

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja menurut Santrock (dalam Epivania & Soetjningsih, 2023) merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Menurut WHO, batasan usia remaja adalah antara 12 hingga 24 tahun (WHO, 2019). Remaja adalah tahap perkembangan dimana emosi masih belum stabil, remaja mengalami masa stres emosional yang meningkat terutama karena berada dalam tekanan sosial dan menghadapi keadaan baru. Masih belum stabilnya kematangan emosi sangat mempengaruhi perkembangan perilaku remaja dan pengambilan keputusan yang tepat sebelum mengambil tindakan (Laia, B., & Daeli, B., 2022).

Self injury menjadi fenomena yang kerap paling banyak dialami oleh remaja, dimulai pada usia 11 hingga 15 tahun dan mencapai puncaknya pada usia 10 hingga 20 tahun (Alifiando et al., 2022). Menyakiti diri sendiri (*self-injury*) adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan seseorang untuk mengatasi tekanan emosional dengan sengaja, namun tidak bermaksud untuk bunuh diri. Individu yang melakukan hal ini percaya bahwa sakit fisik lebih baik daripada sakit mental atau emosional (Rahardjo dan Kusumiati, 2023).

Perilaku melukai diri sendiri sebenarnya bukanlah gangguan jiwa, melainkan ketidakmampuan seseorang dalam mengalami stress (Carroll. et al. dalam Nasution dan Angraini, 2021). Menyakiti diri sendiri biasanya dilakukan

untuk melampiaskan atau menyalurkan perasaan yang terlalu menyakitkan untuk diungkapkan dengan kata-kata. Hal ini sesuai dengan pendapat Sansone (dalam Epivania & Soetjningsih, 2023), perilaku *self-injury* adalah perilaku yang bertujuan untuk merugikan diri sendiri guna mengurangi tekanan emosional dan mengatasi stres.

Prevalensi gangguan mental emosional di populasi dunia mencapai 16% dalam rentang usia 10-19 tahun dari beban penyakit dan cedera global. Di Indonesia sendiri menurut data Riskesdas tahun 2018 prevalensi orang dengan gangguan mental emosional ialah 9,8% dan di Jawa Barat sebesar 11,2% pada remaja usia 15-24 tahun. Menurut Mubasyiroh et al. (2017) prevalensi pelajar SMP-SMA yang mengalami gejala masalah mental emosional sebesar 60,17% dengan usia terbanyak 13-15 tahun.

Organisasi Kesehatan Dunia memperkirakan bahwa 6,1% populasi dunia melakukan tindakan menyakiti diri sendiri di kalangan anak usia 13-17 tahun (WHO, 2017). Di Indonesia sendiri, lebih dari sepertiga penduduk Indonesia (36,9%) melakukan bunuh diri, dari 1.018 penduduk Indonesia yang disurvei YouGov Omnibus. 60,9% diantaranya gantung diri (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) merangkum, pada bulan Januari-November 2023 terdapat 37 laporan kasus terkait anak yang mengakhiri hidupnya. Biasanya terjadi pada usia rawan (kelas 5-6 SD), kelas 1-2 SMP, kelas 1 dan 2 SMA.

Hasil penelitian I-NAMHS (Indonesia–*National Adolescent Mental Health Survey*) terkait perilaku menyakiti diri sendiri, sebagian kecil (4.4%)

dari remaja melaporkan pernah menyakiti diri sendiri secara sengaja sementara 1% melaporkan bahwa mereka pernah melakukan perilaku menyakiti diri sendiri dalam 12 bulan terakhir karena mengalami suatu masalah kesehatan mental (88.3%). Dalam sebuah penelitian (Pandia et al., 2021) yang dilakukan pada remaja usia 12-17 tahun di Provinsi Jawa Barat menemukan adanya 31.6% remaja masuk ke dalam kategori ambang atau tidak normal kesehatan mentalnya, contohnya gangguan emosional (I-NAMHS, 2022).

Dalam artikel yang ditulis oleh Abdullah Fikri Ashri pada tanggal 5 November 2023 yang dimuat dalam Kompas.id, siswa SMP di Kabupaten Cirebon diduga bunuh diri dengan cara gantung diri karena menghadapi masalah keluarga yang rumit; ditinggalkan ibunya, tidak punya tempat tinggal dan masalah psikologis yang tidak sanggup dihadapi oleh diri sendiri.

Menurut Anderson (dalam Epivania & Soetjningsih, 2023) faktor yang mempengaruhi individu memiliki perilaku *self injury* antara lain kesepian, kematangan emosi, konsep diri, usia, keluarga, kepribadian dan kecerdasan emosional. Kematangan emosi menjadi unsur penting karena kematangan emosi memungkinkan remaja untuk tidak merugikan diri sendiri (*self-injury*) dan remaja mempunyai kendali yang lebih baik terhadap emosinya. Remaja dengan kematangan emosi yang kurang menjadikan *self-injury* sebagai salah satu alternatif untuk mengungkapkan perasaan emosionalnya (Rahardjo dan Kusumiati, 2023).

Menurut Hurlock pada tahun 2017, kematangan emosi adalah keadaan individu yang tidak meledak emosinya dan dapat menempatkan dirinya pada

situasi dan waktu yang tepat (Hurlock et.al, 2017). Seseorang yang belum mencapai kematangan emosi yang stabil cenderung akan melukai dirinya sendiri, bahkan lebih parah lagi, melakukan upaya bunuh diri untuk menyingkirkan masalah (Mahmudah, 2021 dalam Agustina, 2023).

Menurut Katkovsky dan Gorlow (dalam Aridhona, 2017), kematangan emosi adalah suatu keadaan dimana seseorang secara terus menerus berupaya untuk mencapai keadaan emosi yang sehat baik secara fisik maupun dalam hubungan. Ciri-ciri kematangan emosi menurut Mudjiran (dalam Laia, B., & Daeli, B., 2022) adalah mandiri, dalam arti bertanggung jawab atas masalahnya sendiri dan orang lain, mampu menerima diri sendiri dan orang lain apa adanya dengan cenderung tidak menyalahkan diri sendiri atau orang lain atas kegagalan yang dialami, mampu menampilkan ekspresi emosi sesuai dengan situasi dan kondisi serta mampu mengendalikan emosi-emosi negatif sehingga permunculannya tidak implusif.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 Februari 2024 di MTs Negeri 9 Cirebon dengan bantuan guru BK (Bimbingan Konseling) dan diperoleh hasil siswa dengan jumlah perilaku *self injury* terbanyak berada di kelas tujuh yaitu tercatat ada 47 siswa. Peneliti melakukan wawancara pada 10 siswa dan mendapat hasil dari 10 siswa diantaranya pernah mengiris tangannya menggunakan silet dan pecahan kaca, Siswa yang melakukan *self-injury* tersebut beralasan melakukan tindakan demikian karena banyak faktor seperti ada masalah keluarga, pertemanan serta pengendalian emosi yang kurang baik seperti mudah marah, mudah iri dengan kehidupan

orang lain, merasa kesepian, sehingga memungkinkan siswa tersebut melakukan tindakan yang merugikan seperti *self injury*.

Pada penelitian Margaretha (2019) dijelaskan bahwa seseorang melakukan *self injury* disadari oleh keinginan untuk meluapkan emosinya. Zakaria dan Theresa (2020) pun menegaskan bahwa perilaku *self injury* merupakan ketidakmampuan individu dalam meregulasi emosi yang berujung pada pemilihan mekanisme koping tidak adaptif yaitu perilaku *self injury*.

Berdasarkan hasil wawancara dan pemaparan di atas mengenai remaja dengan kematangan emosi yang rendah cenderung akan melakukan tindakan *self-injury*, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Kematangan Emosi dengan Perilaku *Self Injury* Pada Remaja di MTs Negeri 9 Cirebon Tahun 2024”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena di atas maka rumusan masalah yang dibuat oleh peneliti sebagai berikut, “Apakah ada hubungan kematangan emosi dengan perilaku *self injury* pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon tahun 2024?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kematangan emosi dengan perilaku *self injury* pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kematangan emosi pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon tahun 2024.
2. Untuk mengetahui perilaku *self injury* pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon tahun 2024.
3. Untuk mengetahui hubungan kematangan emosi dengan perilaku *self injury* pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon tahun 2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Memperluas pengetahuan peneliti tentang hubungan kematangan emosi dengan perilaku *self injury* pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon.
2. Menjadi referensi peneliti berikutnya terkait hubungan kematangan emosi dengan perilaku *self injury* pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon.

1.4.2 Manfaat Praktis

Memberikan informasi terkait hubungan kematangan emosi dengan perilaku *self injury* pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon.

1.5 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan beberapa peneliti terdahulu memiliki karakteristik yang relatif sama dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi

variabel penelitian. Penelitian yang akan dilakukan yaitu hubungan kematangan emosi dengan perilaku *self injury* pada remaja di MTs Negeri 9 Cirebon.

1. Penelitian Tanthawi (2023) dengan judul penelitian “Hubungan Kecenderungan *Self Injury* Dengan *Emotional Stability* Pada Remaja Di Desa Aikmel Kabupaten Lombok Timur”. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Metode pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* secara *purposive sampling*. Berdasarkan hasil uji korelasi nilai r sebesar 0.994 adalah koefisien korelasi antara *Emotional stability* dengan *Self Injury*. Nilai r tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *Emotional stability* dengan *Self Injury* berada pada kategori sangat kuat. Adapun persamaan dan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti kerjakan ialah persamaan satu variabel yaitu *self injury*, sama-sama menggunakan penelitian kuantitatif dan populasinya remaja. Sedangkan perbedaannya adalah waktu penelitian dan lokasi penelitian.
2. Penelitian Rahardjo dan Kusumiati (2023) dengan judul penelitian, “*Contribution of Emotional Maturity with Behavioral Tendencies of Self-Injury In Adolescents*”. Penelitian ini berbentuk penelitian kuantitatif dengan informasi berupa data statistik. Kuesioner penelitian dibagikan dengan cara mengirim *google-form*. Hasil dan analisis korelasi *Product-Moment Spearman-Rho* yang telah dilakukan, diketahui bahwa koefisien korelasi antara variabel kematangan emosi dengan variabel *self-injury* adalah 0.045 dengan nilai Sig. 0.278 mengindikasikan tidak terdapat

korelasi kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku *self-injury* pada remaja. Adapun persamaan dan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti kerjakan ialah persamaan dua variabel yaitu kematangan emosi dan *self-injury*. Sedangkan perbedaannya adalah teknik pengambilan data peneliti menggunakan *non probability sampling*.

3. Penelitian Verenisa, Suryani, Sriati (2021) dengan judul penelitian “Gambaran *Self-Injury* Mahasiswa”. Jenis penelitian pada penelitian ini yaitu metode deskriptif kuantitatif. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *google-form* yang disebar di grup angkatan dengan teknik sampling jenuh. Hasil penelitian yang didapatkan tentang *self-injury* pada mahasiswa salah satu fakultas universitas di wilayah Bandung, yaitu mahasiswa yang melakukan *self-injury* dalam setahun terakhir yaitu sebesar 32,1%, dibandingkan dengan mahasiswa tidak melakukan *self-injury* dalam setahun terakhir sebesar 67,9% responden. Sebagian besar responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan dengan presentase 86,7% yang terdiri dari 57,4% tidak melakukan *self-injury* dan 29,2 % melakukan *self-injury*. Adapun persamaan dan perbedaan ialah waktu penelitian, lokasi penelitian serta populasi dan teknik pengambilan sampel.
4. Penelitian Tang, W.-C., Lin, M.-P., You, J., Wu, J. Y.-W., & Chen, K.-C. (2021) dengan judul penelitian “*Prevalence and Psychosocial Risk Factors of Nonsuicidal Self-injury Among Adolescents During The COVID-19 Outbreak*”. Penelitian ini menyelidiki prevalensi *Nonsuicidal*

Self-injury (NSSI) selama wabah COVID-19 dan mengidentifikasi faktor risiko psikososial pada siswa SMP yang berjumlah 1.060 remaja. Alat ukur yang digunakan untuk NSSI dikembangkan oleh You. Hasil dari penelitian ini ialah prevalensi NSSI ditemukan sebesar 40,9% selama wabah COVID-19, artinya menunjukkan bahwa selama wabah, kejadian NSSI sangat lazim terjadi pada remaja. Adapun persamaan dan perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang peneliti kerjakan adalah persamaan pada satu variabel yaitu *Self-injury*. Sedangkan perbedaannya alat ukur yang digunakan peneliti adalah SHI milik Randy Sansone.

5. Penelitian Jiang, Z., Wang, Z., Diao, Q., Chen, J., Tian, G., Cheng, X., Zhao, M., He, L., He, Q., Sun, J., & Liu, J. (2022) dengan judul penelitian “*The Relationship Between Negative Life Events and Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) Among Chinese Junior High School Students: The Mediating Role of Emotions*”. Penelitian bertujuan mengidentifikasi gejala emosi dalam memengaruhi kehidupan negatif pada remaja yang melakukan *self-injury*, dengan menggunakan kecemasan dan depresi sebagai variabel yang diamati dari gejala emosi. Hasil dari penelitian ini ialah prevalensi NSSI adalah 37,1% (n = 881). Prevalensi NSSI adalah 28,3% pada siswa SMP perkotaan dan 38,3% pada siswa SMP pedesaan. Adapun persamaan dan perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang peneliti kerjakan ialah persamaan pada satu variabel yaitu *self-injury* dan sampel pada siswa SMP. Sedangkan perbedaannya adalah waktu penelitian dan lokasi penelitian.