

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan suatu proses yang terjadi secara terus menerus yang bertujuan untuk mengubah jati diri seorang siswa untuk lebih maju dan berkembang dalam ilmu pengetahuan. Dengan adanya perkembangan zaman, dunia Pendidikan terus berubah secara signifikan sehingga banyak merubah pola pikir yang masih sederhana menjadi lebih modern (Panoyo dkk., 2019). Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk membentuk dan mengembangkan segala bakat, potensi, minat, dan seluruh kemampuan anak agar menjadi manusia yang cerdas spritual, emosional, dan intelektual (Kadarsih dkk., 2020). Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Krisbiyanto dkk., 2022).

Pendidikan merupakan bagian dari aset pembangunan suatu bangsa. Pentingnya pendidikan bagi suatu bangsa yaitu dapat mengembangkan potensi sumber daya manusia (SDM). Pasal 5 ayat (1) undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan menjamin hak setiap warga negara untuk mendapatkan pendidikan yang bermutu. Banyak pakar pendidikan yang memiliki pendapat berbeda mengenai pemahaman pendidikan yang bermutu

namun pada dasarnya memiliki tujuan yang sama dalam pemberian layanan pendidikan bermutu kepada peserta didik (Rahmatullah & Jumadi, 2020).

Peningkatan mutu pendidikan merupakan prioritas utama dalam upaya mencerdaskan kehidupan bangsa sehingga diperlukan manusia yang utuh. Salah satu contoh lembaga formal yang diciptakan pemerintah Indonesia untuk meningkatkan kualitas mutu pendidikan adalah sekolah. Sekolah mempunyai tujuan dan perencanaan yang jelas. Hal ini dapat dilihat dengan adanya kurikulum, metode pembelajaran, media pendidikan dan lain-lain. Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 yang telah dijabarkan dalam Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 bahwa sekolah harus memenuhi delapan unsur Standar Nasional Pendidikan yang terdiri dari: standar isi, standar proses, standar kompetensi lulusan, standar pendidik dan tenaga kependidikan, standar sarana dan prasarana, standar pengelolaan, standar pembiayaan, dan standar penilaian, dimana hal tersebut merupakan objek penjaminan mutu pendidikan atau sekolah menurut Depdikbud (Kartika & Aviani, 2020).

Peraturan Pemerintah No. 17 Tahun 2010 tentang Pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan menjelaskan bahwa pendidikan menengah adalah jenjang pendidikan pada jalur pendidikan formal yang merupakan lanjutan pendidikan dasar, berbentuk Sekolah Menengah Atas, Madrasah Aliyah, Sekolah Menengah Kejuruan, dan Madrasah Aliyah Kejuruan atau bentuk lain yang sederajat (Lubis dkk.,2020).

Siswa merupakan sumber daya utama dan terpenting dalam proses pendidikan formal. Siswa yang juga biasa disebut dengan anak didik

merupakan subjek utama dalam pendidikan. Siswa adalah subjek belajar atau disebut pembelajaran. Siswa atau peserta didik merupakan satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral. Peserta didik diartikan sebagai individu yang sedang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun psikis menurut fitrahnya masing-masing. Siswa merupakan individual yang unik, tidak ada dua siswa yang sama persis, tiap siswa memiliki perbedaan dengan satu dengan yang lain. Perbedaan tersebut terdapat pada karakter psikis, kepribadian, sifat-sifatnya, begitu pula minat yang dimiliki dalam mengikuti proses belajar (Adawiyah, 2021).

Siswa pada Madrasah Aliyah tergolong dalam fase remaja, yang berada dalam kategori remaja tengah dengan usia berkisar antara 15 hingga 18 tahun (Maharani & Rusmawati, 2020). Remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini juga remaja memiliki tantangan tersendiri, dimana remaja dianggap sudah lebih mapan dibandingkan masa sebelumnya yakni saat menjadi masa kanak-kanak, namun disatu sisi remaja belum sepenuhnya dapat bertanggung jawab (Dewi & Yusri, 2023). Saat ini, tugas perkembangan remaja adalah memperluas identitasnya. Fase ini sering diartikan sebagai kritis, identik dengan badai dan tekanan, seperti konflik, masalah hubungan sosial dan *mood swing* pada remaja. Banyak remaja yang merasa kesulitan pada fase ini. Mulai dari konflik, tekanan dan bahkan dari mereka tidak segan untuk melakukan tindakan merugikan diri sendiri (*self harm*). Sanrock (dalam Saputra dkk., 2022) mengatakan bahwa pada fase ini

terdapat banyak perubahan yang terjadi meliputi berbagai aspek atau fungsi perkembangan mulai dari kognitif, fisik, hingga sosioemosi.

Salah satu perilaku yang merugikan diri sendiri adalah perilaku melukai diri sendiri atau yang biasa disebut dengan *self-harm*. Perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*) merupakan kelakuan seseorang untuk menyakiti diri sendiri dengan berbagai cara tanpa memandang ada atau tidaknya niat dan keinginan bunuh diri. Tindakan ini dilakukan untuk mengurangi ketegangan agar merasa lebih tenang dari perasaan yang tidak nyaman akibat masalah yang dirasakan. Seseorang yang tidak mampu mengungkapkan masalah yang sedang dihadapi dengan kata-kata biasanya akan melakukan upaya untuk mengurangi rasa emosional dengan menyakiti dirinya sendiri (Alifiando dkk., 2022).

*Self-harm* atau *non-suicidal self-injury* ditandai dengan kecenderungan emosi yang tidak stabil, hubungan yang tidak bertahan lama, dan adanya perasaan kosong di dalam diri. *Self-harm* merupakan masalah kesehatan yang banyak muncul dan memerlukan penanganan yang adekuat. Laye-Gindhu (dalam Fitriyana, 2020) mengungkapkan bahwa *self harm* adalah perilaku yang disengaja dan secara sukarela menyakiti diri sendiri namun tidak sampai membahayakan seperti halnya usaha bunuh diri. *Self-harm* dilakukan sebagai salah satu cara untuk meluapkan penderitaan secara emosional dengan melukai dirinya sendiri. Biasanya individu melakukan ini sebagai penggambaran jika dirinya tidak mampu untuk melampiaskan emosi negatif dengan kata-kata. *Self-harm* adalah perilaku yang disengaja melukai diri sendiri untuk mengurangi rasa sakit psikologis (Shalsabilla dkk., 2023).

Adapun bentuk perilaku *self-harm*, seperti menyayat kulit, mencabut rambut secara paksa, memukul diri sendiri, dan sebagainya. YouGov Omnibus (dalam Rahayu & Ariana, 2023) pada juni 2019 melakukan survei mengenai fenomena melukai diri sendiri di Indonesia dan menemukan 36,9% orang Indonesia pernah melukai diri sendiri. Hidayati dan Fanani menemukan onset rata-rata dari mahasiswa yang pernah melukai diri sendiri adalah usia 12-19 tahun. Hal ini didukung oleh penelitian Ee dan Mey yang menemukan bahwa dari 250 pelajar usia 13-16 tahun, 68% mengaku pernah melukai diri sendiri.

*Self-harm* memiliki beberapa faktor risiko dan faktor protektif. Faktor resiko adalah disregulasi emosi, kesulitan dimasa kecil, permasalahan interpersonal, ciri-ciri kepribadian dan gaya coping. Selain itu, adanya faktor protective yang dibutuhkan perilaku *injury* yaitu *self-esteem* yang tinggi, *subjective well-being*, dan dukungan sosial. Rendahnya tingkat dukungan sosial yang dirasakan remaja, menjadikannya rentan untuk melakukan *self-harm* dan memprediksi keterlibatan remaja dalam *self-harm* (Rahayu & Ariana, 2023). Kurangnya dukungan sosial menjadi salah satu prediktor signifikan dalam timbulnya perilaku NSSI serta terlibat dalam pemeliharaan dan keparahan NSSI itu sendiri (Izzah & Ariana, 2022).

Batsman (dalam Noorrahman dkk., 2023) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah adanya nasehat, motivasi, arahan, dan menunjukkan jalan keluar dari orang-orang terdekat yang biasanya diberikan pada saat sedang dalam masa terpuruk. Menurut (Widihapsari & Susilawati, 2023) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan sumber bermakna dalam menghadapi peristiwa sulit

dalam hidup, serta menjaga kesehatan fisik dan mental yang baik. Dukungan sosial memberikan fungsi emosional, informasi, instrumental dan evaluasi.

Sarafino (dalam Sestiani & Muhid, 2021) mengatakan bahwa dukungan sosial berarti kenyamanan, perhatian, rasa terima kasih, atau dukungan yang diberikan kepada orang atau kelompok lain. Cohen & Syme bahwa dukungan sosial adalah suatu bentuk sumber daya diberikan orang lain kepada seseorang, yang akan pengaruhi kesejahteraannya. Dukungan sosial adalah kehadiran, keinginan dan perhatian orang, yang dapat disebabkan oleh kepuasan dan cinta kita.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 29 November 2023 dengan guru bimbingan konseling bahwa benar adanya siswa yang melakukan tindakan merugikan diri sendiri yaitu *self harm*. Siswa-siswi merasakan stres dengan sekolah, persahabatan ataupun masalah di rumahnya, siswa tersebut tidak memiliki tempat untuk bercerita sehingga ia mengalihkan rasa sakit emosional yang dirasakan dengan melukai tubuhnya. Siswa tersebut melakukan *self-harm* berupa menyayat tangan, memukul, menggores bagian tubuhnya dan menjambak rambutnya. Tindakan menyakiti diri bertujuan untuk melampiaskan emosi negatif seperti perasaan sedih, kecewa dan tertekan.

Hal ini dilakukan dikarenakan mereka ingin mendapatkan perhatian dari lingkungan sekitarnya terkhususnya orangtua. Siswa yang melakukan *self-harm* tersebut ada diantaranya yang merupakan anak yang orangtuanya sudah bercerai. Siswa tersebut tumbuh dalam keluarga yang kurang harmonis serta komunikasi yang tidak bagus di keluarganya. Anak-anak tersebut merasa tidak dianggap

pada saat mendapatkan nilai yang bagus tidak ada ungkapan kebanggan yang didapatkannya dari orang terdekat yang menyebabkan mereka merasa sendiri . Selain itu faktor ekonomi juga menjadi alasan bagi siswa melakukan hal tersebut, dikatakan bahwa rata-rata perekonomian orangtua pada siswa tersebut tergolong cukup untuk sehari saja.

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada siswa yang mengatakan bahwa hal tersebut dilakukan untuk melampiaskan emosinya dikarenakan tidak ada tempat yang nyaman untuk bercerita. Siswa-siswa tersebut merasa lega ketika sudah meluapkan emosi dengan melakukan *self-harm*. Siswa tersebut merasa sendiri dan takut untuk bercerita mengenai permasalahan yang dialami kepada orang lain. Siswa tersebut merasa tindakan yang dilakukan sudah benar karena dapat meredakan emosi negatif yang sedang dialaminya. Putus hubungan dengan seseorang serta kondisi yang menempatkan siswa merasa tertekan dan kecemasan berlebihan menjadi salah satu alasan tindakan tersebut dilakukannya. Beberapa mengatakan bahwa tindakan tersebut dilakukan untuk menarik perhatian dari orangtuanya. Minimnya pengetahuan siswa tentang bagaimana seharusnya ia bertindak ketika menghadapi suatu permasalahan serta lingkungan yang kurang peka membuat siswa tersebut melakukan tindakan pelampiasan emosi ke arah yang negatif yang mereka anggap hal tersebut suatu hal yang wajar.

Berdasarkan hasil wawancara, *self-harm* terjadi dikarenakan siswa merasa ia butuh perhatian serta rasa empati dari lingkungan yang dianggapnya penting. Siswa tersebut merasa bahwa orang disekitarnya tidak peduli dengan

keadaannya padahal ia membutuhkan dorongan dan motivasi pada saat berada dalam kondisi yang membuatnya tertekan. Dalam menjalin hubungan siswa tersebut merasa ia tidak mendapatkan *feedback* atas apa yang telah dilakukannya. Kehangatan, perhatian serta ungkapan kebanggaan yang diinginkan dari orangtuanya minim terjadi yang akhirnya memunculkan perasaan tidak dipedulikan. Siswa tersebut juga merasakan adanya kekurangan dalam hal penghargaan seperti merasa kurang dihargai dan dipedulikan oleh lingkungan sosialnya. Adapaun demi berkelanjutan hidup, siswa tersebut kurang dalam hal bantuan dalam hidupnya, bantuan tersebut dapat berupa material atau finansial, siswa juga mengalami kurangnya dukungan atau kedekatan dengan lingkungan sosialnya yang terdekat dalam mendapatkan nasehat berupa tempat menyelesaikan masalah apa yang telah terjadi dan tidak dapat diatasi oleh siswa tersebut.

Penelitian mengenai Hubungan Dukungan Sosial Secara Online (*Online Social Support*) dengan Perilaku Menyakiti Diri (*Self-Harm*) pada Pengguna Media Sosial Twitter yang dilakukan Afifah Nuha Nandela (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial online dan perilaku menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*) . Penelitian selanjutnya yaitu Hubungan Antara *Perceived Social Support* dengan Perilaku *Non-Suicidal Self-Injury* pada Mahasiswa yang dilakukan oleh Lilik Zakiyatul Fakhirah (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan perilaku *non-suicidal self-injury* pada mahasiswa.

Penelitian mengenai Hubungan Dukungan Sosial Online dengan Perilaku Menyakiti Diri Pada Remaja Pengguna Media Sosial Online yang dilakukan oleh Watiningsih dan Retno Mulya (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial online dengan *self-harm* pada pengguna media. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada sampel, populasi, waktu dan lokasi penelitian.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai ” Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Self-Harm* pada siswa MAN 3 Kota Padang”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian yang terdapat dalam latar belakang masalah , maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah untuk apakah terdapat Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecenderungan *Self-Harm* pada Siswa MAN 3 Kota Padang ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah ditentukan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecenderungan *Self-Harm* pada Siswa MAN 3 Kota Padang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kajian teoritis pada ilmu pengetahuan psikologi, terutama dalam kajian psikologi sosial yang berhubungan dengan dukungan sosial dan kecenderungan *self-harm*.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Sampel Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman baik mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *self-harm* dan dukungan sosial.

#### **b. Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai bahan masukan pengetahuan dan wawasan mengenai perilaku *self-harm* dan dukungan sosial.

#### **c. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan dan menambah wawasan bagi para peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *self-harm* maupun dukungan sosial.