

Fenomena Mahasiswa Pelaku *Self Harm* di Kota Pekanbaru

Nadya Asyafina¹, Noor Efni Salam²

^{1,2} Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik, Universitas Riau, e-mail: nadyaas20@icloud.com ¹,
noor.efni.salam@lecturer.unri.ac.id ²

Abstrak

Manusia di tuntut untuk tetap bertahan hidup dimana untuk menjalani hidup terkadang seseorang tidaklah luput dari sebuah permasalahan. Hal ini pula bagi sebagian individu ada yang menyelesaikan masalahnya dengan baik dan ada juga yang mengerjakannya dengan tidak baik, penyaluran emosi mampu dilakukan dengan cara positif bisa juga menggunakan cara yang negatif, berbeda dengan individu yang memilih meluapkan emosinya dengan cara negative dengan cara mengonsumsi narkoba, minum-minuman memabukan atau dengan cara menyakiti dirinya (*self harm*). Proses penelitian menggunakan teori fenomenologi dan teori interaksi simbolik dengan pendekatan kualitatif, mereka memiliki motif antara lain karena memiliki masalah yang tidak bisa diceritakan, memiliki pengalaman traumatic dan pola komunikasi keluarga yang kurang baik, kemudian melukai diri sendiri (*self harm*) dilakukan dengan tujuan untuk menghukum diri sendiri dan pelampiasan emosi dari masalah yang mereka rasakan. Beberapa orang melakukan *self harm* sebagai bentuk penghukuman untuk diri sendiri.

Kata kunci: *Fenomenologi, komunikasi, self harm*

Abstract

Humans are required to survive where to live life sometimes someone does not escape from a problem. It is also for some individuals who solve problems well and some do it poorly, the distribution of emotions can be done in a positive way or in a negative way, in contrast to individuals who choose to channel their emotions in a negative way, for example by taking drugs, intoxicating drinking or self-harm. The research process uses phenomenological theory and symbolic interaction theory with a qualitative approach, they have motives, among others, because they have problems that cannot be told, have traumatic experiences and poor family communication patterns, then self-harm is carried out with the aim of punishing themselves and venting emotions of the problems they feel. Some people self-harm as a form of self-punishment.

Keywords : *Phenomenologi, Communication, self harm*

PENDAHULUAN

Hubungan seseorang anak dengan keluarga merupakan bentuk sosial pertama seorang anak itu, karena lingkungan pertama berawal didalam rumah, itulah hubungan antara keluarga mempunyai peran yang penting di dalam penentuan sikap maupun pada pemilihan perilaku seseorang anak itu besok dan hubungan kepada masyarakat. Meskipun pola ini akan terdapat perubahan dengan semakin dewasa anak tersebut dan luasnya interaksi lingkungan yang akan mereka jalannya, namun interaksi lingkungan yang akan dijalannya pola ini cenderung dimulai melalui keluarga dan ini akan bersifat tetap, itulah kenapa interaksi dengan keluarga adalah unsur yang sangat krusial terhadap pertumbuhan seorang anak baik secara fisik juga emosional (dalam Hasking dkk, 2002: 5)

Manusia di tuntut untuk tetap bertahan hidup dimana untuk menjalani hidup terkadang seseorang tidak lepas dari suatu masalah. Untuk beberapa macam masalah sebagian individu ada yang penyelesaian permasalahannya dengan bagus dan juga ada yang mengerjakannya dengan tidak baik, ketidakmampuan inilah yang membuat timbulnya *distress*, dan dapat

menyebabkan perasaan frustrasi, emosi, kecewa, kesedihan, yang menyebabkan pemicu emosional negatif dan dampak negatif. Ada juga banyak cara seseorang dapat menyalurkan emosi, penyampaian emosi dapat dilakukan dengan cara positif bisa juga menggunakan cara yang negatif, contoh menghadapi emosi dengan cara yang positif seperti melakukan hal-hal yang anda sukai, seperti olahraga, melukis, menonton film, pergi jalan-jalan bersama sahabat, membaca bahkan kegiatan aktif lainnya, berbeda individu yang memilih untuk mengarahkan emosinya ke arah yang negatif misalnya dengan mengkonsumsi narkoba, obat-obatan memabukan atau melalui menyakiti diri sendiri (*self harm*), mereka yang melampiaskan emosi menggunakan cara melukai diri sendiri mereka beropini sebagai mengurangi emosi negatif dan stress (dalam Walgito, 2002: 161)

Self harm dianggap bisa membantu para pelakunya seperti pada subjek penelitian. Hasil wawancara subjek menunjukkan bahwa melukai diri sendiri bisa membantu mengekspresikan kemarahannya kepada orang lain hal yang tidak bisa diungkapkan secara verbal dan untuk mengungkapkan kemarahan pada orang lain dengan melukai diri sendiri. Penelitian Zlotnick, dkk (1997)

Fenomena *self harm* ini juga ditemui peneliti kehidupan sosial ketika mengamati secara langsung perilaku *self harm* dari bekas goresan yang ada di tangan teman satu kost dengan peneliti dan sering terdengar suara tangisan beberapa kali di setiap malam dari kamar teman sekost peneliti. Selanjutnya gagasan peneliti melakukan riset ini karna melihat postingan di akun *instagram* salah satu followers di akun *instagram* peneliti, di postingan itu terdapat postingan sebuah goresan tangan yang menimbulkan bekas luka kemudian untuk beberapa waktu peneliti sering melihat postingan itu beberapa kali bahkan dalam sebulan ada tiga kali postingan goresan tangan di akun *instagram* itu, muncul berbagai pertanyaan dikepala peneliti kenapa ia memposting goresan tangannya itu di akunnya?, kenapa ia selalu melukai dirinya?, kemana lingkungan yang biasanya ia jadikan tempat cerita yang sebagai rumahnya yaitu orangtuanya ?, apakah orang tuanya tahu? setelah menggali lebih dalam kepada pengguna akun *instagram* dengan inisial SN yang mengirim foto menyakiti dirinya dari akun *instagram*, peneliti mendapatkan informasi bahwa SN pernah bercerita kepada teman terdekatnya dan tidak pernah menceritakan hal ini kepada orang tuanya.

“sahabat aku selalu mendukung aku cuma tidak dengan hal ini, mereka selalu menyuruh aku untuk berhenti menyakiti diri sendiri, stop buat melukai diri sendiri, kalau teman yang tidak terlalu dekat pasti mereka beranggapan negatif sama aku dibilang aku cuma cari perhatian banyak sensasi drama gak punya iman” (Hasil wawancara online dengan SN pada tanggal 19 Januari 2022)



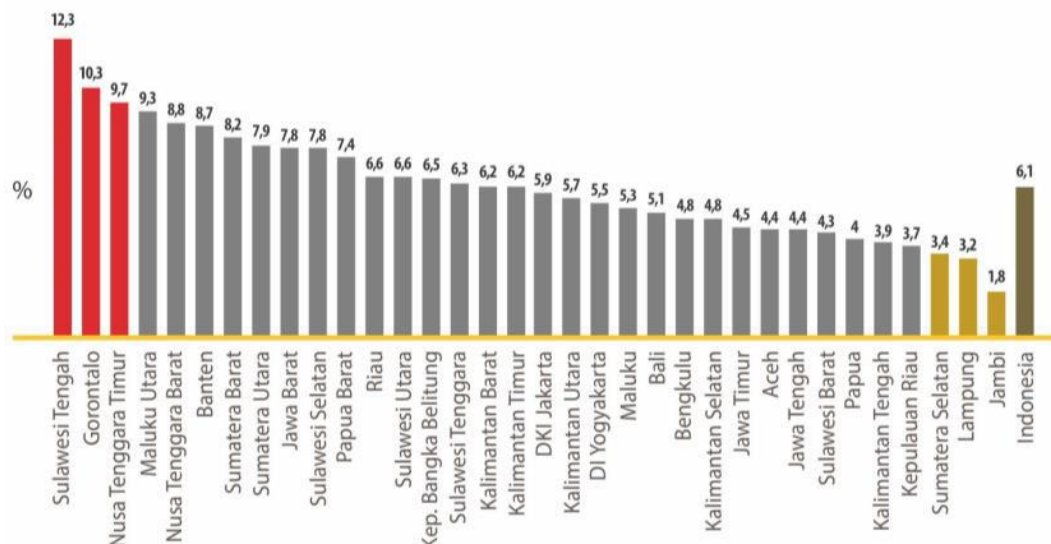
(Gambar.1 Tindakan *self harm* dari SH (Sumber: Dokumentasi pribadi SN)

Setelah peneliti telusuri lebih dalam mengenai *self harm* , peneliti menemukan hal lain bahwa ternyata fenomena *self harm* ini bukan hanya terdapat pada media sosial saja melainkan pada kasus pelaku *self harm* lainnya yang diangkat oleh media online, yakni berita mengenai *self harm* yang dilakukan oleh Ayu Aulia saat percobaan bunuh diri dari dampak jangka panjang *self harm*, Ayu Aulia sempat melakukan percobaan bunuh diri dengan menyayat tangannya , kini ia sedang menjalani masa pemulihan dan kondisinya sudah berangsur membaik meskipun

sayatan di lengannya terlihat jelas <https://www.suara.com/> diakses pada 24 maret 2022.

Self harm sebagian besar merupakan fenomena remaja. terdapat keputusan luas bahwa usia rata-rata onset adalah 14-16 tahun, tetapi juga benar bahwa individu dapat memulai perilaku *self harm* di masa kecil dan masa dewasa (Whitlock, 2009: 2). Sedangkan menurut Favazza & Conterio (dalam Klonsky dan Jennifer, 2007: 1046) usia onset biasanya adalah sekitar usia 13 atau 14 tahun. Dalam penelitiannya ada dua studi perguruan tinggi menemukan bahwa sekitar seperempat orang mengatakan bahwa mereka telah melukai diri mereka sendiri selama masa kuliah mereka.

Mahasiswa yang terlibat dalam proses pemecahan masalah ditemukan mampu membuat rancangan pemecahan masalah dengan benar, menjawab masalah dengan benar sesuai dengan langkah-langkah pemecahan masalah, dan bisa menyelesaikan masalah dengan baik. Setidaknya siswa tidak melakukan perilaku menyakiti diri sendiri sebagai sarana coping dalam kehidupannya, karena siswa dianggap mampu berpikir jernih ketika menghadapi suatu masalah, namun kemampuan tersebut tidak dimiliki oleh siswa sebagai subjek penelitian. Dari data tersebut diketahui bahwa masih banyak siswa yang melakukan *self harm* karena berbagai sebab yang melakukan *self harm* mahasiswa tersebut cenderung tidak dapat menyelesaikan masalah dengan baik dan memilih cara untuk mengatasinya dengan *self harm*, melakukan coping yaitu perilaku *self harm*, perilaku menyakiti diri sendiri dipandang sebagai sesuatu yang dapat membantu perilaku.



Gambar.2 Prevelensi depresi penduduk pada umur 15 tahun ke atas menurut provinsi Indonesia (Sumber : riskesdas 2018)

Selama 12 bulan terakhir pada tahun 2015 di Indonesia terjadi peningkatan sekitar 3,9% remaja yang melakukan perilaku *self-harm/ suicide*. Total populasi yang ada di Indonesia adalah 257.6 juta jiwa, remaja yang berusia 13-17 tahun sekitar 9,1 % dari jumlah populasi penduduk di Indonesia, yaitu sekitar 23,4 juta jiwa yang terbagi menjadi 12 juta remaja laki-laki dan 11,4 juta remaja perempuan. Perkiraan remaja yang melakukan perilaku *self-harm/suicide* pada usia 13-17 tahun adalah 4,3% pada laki-laki dan 3,4% pada perempuan (World Health Organization, 2017). Di Indonesia perilaku *self-harm* meningkat dari tahun sebelumnya, sekitar 23,4 juta jiwa remaja yang sudah melakukan *self-harm* belum lagi pada usia dewasa. Dari data prevalensi depresi pada umur 25 tahun ke atas di provinsi bahwa di pulau Sumatra Provinsi Riau memiliki tingkat kedua tertinggi yang mengalami depresi pada data tahun 2018 (riskesdas,

2018) Sebagian individu menganggap jika melakukan *self harm* merupakan suatu yang luar biasa dan unik. Namun, melakukan *self-harm* merupakan suatu perilaku yang berbahaya dan dapat merugikan diri sendiri bahkan dapat merengut jiwa individu (Reichenberg, 2014). Perilaku *self-harm* merupakan perilaku yang mengarah pada perilaku bunuh diri meskipun individu tidak berniat untuk melakukan bunuh diri.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori fenomenologi dari Alferd Schurtz. Teori ini menyatakan bahwa juga berfokus pada pengalaman dan kesadaran seseorang. Pendekatan fenomenologis untuk penelitian kepribadian berfokus pada pengalaman individu dari pandangan pribadi seseorang tentang dunia. pendekatan fenomenologi menggunakan psikologi subjektif yang tidak hanya untuk mempertimbangkan masalah gejala yang jelas, akan tetapi juga mencoba menemukan makna dari masing-masing masalah tersebut (Kuswarno, 2009:7) Berdasarkan pemikiran Schutz yaitu motif yang berorientasi pada masa depan (in order to motive), yaitu apa yang diharapkan pelaku terhadap perilaku *self harm* yang ia lakukan untuk kehidupan dan berorientasi pada masa lalu (because motives), yaitu alasannya di masa lalu yang membuat pelaku *self harm* ingin terlibat dalam aktivitas menyakiti diri sendiri.

Motif-motif tersebut akan diajukan dengan disertai alasan tertentu melalui pembenaran (justifications) dalam penelitian ini juga menggunakan teori interaksi simbolik dimana dalam penelitian ini peneliti mencoba memahami simbol-simbol yang muncul dari para informan saat mereka berinteraksi. Simbol tersebut berupa gerak gerik, gesture, tatapan dan lain-lain, kemudian peneliti melakukan penafsiran makna di balik simbol tersebut. Berdasarkan penjelasan kontekstual di atas, perilaku *Self harm* erat kaitanya dengan bidang komunikasi, sehingga perlu dikaji mengenai pengalaman-pengalaman komunikasi pelaku *Self harm* perlu dilakukan. Sedangkan dalam bidang komunikasi peran keluarga sangat penting bagi perkembangan anak, hubungan komunikasi yang buruk dengan anak seringkali menjadi salah satu penyebab kegagalan pada masa remaja, gaya komunikasi keluarga keluarga dapat dipahami sebagai hubungan orang tua dan anak yang saling berbagi pengertian (dalam Hasking dkk, 2002: 5)

Proses penelitian ini berkaca pada asumsi teori fenomenologi dan teori interaksi simbolik untuk melihat apa saja motif mahasiswa melakukan *Self harm*, bagaimana komunikasi yang terjadi dengan orang-orang di sekitar mereka dan bagaimana mahasiswa pelaku *self harm* memaknai dirinya yang ada di Kota Pekanbaru. Dengan pendekatan kualitatif fenomenologi, penelitian mengumpulkan data melalui wawancara secara mendalam dengan para pelaku *Self harm* yang merupakan mahasiswa aktif di Kota Pekanbaru. Dengan menggambarkan pelaku *Self harm* sebagai subjek, dimana perilaku *Self harm* yang dilakukannya merupakan hasil dari interaksi dengan orang-orang di sekitarnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan ini dalam sebuah penelitian yang berjudul "Fenomena mahasiswa Pelaku *Self Harm* di Kota Pekanbaru".

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah kualitatif dan pendekatan fenomenologi. Pendekatan fenomenologi bertujuan sebagai melakukan hal tepat terhadap fenomena tertentu. Melalui pendekatan fenomenologi, dengan deskripsi pada fenomena yang ada pada lapangan dapat dipahami dalam arti makna juga istilah yang lebih mendalam (Singarimbun, 2006).

Subjek penelitian merupakan sesuatu, baik orang, benda ataupun lembaga organisasi yang sifat-keadanya akan diteliti dengan kata lain subjek penelitian adalah suatu yang di dalam dirinya melekat dan menekankan objek penelitian (moleong, 2005). Penentuan subjek penelitian maupun informan menggunakan Objek penelitian adalah segala sesuatu permasalahan yang dianggap pentingn berdasarkan penilaian atau kriteria tertentu dan memiliki informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. Objek penelitian merupakan sesuatu permasalahan yang hendak diteliti (Alwasilah, 2002 : 115). Sedangkan yang menjadi objek penelitian ini adalah fenomena yang tampak yang dialami mahasiswa pelaku *self harm* di Kota Pekanbaru. Penelitian memerlukan Batasan pada penelitian ini diteliti dalam sebuah penelitian

agar tidak membingungkan fokus penelitian yang akan diteliti. Dalam penelitian ini yang akan diteliti ialah fenomena mahasiswa pelaku *self harm* maka dapat ditentukan sebagai berikut:

- a. Mahasiswa berumur 18 – 25 Tahun.
- b. Mahasiswa pria atau wanita yang sedang menempuh pendidikan di Universitas yang ada di Kota Pekanbaru.
- c. Mahasiswa sebagai pelaku *self harm*.

Objek penelitian ialah segala suatu fenomena yang di anggap penting berdasarkan penilaian dan keteria dalam memiliki informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. Objek penelitian adalah segala sesuatu permasalahan yang hendak diteliti (Alwasila,2002), sedangkan yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah motif melakukan *self harm*, pemaknaan *self harm* dan pengalaman komunikasi mahasiswa pelaku *self harm* di Kota Pekanbaru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pada hasil wawancara, observasi dan dokumentasi penulis dalam penelitian ini, penulis menggali lebih dalam mengenai fenomenamahasiswa pelaku *self harm* di Kota Pekanbaru danmendapatkan hasil sebagai berikut

a. Because Motive Mahasiswa Pelaku Self Harm di Kota Pekanbaru

Motif karena (*because motif*) ialah berfokus kepada pengalaman masa lalu perempuan perokok tersebut yang tertanam dalam pengetahuannya sehingga menjadikan hal tersebut sebagai satu alasan untuk melakukan *self harm*.Berdasarkan hasil penelitian ini karena memiliki masalah yang tidak bisa di ceritakan, *self harm* karena memiliki masalah traumatik, karena pola komunikasi keluarga yang kurang baik.

b. In Order To Motif mahasiswa pelaku self harm di Kota pekanbaru

Motif untuk (*In order to motive*), yang mana mahasiswa pelaku *self harm* memiliki berbagai alasan untuk melakukan *self harm* untuk pelampiasan emosi dan menghukum diri sendiri.

c. Makna self harm bagi mahasiswa pelaku self harm di kota Pekanbaru

makna *self harm* bagi pelakunya memiliki makna tersendiri, mana ini bersifat unik dan pribadi, apa yang di angap bermakna bagi seseorang belum tentu dianggap bermakna bagi orang lain. Makna sendiri dapat berubah dari waktu ke waktu dan tercipta dari perilaku yang diinterpretasi, makna *self harm* bagi pelakunya dapat dilihat dari hasil wawancara pada subjek, yaitu sebagai pengalihan rasa sakit dansebagai bentuk rasa tenang.

d. Pengalaman Komunikasi mahasiswa pelaku self harm di kota Pekanbaru

Berkaitan dengan penelitian ini, pengalaman komunikasi yang dimilikimahasiwa pelaku *self harm* di kota dikategorikan menjadi jenis-jenis pengalaman komunikasi yang positif beruparasa mendapat dukungan menjadi individu yang lebih baik lagi, merasa di perhatikan dan merasa di dengar. Pengalaman komunikasi tidak menyenangkan berupa ketakutan tidakditerima oleh beberapa lingkungan, merasa tidak aman karna harus menyembunyikan bekas luka, merasa tidak di hargai dan takut dianggap tidak waras.

SIMPULAN

Setelah melakukan observasi dan wawancara mendalam dengan lima informan mengenai fenomena mahasiwa pelaku *self harm* di kota Pekanbaru yang memiliki latar belakang yang

berbeda, peneliti menarik kesimpulan Bagi para mahasiswa pelaku *self harm* di kota Pekanbaru, mereka memiliki alasan sehingga mencoba dan melakukan *self harm* pada awalnya, alasan- alasan tersebut antara lain karena memiliki masalah yang tidak bisa diceritakan, memiliki pengalaman traumatic dan pola komunikasi keluarga yang kurang baik, hal tersebut mendorong mereka untuk melakukan hal melukai dirinya sendiri atau kata lain *self harm*, kemudia melukai diri sendiri (*self harm*) dilakukan dengan tujuan untuk menghukum diri sendiri dan pelampiasan emosi dari masalah yang mereka rasakan. Beberapa orang melakukan *self harm* sebagai bentuk penghukuman untuk diri sendiri. karena bagi seseorang yang *self harm* mereka menyakini dan berpendapat bahwa *self harm* dapat memberikan ketenangan sesaat dan mampu membebeaskan mereka dari rasa sakit secara psikologis yang dialaminya. *Self harm* di maknai secara pribadi oleh informan, segala kejadian yang mereka alami dikaitkan dengan prilaku melukai diri sendiri atau *self harm* membuat mereka memiliki pandangan sendiri tentang *self harm*, Beberapa mahasiwa pelaku *self harm* di Pekanbaru menganggap *self harm* adalah pengalihan rasa sakit, Bagi seseorang yang melaukan *self harm* atas amarah ataupun kesedihan yang mendalam, dapat menjadikan penyebab mereka menyakiti dirinya sendiri, bahkan bagi seseorang yang melaukuan *self harm*, rasa sakit karena menyakiti diri sendiri dilakukan untuk menggantikan rasa sakit yang mereka alami, pengalihan rasa sakit yang mereka maksud adalah pengalihan rasa akit psikologi dari permasalahan yang mereka rasakan mulai dari respon tidak baik yang mereka rasakan mereka merasa tidak dihargai, perasa diabaikan, merasa sakit dari *self harm* hingga pengalihan rasa sakit akibat permasalahan yang mereka rasakan melakukan *self harm* adalah pilihan terbaik. Segala bentuk interaksi yang dilakukan mahasiwa pelaku *self harm* dengan lingkunganya menyebabkan mereka mengalami berbagai hal baik menyenangkan maupun tidak menyenangkan, hal ini lah yang menjadi pengalaman komunikasi bagi mahasiwa pelaku *self harm* di kota Pekanbaru. Pegalaman menyenangkan dalam bentuk mereka merasa dihargai, diberi dukungan moral dan mereka merasa didengarkan di lingkungannya, membuat mereka semakin berfikir bahwa *self harm* adalah sebuah yang yang wajar jika mereka tetap melakukannya. Pengalaman komunikasi yang tidak menyenangkan seperti dinilai negative oleh lingkungan sekitar, merasa tidak nyaman jika ketahuan melakukan *self harm* dan membuat mereka lebih memilik lingkungan atau bercerita denganteman yang mereka percaya dan bisa merespon dengan baik mengenai prilaku *self harm* yang mereka lakukan. pada penjelasan pola komunikasi dengan orang tua dan anak diatas tingkatan pada pola protektif dan pola *laisser-faire* yang banyak diterapkan pala pola komunikasi didalam keluarga, Kurangnya pengetahuan mengenai pola komunikasi keluarga dengan anaknya memicu sikap egois antara anak dan orang tua, begitupun dengan cara menasehati anak saat ia sedang mengalami masalah, anak sangat membutuhkan saran dari orang terdekatnya, agar anak tidak mengalami tekanan pada psikologisnya, maka dari itu pola komunikasi orang tua dan anak dalam mengatasi masalah sangat penting.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta
- Agustiani, H. 2006. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri*. Bandung : Refika Aditama.
- Arikunto, Suharsimi. 2005. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka
- Bungin, Burhan. 2003. *Analisis Data Penelitian Kualitatif, Pemahaman Filososfis dan Metodologis ke Arah Penguasaan Model Aplikasi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Kriyanto, Rachmat. 2010. *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana Kota Bandung. Bandung: Widya Padjadjaran.
- Moleong, Lexy J. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Mulyana, Dedy. 2007. *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Remaja Rosda

Karya

- Mulyana, Deddy. 2008. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Nasution, S. 2005. *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Bandung: Tarsito
- Rakhmat, Jalaluddin. 2008. *Psikologi Komunikasi*. Bandung : Remaja Rosda Karya.
- Singarimbun, Masri. 2006. *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: PT.LP3ES. Indonesia
- Sobur, Alex. 2009. *Semiotika Komunikasi*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Penerbit Alfabeta
- Umar, Husein. 2002. *Metode Riset Komunikasi Organisasi*. Jakarta : Pustaka Utama.
- Walgito, Bimo. 2010. *"Pengantar Psikologi"*. Yogyakarta: Andi
- West, Richard, Lynn, H.Turner. 2008. *Pengantar Teori komunikasi Analisis dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Humanika
- Wiryanto. 2004. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta : Gramedia Widiasarana Indonesia.