

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Fenomena kedaruratan psikiatri pada remaja menjadi perhatian seluruh lapisan masyarakat. Salah satunya yaitu *self harm* atau tindakan menyakiti diri sendiri dengan sengaja terutama pada remaja yang berakibat hingga kematian di seluruh dunia (Sukamto dkk., 2024). Perilaku *self harm* dapat berupa tindakan seperti menyayat atau melukai anggota tertentu pada tubuh seseorang, memukul diri sendiri, membenturkan tubuh dengan keras pada dinding atau benda keras lainnya, membakar badan, serta mengonsumsi zat berbahaya atau beracun (Insani dan Savira, 2022). Masa remaja adalah periode perkembangan yang rawan terhadap munculnya perilaku *self harm*, mengingat remaja tengah mengalami proses pembentukan kematangan dalam aspek mental, emosional, sosial, dan fisik, serta berada dalam fase transisi menuju tahap dewasa (Ramadhany dkk., 2023). *Self harm* pada remaja sering dikaitkan dengan masalah negatif yang cukup serius seperti masalah isolasi sosial, kinerja akademis hingga penyakit depresi (Che dkk., 2022).

Secara global, prevalensi perilaku *self harm* tergolong tinggi, yakni mencapai 17,2% pada kelompok remaja, 13,4% didewasa muda, dan 5,5% pada populasi umum atau masyarakat awam (Suhartini dkk., 2022). Indonesia sendiri, didapatkan hasil penelitian YouGov Omnibus bulan Juni tahun 2019 bahwa lebih dari sepertiga penduduk, yaitu sebesar 36,9%, pernah melakukan tindakan melukai diri secara sengaja (Widyawati dan Kurniawan, 2021). Sebuah studi yang dilakukan di Jawa Timur, mencatat bahwa dari 255 remaja

yang diteliti, 45,9% mengalami *self-harm* ringan dan 16,1% mengalami *self-harm* berat (Budiman M. Elyas Arif dkk., 2024). Sedangkan hasil penelitian *self harm* di Kabupaten Ponorogo mayoritas responden 42,5% menunjukkan *self-harm* sedang, *self harm* berat 36,2% dan paling sedikit *self harm* ringan 21,3% (Yahya, 2024). Hasil temuan peneliti saat melakukan skrining penyuluhan kesehatan mental di MTsN 3 Ponorogo pada bulan Juli 2024 terhadap 19 siswa menggunakan kuisioner SRQ-20 didapatkan hasil 16 siswa mengalami gangguan kesehatan mental, 11 diantaranya mengalami gejala depresi dan 1 siswa melakukan *self harm*. Berdasarkan studi pendahuluan peneliti kepada Guru BK MTsN 3 Ponorogo mengungkapkan bahwasannya terdapat 2 siswa yang terdata melakukan *self harm* dan 1 diantaranya sudah *drop out* dari sekolah.

Menurut teori Beck depresi merupakan perubahan kepribadian yang ditandai dengan perasaan sedih, pandangan negatif terhadap diri sendiri, kurangnya motivasi, perubahan persepsi diri, serta penurunan atau peningkatan aktivitas secara tidak normal (Al Aziz, 2020). Berdasarkan teori depresi yang mengarah pada perasaan emosi negatif pada diri sendiri, sehingga seseorang yang mengalami depresi memiliki resiko yang lebih besar melakukan *self harm*. Jika tidak segera dilakukan penanganan akan berakibat memberikan beban pikiran, dan dapat mengganggu sistem kekebalan tubuh bahkan muncul fase akumulasi stressor yang mendorong tindakan peluapan emosi yang maladaptif seperti *self harm* yang dapat berakibat sampai bunuh diri (Sibarani dkk., 2021). Seseorang yang pernah melakukan tindakan *self harm* pada masa lalu akan memiliki resiko 1.68 kali lipat lebih tinggi untuk melakukan bunuh

diri. *Self harm* juga akan berdampak pada bagian tubuh mengalami kerusakan jaringan yang kemudian mengalami komplikasi medis (Kandar dkk., 2024).

Solusi pencegahan *self-harm* menjadi perhatian penting, terutama bagi lembaga pendidikan dan sosial, salah satunya melalui peningkatan pendekatan konseling untuk mendorong *self-love*. Pendekatan ini bertujuan membantu individu terhindar dari perilaku merugikan diri sendiri, meningkatkan kemampuan berpikir rasional, menghindari stres dan perilaku depresi (Nurzisah dkk., 2024). Dukungan aktif dan positif dari keluarga juga berperan penting dalam membantu remaja menyesuaikan diri dan menurunkan tingkat depresi agar terhindar dari *self harm*. Dukungan keluarga mencakup beberapa aspek penting, yaitu dukungan informasional, penilaian, instrumental, dan emosional (Mailoa dkk., 2022). Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat membantu mendeteksi hubungan tingkat depresi dengan *self-harm* serta dapat memberikan data penunjang sebagai pengembangan intervensi yang lebih tepat sasaran.

Dalam Surah An-Nisa ayat 29, Allah Swt. berfirman yang artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu saling memakan harta sesamamu dengan cara yang batil, kecuali dengan jalan perniagaan yang dilakukan atas dasar suka sama suka di antara kamu. Dan janganlah kamu membunuh dirimu; sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu”. Ayat ini dapat ditafsirkan sebagai larangan untuk menyakiti atau membinasakan diri sendiri, termasuk melukai diri dengan sengaja, karena Allah adalah Maha Pengasih dan Maha Penyayang yang senantiasa melindungi hamba-Nya (Rahmatika dan Syahidin, 2024). Ayat diatas diperkuat dengan

hadist “Barangsiapa yang membunuh dirinya dengan sebuah besi, maka besi itu akan berada ditangannya yang dipakainya untuk menusuki perutnya kelak di hari kiamat di dalam neraka jahanam dalam keadaan kekal didalamnya selama-lamanya. Dan barangsiapa yang membunuh dirinya sendiri dengan racun, maka racun itu berada di tangannya untuk ia teguki di dalam neraka jahanam dalam keadaan kekal didalamnya untuk selama-lamanya” (HR. Bukhari Muslim). Hadis ini menjelaskan bahwa tindakan bunuh diri maupun perilaku *self harm* merupakan hal yang dilarang oleh Allah Swt. dan termasuk dalam kategori perbuatan yang mencerminkan keputusan. Hal lain yang dijelaskan bahwa individu yang melakukan tindakan bunuh diri menunjukkan kurangnya kepercayaan terhadap rahmat dan pertolongan Allah. Sebagai konsekuensinya, azab neraka Jahannam bagi mereka yang melakukan perbuatan tersebut (Mil dkk., 2024).

Berdasarkan latar belakang diatas, melihat dari fenomena melukai diri sendiri atau *self harm* sudah menjadi trend tetapi belum banyak penelitian yang dilakukan di Indonesia dan khususnya di Ponorogo sendiri, maka dari itu peneliti tertarik mengambil judul ”Hubungan Tingkat Depresi Dengan *Self Harm* Pada Remaja di MTsN 3 Ponorogo”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan, maka dapat dirumuskan bahwa bagaimanakah hubungan tingkat depresi dengan *self harm* pada remaja di MTsN 3 Ponorogo ?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat depresi dengan *self harm* pada remaja di MTsN 3 Ponorogo.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat depresi remaja di MTsN 3 Ponorogo.
2. Mengidentifikasi *self harm* remaja di MTsN 3 Ponorogo.
3. Menganalisis hubungan tingkat depresi dengan *self harm* pada remaja di MTsN 3 Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan kesehatan jiwa, terkait dengan hubungan antara tingkat depresi dan *self harm* pada remaja. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam perancangan dan pengembangan intervensi yang lebih lanjut, sejalan dengan perkembangan ilmu dan praktik keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi responden

Dapat digunakan sebagai sumber informasi dan pengetahuan mengenai *self harm*, dan dapat mengurangi *self harm* yang terjadi pada remaja.

2. Bagi masyarakat

Dapat digunakan sebagai ilmu pengetahuan untuk masyarakat tentang hubungan tingkat depresi dengan *self harm*.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Sukamto dkk. (2024) Pengaruh Edukasi Dengan Media Video Terhadap Kedaruratan *Self Harm* Pada Remaja Di Kabupaten Ponorogo. Tujuan : untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan media video terhadap perilaku *self harm* pada remaja. Metode : penelitian pre eksperimen *one group pretest* dan *post test*. Sampel penelitian ini adalah remaja di desa Koripan Kecamatan Bungkal Ponorogo dengan jumlah 43 orang yang diambil dengan teknik sampel purposive sampling. Analisa data menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank test. Hasil : uji statistik didapatkan nilai signifikansi ($p \text{ value} = 0,340$) $> \alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan tidak ada pengaruh edukasi dengan video terhadap perilaku *self harm* pada remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perubahan *self harm* pada remaja tidak cukup efektif hanya menggunakan video edukasi namun membutuhkan intervensi yang lain. Perbedaan dari penelitian ini yaitu variabel dan tujuan penelitian. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama sama meneliti *self harm* pada remaja, dan tempat penelitian yang berada di Ponorogo.
2. Endriyani dkk. (2022) Gangguan Mental Emosional Dan Depresi Pada Remaja. Tujuan : Mendeteksi dini gangguan jiwa pada remaja. Metode : Menggunakan desain adalah deskriptif kuantitatif. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling pada siswa kelas XII IPA SMA Muhammadiyah 2 Palembang sebanyak 68 responden. Hasil : Responden

berjenis kelamin laki-laki dan tidak mengalami depresi sebanyak 50%, depresi ringan 21,4%, depresi sedang 17,8%, dan depresi berat 10,7%. Responden perempuan dan tidak mengalami 47,5% sebesar 14 responden, depresi ringan 30%, depresi sedang 10%, serta depresi berat 12,5%. Pada perempuan yang tidak ada gangguan emosional 77,5% dan yang mengalami gangguan emosional 22,5%. Responden laki-laki yang tidak memiliki gangguan emosional 71,4% dan yang mengalami gangguan emosional 28,6%. Perbedaan dari penelitian ini yaitu variabel, responden dan tujuan penelitian. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama sama meneliti depresi pada remaja.

3. Che dkk. (2022) *Association between school bullying victimization and self-harm in a sample of Chinese children and adolescents: The mediating role of perceived social support*. Tujuan : untuk meneliti hubungan antara korban perundungan dan menyakiti diri sendiri, dengan fokus khusus pada peran mediasi dari dukungan sosial yang dirasakan. Metode : Sebuah studi cross-sectional berbasis populasi terhadap 4.627 siswa Tiongkok berusia 10 hingga 17 tahun dilakukan di provinsi Yunnan, Tiongkok barat daya. Metode pengambilan sampel kluster acak sederhana dua tahap digunakan untuk memilih subjek studi. Hubungan yang disesuaikan antara korban perundungan di sekolah, dukungan sosial yang dirasakan, dan perilaku menyakiti diri sendiri diperiksa dengan menggunakan model regresi logistik multivariat. Mediasi dukungan sosial yang dirasakan dalam hubungan antara korban perundungan dan perilaku menyakiti diri sendiri dievaluasi dengan menggunakan model jalur. Hasil : Setelah

mengendalikan kovariat potensial, korban perundungan dikaitkan dengan prevalensi peningkatan perilaku menyakiti diri sendiri, dengan rasio peluang yang disesuaikan sebesar 1,90 (IK 95%: 1,57, 2,32). Di antara semua sumber dukungan sosial yang dirasakan, hanya dukungan orangtua yang memainkan peran mediasi yang menonjol dalam hubungan antara korban perundungan dan perilaku menyakiti diri sendiri, yang mencakup 20,73% dari varians yang dijelaskan. Mediasi dukungan orangtua sebanding antara anak laki-laki dan perempuan. Mengenai berbagai jenis viktimisasi perundungan, analisis jalur menunjukkan bahwa hanya hubungan antara viktimisasi fisik dan perilaku menyakiti diri sendiri yang dimediasi secara signifikan oleh dukungan orangtua. Perbedaannya pada variabel, responden dan tujuan penelitian. Persamaan sama-sama meneliti tentang *self harm* pada remaja.

4. Men dkk. (2022) *Suicidal/self-harm behaviors among cancer patients: A population-based competing risk analysis*. Tujuan : untuk menyelidiki secara sistematis risiko perilaku bunuh diri/melukai diri sendiri di antara pasien kanker Hong Kong serta faktor-faktor yang berkontribusi. Metode : Pasien berusia 10 tahun atau lebih yang pertama kali dirawat di rumah sakit terkait kanker (2002– 2009) diidentifikasi dan catatan medis pasien rawat inap mereka diambil. Mereka dipantau selama 365 hari untuk mengetahui perilaku bunuh diri/melukai diri sendiri atau kematian. Informasi terkait kanker dan komorbiditas fisik dan psikiatris 2 tahun sebelumnya juga diidentifikasi. Model risiko yang bersaing dilakukan untuk mengeksplorasi insiden kumulatif perilaku bunuh diri/melukai diri

sendiri dalam 1 tahun serta faktor-faktor yang berkontribusi. Analisis juga dikelompokkan berdasarkan usia dan jenis kelamin. Hasil : Secara total, 152.061 pasien kanker diikutsertakan dalam analisis. Insidensi kumulatif perilaku bunuh diri/melukai diri sendiri dalam 1 tahun adalah 717,48/100.000 orang-tahun. Secara keseluruhan, tingkat keparahan kanker, riwayat perilaku bunuh diri/melukai diri sendiri, diabetes, dan hipertensi berhubungan dengan risiko perilaku bunuh diri/melukai diri sendiri. Ada hubungan berbentuk U antara usia dan perilaku bunuh diri/melukai diri sendiri dengan titik balik pada usia 58. Komorbiditas psikiatrik sebelumnya tidak berhubungan dengan risiko perilaku bunuh diri/melukai diri sendiri. Analisis bertingkat menegaskan bahwa dampak faktor-faktor yang berkontribusi bervariasi menurut usia dan jenis kelamin. Perbedaan pada variabel, responden dan tujuan penelitian. Persamaan sama-sama meneliti tentang *self harm*.

5. Muha dkk. (2024) *Depression and emotional eating in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis*. Tujuan : untuk menentukan hubungan antara depresi dan makan karena emosi pada anak-anak dan remaja. Metode : Pencarian sistematis dilakukan di tujuh basis data. Studi dimasukkan jika populasi studi memiliki usia rata-rata 18 tahun dan menilai depresi dan makan karena emosi menggunakan ukuran yang tervalidasi. Pencarian menghasilkan 12.241 studi unik, yang 37 di antaranya memenuhi kriteria inklusi. Hasil : Tiga puluh tujuh studi (26.026 peserta; usia rata-rata = 12,4 tahun, SD = 3,1) disertakan. Ukuran efek rata-rata signifikan untuk data cross-sectional dan longitudinal (Hedges' g =

0,48, $p < 0,0001$; $g = 0,37$, $p = 0,002$, berturut-turut), mengungkapkan hubungan positif yang cukup kuat antara gejala depresi dan makan emosional pada remaja. Di antara studi longitudinal, hubungan lebih kuat ketika gejala depresi dan makan emosional dinilai menggunakan laporan diri anak dan remaja versus laporan orang tua. Tidak ada studi yang meneliti remaja dengan diagnosis klinis depresi. Meta-analisis mengungkapkan bahwa gejala depresi dan makan emosional berhubungan positif pada anak-anak dan remaja. Namun, penelitian lebih lanjut dalam sampel klinis diperlukan. Hasilnya meningkatkan kemungkinan pentingnya makan karena emosi dalam kaitan antara depresi dan risiko penyakit kardiovaskular dini, meskipun pemeriksaan lebih lanjut diperlukan untuk menentukan apakah makan karena emosi merupakan target pengobatan potensial untuk menurunkan risiko penyakit kardiovaskular di kalangan remaja dengan gejala depresi yang meningkat. Perbedaan dari penelitian ini pada variabel, responden dan tujuan penelitian. Persamaan sama-sama meneliti tentang depresi pada remaja.