sedangkan pada saat sekarang, MWD ingin lebih fokus untuk menyelesaikan suatu masalah dan perasaan-perasaan tersebut dengan tidak melakukan perilaku tersebut. Selain itu sebelum ia melakukan perilaku *self injury* MWD merasa bahwa dirinya tidak memiliki teman bercerita, tidak memiliki jalan keluar terhadap masalahnya dan terlalu berlarut-larut dalam masalahnya.

Dulu waktu aku melakukannya tuh aku kayak gak mikir apapun yang penting aku selesai dengan diri aku, aku selesai dengan rasa sakit aku, masalah aku, pokoknya selesai dengan masalah perasaan aku, tapi sekarang aku jadi mikir kalau misalnya aku hanya fokus nyelesaikan perasaan aku, nyelesaikan masalah didalam diri aku gitulah ya kan terus masalah aku gimana cara nyelesaikannya gitu. Jadi ya kayak gitu aja mikirnya sekarang, kemaren aku terlalu laru-larut ke dalam...udah lah karena gak ada jalan keluar, gak ada tempat cerita, gak ada orang yang paham, jadi aku selesaikan aja dengan emosi aku tapi sekarang aku kayak baru sadar gitu bang kalau misalnya aku selesaikan

dengan emosi kapan aku nyelesaikan masalah aku sendiri (D₄₈.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Banyak dari pelaku *self injury* yang tidak menginginkan orang lain tahu bahwa mereka merupakan pelaku *self injury*, hal ini berbeda dengan MWD. MWD mengatakan bahwa ada orang lain yang mengetahui bahwa dirinya merupakan seorang pelaku *self injury* yakni teman-teman dekat MWD itu sendiri.

Tau, teman dekat (D₄₉.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Hubungan interaksi sosial dapat dipengaruhi oleh kepribadian dan karakter dari individu tersebut. FR mengatakan bahwa ketika dirinya dihadapkan dengan lingkungan baru atau situasi baru, ia merasa bahwa dirinya tidak bisa cepat nyaman dengan lingkungan tersebut..

Enggak, karena belum tentu di lingkungan tersebut mereka mengerti dengan kondisi aku (D₁₀₀.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Jika MWD disuruh memilih lingkungan baru atau lingkungan yang ia kenal sebelumnya, maka dirinya akan memilih lingkungan yang telah ia kenal sebelumnya karena menurut MWD di lingkungan yang telah ia kenal sebelumnya ia memiliki hubungan pertemanan yang bisa mengerti bagaimana kondisi MWD.

Oh kalau bagi aku teman aku kayak adalah bisalah jadi tempat untuk mereka ngerti aku, bisa kayak keluarga gak ngerti aku kayaknya mereka ngertilah (D₅₀.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

4.3.3.6 Karakteristik Perilaku *Self Injury*

Karakteristik individu dapat dilihat dari sikapnya dalam mengatasi suatu masalah, bagaimana cara individu tersebut dapat menyesuaikan dirinya, dan bagaimana individu tersebut melakukan hubungan interpersonalnya. MWD mengatakan bahwa masalah yang paling membebani dirinya dari dulu sampai sekarang adalah permasalahan keluarga karena bagi MWD sendiri masalah keluarga inilah yang menjadi masalah yang paling berat.

Dulu masalah keluarga bang. Sekarang untuk sekarang detik ini juga...tapi ya bagi aku masalah keluarga inilah yang terlalu berat bang, jadi kalau diceritainpun kayak gimana gitu, intinya beratlah sampai aku harus melakukan itu biar puas sesaknya, biar tenang, biar nyaman (D₉₃.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Ketika adanya suatu masalah yang MWD hadapi seperti masalah keluarga terutama pada sosok ibunya, ia mengatakan pernah mengalami gangguan makan selama tiga hari yang disebabkan oleh masalah yang sedang ia hadapi tersebut.

Enggak sih. Cuman disaat aku punya masalah ni ya sama mama dirumah ni ya, bisa sampai tiga hari gak makan (D₁₂₁.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Ada beberapa hal yang membuat MWD tidak menyukai dirinya sendiri yaitu MWD merasa bahwa ia merupakan seorang individu yang paling bodoh dan seorang individu yang paling tidak berguna bagi dirinya dan keluarganya.

Untuk saat ini enggak. Aku ni bodoh kali (D₁₂₃.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Kenapa yah, gak tau aja. Ya bodoh, gak berguna (D₁₂₄.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Jika seorang individu mendapatkan suatu penolakan terhadap sesuatu, pastinya akan merasakan sakit hati yang mendalam bagi individu tersebut. Hal ini berbeda dengan MWD, jika dirinya di tolak terhadap sesuatu justru dirinya berusaha untuk mengejar seseorang yang menolak dirinya tersebut.

Kejarlah sampai mampus (D₁₂₅.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

a. Menghadapi Masalah

Secara umum permasalahan yang dihadapi oleh MWD adalah permasalahan yang sering juga terjadi pada kebanyakan individu. Kesulitan individu dalam menghadapi sebuah masalah kerapnya sering terjadi pada MWD dalam mencari sebuah solusi atau jalan keluar dari suatu permasalahan yang sedang ia hadapi.

Iya bingung (D₉₄.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Karna ya gimana yah, gak tau caranya menyelesaikan masalahnya tuh (D₉₂.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

MWD mengatakan bahwa jika dirinya memiliki suatu masalah, cara ia menghadapi suatu masalah tersebut ia berharap jangan adanya kata-kata kasar yang keluar dan jangan ada kalimat-kalimat yang dapat membuat dirinya sakit hati.

Untuk menghadapi masalah, aku inginnnya itu cuman janganlah ada kata-kata kasar yang keluar, janganlah ada lagi kalimat-kalimat yang menyakiti aja (D₉₈.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Kesulitan MWD dalam mencari sebuah solusi atau jalan keluar dalam masalah yang dirinya hadapi, MWD berusaha untuk menceritakan masalahnya ke orang lain yang ia percaya dapat

menjaga rahasia dalam masalahnya tersebut, tujuannya agar orang-orang tersebut bisa membantu MWD dalam mencari solusi atau jalan keluar dari permasalahan yang dialami.

Kalau untuk saat ini mau cerita sama orang lain
(D₉₆.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

b. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah salah satu bentuk kemampuan seseorang dalam mengatasi tekanan, kebutuhan, rasa frustrasi, dan kemampuan dalam mengembangkan mekanisme psikologis yang tepat. Penyesuaian diri di lingkungan adalah salah satu karakteristik yang akan dibahas dalam penelitian ini seperti bagaimana cara informan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana ia berada, hal ini bisa mencerminkan tingkat kemampuan adaptasi informan tersebut.

Ada hal yang dilakukan oleh MWD dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru seperti ia akan berusaha memasuki lingkungan tersebut dengan caranya sendiri. Cara dirinya menyesuaikan diri dengan lingkungan tersebut ia akan berusaha untuk sok asik dengan lingkungan baru tersebut. Akan tetapi jika MWD disuruh memilih antara lingkungan yang baru atau lingkungan yang telah mengenal ia sebelumnya maka MWD lebih memilih untuk tetap berada di lingkungan yang telah ia kenal sebelumnya.

Menyesuaikan diri, ya sok asik aja
(D₁₀₂.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Di tempat yang udah kenal lah bang
(D₁₀₃.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021)

Hal ini berbeda dengan apa yang MWD lakukan jika ia mendapatkan tugas dari salah satu dosen dimana ia mengenyam pendidikan. Jika ia dihadapkan dengan lingkungan baru ia akan berusaha untuk menyesuaikan dirinya dengan cara ia sendiri, akan tetapi jika ia dihadapkan dengan tugas kelompok yang dosennya berikan MWD mengalami kesulitan karena MWD merasa jika ada tugas kelompok hanya ia yang mengerjakan sedangkan teman-teman yang lain tidak ada membantu ia dalam tugas tersebut.

Sulit. Karna kalau dalam mengerjakan tugas kelompok ya bang cuman aku aja yang ngerjain, orang tuh mana ada mau ngerjain. Sulit aku jadinya (D₁₀₅.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

c. Pengendalian Emosi

Pengendalian emosi adalah salah satu metode atau cara yang dilakukan oleh seseorang dalam mengendalikan atau mengontrol dirinya sendiri. Pengendalian emosi ini sangatlah diperlukan bagi seseorang, sama halnya dengan MWD dalam mengendalikan emosinya. MWD merasa bahwa dirinya sangat sulit mengendalikan rasa cemasnya dalam suatu peristiwa. Hal yang menyebabkan MWD mengalami kecemasan adalah ketika ia melakukan suatu kesalahan dan ketika ia sedang bertengkar dengan ibunya. Ketika MWD sedang merasa cemas, hal yang akan ia lakukan adalah dengan menggigit kukunya sendiri.

Oh sangat. Cemas, parnoan kadang-kadang sangking cemasnya kan sampai gemeteran (D₁₀₆.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021). Biasanya melakukan kesalahan gitu, pasti aku langsung cemas sendiri misalnya kayak aku bertengkar sama mama terus aku

pasti cemas, kalau cemas ya gigit kuku sampe gemetaran gitu sampe ketakutan kali. Kadang kalau sampai tahap gak bisa udah stress kali ni nangis aja tiba-tiba (D₁₀₇.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).
Gigit kuku (D₁₀₈.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Ada hal yang MWD lakukan ketika dirinya merasa dikecewakan oleh seseorang yaitu ia akan berusaha untuk percaya kepada seseorang itu walaupun pada akhirnya MWD akan menangis ketika ia tahu apa penyebab dari rasa kekecewaan dirinya terhadap orang tersebut.

Ya cukup percaya aja sih, nangis juga (D₁₀₉.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

d. Hubungan Interpersonal

MWD mempunyai banyak teman dekat dikehidupannya, akan tetapi selama ia mengenyam pendidikan di bangku perkuliahan ia memiliki tiga teman dekat yang sampai saat ini masih bersama dengan MWD. Hal yang sering MWD lakukan dengan teman-teman dekatnya bisa terbilang abstrak karena setiap teman-teman dekat tersebut memiliki karakteristik atau sifat yang berbeda beda.

Punya CI, FI, IC sekarang (D₁₁₂.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).
Sama orang tuh, FI tuh marah-marah aja kerjanya, kalau CI itu kebodohan, kalau IC ni penengahlah (D₁₁₃.W₁.S₃.P.19FEBRUARI2021).

Dalam sebuah hubungan pertemanan terkadang dapat menimbulkan permasalahan dan perselisihan, sama halnya dengan MWD sendiri. MWD mengatakan jika ia sedang ada permasalahan dengan pertemanannya ia akan berusaha untuk memperbaiki kembali hubungan MWD dengan temannya tersebut. Akan tetapi kembali lagi

ke teman-teman MWD itu sendiri, terkadang ada beberapa teman yang MWD rasa ada yang tidak mampu memperbaiki hubungannya dengan MWD.

Iya. Cuma teman yang gak mau memperbaiki hubungan dengan kita (D114.W1.S3.P.19FEBRUARI2021).

Selain adanya permasalahan atau perselisihan dengan pertemanan MWD, MWD pastinya akan memiliki permasalahan atau perselisihan dengan lawan jenisnya sehingga permasalahan tersebut membuat MWD tidak mempunyai kepercayaan lagi kepada lawan jenisnya.

Aku gak percaya sama orang tuh. Laki-laki itu bajingan tuh bang (D115.W1.S3.P.19FEBRUARI2021).

4.3.3.7 Hasil Observasi

Observasi dilakukan di rumah teman subjek yang terletak di Jln. Alpukat II Pandau Perman, Kota Pekanbaru. Wawancara dilakukan pada hari Jumat tanggal 19 Februari 2021 tepatnya di siang hari pada pukul 14.00 WIB.

Sebelumnya peneliti menghubungi subjek terlebih dahulu untuk menyepakati dimana tempat pertemuan antara peneliti dan subjek, setelah sepakat peneliti dan subjek bersegera untuk bertemu di tempat yang sudah disepakati bersama. Sebelum bertemu dengan subjek, peneliti menunaikan ibadah sholat jumat terlebih dahulu karena memang bertepatan di hari Jumat. Setelah selesai menunaikan ibadah sholat Jumat, peneliti segera ke tempat yang sudah disepakati bersama. Setelah sampai di rumah teman subjek tersebut, peneliti mendapati bahwa subjek sudah berada di rumah

tersebut dan subjek sedang duduk di bangku yang ada di teras rumah tersebut. Kemudian peneliti menyapa subjek dan subjek memberikan respon dengan ramah kepada peneliti. Ketika peneliti duduk di bangku yang ada di teras rumah teman subjek, peneliti langsung menyampaikan tujuan peneliti menghubungi subjek tersebut yaitu untuk melakukan wawancara dan menanyakan kepada subjek apakah dirinya bersedia untuk menjadi subjek penelitian.

Setelah subjek bersedia untuk menjadi subjek penelitian, peneliti langsung memberikan *informed consent* kepada subjek agar bisa subjek isi sebelum melakukan wawancara kepada subjek. Saat subjek mengisi *informed consent* yang peneliti berikan, peneliti berusaha mengajak subjek untuk mengobrol agar subjek tidak merasa cepat bisan dan peneliti mengamati situasi di sekitar rumah teman subjek tersebut.

Disekitar rumah teman subjek terlihat ada beberapa tanaman dan pohon yang tumbuh disekitar rumah teman subjek, ada beberapa unit kendaraan roda dua, dan ada beberapa orang berlalu lalang didepan rumah teman subjek tersebut. Setelah mengisi *informed consent* yang peneliti berikan maka proses wawancara segera dilaksanakan.

Pada proses wawancara, subjek mengenakan baju berwarna merah maroon yang merupakan baju angkatan subjek, memakai jilbab berwarna abu-abu, masker berwarna hitam, rok berwarna hitam bermotif, kaos kaki berwarna pink bercorak polkadot dan menggunakan sandal

berwarna putih. Subjek memiliki kulit berwarna putih dengan tinggi badan sekitar 165 cm dan berat badan sekitar 70 kg.

Pada saat proses wawancara berlangsung, peneliti dan subjek melakukan wawancara di teras depan rumah teman subjek dengan posisi duduk berhadapan yang dibatasi oleh meja yang ada pada teras depan rumah teman subjek. Saat peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan kepada subjek, subjek terlihat sangat enjoy dalam menjawab seluruh pertanyaan yang peneliti ajukan dan subjek sambil memakan cemilan yang sudah peneliti persiapkan untuk subjek. Ada beberapa saat ketika peneliti mengajukan pertanyaan, subjek terlihat seperti tertawa dalam menjawab pertanyaan peneliti dan ada beberapa saat subjek terlihat berusaha untuk menahan emosinya.

Saat wawancara berlangsung ada beberapa perilaku ada beberapa perilaku yang terlihat pada subjek yaitu subjek suka memainkan tangannya, memainkan kakinya dan subjek berusaha untuk mengubah posisi duduknya. Selama satu jam wawancara, subjek telah berusaha menjawab seluruh pertanyaan yang peneliti ajukan kepada subjek.

Setelah seluruh pertanyaan peneliti dijawab oleh subjek, maka peneliti mengakhiri proses wawancara tersebut dan peneliti memberikan bingkisan kepada subjek yang bertujuan sebagai tanda terimakasih peneliti kepada subjek atas waktu dan informasi yang telah subjek berikan

4.3.3.8 Hasil Interpretasi Tes Kepribadian

Berdasarkan hasil tes grafis DAP yang telah dianalisa oleh psikolog, informan merupakan sosok individu yang memiliki kepribadian yang cenderung terbuka (*ekstrovert*), memiliki pribadi yang aktif, dinamis, dan percaya diri. Informan berusaha untuk mendeskripsikan bahwa dirinya kuat, hal inilah yang menyebabkan subjek selalu memiliki fantasi untuk selalu nampak kuat di hadapan orang lain. Akan tetapi, pada dasarnya informan merasa tidak puas atau kurang mantap pada dirinya sendiri dan memiliki tendensi kurang yakin pada dirinya sendiri.

Informan merupakan sosok individu yang tidak bisa tenang dalam sikap dan pikirannya, hal ini karena adanya ketakutan, perasaan tidak aman dan perasaan tidak pasti pada diri informan sendiri. Informan cenderung memiliki hambatan yang berhubungan dengan lingkungan sekitarnya sehingga menyebabkan informan kurang menghargai pranata sosial dan aturan. Hal ini membuat informan memiliki keinginan untuk mencampakkan dunia luar seperti menjadi sosok yang acuh tak acuh dengan lingkungan sekitarnya.

Informan tidak memiliki keseimbangan dalam emosionalnya. Informan memiliki sikap agresif, over kritik, dan sadistik verbal. Informan cenderung memandang rendah orang lain, sedikit sombong, narsistik, dan berusaha untuk menunjukkan kebutuhannya untuk membebaskan diri dari lingkungan yang membuatnya frustrasi serta informan mempunyai tingkat ambisi yang kurang wajar.

4.4 Hasil Analisis Data

4.4.1 Hasil Analisis Data Informan 1

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan informan tentang faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* pada mahasiswa yang berkuliah di universitas swasta di Kota Pekanbaru, informan adalah keempat dari empat bersaudara. Perbandingan jarak usia informan pertama dengan kakak dan abangnya lumayan cukup jauh. Informan hanya memiliki seorang sosok ibu yang merawat dirinya sedari ia kecil, sedangkan sosok ayahnya telah lama meninggal dunia.

Informan pertama tinggal di salah satu daerah di Kota Pekanbaru yaitu di Jln. H. Imam Munandar (Harapan Raya) NO. 304, Kecamatan Bukit Raya, Kota Pekanbaru. Ibu informan pertama memiliki kesibukan sebagai seorang pedagang di daerah yang tidak jauh dari tempat tinggal informan. Informan saat ini sedang menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Informan pertama melakukan perilaku menyakiti diri sendiri (*self injury*) saat dirinya berusia 18 tahun dan terakhir kali informan melakukan perilaku tersebut pada bulan Januari 2021.

Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian	Keterangan
Faktor Keluarga	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diperlakukan berbeda oleh sosok ibunya dari kakak dan abangnya. 2. Ibunya tidak mempunyai waktu untuk informan karena disibukkan oleh pekerjaan. 3. Kurangnya kasih 	Berdasarkan hasil wawancara yang didapat, informan pertama merasakan bahwa adanya perlakuan berbeda oleh sosok ibunya dari kakak dan abangnya, informan juga merasakan bahwa ibunya tidak memiliki waktu untuknya dikarenakan ibunya sibuk bekerja sehingga menyebabkan informan

	<p>sayang, perhatian, dan kurangnya dukungan dari ibunya.</p> <p>4. Kurang dekatnya antara informan dengan keluarga yang disebabkan kesibukan masing-masing anggota keluarga.</p> <p>5. Adanya pengalaman menyakitkan di masa lalu yaitu dipukuli oleh salah satu anggota keluarga</p>	<p>merasakan kurang adanya kasih sayang, perhatian dan dukungan dari sosok ibunya. Kesibukan sosok ibu dan anggota keluarga lainnya inilah yang membuat informan kurang dekat dengan keluarganya. Selain itu, informan juga pernah mengalami pengalaman yang menyakitkan di masa lalunya yaitu dipukuli oleh salah satu anggota keluarganya.</p>
Faktor Psikologis	<p>1. Adanya perasaan sedih, kecewa, marah dan sakit hati</p> <p>2. Hal yang menjadi pemicu adanya suatu permasalahan atau suatu problem yang ada dalam diri sehingga informan memilih untuk memendam segala permasalahan dan problem</p>	<p>Berdasarkan hasil wawancara yang didapat bahwa ada beberapa perasaan yang muncul ketika sebelum informan pertama melakukan perilaku <i>self injury</i> yaitu perasaan sedih, kecewa, amarah, dan perasaan sakit hati yang sangat mendalam. perasaan inilah yang menjadi perasaan yang paling dominan saat informan melakukan perilaku <i>self injury</i>. Perasaan ini juga terlihat ketika informan menjawab pertanyaan saat wawancara berlangsung. Saat wawancara berlangsung, informan terlihat seperti menangis ketika menjawab pertanyaan terkait permasalahan keluarga dan permasalahan lainnya. Selain itu, ada hal lain yang menjadi pemicu informan dalam melakukan perilaku <i>self injury</i> adalah permasalahan dan konflik yang terjadi dalam kehidupannya. Permasalahan dan problem inilah yang kemudian dipendam oleh informan pertama.</p>

Faktor Kepribadian	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informan merupakan sosok individu yang memiliki tipe kepribadian yang cenderung tertutup (<i>introvert</i>). 2. Informan cenderung mengalami depresi, mudah frustrasi, menekan masa lalu, dan membutuhkan perhatian 3. Informan banyak dikendalikan oleh perasaan sehingga ada beberapa emosi yang mendominasi 	<p>Berdasarkan hasil tes kepribadian DAP yang telah di analisa, informan merupakan salah satu individu yang memiliki tipe kepribadian yang cenderung tertutup (<i>introvert</i>). Informan cenderung mengalami depresi, mudah frustrasi, menekan pada masa lalunya dan membutuhkan perhatian yang lebih. Informan juga banyak dikendalikan oleh perasaan, hal ini yang membuat informan memiliki beberapa emosi yang mendominasi pada dirinya.</p>
Faktor Lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak adanya orang lain yang mendorong informan dalam melakukan perilaku <i>self injury</i>. 2. Tidak adanya melihat contoh dari perilaku yang sama dengan orang lain lakukan. 	<p>Berdasarkan hasil wawancara yang didapat informan mengakui bahwa tidak adanya orang lain yang mendorong informan dalam melakukan perilaku <i>self injury</i> dan informan juga mengatakan bahwa ia juga tidak ada melihat atau meniru perilaku yang sama yang dilakukan oleh orang lain.</p>

4.4.2 Hasil Analisis Data Informan 2

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan informan kedua bahwa informan merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara. Informan kedua hanya dibesarkan oleh sosok ibunya sejak ia masih kecil sedangkan sosok ayah informan tidak tahu bagaimana keadaan dan kondisinya seperti apa. Informan kedua tinggal di salah satu perumahan yang berada di Jln. Suka Karya, Kecamatan Tampan, Kota Pekanbaru. Ibu informan kedua memiliki kesibukan sebagai seorang pekerja

di Kota Pekanbaru, selain itu ibu informan kedua memiliki kesibukan merawat tanaman-tanaman seperti bunga ketika sedang berada dirumah. Informan saat ini sedang menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Perilaku *self injury* yang dilakukan oleh informan kedua berlangsung selama dua, sedangkan perilaku *cutting* yang dilakukan oleh informan berlangsung selama setahun belakangan ini. Informan kedua mengatakan bahwa dirinya terakhir kali melakukan perilaku *self injury* saat ia berusia 18 tahun tepatnya pada tanggal 31 Agustus 2020.

Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian	Keterangan
Faktor Keluarga	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ada masanya sosok ibu informan menjadi sosok yang baik dan ada masanya menjadi sosok yang buruk 2. Menurut informan cara ibunya dalam memberitahu ke anaknya lebih memilih ke cara yang menyakitkan hati 3. Informan merasa bahwa sosok ibunya kurang dari kata yang seharusnya dilakukan sebagai orangtua. 4. Kurangnya kasih sayang, kurangnya dukungan, dan kurangnya perhatian. 5. Informan memiliki pengalaman menyakitkan di masa lalunya yakni 	<p>Berdasarkan hasil wawancara yang didapat, informan merasakan bahwa ada beberapa gambaran dari sosok ibunya. Informan mengatakan bahwa ada masanya sosok ibunya menjadi sosok yang baik dan ada masanya sosok ibunya menjadi sosok yang buruk. Menurut informan, ibunya menjadi sosok yang buruk ketika ibunya dalam memberitahu kepada anak-anaknya, ibunya lebih memilih untuk memberitahu dengan cara yang menyakitkan hati. Informan juga merasakan bahwa sosok ibunya bisa dikatakan kurang dari kata yang seharusnya dilakukan sebagai orangtua, hal ini membuat informan merasakan kurangnya kasih sayang, dukungan dan perhatian dari sosok ibunya, Akan tetapi, informan mengatakan bahwa interaksi ia dengan sosok ibu dan anggota keluarga lainnya cukup dekat. Informan juga mengatakan bahwa adanya</p>

	melihat perceraian kedua orangtuanya	pengalaman yang menyakitkan di masa lalunya yaitu melihat perceraian kedua orangtuanya sendiri.
Faktor Psikologis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Adanya perasaan amarah dan perasaan sedih 2. Hal yang menjadi pemicu informan adalah perasaan marah dan perasaan sedih sehingga membuat informan mengalami ketergantungan dalam melakukan perilaku <i>self injury</i> 	Berdasarkan hasil wawancara yang didapat bahwa ada beberapa perasaan sebelum informan melakukan perilaku <i>self injury</i> yaitu perasaan marah dan perasaan sedih. Perasaan marah dan sedih inilah yang menjadi perasaan negatif yang paling dominan ketika ia melakukan perilaku <i>self injury</i> . Selain itu, informan juga mengatakan bahwa kedua emosi negatif inilah yang menjadi pemicu informan dalam melakukan perilaku <i>self injury</i> .
Faktor Kepribadian	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informan merupakan sosok individu yang memiliki karakter kepribadian yang cenderung tertutup (<i>introvert</i>) 2. Informan cenderung mengalami depresi dan mudah frustrasi 3. Informan juga banyak dikendalikan oleh perasaan dan ada beberapa emosi yang mendominasi 	Berdasarkan hasil tes kepribadian DAP yang telah di analisa oleh psikolog, informan merupakan sosok individu yang memiliki karakter kepribadian yang cenderung tertutup. Informan cenderung mengalami depresi dan mudah frustrasi. Serta informan juga banyak dikendalikan oleh perasaan dan ada beberapa emosi yang mendominasi dalam dirinya
Faktor Lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak adanya orang lain yang mendorong dirinya dalam melakukan perilaku <i>self injury</i> 2. Informan mengakui bahwa perilaku <i>self injury</i> yang dilakukannya murni kesalahannya sendiri 3. Informan juga tidak ada melihat contoh 	Berdasarkan hasil wawancara yang didapat bahwa tidak adanya orang lain yang mendorong informan dalam melakukan perilaku <i>self injury</i> . Hal ini juga di akui oleh informan bahwa perilaku ini ia lakukan dikarenakan murni kesalahannya sendiri dan informan juga tidak adanya melihat atau meniru contoh perilaku yang dilakukan oleh

	perilaku yang sama yang dilakukan oleh orang lain	orang lain.
--	---	-------------

4.4.3 Hasil Analisis Data Informan 3

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan informan ketiga bahwa informan merupakan anak pertama dari tiga bersaudara. Informan pertama memiliki satu orang adik laki-laki dan satu orang adik perempuan. Sejak kecil informan hanya dibesarkan oleh kakek dan neneknya yang berada dikampung. Ketika informan memasuki Sekolah Menengah Atas (SMA), informan memutuskan untuk melanjutkan sekolah di Kota Pekanbaru dan kembali tinggal bersama orangtuanya. Informan ketiga tinggal di salah satu deretan ruko yang berada di Jln. Soekarno Hatta, Kota Pekanbaru. Ruko tersebut merupakan tempat orangtua informan bekerja sebagai seorang pedagang rumah makan dan sekaligus menjadi tempat tinggal informan. Informan ketiga saat ini sedang menempuh pendidikan di salah satu perguruan tinggi di Kota Pekanbaru yaitu Universitas Islam Riau dengan mengambil jurusan Ilmu Psikologi.

Informan pertama melakukan perilaku *self injury* pada saat dirinya masih duduk di bangku Sekolah Menengah Atas atau yang pada saat itu informan masih berusia 16 tahun dan informan terakhir kali melakukan perilaku tersebut saat dirinya berusia 21 tahun. Bentuk perilaku *self injury* yang dilakukan oleh informan selama 5 tahun ia sebagai pelaku *self injury* diantaranya menyayat dirinya sendiri dengan menggunakan benda-benda tajam yang ada disekitarnya.

Tujuan Penelitian	Hail Penelitian	Keterangan
Faktor Keluarga	1. Informan	Berdasarkan hasil wawancara

	<p>mengatakan sosok ibunya merupakan tipe orang yang tidak telalu peduli dengan anaknya</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Informan mengatakan bahwa ibunya selalu suka melampiaskan segala masalahnya ke anak-anaknya 3. Ibunya terlalu membebaskan, tidak peduli dengan anaknya, dan suka marah-marah ke anaknya sehingga dapat mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas 4. Informan tidak ada dekat dengan keluarganya terutama dengan sosok ibunya 5. Informan mengatakan bahwa ada banyak pengalaman masa lalu yang menyakitkan 	<p>yang didapat, informan mengatakan bahwa sosok ibunya merupakan sosok ibu dengan tipe yang tidak peduli dengan anak-anaknya. Ibu informan selalu suka melampiaskan segala masalahnya ke anak-anaknya, setelah itu informan juga mengatakan bahwa ibunya suka marah-marah sehingga mampu mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas. Dengan karakter ibu seperti itu informan sama sekali tidak dengan ibunya dan anggota keluarganya. Informan juga mengakui bahwa ada banyak pengalaman yang menyakitkan di masa lalunya baik itu masalah keluarga, masalah pertemanan, dan masalah percintaan.</p>
Faktor Psikologis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Adanya perasaan marah dan kecewa 2. Hal yang menjadi pemicu ia melakukan perilaku <i>self injury</i> adalah masalah itu sendiri terutama dengan ibunya 	<p>Berdasarkan wawancara yang didapat bahwa ada perasaan sebelum ia melakukan perilaku <i>self injury</i> yaitu perasaan marah dan kecewa. Perasaan ini yang menjadi emosi negatif yang paling dominan dalam diri informan. Selain itu ada beberapa hal yang menjadi pemicu informan dalam melakukan perilaku <i>self injury</i> yaitu permasalahan terutama masalah dengan ibunya.</p>
Faktor Kepribadian	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informan merupakan sosok 	<p>Berdasarkan hasil tes kepribadian DAP yang telah</p>

	<p>individu yang memiliki kepribadian cenderung terbuka.</p> <p>2. Informan cenderung mengalami frustrasi</p> <p>3. Informan tidak memiliki keseimbangan dalam emosionalnya</p>	<p>dianalisa oleh psikolog, informan merupakan sosok individu yang memiliki kepribadian cenderung terbuka, informan cenderung mengalami frustrasi dan informan tidak memiliki keseimbangan dalam emosionalnya.</p>
Faktor Lingkungan	<p>1. Adanya orang lain yang mendorong informan dalam melakukan perilaku <i>self injury</i></p> <p>2. Adanya perilaku meniru atau mencontoh perilaku orang lain dalam melakukan perilaku <i>self injury</i></p>	<p>Berdasarkan hasil wawancara yang didapat bahwa informan mengakui adanya orang lain yang mendorong dirinya dalam melakukan perilaku <i>self injury</i>. Pada waktu informan duduk di bangku Sekolah Menengah Atas informan melihat teman-temannya membuat tato dengan menggunakan jatum pentul, hal inilah yang membuat informan meniru dan mencontoh perilaku tersebut sehingga melakukan perilaku <i>self injury</i>.</p>

4.5 Pembahasan

Hasil menunjukkan bahwa ada beberapa faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku *self injury* pada mahasiswa, diantaranya faktor keluarga, faktor psikologis, faktor kepribadian dan faktor lingkungan sosial. Menurut Martison (1999) mengatakan bahwa ada beberapa faktor penyebab seseorang melakukan perilaku *self injury* adalah faktor keluarga, hal ini meliputi kurang berperan dalam mengekspresikan emosi serta kurangnya komunikasi antar keluarga.

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari ketiga informan bahwa ketiganya memiliki persamaan terkait pola asuh yang diberikan oleh orangtua masing-masing yaitu kurang adanya peran kedua orangtua masing-masing informan

seperti kurangnya memberikan kasih sayang, kurangnya perhatian, kurangnya dukungan, dan terlalu membebaskan informan. Kurang adanya peran kedua orangtua, inilah hal yang paling tidak disukai oleh ketiga informan. Hal ini sejalan dengan apa yang dijelaskan oleh Monty (2005) bahwa pola asuh orangtua sangatlah berperan penting bagi awal mula terjadinya pembentukan perilaku *self injury*, hal ini dikarenakan ketahanan seorang anak didasarkan dari penerapan dia dengan situasi di dalam keluarganya.

Selain kurangnya peran dari pola asuh orangtua, perilaku *self injury* juga disebabkan oleh adanya pengalaman menyakitkan di masa lalunya. Menurut Conterio (dalam Monty, 2005) menjelaskan bahwa kebanyakan pelaku *self injury* mengalami penyiksaan di masa lalunya baik secara fisik, emosional, maupun seksual, sehingga pada umumnya kurang mampu mengendalikan emosinya dan cenderung menghadapi banyak masalah di kemudian hari.

Informan pertama mengalami adanya kekerasan yang terjadi pada dirinya yang dilakukan oleh salah satu keluarga informan pertama, informan kedua mengalami adanya pengalaman menyakitkan di masa lalunya yaitu melihat perceraian kedua orangtuanya, dan informan ketiga pernah mengalami adanya pengalaman menyakitkan di masa lalunya yaitu adanya pelecehan yang diterjadi pada dirinya sehingga membuat informan ketiga merasakan trauma. Hal ini sesuai dengan pendapat Maidah (2013) yang menjelaskan bahwa faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* disebabkan adanya pengalaman traumatis di masa lalunya yang berasal dari keluarga seperti perceraian kedua orangtua dan ada mengalami kekerasan.

Kedua adalah faktor psikologis. Menurut Martison (1999) menjelaskan ada beberapa faktor penyebab terjadinya perilaku *self injury* yaitu faktor psikologis. Faktor psikologis merupakan salah satu faktor yang berasal karena adanya kekuatan emosi yang tidak nyaman dengan tidak mampu dalam mengatasinya.

Ketiga informan memiliki kesamaan dalam faktor psikologis yaitu adanya perasaan kurang nyaman pada dirinya yang disebabkan oleh adanya perasaan-perasaan yang dipendam oleh ketiga informan. Perasaan-perasaan yang dipendam ini berupa emosi negative dari ketiga informan rasakan seperti kekecewaan, kesedihan, kebencian, dan kemarahan. Emosi negative yang ada pada ketiga informan inilah yang menjadi pendorong kuat ketiga informan dalam melakukan perilaku *self injury* karena kesulitan dalam mengungkapkan rasa sakit psikis yang informan rasakan.

Hal diatas sejalan dengan hasil studi Klonsky (2007) yang mengatakan bahwa perilaku *self injury* yang dilakukan oleh individu merupakan salah satu strategi paling sering dilakukan untuk meredakan emosi negative yang berlebihan pada diri seorang individu. Emosi inilah yang cenderung muncul sebelum individu tersebut melakukan perilaku *self injury*. Pendapat lainnya juga dikemukakan oleh Maidah (2013) yang mengatakan bahwa perilaku *self injury* merupakan salah satu bentuk penyaluran emosi negative akibat dari rasa sakit psikis yang dirasakan oleh pelakunya yang sulit untuk diungkapkan dengan kata-kata.

Selain itu, Alderman (2000) mengatakan bahwa perilaku *self injury* yang dilakukan oleh ketiga informan sebagai salah satu bentuk pembebasan atas tekanan yang ada pada tubuhnya. Para pelakunya akan merasakan adanya tekanan

dalam tubuhnya dan merasakan adanya ketegangan yang mengganggu kenyamanan dirinya. Bagi para pelaku *self injury*, cara inilah merupakan cara dimana mereka berusaha untuk membuang segala emosi negatifnya dengan melakukan perilaku *self injury*.

Ada beberapa situasi yang mendukung ketiga informan dalam melakukan perilaku *self injury*. Pada informan pertama dan informan ketiga mengatakan bahwa situasi yang mendukung dirinya melakukan perilaku *self injury* yaitu ketika ia sedang mengalami suatu masalah, sedangkan informan kedua mengatakan bahwa situasi yang mendorong dirinya dalam melakukan perilaku *self injury* disebabkan oleh adanya perasaan tertekan yang ia rasakan dan tidak adanya tempat untuk dirinya berbicara tentang masalah yang ia hadapi.

Melihat kondisi dan situasi yang mendorong ketiga informan dalam melakukan perilaku *self injury* maka ketiga informan membutuhkan dukungan sosial yang mereka terima. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wichstrom (2009), faktor yang dapat menyelamatkan individu yang melakukan perilaku *self injury* dapat dilihat dari kepuasan individu terhadap dukungan sosial yang diterima, artinya jika individu yang melakukan perilaku *self injury* menerima dukungan sosial yang baik maka keinginan individu untuk melakukan perilaku *self injury* akan menurun.

Pendapat lainnya juga dikemukakan oleh Ronka, dkk (2013) yang mengatakan bahwa jika seorang individu memiliki orang-orang yang *supportive* dan dapat dipercaya sangatlah penting, hal ini dikarenakan dapat menurunkan resiko individu dalam melakukan perilaku *self injury*. Jika individu tersebut tidak

memiliki orang-orang tersebut, maka resiko seseorang dalam melakukan perilaku *self injury* semakin tinggi.

Ketiga adalah faktor kepribadian. Menurut Martison (dalam Maidah, 2013) menjelaskan bahwa faktor kepribadian merupakan salah satu faktor yang berasal dari dalam individu itu sendiri seperti tipe kepribadian, mood seseorang, adanya harga diri yang rendah, sulitnya mengkomunikasikan perasaan, dan adanya pola pemikiran yang kaku dari individu itu sendiri.

Selain wawancara dan observasi, peneliti juga memberikan tes psikologi kepada ketiga informan dengan menggunakan tes DAP (*Draw A Person Test*) untuk mengetahui aspek kepribadian yang dimiliki oleh ketiga informan. Melalui hasil tes psikologi inilah diketahui bahwa terdapat sifa-sifat yang berhubungan dengan perilaku *self injury* pada ketiga informan.

Ada beberapa kriteria yang berhubungan dengan perilaku *self injury* yang dapat dilihat dari hasil interpretasi alat tes kepribadian ketiga informan. Dari analisis tes DAP dapat terlihat bahwa informan pertama dan informan kedua memiliki kesamaan dalam tipe kepribadian yaitu sosok individu yang memiliki tipe kepribadian cenderung tertutup (*introvert*), sedangkan informan ketiga memiliki tipe kepribadian yang terbuka (*ekstrovert*). Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Martison (dalam Maidah, 2013) yang mengatakan bahwa seseorang yang memiliki tipe kepribadian *introvert* memiliki kecenderungan melakukan perilaku *self injury* lebih besar dibandingkan dengan seseorang yang memiliki tipe kepribadian *ekstrovert*. Akan tetapi, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Faried, dkk (2018) mengatakan bahwa tidak

adanya hubungan antara kepribadian *introvert* dengan kecenderungan seseorang melakukan perilaku *self injury*.

Selain itu, ada banyak kesamaan lainnya dari hasil analisis tes kepribadian ketiga informan. Ketiga informan merupakan sosok individu yang cenderung mengalami depresi atau stress, mudah frustrasi, adanya emosi yang mendominasi pada ketiga informan. Adanya emosi yang paling dominan membuat ketiga informan tidak memiliki keseimbangan dalam emosinya sehingga membuat emosi tersebut tidak stabil. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh ketiga informan, ketiganya mengakui bahwa adanya emosi yang paling dominan saat dirinya melakukan perilaku *self injury* yaitu kesedihan, kekecewaan, dan kemarahan.

Hal diatas diperkuat oleh kriteria diagnostic *Non Suicidal Self-Injury* (NSSI) dalam *Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorder* edisi ke-5 (DSM-5) bahwa perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan dengan sengaja berkaitan dengan perasaan atau pikiran-pikiran negative seperti depresi, kemarahan, dan kesedihan.

Faktor yang terakhir adalah faktor lingkungan sosial. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan ketiga informan, terdapat satu orang informan yang mengakui bahwa dirinya melakukan perilaku *self injury* terdorong karena adanya meniru perilaku orang lain yaitu informan ketiga. Informan ketiga mengakui bahwa dirinya melakukan perilaku ini dikarenakan pada saat informan ketiga memasuki bangku Sekolah Menengah Atas, informan melihat teman-teman informan melakukan salah satu *trend* pada saat itu yakni mengukir inisial nama

dengan menggunakan jarum pentul di bagian tubuh tertentu. Hal ini membuat informan ada hasrat ingin melakukan perilaku yang sama dengan apa yang telah teman-temannya lakukan. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Favazza (2012) yang mengatakan bahwa adanya faktor pendorong seseorang dalam melakukan perilaku *self injury* yaitu proses meniru perilaku *Non Suicidal Self-Injury* dari media dan orang lain.

Selain itu, hasil penelitian yang dikemukakan oleh Steinberg, Anderson, dan Huebner (dalam Batubara, 2016) membuktikan bahwa adanya kecenderungan seorang individu dalam mengambil informasi dari media tanpa adanya proses penyaringan, serta mengikuti tingkah laku teman sebaya yang seharusnya tidak dilakukan.

4.6 Kelemahan Penelitian

Ada beberapa kelemahan penelitian yang ditemui oleh peneliti dalam penelitian ini antara lain:

- a. Kurangnya pendalaman proses wawancara yang dilakukan oleh peneliti dalam mengungkapkan permasalahan yang terjadi antara informan dengan keluarganya.
- b. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan informan berjenis kelamin perempuan sehingga kurang menggambarkan apakah perilaku *self injury* bisa terjadi pada informan yang berjenis kelamin laki-laki.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dalam penelitian ini melibatkan tiga orang informan yang berstatus sebagai seorang mahasiswa yang berkuliah di universitas swasta di Kota Pekanbaru, tiga orang informan berjenis kelamin perempuan, lokasi penelitian dilakukan di salah satu universitas swasta di Kota Pekanbaru. Wawancara dilakukan sesuai dengan kesepakatan bersama antara peneliti dan informan. Wawancara dengan informan pertama dilakukan di rumah informan, wawancara dengan informan kedua dilakukan di Laboratorium Psikodiagnostik Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau, dan wawancara dengan informan ketiga dilakukan di salah satu rumah teman informan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan bersama tiga orang informan, diperoleh beberapa faktor yang menyebabkan ketiga informan melakukan perilaku *self injury*. Faktor pertama adalah faktor keluarga, dari hasil yang didapat bahwa ketiga informan merasakan kurangnya peran sosok orangtua terutama sosok ibu masing-masing informan seperti kurangnya perhatian, kurangnya kasih sayang, dan kurangnya dukungan sosial dari orangtua. Hal inilah salah satu hal yang paling tidak disukai oleh ketiga informan dari sosok ibunya. Selain itu, adanya pengalaman menyakitnya dimasa lalu yang membuat ketiganya merasakan trauma yang cukup mendalam seperti adanya kekerasan, perceraian kedua orangtua, dan adanya pelecehan.

Faktor kedua adalah faktor psikologis, dari hasil yang didapat bahwa ketiga informan memiliki perasaan yang membuat mereka merasakan ketidaknyaman pada dirinya, hal ini dikarenakan adanya perasaan-perasaan yang mereka pendam pada dirinya. Perasaan ini berupa emosi negative seperti kemarahan, kesedihan, dan kekecewaan. Selain itu, adanya perasaan tertekan yang dirasakan oleh ketiga informan dalam menghadapi suatu permasalahan baik itu masalah dengan keluarga, teman, maupun dengan lawan jenis. Ketiga informan mengakui bahwa emosi negative yang dipendam dan situasi inilah merupakan salah satu hal yang mendorong mereka melakukan perilaku *self injury*.

Faktor ketiga adalah faktor kepribadian, dari hasil tes kepribadian DAP didapat bahwa informan pertama dan informan kedua memiliki tipe kepribadian yang cenderung tertutup (*introvert*) sedangkan informan ketiga memiliki tipe kepribadian yang terbuka (*ekstover*). Selain itu, ketiga informan memiliki kesamaan lainnya antara lain informan merupakan sosok individu yang cenderung mengalami depresi, mudah frustasi, ada emosi yang mendominasi. Emosi yang mendominasi inilah yang menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan ketiga informan dalam emosionalnya.

Faktor keempat adalah faktor lingkungan sosial, dari hasil yang didapat bahwa terdapat satu informan yang mengakui bahwa perilaku yang ia lakukan terdorong karena adanya meniru perilaku orang lain yaitu informan ketiga. Informan ketiga melakukan peniruan perilaku *self injury* berasal dari *trend* yang pada saat dirinya masih duduk dibangku Sekolah Menengah Atas. *Trend* pada saat dirinya SMA ini adalah mengukir nama dengan menggunakan jarum pentul pada

bagian tubuh tertentu sehingga mengeluarkan darah dan menimbulkan luka pada bagian tubuh yang diukir tersebut.

5.2 Saran

Melalui penelitian ini diharapkan agar hasil dari penelitian ini dapat menjadi bahan tambahan referensi bagi para peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan perilaku *self injury* dan juga dapat menjadikan bahwan pembelajaran bagi para pembaca. Selain itu, ada beberapa hal yang perlu disarankan oleh peneliti, diantaranya:

a. Bagi Informan

Bagi informan, peneliti mengharapkan bahwa informan lebih dapat mengungkapkan segala perasaannya dengan menggunakan cara yang lebih positif lagi seperti dengan cara menulis di buku *diary*. Menulis buku *diary* ini diharapkan dapat membantu informan dalam merefleksikan perasaan yang informan rasakan seperti perasaan marah, sedih, kecewa ataupun senang sehingga hal ini dapat membuat informan mengurangi kecenderungan untuk melakukan perilaku *self injury*.

Peneliti juga mengharapkan bahwa informan dapat memahami bagaimana proses regulasi emosi yang baik agar dapat mengontrol emosi yang dirasakan, dan peneliti mengharapkan bahwa informan lebih mengetahui baik dan buruknya perilaku *self injury* yang dilakukan agar bisa merealisasi dalam mengungkapkan emosinya.

Peneliti mengharapkan bahwa informan dapat mencari teman-teman yang dapat dipercaya untuk berbagi cerita atau permasalahan yang sedang dihadapi

oleh informan serta dengan adanya teman-teman yang dapat dipercaya tersebutlah informan akan mendapatkan dukungan sosial teman sebaya yang positif.

b. Bagi Orangtua dan Keluarga

Bagi orangtua dan keluarga, peneliti mengharapkan bahwa adanya dukungan sosial yang lebih dan lebih peduli dengan informan Hal ini dikarenakan keluarga merupakan salah satu dukungan yang paling utama bagi para informan seperti bercerita tentang kegiatannya atau bercerita tentang bagaimana keadaannya.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bahwa lebih menggali atau mendalami lagi proses wawancara terkait permasalahan yang menyebabkan terjadinya perilaku *self injury* terutama pada lingkungan keluarga informan dan diarpakan bahwa peneliti selanjutnya mencoba mencari informan yang berjenis kelamin laki-laki agar dapat menggambarkan apakah perilaku *self injury* bisa terjadi pada laki-laki atau tidak.

DAFTAR PUSTAKA

- Alderman, T. (2000). The Scarred Soul: Understanding and Ending Self-Inflicted Violence. *Psychiatric Service*, 51(6), 821.
- Alsa, Asmadi. (2004). *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif serta Kombinasinya dalam Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM-V)*. American Psychiatric Pub.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21-9.
- BBC Indonesia. Kasus Lukai Diri Naik 50 Persen. https://www.google.com/amp/s/www.bbc.com/indonesia/majalah/2010/03/100312_lukaidiringgris.amp (Diakses pada tanggal 21 Januari 2021 pukul 09.00 WIB).
- Bungin, B. (2007). *Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Kencana.
- Caperton, B. (2004). What School Counselor Should Know About *Self Injury* Among Adolencents: A Literature Review. *A Research Paper*.

- Clarke, L., & Whittaker, M. (1999). Self Mutilation: Culture, Contexts, and Nursing Responses. *Journal of Clinical Nursing*, (7), 129-137. UK: Blackwell Science.
- Darmadi, H. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial*. Bandung: Alfabeta.
- Denzim & Lincoln. (2009). *Handbook of Qualitative Research*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Estefan, G., & Wijaya, Y. D. (2014). Gambaran Proses Regulasi Emosi pada Pelaku *Self Injury*. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 126410.
- Esterberg, K. G. (2002). *Qualitative Methods for The Social Research*. New York: McGrawHill.
- Fariad, L., Noviekayati, I. G. A. A., & Saragih, S. (2018). Efektivitas Pemberian *Ekspresif Writing Therapy* Terhadap Kecenderungan *Self Injury* Ditinjau Dari Tipe Kepribadian *Introvert*. *Prikovidya*, 22(2), 118-131.
- Favazza, A. R. (2012). Nonsuicidal *Self-Injury*: How Categorization Guides Treatment. *Current Psychiatry*, 11(3), 21-25.
- Hadi, S. (2001). *Metodologi Research Jilid II*. Yogyakarta: Andi.
- Hardiansyah, R. (2018). Sebulan 152 siswa SMP sayat tangan para murid mengaku buat penuh tantangan. *Tribunnews.com*. Diakses dari <https://lampung.tribunnews.com/2018/10/05/152-siswa-smp-sayat-tangan->

[dalam-sebulan-para-murid-mengaku-buat-penuhi-tantangan](#) (Diakses pada tanggal 23 Januari 2021 pukul 14.00 WIB).

Herdiansyah, H. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.

Hidayati, D. S., & Muthia, E. N. (2015). Kesepian dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 185-198.

Hilt, L. M., Cha, C.B., & Nolen-Hoeksema, S. (2008). Nonsuicidal Self-Injury in Young Adolescent Girls: Moderators of The Distress-Function Relationship. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(1).

Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.

Jannah, M., Yacob, F., & Julianto, J. (2017). Rentang Kehidupan Manusia (*Lifespan Development*) dalam Islam. *Gender Equality; International Journal of Child and Gender Studies*, 3(1), 97-114.

Kanan, Linda M and Jennifer Finger. (2005). *Self-Injury: Awareness and Strategies for School Mental Health Provider*. *Article*. Diakses dari www.docstoc.com (Diakses pada tanggal 19 Maret 2021 pukul 14.00 WIB).

- Klonsky, E. David., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Self Injury: A Research Review for The Practitioner. *Journal of Clinical Psychology*, 63(11), 1045-1056.
- Komariah, A., & Satori, D. (2009). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Kurniawaty, R. (2012). Dinamika Pelaku Self-Injury (Studi Kasus Pada Wanita Dewasa Awal). *JPPP-Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 1(1), 13-22.
- Linehan, . M. (1993). *Skill Training Manual for Treating Borderline Personality Disorder*. New York: Guilford Press.
- Maidah, D. (2013). *Self Injury pada Mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa Pelaku Self Injury)*. (Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Martin, G., Swannell, S., Harrison, J., Hazell, P., & Taylor, A. (2010). The Australian Natonal Epidemiological Study of Self-Injury (ANESSI). *Centre for Suicide Prevention Studies: Brisbane, Australia*.
- Martison, D. (1999). *Self Injury Fact Sheet*. New York: Amazon.
- Mazelis, R. (2008). *Self-Injury: Understanding and Responding to People Who Live with Self-Inflicted Violence*. *Article of Mental Health*.

- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Monty, P. S., Tresno. F. (2005). *Dinamika Emosional Pelaku Self-Injury*. Jakarta: Universitas Tarumanegara.
- Poerwandari, E. K. (2005). *Pendekatan Kualitatif Untuk Perilaku Manusia*. Jakarta: Mugi Eka Lestari.
- Pretorius, Sulene. (2012). *Deliberate Self-Harm Among Adolescents in South African Children's Home* (Doctoral dissertation, University of Pretoria).
- Putri, A. W. (2018). Mengiris Tangan, Sakiti Diri: Bisa Jadi Anak Depresi. <https://tirto.id/mengiris-tangan-sakiti-diri-bisa-jadi-anak-depresi-c8KH>
(Diakses pada tanggal 21 Januari 2021 pukul 11.00 WIB).
- Ronka, A. R., Taanila, A., Koiranen, M., Sunnari, V., & Rautio, A. (2013). Associations of Deliberate Self-Harm With Loneliness, Self-Rated Health and Life Satisfaction in Adolescence: Northern Finland Birth Cohort 1986 Study. *International Journal of Circumpolar Health*, 72(1), 21085.
- Safaria, Triantoro & Saputra, NE. (2009). *Manajemen Emosi (Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Santrock. (2011). *Educational Psychology, 5th Edition*. New York: McGraw Hill.

- Shabrina, Astri. *Nonsuicidal Self Injury*.
<https://astrishabrina.blogspot.com/2011/07/tes.html?m=1> (Diakses pada tanggal 21 Januari 2021 pukul 20.23 WIB).
- Sobur, A. (2013). *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Sugiyono. (2010). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Sutton, J. (2007). *Healing The Hurt Within 3rd Edition: Understanding Self Injury Heal The Emotional Wounds*. Hachette UK.
- Sutton, Jan. (2005). *Healing The Hurt Within: Understanding Self Injury and Self Harm and Heal The Emotional Wounds*. Oxford: How To Books.
- Takwati, L. S. (2019) Proses Regulasi Emosi Remaja Pelaku Self-Injury. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling* 5(2), 208-214.
- Tanjung, B. H. (2018), Miris siswa SMP mengaku dapat kepuasan setelah menyayat tangan. *Sindonews.com*. Diakses dari <https://daerah.sindonews.com/berita/1342891/174/miris-siswi-smp-mengaku-dapat-kepuasaan-setelah-menyayat-tangan> (Diakses pada tanggal 23 Januari 2021 pukul 14.30 WIB).
- Walsh, B. (2007). Clinical Assesment of *Self-Injury*: A Practical Guide. *Journal of Clinical Psychology*, 63(11), 1057-1068.

Walsh, B. W. (2006). *Treating Self-Injury: A Practical Guide*. New York: The Guilford Press.

Whitlock, J. L., Powers, J. L., & Eckenrode, J. (2006). The Virtual Cutting Edge: The Internet and Adolescent *Self-Injury*. *Developmental Psychology*, 42(3), 407.

Whitlock, J., Eckenrode, J., & Silverman, D. (2006). *Self-Injurious* Behavior in A Collage Population. *Pediatrics*, 117(6), 1939-1948.

Whitlock, Janis. (2009) The Cutting Edge: Non-Suicidal Self Injury in Adolescence. *Article of Psychology*: Cornell University.

Wichstrom, L. (2009). Predictor of Non-Suicidal *Self-Injury* Versus Attempted Suicide: Similar of Different. *Archives of Suicide Research*, 13(2), 105-122.

Zakaria, Z. Y. H., & Theresa, R. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) Pada Remaja Putri. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 85-90.