

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa pergantian menuju dewasa dari anak-anak diikuti dengan perubahan biologis, kognitif dan psikologis (Marwoko, 2019). Berdasarkan data dari WHO, terdapat 1,2 miliar atau 18% remaja di dunia (WHO, 2014). Sedangkan jumlah remaja di Indonesia sendiri berjumlah 46 juta jiwa dengan 48% jiwanya perempuan (UNICEF, 2021). Data dari Pemprov DIY (2022), menunjukkan jumlah usia 10-14 tahun sebanyak 257.925 jiwa dengan 125.965 perempuan (BPS DI Yogyakarta, 2022). Sedangkan, di Sleman remaja usia tersebut berjumlah 81.255 jiwa dan remaja perempuan 39.586 jiwa (BPS Sleman, 2020). Salah satu perubahan pada remaja yaitu perubahan secara kognitif.

Berdasarkan penelitian, perkembangan kognitif remaja awal terlihat pada keterampilan berpikir, cara memecahkan masalah, kemampuan penalaran dan mengingat (Darouich *et al.*, 2017). Gangguan kognitif remaja akan menyebabkan remaja mengalami gangguan perkembangan perilaku, antara lain: disabilitas belajar, disabilitas intelektual, gangguan spektrum autisme, dan gangguan hiperaktivitas/pemusatan perhatian (Widodo *et al.*, 2022). Pernyataan tersebut didukung berdasarkan penelitian di SMPN 1 Tanah Merah dari 128 siswa yang diteliti menunjukkan 68% siswa mengalami gangguan kesulitan belajar yang dipengaruhi oleh faktor siswa itu sendiri, berdasarkan dari kesehatan siswa dalam menjalani kegiatan pembelajaran, motivasi, bakat serta minat dalam belajar (Oktarina, 2022). Selain itu, perubahan yang terjadi pada masa remaja juga meliputi perubahan secara psikologis.

Perubahan psikologis yang terjadi pada awal usia remaja terdiri dari ketidakstabilan cara berpikir, krisis identitas, rasa penting untuk memiliki teman dekat, peningkatan ekspresi verbal, kurangnya rasa hormat pada orang tua bahkan terkadang kasar, menyayangi orang lain selain orang tua,

perilaku cenderung kekanak-kanakan dan mudah terpengaruh pergaulan teman sebaya (Batubara, 2016). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Habibulloh dan Al-Anwari, ditemukan 40% sampel remaja mengalami krisis identitas dengan kategori tinggi. Dibuktikan oleh hasil observasi menunjukkan remaja berkepribadian tertutup, kurang mengeksplor diri, sulit mengambil keputusan, koping masalah yang belum efektif rentan mengalami konflik dengan orang lain, dan sulit untuk bertoleransi terkait keragaman ekspresi perasaan dengan diri sendiri maupun orang lain (Padillah, 2020).

Individu yang tidak stabil secara psikologis dapat menyebabkan berbagai gangguan pada dirinya, salah satunya yaitu *body image* negatif. Hal tersebut menjadikan remaja merasa minder, malu dan menganggap rendah pada dirinya sendiri, munculnya rasa cemas dan takut saat berada dilingkungan sosial (Sholihah, 2022). Umumnya *body image negatif* ini lebih sering ditemui pada perempuan, mereka cenderung lebih kritis dan memiliki persepsi kuat dalam menilai tubuh pada bagian tertentu ataupun secara keseluruhan dibandingkan seorang laki-laki (Syalsadila et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan di Surabaya pada 254 remaja responden penelitian, 42,5% ditemukan mengalami kecemasan sosial dan 5,5% mengalami depresi yang disebabkan karena *body image* negatif. Mereka merasa belum puas dengan *body image* yang dimiliki dan melihat dirinya kurang menarik (Anisykurli, 2022). Berdasarkan penelitian *body image* memiliki kaitan erat dengan kepercayaan diri, semakin positif *body image* maka tingkat kepercayaan diri juga semakin tinggi, begitupun sebaliknya (Syalsadila et al., 2022). Penelitian lain di SMPN 1 Baron mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kematangan emosi dengan nilai r hitung 0,370 lebih besar dari r tabel 0,258 (Pradana et al., 2017).

Depresi dapat dipicu karena rendahnya tingkat *emotional maturity* pada remaja. Menurut Hurlock tahun 2017, menjelaskan bahwa yang disebut *emotional maturity* atau kematangan emosi ialah keadaan individu

yang tidak meledak emosinya dan bisa menempatkan emosinya di situasi dan waktu yang tepat (Hurlock *et al.*, 2017). Pada penelitian di SMKN 2 Sewon Bantul, dari 68 sampel didapati ada 10 siswa (15%) memiliki tingkat *emotional maturity* yang rendah (Rahayu & Azizah, 2022). Hal ini didasari oleh perbedaan pola asuh serta interaksi anak dan orang tua yang berbeda-beda. Pola asuh tersebut berpengaruh pada perkembangan emosi dalam diri remaja, juga dalam berinteraksi antar teman sebaya, cara pandang pada orang lain, dunia luar dan bahkan diri sendiri (Ali & Asrori 2012).

Dalam penelitian lain, remaja dengan tingkat *emotional maturity* rendah akan berdampak negatif pada psikis dan emosionalnya seperti kurangnya konsentrasi, melakukan perbuatan kurang menyenangkan misalnya melukai orang lain, *bullying* dan melakukan tindak kenakalan tawuran (Endrastuty & Setiwati, 2019). Berdasarkan 63 siswa SMK di Salatiga yang menjadi responden, ditemukan siswa dengan kategori *emotional maturity* rendah sejumlah 18 siswa sebesar 28,57%, hal ini mempengaruhi siswa memiliki perilaku agresif (Sabintoe & Soetjningsih, 2020). Seseorang yang belum mampu mencapai kematangan emosi yang stabil cenderung bertindak melakukan *self-harm* atau yang lebih sering disebut melukai diri sendiri hingga lebih parahnya bahkan mencoba untuk bunuh diri (Apsari, 2021).

Sornberger dalam penelitiannya di Missouri menunjukkan 14% sampai 24% remaja pernah melakukan tindakan *self-harm* dan Laye-Gindhu dalam penelitiannya di Kanada juga mendapatkan hasil 15% sampel remaja melakukan tindakan melukai diri sendiri yang diikuti dengan meningkatnya perilaku negatif seperti menutup diri, kesulitan mengendalikan amarah, memiliki harga diri yang rendah dan perasaan tertekan (Izzah & Ariana, 2022). Temuan kasus di Indonesia berdasarkan penelitian mengungkapkan terdapat 50% responden remaja dari 215 pernah melukai diri sendiri dengan prevalensi perempuan sebanyak 80% (Hidayati *et al.*, 2021). Banyaknya temuan *self-harm* pada perempuan dipengaruhi oleh tingkat agresivitas pada remaja perempuan yang lebih besar daripada laki-laki. Selaras dengan

penelitian yang mengungkapkan bahwa remaja dengan tingkat agresivitas sedang sejumlah 71,98% remaja laki-laki sedangkan 75,11% merupakan remaja perempuan (Dewi et al., 2019).

Pada penelitian yang dilakukan Pristiyanti tahun 2019 di SMP Negeri 20 Surabaya pada 176 siswa, didapati sebanyak 27 siswa pernah melakukan *self-harm* yang menunjukkan persentase >15% dan siswa yang rentan melakukan *self-harm* sebanyak >40% siswa disebabkan karena tingkat *emotional maturity* yang rendah (Pristiyanti & Nuryono, 2020). Sedangkan di DIY sendiri, pada penelitian yang dilakukan di salah satu SMA Kota Yogyakarta berusia 14-18 tahun ditemukan 34,1% dari 126 responden melakukan *self-harm* (Sari, 2020). *Self-harm* dijadikan pelampiasan untuk mengurangi emosi negatif dan bahkan hal ini di jadikan tren untuk main-main sehingga lingkungan sekitar yang merasa tertantang akan mencoba melakukannya (Margaretha, 2020).

Self-harm dapat memicu timbulnya dampak secara fisik maupun psikis pada pelakunya. Dampak fisik yang terlihat jelas ditandai dengan kerusakan tubuh yang meninggalkan bekas luka hingga dapat menimbulkan infeksi pada luka. Secara psikis *self-harm* dapat membuat pelakunya teradiksi hingga parahnya tergiring dalam upaya resiko bunuh diri (Guntur et al., 2021). Temuan dari penelitian mengungkapkan dari 260 sampel remaja di Riau 20% mempunyai keinginan untuk bunuh diri, dengan 7 orang memiliki riwayat *self-harm* sebelumnya dan 10 orang dengan harapan hidup rendah (Rina et al., 2021).

Hingga saat ini belum ditemukan upaya khusus dari pemerintah yang menangani terkait masalah *self-harm* pada remaja. Namun, pemerintah telah merancang agar sekolah memiliki kegiatan untuk mempromosikan kesehatan mental. Hal ini selaras dengan upaya WHO, yang membuat kebijakan agar sekolah memiliki *public health setting* (Karyani & Himam, 2016). Diwujudkan dalam program Usaha Kesehatan Sekolah melalui upaya preventif terkait kesehatan mental pada siswa yang melibatkan kolaborasi dari pihak sekolah, orang tua, dan lembaga kesehatan masyarakat

dalam mencapai kesehatan mental siswa yang baik (Nurochim, 2020). Berdasarkan penelitian terjadi kenaikan efikasi diri yang signifikan sebesar 74% pada siswa setelah dilakukan intervensi dengan pemberdayaan penanganan serta mencari bantuan saat terjadi masalah psikosis awal dengan mengikuti UKSJ (Usaha Kesehatan Sekolah Jiwa) (Alfianto & Safitri, 2019).

Berdasarkan penelitian Shofia tahun 2018 mendapatkan hasil dari 128 siswa, menunjukkan nilai koefisien korelasi $r_{xy} -0,293$ dengan $p=0,001$ yang menunjukkan hubungan signifikan karena $p < 0,05$, bahwa terdapat hubungan negatif antara kecenderungan melukai diri sendiri terhadap kematangan emosi remaja di SMPN 1 Kesamben Jombang, yang dapat diartikan ketika siswa mempunyai kematangan emosi tinggi maka untuk melukai diri sendiri cenderung rendah begitu juga sebaliknya (Shofia, 2018). Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Rukmana (2021), dengan fokus menggali faktor-faktor terkait penyebab terjadinya tindakan melukai diri dengan pendekatan kualitatif didapatkan hasil adanya faktor yang lebih dominan dibanding kematangan emosi yang menyebabkan seseorang melakukan tindakan melukai diri sendiri. Dari informan yang diteliti ketiganya memiliki kesamaan dengan pola asuh orang tuanya yaitu kurangnya peran dari kedua orang tua (Rukmana, 2021).

Dari pemaparan diatas, diketahui bahwa masih terdapat kesenjangan terkait faktor yang berhubungan pada perilaku *self-harm* remaja. Sebelumnya telah dilakukan studi pendahuluan oleh peneliti di SMPN 2 Turi pada tanggal 11 Februari 2023, setelah dilakukan wawancara pada beberapa siswa ditemukan adanya fenomena siswa yang melakukan tindakan *self-harm*. Berdasarkan pengakuan siswa tiap kelasnya terdapat siswa yang melakukan *self-harm* kurang lebih 3 hingga 4 siswi. Tindakan yang paling sering ditemukan yaitu menyayat lengan dan memukul kaca hingga pecah dengan ciri-ciri terdapat luka bekas sayatan di lengan dan punggung tangan. Dari pihak sekolah sendiri telah mengupayakan pencegahan *self-harm* pada siswa dengan melakukan edukasi setiap mata

pelajaran bimbingan konseling yang dilaksanakan 1 minggu sekali. Selain itu, di SMPN 2 Turi belum pernah dilakukan penelitian mendalam yang membahas terkait kejadian *self-harm* pada siswa. Masih jarang ditemukan penelitian mengenai perilaku *self-harm* pada remaja usia awal terutama di wilayah Yogyakarta. Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan suatu penelitian terkait hubungan *emotional maturity* dengan kejadian *self-harm* pada remaja putri SMPN 2 Turi.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan *emotional maturity* dengan kejadian *self-harm* pada remaja putri.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan *emotional maturity* dengan kejadian *self-harm* pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik usia, latar belakang keluarga (Tinggal dengan siapa dan status perkawinan orang tua), hubungan dengan relasi sosial dan trauma di masa lalu siswi SMPN 2 Turi.
- b. Diketahui tingkat *emotional maturity* pada siswi SMPN 2 Turi.
- c. Diketahui kategori *self-harm* yang dilakukan siswi SMPN 2 Turi.
- d. Diketahui hubungan antara *emotional maturity* dengan terjadinya *self-harm* pada siswi SMPN 2 Turi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah informasi ilmiah dan khazanah ilmu pengetahuan khususnya terkait *emotional maturity* terhadap perilaku *self-harm* pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Menambah wawasan dan pengetahuan siswa mengenai pentingnya menjaga kestabilan dan kematangan emosi agar tidak melakukan perilaku *self-harm*.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah informasi dan dijadikan bahan evaluasi bagi pendidik dengan kejadian *self-harm* dengan meningkatkan *emotional maturity* atau kematangan emosi pada siswa.

c. Bagi Orang Tua

Menambah edukasi dan informasi bagi orang tua dalam membimbing *emotional maturity* pada remaja agar tidak terperangkap dalam perilaku *self-harm*.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai sumber referensi yang relevan bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan kajian serupa atau lebih mendalam.