

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Self-esteem (harga diri) merupakan cara penting bagi manusia untuk mengevaluasi keberhargaan dirinya secara fisik, intelektual, emosi, dan moral, serta bagaimana orang lain memperlakukan dirinya sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya. Pembentukan harga diri seseorang dimulai saat mereka masih kecil, dari pengalaman mereka di rumah, di sekolah, di lingkungan sekitar, dan bersama teman. Semua ini dapat membantu atau mencegah perkembangan harga diri manusia (Jarman, 2023). Secara sederhana, harga diri seseorang adalah persepsi mereka tentang diri mereka sendiri (Branden, 2021).

Individu yang mempunyai harga diri rendah akan merasa kurang percaya diri dalam menyelesaikan masalah, oleh karena itu rentan melakukan *self-harm* pada dirinya sendiri. Mereka juga lebih cenderung menggunakan strategi koping yang tidak efektif dan mencari informasi sebelum membuat keputusan. Harga diri rendah meningkatkan kemungkinan masalah psikologis yang buruk, seperti depresi dan gangguan mental emosional (de Castro *et al.*, 2020)

Hasil laporan Riskesdas pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 9,8% atau sekitar 706.689 orang di Indonesia mendapatkan diagnosis gangguan mental emosional pada seseorang yang sudah beranjak >15 tahun. Selain itu, laporan Riskesdas pada tahun 2018 menunjukkan bahwa diagnosis gangguan mental emosional oleh dokter mencapai 6,82% atau sekitar 74.657 orang di provinsi Jawa Timur (Riskesdas, 2018), sedangkan prevalensi di

Kabupaten Malang mencapai 15,52% atau sekitar 1.668 orang terdiagnosis Depresi (Risksedas, 2018).

Menurut (Kurniawati, 2023), gejala dan tanda harga diri rendah termasuk seseorang yang merasa malu dan minder terhadap lingkungan atau dirinya sendiri, merasa tidak mampu melakukan apapun, merasa tidak berarti, menilai dirinya negatif, kontak mata berkurang, postur tubuh menunduk, berbicara pelan, dan lainnya. Sehingga timbulnya faktor resiko harga diri rendah akan berkorelasi dengan keadaan psikologis seseorang. Salah satu faktor utama yang meningkatkan risiko *self-harm* adalah *psychological distress*, yang merupakan jenis penderitaan emosional dengan gejala depresi, stres, dan kecemasan (Rahman *et al.*, 2021).

Self-harm adalah tindakan melukai diri sendiri secara sengaja, tanpa niat untuk bunuh diri, yang juga dilakukan secara fisik oleh diri sendiri (I. Rahma, 2019). *Self-harm* dapat diartikan juga sebagai salah satu masalah dengan kesehatan mental yang dihadapi dewasa awal yang ada di seluruh dunia. Ini terutama terjadi pada wanita karena sistem lingkungan dan hormon mereka yang menuntut mereka untuk berperan sebagai ibu, menantu, anggota masyarakat, dan anak yang sempurna (Rosenansi *et al.*, 2022).

Berdasarkan data WHO (2019), ada 75.750 juta orang muda di 31 negara Eropa yang mengalami tindakan melukai diri sendiri. Tingkat kejadian tertinggi terjadi di Lithuania (dari 227,8 kasus per 100.000 pada tahun 1990 menjadi 207,1 pada tahun 2019) dan di Finlandia (dari 266,2 kasus per 100.000 pada tahun 1990 menjadi 185,8 pada tahun 2019) (Castel Pietra *et al.*, 2022). Dari banyaknya penduduk di Indonesia, penduduk tersebut sudah melaksanakan *survey YouGov Omnibus* yaitu setengah > (36,9%) pernah

menyakiti diri sendiri. Setiap minggu, sepuluh pasien dewasa pertama yang datang, datang dengan kondisi seperti menyayat tangan, mencakar anggota tubuh, atau membenturkan anggota tubuh ke dinding (Tarigan & Apsari, 2022). Individu yang paling sering menyakiti diri sendiri adalah mereka yang sering mengkonsumsi racun di tubuhnya, mencakar dirinya sendiri, membenturkan bagian tubuh ke dinding berkali-kali, memukul bagian tubuh berkali-kali, menjauhkan diri dari Tuhan sebagai konsekuensi, dan mencoba membakar diri dengan api atau benda yang panas. Mengiris kulit atau *self cutting* adalah beberapa cara menyakiti diri (Knipe *et al.*, 2022).

Individu yang beresiko melakukan *self-harm* dapat dipengaruhi oleh penyebab *self-harm* secara *interpersonal*, seperti pengalaman masa kecil yang terlalu buruk, pola asuh orang tua yang buruk, dan adanya pengaruh teman-teman sebaya yang buruk (Zakaria & Theresa, 2020). Berikut ini salah satu adanya faktor yang akan berhubungan dengan tindakan menyakiti diri adalah merasakan perasaan kesepian, merupakan salah satu alasan mengapa individu tersebut tidak menemukan banyak teman dekat, serta tingginya kesulitan menanggapi pengalaman negatif dan tidak dapat menangani masalah, tidak dapat mengatasi masalah dengan mengurangi tekanan untuk membuatnya merasa nyaman (pengendalian emosional). Pola komunikasi yang buruk dengan orang tua, serta faktor-faktor eksternal seperti hubungan dengan trauma yang ditimbulkan oleh daerah di sekitar sekolah dan perilaku asuh yang buruk di dalam keluarga tersebut (Tarigan & Apsari, 2022). Faktor lain yang dapat menyebabkan (*self-harm*) adalah perasaan emosi yang telah lama dipendam, adanya depresi, stress, dan frustrasi (Indah & Maghfirotul, 2021).

Apabila perilaku *self-harm* tidak segera ditangani, mereka akan terus memendam perasaan mereka dan tidak ingin menceritakannya kepada orang lain. Ini akan membuatnya sulit berkomunikasi dengan orang lain. Selain itu, konsekuensi negatif lainnya yaitu orang tersebut kesulitan untuk mengendalikan emosinya dan selalu melampiaskan emosinya termasuk makan secara berlebihan, tidak ingin makan setiap hari, menyayat tangan, meminum obat-obatan tidak sesuai dosis, dan selalu membenturkan kepala ke dinding (Indah & Maghfirotul Lathifah, 2021).

Selain itu terdapat banyak data mengenai fenomena gunung es (*iceberg phenomena*) diantaranya tentang tindakan menyakiti diri sendiri. Penderita *self-harm* biasanya menghindari berbicara dengan dirinya sendiri atau menyatakan secara terang-terangan kepada orang-orang di sekitarnya bahwa dia sedang menyakiti dirinya sendiri (Sari *et al.*, 2022). Fenomena ini biasanya terjadi pada populasi atau pasien yang secara klinis didiagnosis memiliki masalah kesehatan mental. Fenomena *self-harm* ini mungkin akan berkembang menjadi perilaku bunuh diri, sangat penting untuk mendeteksi dan mencegah tindakan menyakiti diri sendiri sejak dini (Nurendah *et al.*, 2022).

Penelitian terkait *self-esteem* pada kecenderungan *self-harm* masih belum banyak dilakukan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun angkatan 2021 sampai 2023.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun angkatan 2021 sampai 2023 ?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum :

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun angkatan 2021 sampai 2023

1.3.2 Tujuan Khusus :

1. Membahas karakteristik data demografi responden pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun angkatan 2021 sampai 2023.
2. Mengidentifikasi *self-esteem* pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun angkatan 2021 sampai 2023.
3. Mengidentifikasi adanya perilaku tentang *self-harm* pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun angkatan 2021 sampai 2023.
4. Menganalisis adanya hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun angkatan 2021 sampai 2023.

1.4 Manfaat Penelitian :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi khalayak umum terkhususnya untuk menambah kajian pustaka mengenai adanya hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa ilmu kesehatan di Universitas Muhammadiyah Malang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Responden

Hasil dari penelitian saat ini diharapkan mengetahui harga diri responden (*self-esteem*) dan perilaku *self-harm* mereka. Jika temuan menunjukkan bahwa responden mengalami perilaku *self-harm*, maka responden harus diminta untuk segera pergi ke fasilitas kesehatan terdekat mereka.

1.4.2.2 Bagi Universitas

Diharapkan bahwa penelitian saat ini akan menjadi sumber landasan bagi universitas untuk membantu mengatasi masalah kesehatan jiwa yang berkaitan dengan perilaku *self-harm* yang dihadapi oleh mahasiswa.

1.4.2.3 Bagi Keperawatan

Diharapkan pada penelitian ini akan membantu menangani masalah keperawatan yang muncul pada pasien *self-harm* yang mengalami gangguan harga diri, juga dikenal sebagai *self-esteem*.

1.4.2.4 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan bahwa penelitian ini dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian ini lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian diatas.

1.5 Keaslian Penelitian

Menurut (Afrianti, 2020), dengan judul Intensi Melukai Diri Remaja Ditinjau Berdasarkan Pola Komunikasi Orang Tua membahas perilaku melukai diri sendiri pada remaja dan menguji adanya pengaruh berbagai bentuk komunikasi orang tua terhadap antusias menyakiti diri sendiri pada remaja. Penelitian kali ini menemukan bahwasannya antusias menyakiti diri sendiri remaja dengan bentuk komunikasi yang melindungi tidak jauh berbeda secara signifikan dengan antusias remaja dengan menyakiti diri sendiri dengan bentuk komunikasi *laissez-faire*. Selain itu, penelitian berikut menunjukkan bahwa intensitas melukai diri remaja tidak berbeda secara signifikan antara bentuk komunikasi dengan orang tua yang pluralistik dan konsensual. Orang tua biasanya menggunakan cara komunikasi ini jika tidak memiliki kendali yang lebih terhadap putra putri mereka. Penelitian ini menemukan bahwa orang yang menyakiti diri lebih cenderung menggunakan teknik pengendalian emosional untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah. Teknik ini menurunkan untuk menyelesaikan masalah.

Menurut (Dharmawati & Sahrani, 2023), Penelitian yang berjudul Hubungan Antara *Self-Compassion* Dan *Self-Esteem* Pada *Emerging Adulthood* Yang Pernah Mengalami *Self-Harm*. Penelitian ini membahas untuk mengeksplorasi hubungan antara *self-compassion* dan *self-esteem* pada dewasa

muda yang pernah melakukan *self-harm*, serta untuk melihat faktor-faktor yang memengaruhi kedua variabel tersebut seperti usia, jenis kelamin, domisili, dan pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk menyoroti perbedaan dalam *self-harm* dan *self-compassion* berdasarkan faktor-faktor tersebut.

Penelitian saat ini serta penelitian sebelumnya membahas *self-harm*. Namun demikian, terdapat perbedaan di antara penelitian yang sedang dilakukan dengan penelitian sebelumnya. Penelitian sebelumnya mengkaji melukai diri sendiri yang sudah dilakukan oleh remaja dikarenakan kurang efektifnya komunikasi dengan orang tua mereka. Sedangkan penelitian yang sekarang membahas apakah terdapat hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun angkatan 2021 sampai 2023.

