

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Keluarga adalah sistem pertama dari setiap individu, kesulitan-kesulitan yang dialami oleh individu bisa jadi hadir karena ketidakmampuan keluarga dalam memberikan dukungan (Nashori & Saputro, 2021). Perceraian adalah salah satu jenis kekacauan keluarga (Goode, 2007). Suami istri dapat dikatakan bercerai apabila sudah diputuskan berpisah oleh hukum juga agama dan perubahan struktur rumah tangga ini akan berdampak pada setiap anggota keluarga terutama untuk anak (Ramadhani & Krisnani, 2019). Perceraian menurut Lubis (2009) juga merupakan salah satu peristiwa hidup yang memiliki tingkat stress paling tinggi. Pada masa sekarang ini anak-anak dan remaja menghadapi lebih banyak masalah yang menyebabkan stres daripada di masa lalu, seperti perceraian orang tua, persaingan dalam dunia pendidikan, masalah hubungan dengan teman sebaya serta harapan yang terlalu tinggi dari orang tua (Lubis, 2009). Santrock (2003) mengatakan bahwa sepertiga dari anak-anak remaja korban perceraian orang tuanya terus mengekspresikan kemarahannya karena tidak bisa tumbuh dalam keluarga utuh. Lebih lanjut Santrock (2003) menyampaikan bahwa perpisahan atau perceraian orang tua adalah situasi emosional yang kompleks dan menimbulkan konflik bagi remaja. Pada tahun 2022 berdasarkan laporan Statistik Indonesia yang dapat diakses di website katadata databoks (2023), menunjukkan bahwa jumlah

kasus perceraian di Indonesia mencapai 516.334, naik 15,31% dari 447.743 kasus pada tahun sebelumnya.

Dampak dari perceraian dapat memengaruhi kondisi emosional dan psikologis remaja, antara lain: perasaan kehilangan arti keluarga, penurunan kualitas hubungan dengan orang tua, muncul perasaan negatif seperti kebencian terhadap salah satu atau kedua orang tua sebagai respons terhadap situasi perceraian, perceraian dapat menciptakan rasa ketidakamanan pada anak, terutama dalam konteks perubahan dan ketidakpastian, kehilangan struktur keluarga yang utuh dan stabilitas dapat menyebabkan kesedihan yang mendalam pada remaja, kesepian, muncul emosi marah atau kesal sebagai respons terhadap perasaan kecewa dan ketidakpuasan terhadap situasi perceraian (Ramadhani & Krisnani, 2019). Masa remaja rentan terhadap peristiwa-peristiwa yang penuh tekanan seperti perceraian orang tua sehingga dampak dari perceraian itu sendiri dapat meningkatkan masalah emosional dan perilaku (Tullius, Kroon, Almansa & Reijneveld, 2022). Remaja adalah masa dimana seseorang mengalami perubahan dari anak-anak hingga dewasa, diikuti oleh berbagai perubahan, termasuk perubahan fisik, pola pikir dan juga perubahan-perubahan sosial didalamnya, fase ini berlangsung antara 10-22 tahun (Santrock, 2003).

Penelitian yang dilakukan oleh Prayativ dan Widyatno (2022) menemukan bahwa 100 remaja yang berasal dari keluarga *broken home* melakukan perilaku menyakiti diri sendiri tanpa adanya niat bunuh diri, bentuk perilaku yang paling sering dilakukan adalah dengan cara menggores kulit dengan keras serta dilakukan berulang kali dan perilaku membenturkan badan dan memukul diri sendiri hingga

menyebabkan memar atau cedera. Penelitian terbaru YouGov menemukan bahwa dari 1018 orang lebih dari sepertiga (36%) orang Indonesia pernah melukai diri sendiri, ditemukan terutama dikalangan anak muda bahwa 7% anak muda sering melukai diri sendiri (Ho, 2019). Kasus terbaru terjadi di Gunung Kidul, Yogyakarta sebanyak 23 siswa melakukan tindakan melukai diri sendiri dengan cara menyayat tangan, fenomena ini dilakukan para siswa karena meniru konten di media sosial dan kurang mendapat perhatian dari orang tua, beberapa siswa juga tinggal bersama kakek dan / atau nenek (Indrakesuma & Prasetyo, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Ariana (2021) dengan subjek penelitian sejumlah 135 remaja dengan kondisi keluarga bercerai pernah melakukan NSSI, dengan 11,7% subjek melakukan perilaku NSSI dengan mencubit anggota tubuh hingga memar atau luka. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Trujillo dan Seib (2018) menyelidiki tentang hubungan antara ketidakhadiran orang tua dan perilaku NSSI baik permanen maupun non-permanen; perceraian adalah penyebab ketidakhadiran non-permanen yang paling umum, hasil dari 1729 responden menunjukkan bahwa perilaku NSSI lebih mungkin terjadi pada individu yang pernah mengalami ketidakhadiran non-permanen daripada individu yang mengalami ketidakhadiran permanen. Remaja dengan orang tua bercerai cenderung melakukan perilaku NSSI sebagai cara untuk melepaskan tekanan psikologis (Ratida, Noviekayanti & Rina, 2022). Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Nemati dkk (2020) yang menyatakan bahwa rendahnya tingkat fungsi psikologis keluarga dan dukungan sosial secara signifikan dapat meningkatkan kemungkinan mengalami *non-suicidal self-injury* (NSSI) pada remaja.

Istilah *non-suicidal self-injury* (NSSI) dalam beberapa penggagas ilmiah diistilahkan pula sebagai *self-injury* maupun *self-harm* (Thesalonika & Apsari, 2022). Menurut Nock (2009) NSSI didefinisikan sebagai perilaku melukai diri sendiri secara langsung tanpa niat untuk bunuh diri. Sedangkan Whitlock, Purington dan Cortens (2014) menyatakan bahwa NSSI dapat didefinisikan sebagai perilaku yang diperbuat individu dengan secara sadar dan sengaja melukai tubuhnya sendiri secara terbuka dan dilakukan untuk alasan yang tidak disetujui secara sosial. Humphreys, Risner, Hicks dan Moyer (2015) menyatakan perilaku yang termasuk dalam kategori NSSI merujuk pada tindakan melakukan kerusakan atau penghancuran pada jaringan tubuh yang disengaja, namun tidak disertai dengan niat bunuh diri artinya, individu yang melakukan NSSI tidak bermaksud untuk mengakhiri hidup mereka, tetapi menggunakan perilaku tersebut sebagai cara untuk mengatasi atau mengekspresikan tekanan emosional atau psikologis yang dirasakan. NSSI dilakukan sebagai tindakan sengaja dengan tujuan untuk mengurangi beban secara psikologis (Walsh, 2012).

NSSI adalah tindakan penghancuran jaringan tubuh yang disengaja untuk tujuan yang tidak disetujui secara sosial, contoh perilaku NSSI seperti memotong, membakar, mencakar, dan membenturkan atau memukul diri, perilaku NSSI juga dapat meningkatkan resiko bunuh diri (Klonsky, Victor & Saffer, 2014). Selain bentuk-bentuk NSSI secara fisik, Sansone dan Sansone (2010) mengungkapkan bentuk-bentuk lain dari perilaku NSSI dari sisi kognitif seperti : sengaja memilih ditolak dalam hubungan, menjauhkan diri dari Tuhan, sengaja kehilangan pekerjaan, dan menyiksa diri dengan pikiran yang menghancurkan. NSSI pada

remaja dalam penelitian Ratida, Noviekayati dan Rina (2022) ditemukan bahwa dari 62 responden remaja dengan orang tua bercerai 51 subjek (82,3%) pernah melakukan NSSI, 28 subjek (45,2%) menunjukkan kategori NSSI yang tinggi, 18 subjek (29%) menunjukkan kategori NSSI sedang dan 16 subjek (25,8%) menunjukkan kategori NSSI rendah. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sabrina dan Afiatin (2023) kepada 159 responden remaja *broken home* ditemukan bahwa 19,5% dari responden berada dalam kategori rendah, 71,7% berada dalam kategori sedang, dan 8,8% berada dalam kategori tinggi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti berdasarkan bentuk-bentuk NSSI dari Sansone dan Sansone (2010) yang dilakukan peneliti pada tanggal 15 & 16 oktober 2023 pada 11 orang remaja *broken home* dengan rentang usia 18-22 tahun menunjukkan 8 dari 11 remaja tersebut pernah melakukan perilaku NSSI. Beberapa tindakan yang dilakukan antara lain melaparkan diri sendiri, menusuk tangan dengan jarum secara berulang, membenturkan kepala ke tembok, menyayat bagian tubuh tertentu dan berjalan kaki sejauh mungkin hingga badan benar-benar kelelahan. Perceraian orang tua menjadi salah satu penyebab remaja melakukan NSSI. Perceraian orang tua mereka membuat remaja merasakan stress, perasaan kehilangan, marah, kecewa benci dan kurangnya perhatian orang tua. NSSI dilakukan dengan harapan mendapatkan kepuasan atau memindahkan rasa sakit dan beban di hati ke bagian tubuh yang lain dan mendapatkan kelegaan. Sementara itu 3 remaja lainnya tidak menunjukkan perilaku NSSI namun terkadang merasa iri kepada orang lain yang memiliki keluarga lengkap. Ketiga remaja yang tidak melakukan NSSI tersebut mengatakan bahwa mereka tinggal di lingkungan

yang baik dan selalu mendukung dan tidak mengucilkan mereka karena mereka berasal dari keluarga *broken home*. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa 8 dari 11 remaja melakukan tindakan NSSI karena didasari perceraian orang tua mereka, adapun tujuan melakukan NSSI adalah untuk meredakan emosi yang dirasakan dan berharap dapat merasakan kelegaan setelah melakukan NSSI.

NSSI memiliki dampak yang serius jika diabaikan karena besar kemungkinan untuk terjadi percobaan bunuh diri sungguhan pada individu yang melakukan NSSI (Klonsky, Victor & Saffer, 2014). Sedangkan menurut Nock (2010) konsekuensi negatif ketika seseorang melakukan NSSI adalah terjadinya kerusakan fisik, namun dilaporkan adanya paradoks yang terjadi yaitu ketika seseorang melakukan NSSI mereka merasa sedikit atau bahkan tidak ada rasa sakit selama episode perilaku NSSI ini. Sedangkan menurut Klonsky (2009) konsekuensi yang paling menonjol dari perilaku NSSI adalah timbulnya rasa marah, bersalah, dan malu karena telah melakukan terlibat NSSI. Efek negatif lain yang dialami pelaku NSSI menurut Parks (dalam Rahayu & Ariana, 2023), seperti infeksi pada luka terbuka, bekas luka yang akan bertahan seumur hidup, kesulitan untuk menghentikan dan luka yang semakin parah, dan peningkatan kemungkinan melakukan percobaan bunuh diri. Sedangkan, menurut Nock (2010) pada tingkat yang paling umum, NSSI adalah setiap tindakan yang dilakukan dengan sengaja dan dengan pengetahuan bahwa mereka dapat atau akan menyebabkan cedera fisik atau psikologis pada diri sendiri.

*Non-suicidal self-injury* (NSSI) pada remaja seharusnya rendah karena menurut Grotberg (1995) mengatakan bahwa setiap anak memiliki resiliensi (ketangguhan) yang menjadi kapasitas dasar manusia, resiliensi sendiri adalah kapasitas dasar manusia untuk menghadapi, mengatasi, atau bahkan diperkuat melalui kesulitan hidup. Menurut Santrock (2003) dalam bukunya berjudul “*adolescence*” mengatakan bahwa remaja memasuki masa dewasa dengan membawa pengalaman sebelumnya yang baik, penuh dengan kepercayaan diri, sikap optimis tentang masa depan, kebanyakan dari mereka merasa bahagia, menikmati hidup, punya perasaan positif terhadap keluarga, mampu menerapkan kontrol diri dan ada kepercayaan diri untuk dapat mengatasi tekanan hidup. Ada beberapa tujuan dan fungsi dari perilaku *non-suicidal self-injury* (NSSI), Menurut Brown dan Plener (2017) tujuan NSSI dan fungsinya terdiri dari dua bagian, yaitu:

- 1) Proses intrapersonal (otomatis) terdiri dari *Automatic negative reinforcement*, NSSI digunakan sebagai cara untuk menghilangkan perasaan atau pikiran negatif seperti rasa marah. *Automatic positive reinforcement*, NSSI digunakan untuk menggambarkan perasaan lega atau pikiran positif setelah melakukan NSSI.
- 2) Proses interpersonal (sosial) terdiri dari *Social positive reinforcement*, NSSI digunakan sebagai gambaran penguataan interaksi sosial misal untuk mendapatkan perhatian atau mengirimkan pesan tertentu ke orang lain. *Social negative reinforcement*, NSSI digunakan sebagai cara untuk menghindari interaksi sosial yang membuat tidak nyaman.

Faktor terjadinya NSSI ditinjau dari beberapa hasil penelitian adalah adanya kondisi *broken home* (Zatti dkk, 2017), gejala depresi (Hankin & Abela, 2012),

ketidakhadiran orang tua (Trujillo & Seib, 2018), sedangkan menurut Pradipta, Satiadarma dan Subroto (2021), individu melakukan NSSI untuk menghilangkan emosi negatif, untuk mendapatkan perhatian dari lingkungannya dan mendapatkan perasaan lega dari tindakan NSSI. Berdasarkan uraian faktor-faktor yang mempengaruhi NSSI, peneliti tertarik untuk meneliti depresi karena di Indonesia, depresi adalah gangguan mental yang paling umum. menurut hasil Riskesdas (Kemenkes RI, 2018) menunjukkan bahwa gangguan depresi di Indonesia masuk ke 10 besar penyakit mental disorder dan rentang usia 15 hingga 24 tahun adalah rentang usia di mana gangguan depresi mulai muncul. Hasil dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2023) yang merupakan survei yang menggabungkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dan Survei Status Gisi Balita Indonesia (SSGI) menemukan bahwa secara nasional, prevalensi depresi paling tinggi ada pada kelompok anak muda (15-24 tahun), yaitu sebesar 2%, disisi lain depresi merupakan penyebab utama disabilitas pada remaja dan bunuh diri adalah penyebab keempat kematian remaja di dunia.

Menurut Hankin dan Abela (2012) menyatakan bahwa depresi pada rentang umur remaja ada hubungan positif dengan perilaku NSSI. Menurut Hamza, Stewart dan Willoughby (2012) menemukan dalam penelitiannya bahwa individu yang mengalami depresi ditingkat berat ada kecenderungan untuk melakukan tindakan menyakiti diri sendiri (NSSI) hingga mengakhiri hidupnya. Definisi depresi menurut Beck dan Alford (2009) adalah sebagai kondisi psikologis yang dicirikan oleh perubahan perilaku, kognitif dan perasaan individu. Memiliki konsep diri yang negatif dan ada keinginan untuk menghukum diri sendiri. Sedangkan menurut

PPDGJ III (1993) depresi didefinisikan sebagai gangguan suasana perasaan *mood* yang ditandai dengan perubahan suasana perasaan (*mood*) atau afek, biasanya disertai perubahan pada semua tingkat kegiatan, pada kondisi yang parah, individu dapat memiliki pikiran untuk melukai dirinya sendiri dan bunuh diri. Beck dan Alford (2009) dalam bukunya berjudul *Depression: Cause and treatment second edition* menjelaskan bahwa gejala depresi ada empat yang utama yaitu: emosi, kognisi, motivasi, dan fisik, pada kasus depresi berat terdapat ciri-ciri psikotik yang diikuti oleh delusi dan halusinasi, meskipun demikian untuk menyajikan simptomatologi seluas mungkin gejala delusi dan halusinasi ini tidak dimasukkan dalam gejala utama depresi

Ada hubungan antara depresi dengan NSSI, Hal ini didukung oleh beberapa penelitian. Berdasarkan penelitian Tang, Lin, Wu, Lee dan You (2022) menyatakan bahwa depresi mencakup emosi negatif dan mati rasa yang dapat diredakan oleh NSSI, tetapi kelegaannya hanya bersifat sementara, dan gejalanya kemungkinan besar akan kembali. Lebih lanjut, remaja yang mengalami peningkatan depresi dan beralih ke NSSI dalam upaya untuk mengobati depresi dan memastikan bahwa depresi tersebut terus berlanjut, remaja yang mengalami depresi sering mengalami pikiran dan emosi yang tidak menyenangkan, sehingga NSSI digunakan untuk membantu mereka menghadapi emosi ini (Tang, Lin, Wu, Lee & You, 2022). Hankin dan Abela (2012) menyatakan bahwa gejala depresi pada remaja secara konsisten berkorelasi positif dengan NSSI. Menurut Hamza, Stewart dan Willoughby (2012) menemukan bahwa individu yang mengalami depresi berat memiliki kecenderungan NSSI hingga bunuh diri.

Temuan serupa dari penelitian sebelumnya dikutip dari Rusiana dan Keliat (2021) menunjukkan bahwa masalah emosional dan perilaku seperti kecemasan, depresi, harga diri yang rendah, sikap agresif dan impulsif, gangguan makan, dan gangguan kepribadian ambang merupakan penyebab utama perilaku NSSI. Sedangkan menurut Selby, Kranzler, Fehling dan Panza (2015) gejala depresi dapat digunakan sebagai prediktor dari perilaku mencelakai diri sendiri tanpa niatan bunuh diri.

Berdasarkan uraian yang telah disebutkan peneliti di atas, maka permasalahan yang akan diteliti adalah apakah ada hubungan antara depresi dengan perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja *broken home*?

## **B. Tujuan dan Manfaat**

### 1. Tujuan

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara depresi dengan perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja *broken home*.

### 2. Manfaat

a) Manfaat teoritis : Penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan secara teoritis dan memberikan informasi sekaligus memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai perilaku *non-suicidal self-injury* dengan depresi pada remaja *broken home* dalam ranah psikologi klinis.

b) Manfaat Praktis : Penelitian ini diharapkan menjadi acuan untuk dapat memahami mengenai depresi dengan perilaku *non-suicidal self-injury* pada remaja *broken home*, yang mana salah satu faktor *non-suicidal self-injury* adalah depresi sehingga diharapkan dapat ditemukan cara untuk mengatasi depresi agar tidak terjadi *non-suicidal self-injury*.