

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Corona *virus disease* atau COVID-19 merupakan penyakit yang awalnya ditemukan di Wuhan China, namun sudah menyebar hingga ke seluruh dunia dan dinyatakan sebagai pandemi (Keyworth et al., 2022). Prevalensi COVID-19 di dunia menurut *World Health Organization* (WHO) tanggal 29 April tahun 2022 yaitu sebanyak 509.531.232 orang yang terkonfirmasi, lalu untuk di Indonesia sendiri menurut Kemenkes RI terdapat 6.046.467 orang yang terkonfirmasi dan 156.240 orang yang meninggal (Kemkes RI, 2022). Akibat peningkatan angka COVID-19 pemerintah memberlakukan pembatasan sosial atau *social distancing*. Meskipun sekarang COVID-19 sudah menurun namun dampak akibat COVID-19 masih terasa, seperti dampak *social distancing* bagi kesehatan mental dalam berbagai rentang usia salah satunya pada remaja yang mengalami *self-harm* atau menyakiti diri sendiri (Kim et al., 2021).

Menurut WHO (2018) (dalam Widyawati & Kurniawan, 2021) perilaku *self-harm* atau perilaku melukai diri sendiri dan bunuh diri merupakan penyebab kematian kedua di dunia pada rentang usia 18 sampai dengan usia 29 tahun. Angka kejadian *self-harm* di dunia pun meningkat pesat dari pada tahun-tahun sebelumnya yaitu dengan persentase lebih dari 10%. Tingkat prevalensi *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) meningkat secara bertahap dari pertengahan tahun 2020 yaitu 24,46% ke akhir pertengahan tahun 2021 yang mencapai 30,6% saat pandemi berkembang dan ini terjadi pada rentang usia 14 sampai

dengan usia 24 tahun. Selain itu tingkat insomnia yang tinggi dan gejala depresi, kecemasan dan gangguan makan pada remaja dan dewasa muda selama Covid-19 mengalami peningkatan yang signifikan. (Zetterqvist et al., 2021). Sementara perilaku *self-harm* di Indonesia sendiri meningkat juga setiap tahunnya dengan rentang usia 13 sampai 17 tahun. Menurut data hasil survei kesehatan mental Indonesia pada Juni 2019 oleh YouGov Omnibus (yang dikutip oleh Kholik & Adi, 2020) menunjukkan lebih dari seperempat orang Indonesia atau setara dengan 36,9% memiliki riwayat mencederai diri sendiri dengan sengaja.

Penelitian dilakukan di SMAN 1 Banjaran karena SMAN 1 Banjaran merupakan Sekolah Menengah Atas favorit yang ada di kecamatan Banjaran dengan jumlah siswa paling banyak diantara SMA lainnya. Di SMAN 1 Banjaran pernah terdapat peserta didik yang melakukan perilaku *self-harm* yaitu menyakiti dirinya sendiri dengan menggunakan benda tajam. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMAN 1 Banjaran, didapatkan hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling yaitu setelah pembelajaran *hybrid learning* dilakukan terdapat beberapa peserta didik yang menunjukan perilaku ketidakstabilan emosi seperti menyendiri, ekspresi wajah yang murung, tidak berinteraksi dengan teman, selalu menangis ketika ditanya mengenai keadaan dirinya, padahal sebelum pandemic Covid-19 mereka tidak menunjukkan perilaku tersebut.

Wawancara juga dilakukan pada 6 siswa SMAN 1 Banjaran mengenai stress saat pandemi COVID-19 serta cara mereka dalam mengatasi masalah, yaitu

terdapat 3 siswa mengalami perilaku *self-harm* dalam tingkat rendah secara langsung, 2 siswa berperilaku *self-harm* secara tidak langsung dan 1 orang siswa beresiko mengalami perilaku *self-harm*. Perilaku *self-harm* dilakukan karena adanya riwayat dijauhi oleh teman dan merasa stress akademik akibat pembelajaran.

Sebagaimana yang terdapat dalam (Apsari, 2022) mengatakan bahwa perilaku *self-harm* memang rentan terjadi pada remaja. Hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa yang dipenuhi oleh konflik, seperti mereka yang dituntut untuk dapat beradaptasi dengan berbagai perubahan. Faktor remaja melakukan perilaku *self-harm* atau perilaku melukai diri sendiri yaitu karena merasa kesepian, mengalami tingkat kesulitan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, juga kurangnya komunikasi dengan orang tua. Hal ini sejalan dengan Sigmund Freud dalam buku *Theories of Developmental* yang dikutip oleh (Apsari, (2022) mengatakan bahwa individu pada periode remaja dipandang sebagai periode yang paling sulit, karena remaja akan mengalami banyak perubahan yang harus dihadapi. Seringkali remaja tidak dapat beradaptasi dengan baik terhadap perubahan-perubahan yang dialami hingga kerap timbul banyak konflik.

Setiawati (2007) (dalam Kholik & Adi, 2020) mengatakan perilaku *self-harm* dapat menyebabkan komplikasi bagi penderitanya, seperti mengalami kerusakan pada bagian tubuh akibat cedera karna benda tajam ataupun dengan cara membenturkan kepala pada tembok secara berulang hingga mengalami gangguan saraf, bahkan dapat menyebabkan cedera yang permanen akibat

menebuk bola mata, memotong kaki guna menghilangkan rasa sakit secara emosional, atau juga menyayat arteri yang mengakibatkan kematian.

Perilaku *self-harm* apabila tidak ditangani dapat membahayakan diri yang kemudian dapat mengarah pada *suicide ideation* terutama jika penderita sedang sendirian. Selain itu, perilaku *self-harm* juga dapat menyebabkan peningkatan angka mortalitas akibat bunuh diri di Indonesia yang saat ini menduduki peringkat kesembilan di dunia (Kholik & Adi, 2020). Higgins (2014) (dalam Guntur et al., 2021) menyebutkan bahwa *self-harm* dapat berakibat terhadap kesehatan fisik maupun psikis baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, penderita akan merasa bersalah sehingga membuat ia terisolasi, menurunnya harga diri, bahkan pemikiran untuk melakukan bunuh diri. Sedangkan dampak pada jangka panjang akan membuat penderita mendapat bekas luka, kekurangan darah, kerusakan pada tendon, kerusakan jaringan dan saraf akibat perilaku mencederai tubuh.

Dampak lain yang ditimbulkan dari adanya perilaku *self-harm* pada remaja juga muncul di lingkungan keluarga. Seperti akan timbul kesulitan dalam hubungan antara orang tua dengan anak, baik dalam komunikasi maupun fungsi keluarga juga akan terganggu (Wang et al., 2022).

Timbulnya perilaku *self-harm* pada remaja tentu terdapat berbagai faktor yang melatar belakangi, seperti pengalaman masa kecil yang merugikan, intimidasi, atau kurang baiknya hubungan remaja dengan orangtua dan teman (Wang et al., 2022). Kurangnya hubungannya sosial antar individu atau kesepian juga merupakan salah satu faktor penyebab remaja melukai dirinya sendiri (Tan

et al., 2021). Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh (Kim et al., 2021) bahwa seperti halnya saat ini seluruh dunia sedang dilanda pandemi COVID-19 yang mengharuskan semua orang dalam rentang usia apapun termasuk remaja untuk melakukan *social distancing*. Akibatnya timbul remaja yang mengalami depresi yang akhirnya melakukan NSSI. (Keyworth et al., 2022) mengatakan dampak dari pandemi COVID-19 membuat banyak remaja merasa terisolasi hingga mereka melakukan perilaku *self-harm*, bahkan adanya ide bunuh diri dan upaya untuk bunuh diri.

Selain itu, metode mekanisme koping yang digunakan individu juga berperan dalam menghindari perilaku *self-harm*. Seperti pada Wu & Liu (2019) mengatakan bahwa apabila seorang individu memilih metode mekanisme koping yang belum matang seperti mencela diri sendiri, mengisolasi diri sendiri maka ia cenderung melakukan *self-harm*, dan begitu pula sebaliknya. Meskipun penelitian mengenai mekanisme koping dengan perilaku *self-harm* pada remaja sudah dilakukan tetapi terdapat perbedaan karakteristik remaja China dengan Indonesia, yaitu remaja China sudah dididik untuk berfikir maju dan terdapat RUU Pemajuan Pendidikan Keluarga yang isinya orang tua harus membatasi waktu bermain game pada anak, mengurangi pekerjaan rumah dan les setelah sekolah dan hari libur untuk menghindari beban akademik akibat rasa kewalahan. Dari berbagai penelitian mengenai faktor penyebab perilaku *self-harm* pada remaja, belum dilakukan penelitian mengenai hubungan mekanisme koping terhadap perilaku *self-harm* pada remaja di Indonesia saat pandemi

COVID-19. Sehingga penelitian ini dapat menjadi penelitian yang terbaru mengenai faktor penyebab perilaku *self-harm* pada pasca pandemi COVID-19.

Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian mengenai mekanisme koping pada remaja terhadap dampak dari pandemi COVID-19, karena dampak dari pandemi ini masih dirasakan oleh remaja dan menjadi faktor pemberat remaja melakukan *self-harm*. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan mekanisme koping dengan perilaku *self-harm* pada remaja saat pandemi COVID-19. Yang dimana tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan perilaku *self-harm* pada remaja serta dampak yang ditimbulkan akibat pandemi COVID-19, sehingga dapat dilakukan sosialisasi baik di lingkungan keluarga ataupun sekolah mengenai pentingnya komunikasi guna meningkatkan *self-talk* dan mekanisme koping yang baik pada remaja agar terhindar dari perilaku *self-harm*.

## **B. Rumusan Masalah**

Pandemi COVID-19 memang menimbulkan beberapa dampak dalam berbagai bidang salah satunya dalam bidang kesehatan mental yang harus diperhatikan. Hal ini dilakukan agar dapat menghindari masalah kesehatan mental seperti perilaku melukai diri sendiri dengan sengaja atau *self-harm*. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas maka perumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana hubungan mekanisme koping dengan perilaku *self-harm* pada remaja pasca pandemi COVID-19?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian berdasarkan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

#### **1. Tujuan Umum**

Adapun tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan mekanisme coping dengan perilaku *self-harm* pada remaja pasca pandemi COVID-19.

#### **2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan metode coping dengan perilaku *self-harm* pada remaja pasca pandemi COVID-19 yang meliputi:

- a. Mengidentifikasi karakteristik remaja yang memilih metode coping yang tidak sehat.
- b. Mengidentifikasi tingkatan mekanisme coping.
- c. Mengidentifikasi tingkatan perilaku *self-harm*.
- d. Menganalisis hubungan mekanisme coping dengan perilaku *self-harm*.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat praktis diantaranya sebagai berikut.

#### **a. Manfaat Perawat**

- 1) Penelitian ini dapat menjadi informasi mengenai perkembangan teoritis khususnya dalam bidang keperawatan jiwa mengenai hubungan mekanisme coping dengan perilaku *self-harm* pada remaja.

2) Penelitian ini dapat menjadi acuan atau dasar bagi penelitian selanjutnya mengenai hubungan mekanisme koping dengan perilaku *self-harm* pada remaja.

b. Manfaat bagi sekolah

Hasil penelitian dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi pihak sekolah untuk melakukan promosi kesehatan mengenai upaya preventif primer terhadap terjadinya perilaku *self-harm* pada remaja.

### **E. Sistematika Penulisan**

Adapun dalam pembahasan penelitian ini yang berjudul “hubungan mekanisme koping dengan perilaku self harm pada remaja pasca pandemi COVID-19” penulis membagi dalam V bab, yaitu:

#### **Bab I Pendahuluan**

Pada bab ini akan dijelaskan mengenai penguraian latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian dan sistematika penelitian.

#### **Bab II Tinjauan Pustaka dan Kerangka Teori**

Pada bab ini akan menguraikan mengenai penelusuran pustaka, hasil penelitian atau jurnal yang relevan, dan kerangka pemikiran.

#### **Bab III Metodologi Penelitian**

Pada bab ini akan dipaparkan mengenai asumsi, jenis penelitian, dan metode penelitian.

#### **Bab IV Pembahasan**

Pada bab ini akan menguraikan gambaran dan analisis hasil penelitian.

#### **Bab V Simpulan dan Saran**

Pada bab ini akan dikemukakan secara singkat mengenai kesimpulan dari hasil penelitian dan saran yang akan diberikan.

