BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masalah merupakan suatu kesulitan dalam menjalani hidup yang tidak sesuai dengan harapan dalam kehidupan, terlebih di zaman modern yang sekarang ini. Dimana setiap individu saling bersaing untuk menjalani kesulitan hidup yang sedang dijalani. Setiap manusia dituntut untuk mengatasi masalah demi menjalani kehidupan ditengah-tengah beratnya permasalahan yang ada. Masalah manusia terbagi menjadi 2 yaitu masalah fisik dan masalah mental, dimana masalah bukan hanya terdapat pada masalah fisik melainkan masalah terhadap mental. Manusia yang menghadapi suatu permasalahan tidak dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik, maka dapat menimbulkan rasa stres, emosi, depresi dan putus asa. Permasalahan tersebut tidak luput dialami berbagai kalangan usia, khususnya dikalangan remaja.

Masa remaja merupakan masa transisi pertumbuhan dari anak-anak menuju dewasa dan juga mempengaruhi pertumbuhan fisik dan mental. Masa peralihan dari anak-anak ke dewasa pada umur 13-18 tahun (Azizah, 2013, h.300). Remaja pada usia ini umumnya mengalami proses pencarian jati diri dalam menghadapi suatu permasalahan yang terjadi pada dirinya dan masih berfikiran labil. Hal inilah yang membuat remaja kesulitan dalam menghadapi permasalahannya dan tidak dapat menyelesaikannya dengan baik.

Ikatan Dokter Anak Indonesia (seperti dikutip Takwati, 2017, h.637) ”menjelaskan bahwa ketika pada usia remaja yang tidak dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik, maka akan memberikan dampak yang negatif terhadap perkembangan dirinya serta dapat memicu terjadinya gangguan emosional”. Awal emosional yang timbul dalam remaja didominasi emosi yang kurang baik terutama amarah. Remaja yang mengalami emosional negatif yang terlalu banyak, akan mengganggu pola pikir yang kurang baik. Emosi merupakan perasaan yang dialami seseorang, emosi yang dialami

dapat diungkapkan dengan ekspresi seperti rasa kecewa, marah, sedih, bahagia dan cinta. Emosi dapat mempengaruhi pola pikir dan perilaku sesorang mengenai perasaan yang dialami pada saat itu. Banyak cara seseorang untuk menyalurkan rasa emosi yang dialaminya. Emosi dapat dilakukan dengan cara positif dan negatif. Emosi yang dilakukan secara positif melakukan aktifvitas yang disenangi seperti bermain bola, menonton film, berolah raga dan bermain ke pantai dengan keluarga atau teman. Adapaun emosi yang dilakukan secara negatif seperti memakai obat-obatan terlarang, minuman keras atau perilaku menyimpang seperti menyakiti diri sendiri dengan cara melukai diri yang disebut dengan *self-injury*.

Self-injury adalah perilaku yang menyimpang dengan menyakiti diri dengan cara melukai diri sendiri hingga terluka dan berdarah untuk melampiaskan rasa amarah yang dimiliki dalam suatu masalah. Klonsky & Jenifer (seperti dikutip Kurniawati, 2012, h.14) "banyak yang melakukannya karena mekanisme ini dapat bekerja untuk memberikan kenyamanan dalam meluapkan emosional dari masalah yang dihadapi".

Seiring adanya permasalahan terjadi diremaja yang mengakibatkan terjadinya perilaku menyimpang seperti melukai diri yang disebut dengan *self-injury*. Whitlock (seperti dikutip Maidah, 2013, h.4) "*self-injury* adalah fenomena remaja. Ada kesepakatan luas bahwa usia rata-rata adalah 14-16 tahun, tetapi benar juga bahwa perilaku *self-injury* dilakukan dimasa kecil dan dewasa". Perilaku *self-injury* dikalangan remaja dikarenakan masalah yang terjadi didalam keluarga atau merasa menjadi orang yang asing di lingkungannya dan direndahkan oleh teman-temannya, Salah satu contoh kasus pada seorang anak wanita, pada saat berumur 14 tahun memiliki permasalahan didalam keluarga. Contoh kasusnya yaitu kedua orang tuanya yang selalu bertengkar dan ingin bercerai sehingga menimbulkan rasa marah, emosi, stres dan depresi, didalam dirinya yang membuat psikologinya terganggu dan menyebabkan pola pikir yang negatif dalam mengatasi masalahnya, mengakibatkan perilaku menyimpang yaitu melukai dirinya sendiri secara sadar dengan menyayat-nanyat bagian tubuhnya dengan pisau atau serpihan kaca yang dipecahkan sendiri hingga terluka dan berdarah, sampai

dirinya merasa puas atau rasa emosinya sudah menghilang. Namun dirinya tidak mengetahui bahwa perilaku melukai disebut sebagai *self-injury.*

Berdasarkan hasil data wawancara bersama narasumber ahli psikolog Selly Mahilani, perilaku *self-injury* biasanya dilakukan pada usia remaja oleh anak-anak sekolah dan mahasiswa, yang lebih memilih berfikir secara emosional dari pada berfikir secara rasional dalam menghadapi suatu permasalahan yang dialami, bisanya masalah yang dialami timbul dari permasalahan yang ada didalam keluarga, sekolah atau di lingkungan sekitarnya. Perilaku *self-injury* ini lebih cenderung dialami oleh para perempuan, karena perempuan memiliki tingkatan emosi yang lebih tinggi dari pada laki-laki.

Selain itu narasumber mengatakan bentuk - bentuk perilaku *self-injury*, melukai dibagian pergelangan tangan dengan benda tajam, menarik-narik rambut, membenturkan kepala ke dinding. Knigge (seperti dikutip Maidah, 2013, h.5) melukai diri dengan cara pemotongan 72 %, pembakaran 35%, memukul 30%, menjambak rambut 80%.

Dampak yang ditimbulkan dari perilaku *self-injury* yaitu menyebabkan kecanduan dan lebih berbahanya dapat menjadi niatan bunuh diri dengan menyayat-nyayat tangan lebih dalam dan meminum racun untuk mengakhiri hidupnya karena merasa tidak senang dengan dirinya sendiri.

Perilaku *self-injury* merupakan perilaku yang dirahasiakan oleh pelakunya, karena tidak ingin diketahui oleh orang lain dengan alasan rasa malu dan takut. Selain itu, narasumber juga menyebutkan bahwa di kalangan remaja di Kota Bandung masih kurang mengetahui bahwa perilaku melukai diri sendiri disebut sebagai perilaku *self-injury*, dan kurang mengetahui dampak yang ditimbulkan dari melukai diri sendiri jika dilakukan secara berulang kali. Karena remaja melukai diri sendiri hanya untuk

menghilangkan rasa amarah yang dialami. Namun jika mekanisme melukai diri dilakukan berulang kali dapat menyebabkan kehilangan nyawa.

Berdasarkan hasil kuesioner *online* dilakukan pada remaja sekitar umu 15-21 tahun dan mendatangi sekolah SMA Negri 5 Bandung yang dilakukan pada 51 responden dari tanggal 6 sampai 7 Mei 2018 hasilnya 41% remaja tidak mengetahui tentang *self-injury* dan 58,8% remaja tidak mengetahui penyebab terjadinya perilaku *self-injury* dan 72,5% remaja tidak mengetahui tujuan dari perilaku *self-injury* dan 56,9% remaja tidak mengetahui dampak dari *self-injury* jika dilakukan berulang kali.

Berdasarkan latar belakang yang telah dibahas maka diperlukan suatu solusi yang dapat memberikan informasi atau pengetahuan mengenai *self-injury* dan dampak *self-injury* jika dilakukan berulang kali.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan maka akan dilakukan identifikasi masalah terkait dengan *self-injury* yaitu :

- Kurangnya pengetahuan tentang *self-injury* di kalangan remaja.
- Kurangnya pengetahuan remaja tentang dampak dari perilaku *self-injury* jika dilakukan berulang kali.
- Bagaimana penanggulangan perilaku *Self-injury*.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan indentifikasi masalah yang sudah dijelaskan, maka rumusan masalah diatas adalah bagaimana menginformasikan mengenai pengetahuan tentang *self-injury* dan dampak *self-injury* jika dilakukan berulang kali dikalangan remaja di Kota Bandung.

1.4 Batasan Masalah

Sesuai dengan identifikasi masalah dan rumusan masalah yang sudah dijelaskan, batasan masalah dari perancangan ini difokuskan bagaimana memberikan informasi mengenai tentang perilaku *self-injury* pada remaja di Kota Bandung.

1.5 Tujuan Dan Manfaat Perancangan

1.5.1 Tujuan Perancangan

Adapun tujuan yang ingin dicapai dari perancangan yang dilakukan adalah menginformasikan mengenai *self-injury* dan dampak yang timbul dari *self-injury* jika dilakukan berulang kali kepada kalangan remaja di Kota Bandung.

1.5.2 Manfaat Perancangan

Adapun manfaat yang ingin dicapai dalam perancangan ini adalah untuk lebih mengetahui perilaku melukai diri yang disebut sebagai perilaku *self-injury* dan bagaimana dampak dari perilaku *self-injury*, jika dilakukan berulang-ulang kali kepada remaja di Kota Bandung. Agar terhindar perilaku melukai diri sendiri dan dapat lebih baik dalam menghadapai suatu permasalahan.