

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu hal yang disepakati menjadi hal yang pokok dalam suatu bangsa manapun. Kualitas pendidikan dalam suatu bangsa menjadi salah satu penentu kemajuan bangsa. Kemajuan suatu bangsa dapat dilihat dari bagaimana kualitas pendidikan di bangsa dan negara tersebut. Pendidikan sebagai sarana utama dalam mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh manusia yang mana salah satu tujuan pendidikan nasional adalah membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dan berakhlak mulia (Kurniawati, 2020).

Menurut Pasal 1 Ayat 2 dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, dijelaskan mengenai tujuan dari pendidikan nasional adalah pendidikan yang berlandaskan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 yang berakar pada nilai-nilai agama, kebudayaan nasional Indonesia dan tanggap terhadap tuntutan perubahan zaman. Tujuan yang dapat dicapai melalui pendidikan adalah meningkatkan kapabilitas menjadi individu yang mandiri dan memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain (Noor, 2018). UU No.20 tahun 2003 Bab VI pasal 13 ayat 1 menyebutkan, jalur pendidikan terdiri atas pendidikan formal, nonformal dan informal yang dapat saling melengkapi dan memperkaya". Pendidikan formal meliputi pendidikan dasar seperti Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP/Mts), pendidikan menengah seperti Sekolah Menengah Atas (SMA/SMK/MA), pendidikan tinggi seperti Universitas, Institut dan Sekolah Tinggi.

Di Indonesia sendiri, Undang-Undang Nomor 12 tahun 2012 tentang pendidikan tinggi telah mengamanatkan kepada pemerintah untuk mewujudkan keterjangkauan dan pemerataan yang berkeadilan dalam memperoleh pendidikan tinggi yang bermutu dan relevan dengan kepentingan masyarakat bagi kemajuan, kemandirian, dan kesejahteraan. Kurang meratanya fasilitas pendidikan di Indonesia, menyebabkan adanya kesenjangan pendidikan di perkotaan dan perdesaan. Kesenjangan ini meliputi jumlah sekolah yang ada, sarana dan prasarana sekolah, tenaga pengajar serta buku penunjang pelajaran. Oleh karena itu, banyak pelajar yang melakukan urbanisasi dalam hal pendidikan ke perkotaan, agar bisa memperoleh pendidikan yang lebih baik. Sehingga banyak pelajar yang baru lulus dari sekolah menengah atas untuk pergi ke luar daerahnya atau merantau demi melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi.

Dalam sebuah perguruan tinggi, mahasiswa merupakan individu yang tengah berada dalam proses menuntut ilmu dan sedang menjalani proses pendidikan (Saputri, 2023). Menurut Saniskoro dan Akmal (dalam Saputri, 2023), Mahasiswa perantau adalah mahasiswa yang meninggalkan kampung halamnya untuk meneruskan pendidikannya menuju tingkatan yang lebih baik dan lebih tinggi. Mahasiswa yang memilih untuk merantau memiliki harapan yang besar agar mereka mendapatkan pendidikan yang lebih berkualitas dibandingkan di daerah mereka sendiri. Pada tahun pertama perkuliahan, mahasiswa disebut sebagai mahasiswa baru, menurut Melly (dalam Gunandar dan Utami, 2017).

Mahasiswa baru di masa awal mengalami transisi dalam berbagai bidang kehidupan, yang mengakibatkan mereka rentan mengalami tingkat stres yang

tinggi, yang berhubungan dengan kesehatan mental. Mahasiswa merupakan individu yang sedang dalam tahap peralihan dari masa remaja akhir menuju masa dewasa awal. Pada tahap ini mahasiswa akan berhadapan dengan berbagai perubahan yang tampak ataupun tidak tampak yang secara langsung menuntut para mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan setiap perubahan yang dialami untuk membantu pertumbuhan dan perkembangannya, Conley, dkk. (dalam Gunandar dan Utami, 2017).

Pada umumnya mahasiswa akan mengalami banyak perubahan yang akan dialami ketika memasuki bangku perkuliahan. Dimulai dari gaya hidup, jumlah mata kuliah yang diambil, tugas-tugas matakuliah, masalah pertemanan, keluarga serta masalah ekonomi. Permasalahan tersebut erat kaitannya dengan perubahan-perubahan yang juga dialami oleh mahasiswa dalam menjalankan tugas perkembangannya. Menurut (Pertiwi, 2019) kondisi yang berjauhan dengan keluarga, kondisi kesehatan, lingkungan sosial, emosional, rumah dan pendidikan merupakan permasalahan saat menjadi mahasiswa. Demikian keadaan yang menimbulkan emosi ataupun ungkapan emosi yang bersifat negatif seperti, kecewa, marah dan sedih. Selain itu individu akan merasakan seperti emosi yang tidak stabil, kurang percaya diri dan sensitif (Riahta., dkk, 2015). Mahasiswa akan berhadapan dengan banyaknya perubahan kebiasaan dari semula tingkat SMA menjadi mahasiswa dalam hal *academic* dan *non academic*. Sehingga ketika kedua hal tersebut diselesaikan bersamaan maka akan membuat mahasiswa merasa tertekan hingga mengalami *distress* atau emosi yang bersifat negatif, menurut Safaria & Saputra (dalam Rahayu dan Arianti, 2020).

Pada umumnya, ketika individu sedang mengalami *distress* hal yang dibutuhkan adalah melampiaskan emosi sebagai bentuk penyaluran emosi yang terkumpul dan tidak bisa tersalurkan dengan kata-kata. Tidak semua individu dapat merespon suatu emosi dari permasalahan-permasalahan yang ada dengan perilaku adaptif, melainkan masih ada individu merespon suatu emosi dari permasalahan yang ada dengan perilaku maladaptif seperti memakai narkoba, minum alkohol serta makan yang berlebihan menurut Gross & Thompson (dalam Fiqria & Supradewi). Pada mahasiswa juga ditemukan proses merespon emosi dari permasalahan yang ada dengan melakukan perilaku maladaptif seperti menyakiti diri sendiri atau *self injury* (Maidah, 2013).

Self injury merupakan suatu perilaku atau tindakan menyakiti diri sendiri yang dilakukan secara sengaja dan mengakibatkan adanya kerusakan pada jaringan kulit tanpa ada niatan bunuh diri (Putri & Nusantoro, 2020). *Self injury* merupakan mekanisme *coping* yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi rasa sakit secara emosional atau untuk menghilangkan rasa kekosongan yang kronis dengan memberikan sensasi pada diri sendiri (Purwandura ,dkk. 2022). *Self injury* juga salah satu *mekanisme coping* yang buruk akan tetapi banyak dilakukan oleh individu karena mekanisme ini menjadi salah satu cara yang efektif dan dapat berdampak kecanduan bagi yang melakukannya (Alderman dalam Rukmana, 2021).

Menurut *Mental Health America* (MHA), *self injury* juga dikenal sebagai *self harm*, *self mutilation* dan *self abuse* yang terjadi ketika seseorang berulang kali melukai diri sendiri secara sengaja dengan cara yang impulsif dan tidak dimaksudkan untuk mematikan. *Self harm* merupakan suatu tindakan yang

dilakukan untuk menyakiti diri sendiri, baik secara fisik maupun emosional (Rifa'i, 2024). Perbedaan antara *self injury* dengan *self harm* dapat terlihat dari pengertiannya. Menurut Ellaisha dkk (dalam Rifa'i, 2024) bahwa *self injury* digunakan untuk menunjukkan kerusakan yang disengaja pada jaringan tubuh seseorang tanpa niat bunuh diri, sedangkan *self harm* digunakan sebagai istilah yang mencakup perilaku melukai diri sendiri baik dengan atau tanpa niat bunuh diri yang memiliki hasil tidak fatal. Sedangkan menurut *Center of Public Mental Health (CPMH)* Fakultas Psikologi UGM, perbedaan *self injury* dengan *self harm* adalah *self harm* merupakan perilaku melukai diri yang intensnya untuk bunuh diri, sementara *self injury* adalah salah satu hal yang dilakukan untuk mengatasi perasaan-perasaan yang sulit untuk dikelola, dengan melukai dirinya tanpa adanya niatan bunuh diri.

Menurut Klonsky & Muehlenkemp (dalam Purwanda, dkk. 2022) aspek dari *self injury* adalah emosionalitas negatif, kesulitan dalam mengelola emosi, dan menghukum diri sendiri. Bentuk dari *self injury* yaitu menyayat kulit dengan benda tajam seperti pisau, silet dan jarum, menjambak dan menarik rambut kepala, memukul diri sendiri, membenturkan diri ke tembok serta membakar bagian tubuh tertentu (Klonsky & Muehlenkemp, 2007). Menurut Claes, dkk (Putri & Nusantoro, 2020) bentuk *self injury* paling umum dilakukan adalah 52% melakukan *cutting* atau menggores kulitnya menggunakan benda tajam, 52,2% membenturkan kepala ke tembok, 47,8% mencakar kulit, 41,3% memukul-mukul kepala dengan keras. Hal ini juga selaras dengan pemaparan Knigge (dalam Fiqria dan Supradewi, 2021), bentuk-bentuk *self injury* itu 72% menggores atau menyayat bagian tubuh, 35% membakar bagian tubuh tertentu, 30% memukul tubuh sendiri, 22%

mengganggu serta menghentikan proses penyembuhan pada luka dan 10% menjambak serta menarik rambut kepala sendiri.

Self-injury disebabkan karena faktor eksternal dan internal. Hal ini sejalan dengan pendapat Zakaria & Theresa (2020) yang memaparkan bahwa faktor eksternal terjadi karena adanya permasalahan dalam lingkungan keluarga, hubungan dengan kekasih, hubungan dengan teman sebaya, dan proses meniru tindakan orang lain melalui media internet. Faktor internal terjadi karena adanya permasalahan dalam interpersonal, menghukum diri, kesulitan dalam melakukan regulasi emosi serta merasa kesepian.

Bruno (dalam Awalinni & Harsono, 2022) menyatakan bahwa kesepian merupakan keadaan emosional serta mental yang dapat dicirikan adanya perasaan terasingkan serta hubungan yang kurang bermakna antara individu dengan orang lain. Kesepian juga dapat diartikan karena tidak tercapainya hubungan akrab yang diinginkan dan keadaan emosi serta kognitif yang kurang bahagia. Menurut Androver dkk (dalam Awallini dan Harsono, 2022), Kesepian dapat menjadi faktor seseorang melakukan *self injury*, karena ketika seseorang merasa kesepian, ia cenderung akan merasa sendiri dan beranggapan bahwa ia tidak memiliki orang lain untuk mencari jalan keluar dari masalahnya, sehingga mencari cara untuk mengeluarkan emosinya dengan melukai dirinya sendiri sebagai bentuk penyaluran emosi atau perasaan negatif karena rasa sakit psikis yang sulit diungkapkan dengan kata-kata dan dirasakan oleh pelakunya. Menurut Miller dan Brehm (dalam Awallini dan Harsono, 2022), kesepian dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kurangnya hubungan dengan orang lain, adanya keinginan untuk mengalami

perubahan dalam hubungan namun tidak terjadi, atribusi kausal, serta perilaku interpersonal seperti rendahnya self esteem, sikap yang negatif pada orang lain, serta kemampuan bersosial yang kurang. Dampak dari kesepian inilah yang dirasa mendukung dalam melakukan *self-injury* (Maidah, 2013).

Melalui wawancara awal yang dilakukan peneliti pada salah satu dosen Psikologi Universitas Negeri Padang pada tanggal 22 November 2024, didapatkan keterangan bahwa adanya kasus mahasiswa yang melakukan tindakan menyakiti diri sendiri atau *self injury*. Bentuk umum yang dilakukan seperti menggores tangan dengan pisau. Hal ini diketahui karena adanya beberapa mahasiswa yang melaporkan tindakan tersebut dan ada juga pelaku yang langsung bercerita atau curhat ke salah satu dosen psikologi pada saat proses belajar mengajar di kelas telah selesai. Penyebab mereka melakukan tindakan tersebut dikarenakan adanya suatu tekanan didalam diri yang tidak bisa disalurkan dengan baik.

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 08 dan 22 November 2024 dengan 10 mahasiswa psikologi yang statusnya perantau di UNP. Hasil wawancara pada 7 orang mahasiswa perempuan dan 3 orang saksi mengungkapkan bahwa mereka kerap melakukan tindakan menyakiti diri sendiri atau *self injury* ketika mereka sedang dalam keadaan sedih dan tertekan, seperti ketika mereka sedang sedih, mereka tidak memiliki teman untuk bercerita sehingga mereka merasa kesepian dan merasa tidak dianggap di lingkungan sekitarnya. Penyebab mereka melakukan *self injury* tersebut karena mereka menganggap anak perantau susah untuk berbaur atau mengerti tentang adat dan bahasa sehingga membuat mereka merasa tidak memiliki teman. Hal ini juga diperkuat dengan

kesaksian para teman selokal dan sekamar dari para pelaku *self injury* yang menyatakan bahwa benar adanya mereka melakukan tindakan *self injury* karena di ceritakan oleh pelaku dan melihat langsung bukti adanya goresan ditangannya yang di *upload* di media sosial *instagram (close friend)*.

Penelitian tentang kesepian dengan *self injury* ini sebelumnya pernah di teliti oleh Fatimah (2024) dengan judul “Hubungan Antara Kesepian Dengan *Self injury* Pada Mahasiswa”, yang menyatakan bahwa adanya hubungan positif antara kesepian dengan *self injury* pada mahasiswa, semakin tinggi rasa kesepian maka semakin tinggi pula *self injury* yang dilakukan. Hal yang sama juga dilakukan oleh Muthia&Hidayati (2015) dengan judul “Kesepian Dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja”, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kesepian dan keinginan melukai diri sendiri pada remaja dengan angka korelasi (r) sebesar 0.274 dan signifikansi (p) sebesar 0.000 . Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi pula keinginan untuk melukai diri sendiri, begitu juga sebaliknya semakin rendah kesepian maka semakin rendah pula keinginan untuk melukai dirinya. Penelitian yang dilakukn Sugianto (2020) dengan judul "Pengaruh Disregulasi Emosi, Kesepian, dan Religiusitas terhadap Perilaku *Self-Injury* pada Remaja", yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kesepian dengan *self injury*.

Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kesepian dengan *Self injury* pada Mahasiswa Perantau di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Padang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang peneliti tetapkan adalah sebagai berikut “Apakah terdapat Hubungan Antara Kesepian dengan *Self injury* pada Mahasiswa Perantau di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Padang?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Kesepian dengan *Self injury* pada Mahasiswa Perantau di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Padang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoritis bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya pada bidang psikologi klinis dan sosial yang berkaitan dengan kesepian dan *self injury*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi mahasiswa untuk mengetahui tentang kesepian berpengaruh dalam melakukan tindakan *self injury*.

b. Bagi Instansi

Bagi instansi diharapkan mampu merangkul seluruh mahasiswa dengan mengadakan atau membuka sesi konseling untuk mengantisipasi adanya tindakan *self injury* pada mahasiswa ketika sedang merasa kesepian.

c. Bagi Peneliti Lainnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti mengenai Kesepian dengan *Self injury*, maka penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, serta bahan rujukan dan informasi dalam melakukan kajian penelitian dikemudian harinya.