

**PERILAKU *SELF-HARM* PADA KORBAN PACARAN DI  
KALANGAN PEMUDA DESA**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

**SABILLA AZZAHRA HAJIZYAH RACHMAN**

**1917101135**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO**

**2022**

## HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “*Self-Harm pada Korban Pacaran di Kalangan Pemuda Desa*” merupakan hasil karya saya sendiri, yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial di Universitas Islam Negeri Kyai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, bukan jiplakan dari hasil karya tulis orang lain. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dirujuk sesuai kode etik ilmiah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Purbalingga, 30 November 2022



**Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman**  
**1917101135**



## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Dakwah

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri

di Purwokerto

*Assalamualaikum warrahmatullahi wabarakatuh*

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman dengan NIM 1917101135 yang berjudul :

**“PERILAKU *SELF-HARM* PADA KORBAN PACARAN DI KALANGAN PEMUDA DESA”**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Ketua UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Purwokerto, 30 Desember 2022

Pembimbing

  
**Kholil Lur Rohman, S.Ag., M.S.I**  
**NIP. 197910052009011013**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

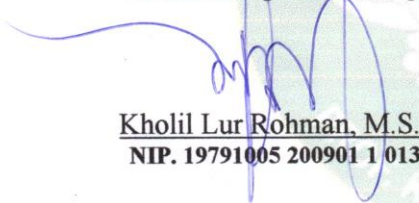
**PENGESAHAN**

**Skripsi Berjudul**

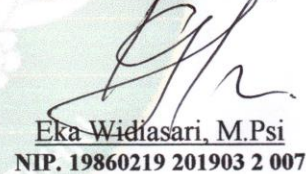
**“PERILAKU *SELFHARM* PADA KORBAN PACARAN DI KALANGAN PEMUDA DESA”**

Yang disusun oleh Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman NIM. 1917101135 Program Studi **Bimbingan Konseling Islam** Jurusan **Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifudin Zuhri, telah diujikan pada hari **Kamis** tanggal **12 Januari 2023** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial dalam (Bimbingan dan Konseling)** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.


Ketua Sidang/Pembimbing

  
Kholil Lur Rohman, M.S.I  
NIP. 19791005 200901 1 013

Sekretaris Sidang/Penguji II


  
Eka Widiasari, M.Psi  
NIP. 19860219 201903 2 007

Penguji Utama

  
Dr. Henie Kurniawati, S.Psi, M.A. Psikolog  
NIP. 19790530 200701 2 019

Mengesahkan,  
Purwokerto, 31 Januari 2023  
Dekan,



  
Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.  
NIP. 19691219 199803 1 001

## **MOTTO**

Jalani hidupmu sendiri



## PERSEMBAHAN

Berkat rahmat dan bantuan Allah SWT, penulis skripsi ini dapat menyelesaikan tugas penyusunan skripsi tanpa halangan atau hambatan yang besar dan berarti. Sebagai rasa syukur dan terima kasih, maka penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua yang sudah sangat berjasa dalam hidup penulis. Yang selalu memberikan kasih sayangnya, materinya, dukungan moral dan segala sesuatunya yang diusahakan untuk penulis agar mendapat yang terbaik.
2. Bapak Kholil Lur Rohman, S.Ag., M.S.I selaku dosen pembimbing yang juga memberikan semangat dan kemudian agar proses penyelesaian skripsi ini berjalan dengan lancar dan cepat.
3. Semua dosen Fakultas Dakwah yang telah memberikan banyak ilmu selama menempuh pendidikan di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Kedua adik penulis yang selalu menjadi penghibur di kala lelah mengerjakan skripsi.
5. Keluarga besar yang sudah mensupport baik moril maupun materil.
6. Teman-teman yang sudah mendukung dan membantu dalam penyusunan skripsi.
7. Dan pecinta ilmu yang semoga selalu dalam lindungan Allah SWT dan ditinggikan derajatnya.

**PERILAKU *SELF-HARM* PADA KORBAN PACARAN DI KALANGAN  
PEMUDA DESA**

**SABILLA AZZAHRA HAJIZYAH RACHMAN**

**1917101135**

**Program Studi Bimbingan Konseling Islam**

**Jurusan Konseling Dan Pengembangan Masyarakat**

**Fakultas Dakwah**

**UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

**ABSTRAK**

Perilaku *selfharm* saat ini telah menjadi suatu permasalahan serius yang banyak menarik perhatian. Tidak terkecuali pemuda di Desa Majasem. Beberapa pemuda di Desa Majasem juga melakukan perilaku *selfharm*. Maka, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini mengenai perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh pemuda desa, faktor penyebab perilaku *selfharm*, bentuk-bentuk perilaku *selfharm* dan cara untuk mengurangi perilaku *selfharm*.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Data dikumpulkan menggunakan wawancara dan dokumentasi. Responden yang berada di desa Majasem dipilih sebanyak 5 orang dengan menggunakan teknik sampel *purposive* yang memenuhi kriteria pernah atau sedang melakukan perilaku *selfharm*.

Hasilnya adalah *selfharm* dilakukan secara sadar dan secara sengaja dengan tujuan untuk kepuasan dan mencari perhatian dari sang kekasih. Bentuk perilaku *selfharm* yang dilakukan 3 pemuda masuk ke dalam *superficial self mutilation* dan 2 pemuda masuk ke dalam *stereotype self injury*. Faktor yang memengaruhi perilaku *selfharm* dapat dikategorikan ke dalam faktor psikologis, keluarga, dan kepribadian. Sedangkan cara untuk mengurangi perilaku *selfharm* yaitu dengan menceritakan perasaan yang dialaminya kepada seseorang yang dipercaya atau disayang.

**Kata kunci** : *selfharm*, pemuda, korban pacaran

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Dengan mengucapkan syukur dan *alhamdulillah*, penulis memanjatkan rasa puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah serta taufik dan inayah-Nya sehingga dalam proses penyelesaian skripsi ini berjalan dengan lancar dan tanpa halangan yang besar.

Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW yang senantiasa kita nantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti. Aamiin.

Skripsi dengan “**Perilaku *Selfharm* Pada Korban Pacaran di Kalangan Pemuda Desa**” telah selesai sesuai dengan harapan penulis. Penulis menyadari ada banyak pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan banyak sekali terimakasih kepada :

1. Dr. H. Moh. Roqib, M.Ag., selaku Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Nur Azizah, M.Si., selaku Ketua Jurusan Konseling Dan Pengembangan Masyarakat Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dan Pembimbing Akademik yang telah bersedia memberikan waktu dan ilmunya.
4. Agus Sriyanto, M.Si., selaku Sekretaris Jurusan Konseling Dan Pengembangan Masyarakat Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Lutfi Faishol. M.Pd selaku Koordinator Prodi Bimbingan Konseling Islam.
6. Bapak Kholil Lur Rohman, S.Ag., M.S.I. selaku dosen pembimbing. Terimakasih banyak saya ucapkan atas bimbingan, arahan serta motivasinya sehingga skripsi ini selesai sesuai dengan yang diharapkan.



7. Segenap Dosen dan Jajaran Staff Administrasi Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
8. Kedua orang tua tercinta, Bapak Wastur Rohman dan Ibu Lely Paryanti yang telah memberikan banyak kasih sayang, dukungan dan doa.
9. Kedua adik tercinta, Mba Epong dan Baginda Radya yang selalu menghibur dikala lelah mengerjakan skripsi.
10. Segenap keluarga besar yang memberikan bantuan secara moral maupun materil.
11. Teman-teman kelas BKI C yang juga banyak memberikan dukungan dan semangat.
12. Terimakasih saya ucapkan kepada semua pihak yang turut membantu terselesaikannya skripsi ini karena tidak bisa disebutkan satu persatu.

Sekian yang dapat saya sampaikan, mohon maaf apabila ada banyak kekurangan dan kesalahan dalam penulisan gelar atau nama maupun ucapan. Terimakasih.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Purwokerto, 30 Desember 2022

Yang menyatakan



**Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman**  
**1917101135**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>i</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Penegasan Istilah .....	6
C. Rumusan Masalah .....	9
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	9
E. Kajian Pustaka .....	11
F. Sistematika Penulisan .....	14
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Deskripsi Menyakiti Diri Sendiri Atau <i>Selfharm</i> .....	15
1. Pengertian Menyakiti Diri Sendiri Atau <i>Selfharm</i> .....	15
2. Pengertian <i>Selfharm</i> Menurut Para Ahli .....	15
3. Faktor Penyebab Perilaku <i>Selfharm</i> .....	17
4. Bentuk-Bentuk Perilaku <i>Selfharm</i> .....	20
5. Cara Mengurangi Perilaku <i>Selfharm</i> .....	22

B. Deskripsi Pemuda .....	23
1. Pengertian Pemuda .....	23
C. Korban Pacaran .....	24
1. Pengertian korban .....	24
2. Pengertian pacaran .....	25
3. Pengertian Pacaran Menurut Para Ahli .....	26
4. Masalah Yang Muncul Dalam Hubungan Pacaran .....	26

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis dan Sifat Penelitian .....	29
1. Jenis Penelitian .....	30
2. Sifat Penelitian .....	30
B. Obyek dan Subyek Penelitian .....	31
1. Obyek Penelitian .....	31
2. Subyek Penelitian .....	31
C. Sumber Data .....	31
1. Data Primer .....	32
2. Data Sekunder .....	34
D. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	34
1. Lokasi Penelitian .....	34
2. Waktu Penelitian .....	34
E. Teknik Pengumpulan Data .....	35
1. Observasi .....	35
2. Wawancara .....	36
3. Dokumentasi .....	37
4. Analisis Data .....	38

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Desa Majasem .....	40
B. Perilaku <i>Selfharm</i> di desa Majasem .....	41
1. Narasumber R .....	41

2. Narasumber A .....	46
3. Narasumber C .....	49
4. Narasumber D .....	53
5. Narasumber N .....	56
C. Diagram Perilaku <i>Selfharm</i> .....	59

## **BAB V PENUTUP**

A. KESIMPULAN .....	60
B. SARAN .....	62

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia yang hidup di muka bumi ini tentu memiliki caranya sendiri untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Proses atau cara manusia menyelesaikan masalah yang dihadapinya disebut dengan mekanisme koping. Ada orang dengan mekanisme koping yang baik dan ada pula orang dengan mekanisme koping yang kurang baik. Mekanisme koping yang baik atau adaptif biasanya dilakukan dengan cara menghadapi masalah dengan baik dan benar agar dapat bertumbuh dan mencapai tujuan yang diinginkan. Sedangkan mekanisme koping yang kurang baik atau maladaptif biasanya akan menghambat fungsi integrasi dan dapat menghambat pertumbuhan, seperti menyakiti diri sendiri atau *selfharm*.<sup>1</sup> Perilaku *selfharm* saat ini tengah menjadi suatu hal yang menarik di kalangan pemuda modern. Perilaku yang dapat dikatakan berbahaya ini memang kerap kali dilakukan oleh banyak pemuda ketika tidak mampu menghadapi suatu masalah yang menimpanya. Perilaku *selfharm* telah menjadi sebuah permasalahan yang kritis sehingga dapat memengaruhi hampir dari 25% populasi pemuda di dunia. Perilaku ini tentu akan menghasilkan banyak dampak yang buruk bagi pemuda yang melakukannya. Selain itu, perilaku ini juga dapat menurunkan kualitas hidup yang dijalani oleh pemuda yang melakukan *selfharm*. Terdapat banyak literatur yang telah diterbitkan terkait dengan bahaya dan resiko mengenai perilaku *selfharm* ini. Salah satu resiko berbahaya yang didapat dari perilaku ini adalah munculnya pemikiran untuk melakukan bunuh diri meskipun pada dasarnya perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* dilakukan secara sadar

---

<sup>1</sup> Defani Ismiriam Rakhmi. “*Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Menurunkan Perilaku Melukai Diri Pada Pasien Dengan Gangguan Kecemasan Umum”, *PROCEDIA: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi* volume 9 nomor 1, (2021). Hlm. 18. DOI:110.22219/procedia.v9i1.15799

dan tanpa adanya niat untuk bunuh diri.<sup>2</sup> Ada banyak cara yang dapat dilakukan untuk melancarkan perilaku *selfharm* ini. Menyakiti diri sendiri bisa dilakukan dengan cara menyayat pergelangan tangan, memukul kepala, menghantam tembok dengan tangan kosong atau lain sebagainya. Tentu saja hal ini sangat berbahaya. Selain itu, perilaku menyakiti diri sendiri juga dapat menjadi candu bagi pemuda karena pemuda yang melakukan *selfharm* akan merasa bahwa dengan cara menyakiti diri sendiri dia akan dapat meluapkan emosi dan kekecewaan yang dipendamnya. Perilaku ini muncul karena pemuda yang memiliki strategi *coping* terhadap stres yang dideritanya yang tidak tepat. Salah satu bentuk strategi *coping* yang tidak tepat inilah yang memberi jalan kepada pemuda untuk melakukan perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm*. Namun, perilaku menyakiti diri sendiri ini tidak diikuti dengan niat untuk bunuh diri.<sup>3</sup> Menurut Pattinson dan Kahan dalam jurnal yang ditulis oleh Agustin menjelaskan bahwa biasanya perilaku ini dapat dikenali karena adanya bekas atau tanda di *Selfharm Inventory* bagian tubuh tertentu. Selain ketidakmampuan pemuda dalam coping yang adaptif, memiliki teman atau mengenal orang lain yang memiliki kebiasaan menyakiti diri sendiri juga dapat mendorong pemuda untuk melakukan hal yang sama. Hubungan yang buruk dengan teman atau kekasih juga bisa dikatakan sebagai salah satu faktor pemuda melakukan perilaku *selfharm* ini.<sup>4</sup> Ada banyak penelitian yang telah dilakukan oleh ilmuwan di dunia untuk mengetahui secara gamblang dan jelas mengenai seberapa banyak pemuda yang pernah setidaknya sekali melakukan perilaku *selfharm*. Salah satu penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Northeast dan Midwest didapatkan hasil yang sangat mengejutkan dan memprihatinkan yaitu sebanyak 10,2% dari 11.529 mahasiswa melakukan

---

<sup>2</sup> Sarah E. Hetrick, t.l. ‘‘Understanding The Needs Of Young People Who Engage In Self-Harm: A Qualitative Investigation’’, *Frontiers In Psychology*, Volume 10. (2020) Hlm. 1-2. Doi: 10.3389/Fpsyg.2019.02916

<sup>3</sup> Olphi Disya Arinda & Winarini Wilman D. Mansoer. ‘‘NSSI (*Nonsuicidal Self-Injury*) Pada Dewasa Muda Di Jakarta: Studi Fenomenologi Interpretatif’’, *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*. Vol. 8, No. 1. (2021), Hlm. 124

<sup>4</sup> Damara Agustin. ‘‘Analisis Butir *Self-Harm Inventory*’’, *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, Vol. 3, No. 2, (2019), hlm. 397. Doi: doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i2.3880

*selfharm*.<sup>5</sup> Bentuk perilaku menyakiti diri sendiri atau *self-harm* yang paling umum dilakukan adalah dengan menyayat kulit menggunakan silet atau benda tajam lainnya. Namun, tidak jarang juga membakar tubuh, memukul diri, mengorek bekas luka atau bahkan mengonsumsi zat-zat berbahaya juga kerap dilakukan oleh pelaku *selfharm*. Sebenarnya, data riil jumlah pemuda yang melakukan *selfharm* atau menyakiti diri sendiri ini sangat sulit dipastikan karena data-data yang ada memang tidak dapat menguak realitas yang sebenarnya terjadi pada pemuda yang melakukan *selfharm*. Meski begitu, penelitian masih kerap dilakukan oleh para ahli mengingat kasus menyakiti diri sendiri seperti fenomena gunung es karena masih banyak sekali kasus yang sulit untuk diungkap.

Kasus menyakiti diri sendiri atau *selfharm* yang banyak terjadi pada pemuda di Indonesia mestinya sudah menjadi suatu hal yang sangat dipertimbangkan. Bukan hanya oleh ahli tenaga medis, namun orang tua bahkan pemuda itu sendiripun beserta lingkungan juga harus lebih peduli terhadap perilaku yang membahayakan ini. Banyak penelitian mengungkapkan bahwa perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh orang yang berbeda usia akan berbeda pula bentuknya. Dalam Thesalonika, Swannel mengungkapkan setiap orang dengan rata-rata sekitar 17,2% remaja, 13,4% dewasa muda, dan 5,5% orang dewasa setidaknya memiliki satu episode perilaku menyakiti diri sendiri dalam riwayat hidup mereka. Di Indonesia sendiri sebenarnya masih banyak sekali kasus *selfharm* yang belum terungkap. Pada tahun 2012 Tresno melakukan penelitian kepada mahasiswa di Indonesia dengan rentang usia 16-27 tahun dengan 307 partisipan dan mendapat hasil bahwa sebanyak 38% melakukan tindakan menyakiti diri sendiri secara sengaja. Dari jumlah tersebut, sebanyak 84,72% adalah wanita.<sup>6</sup> Pada hasil survei tahun 2013 didapatkan hasil bahwa pemuda yang melakukan perilaku menyakiti diri

---

<sup>5</sup> Akwila Verenisa, et.al. "Gambaran *Self-Injury* Mahasiswa", Volume 4 Nomor 1. (2021), Hlm. 45

<sup>6</sup> Thesalonika, Nurliana Cipta Apsari, "Perilaku *Self-Harm* Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (*Self-Harm Or Self-Injuring Behavior By Adolescents*)", *Jurnal Pekerjaan sosial*, Vol. 4 No 2. (2021), Hlm. 214

sendiri atau *selfharm* terbanyak berkisar pada usia 17-24 tahun adalah 6,06%. Hal ini tentu sangat mengkhawatirkan dan perlu diwaspadai. Terjadi lonjakan yang cukup tajam dari tahun 2013 menuju 2015 dimana pada tahun 2015 meningkat sebanyak 3,9%. Perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* ini erat kaitannya dengan gangguan jiwa yang dialami oleh pelaku *selfharm*. Namun, tidak dipungkiri bahwa pemuda dengan kondisi kejiwaan normal juga bisa melakukan *selfharm*. Gangguan kejiwaan yang biasanya merangsang seseorang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri biasanya berbentuk stres, depresi, bipolar atau skizofrenia. Namun meski begitu, perilaku *selfharm* ini tidak dapat dikatakan sebagai suatu gangguan jiwa melainkan suatu kegagalan pemuda dalam melakukan pengontrolan terhadap emosi yang dipendamnya.<sup>7</sup>

Perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* ini lebih banyak dilakukan oleh pemuda. Mereka biasanya melakukan perilaku menyakiti diri sendiri karena tidak mampu mengontrol emosi atau rasa kecewa yang dipendamnya. Selain itu, perilaku ini dilakukann juga karena ingin menghukum dirinya sendiri karena keridakmampuan dirinya untuk menghadapi suatu masalah. Masalah yang biasanya mampu membuat para pemuda merasa sangat emosi dan kecewa sebagian besar terdapat dalam masalah percintaan yang dialaminya. Kebanyakan pemuda jaman sekarang menganggap masalah cinta merupakan masalah paling serius yang dihadapi dalam kehidupannya. Oleh karena itu, ketika seseorang merasa kecewa terhadap pasangannya dan tidak tahu cara untuk mengungkapkan rasa kecewanya maka perilaku *selfharm* adalah jalan pintasnya. Perilaku yang umum dilakukan adalah membenturkan kepalanya ke tembok atau menjambak rambut. Perilaku ini dianggap wajar oleh sebagian besar pemuda karena dianggap mampu mengurangi rasa sakit pada hatinya. Padahal, perilaku tersebut sangat berbahaya dan merugikan dirinya sendiri.

Perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* ini merupakan suatu masalah yang sangat serius. Prevalensi pada kasus *selfharm* sebenarnya masih sangat

---

<sup>7</sup> Kusumadewi AF, Yoga BH, Sumarni, Ismanto SH. “*Self-Harm Inventory (Shi) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm*”, *Jurnal Psikiatri Surabaya* | Volume 8 Nomor 1. (2019), Hlm. 21



tinggi di kalangan pemuda, namun studi empiris untuk mempelajari mengenai *selfharm* masih sangat terbatas. Pada studi kasus yang dilakukan oleh Hay dan Meldrum pada tahun 2010 didapatkan hasil bahwa perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* yang dilakukan oleh pemuda dilatarbelakangi adanya hubungan sosial yang buruk dan emosi yang negatif yang dirasakan oleh mereka. Studi yang dilakukan ini setidaknya memberi pencerahan untuk kasus *selfharm* yang terjadi di kalangan pemuda agar berupaya mencegah atau membantu pemuda yang ingin melakukan *selfharm*.<sup>8</sup> Pemuda yang melakukan perilaku *selfharm* akan berpotensi mengalami tantangan lainnya seperti gangguan kejiwaan.

Dalam penelitian kali ini, peneliti memilih Desa Majasem sebagai tempat penelitian. Desa Majasem merupakan salah satu desa yang ada di Kabupaten Purbalingga, tepatnya di kecamatan Kemangkon. Desa dengan penduduk hampir 3000 jiwa ini merupakan desa yang bisa dibilang sudah maju. Mata pencaharian di desa ini sebagian besar terbagi di bidang wiraswasta. Desa Majasem merupakan salah satu desa dengan tingkat kenakalan yang cukup tinggi. Kenakalan yang biasanya dilakukan oleh pemuda di desa ini ialah berupa tawuran. Terlebih lagi jika terdapat pertandingan dan menghadapkan dua kubu yang bermasalah, tentu akan menjadi tawuran yang cukup menakutkan. Selain itu, di desa Majasem juga terdapat banyak pemuda maupun orang tua yang mengalami stres karena permasalahan di hidupnya. Kebanyakan orang di desa ini akan mengambil jalan pintas untuk mengurangi rasa stresnya, seperti dengan minum-minuman keras, bentrok dengan kubu lain, atau kegiatan lain yang merugikan tetapi menyenangkan menurut mereka. Tidak hanya itu, banyak pula orang yang lebih memilih untuk menyakiti dirinya sendiri ketika menghadapi suatu permasalahan di hidupnya. Bukan tidak ingin merasa kesakitan, akan tetapi menurut informasi yang peneliti dapat mereka tidak ingin orang lain merasakan kesakitan juga hanya karena ingin melampiaskan kemarahan mereka. Oleh karena itu mereka memilih menyakiti diri mereka

---

<sup>8</sup> Damara Agustin et.al. "Analisis Butir Self-Harm Inventory", *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, Vol. 3, No. 2, (2019), hlm. 398. Doi: <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i2.3880>

sendiri. Perilaku yang dilakukan untuk menyakiti diri mereka sendiripun bermacam-macam, ada yang memukul kepalanya sendiri, menghantam tembok dengan tangan kosong, memukulkan botol kaca kosong ke kepalanya sendiri, dan masih banyak lagi. Tentu saja hal ini sangat memprihatinkan. Selain di larang oleh agama, perilaku seperti inipun merugikan diri sendiri dan keluarga tentunya. Belum ada data pasti terkait jumlah perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* yang terjadi di desa Majasem. Hal itu dikarenakan tingkat kepedulian warga sekitar terhadap bahaya yang ditimbulkan dari perilaku ini masih sangat rendah. Kebanyakan orang di desa ini menganggap perilaku tersebut adalah hal yang wajar dan bisa dimaklumi. Padahal, jika tersu dibiarkan akan berdampak buruk bagi pelaku maupun lingkungannya. Perilaku menyakiti diri ini tergolong masalah pribadi dan privasi sehingga sangat sulit untuk mendeteksi dan mengungkap kasusnya. Meski begitu, biasanya terlihat tanda-tanda seseorang telah melakukan *selfharm*. Tanda yang biasanya sering terlihat adalah bekas luka atau memar yang ada di tubuhnya. Oleh karena itu, dalam penelitian kali ini, peneliti memilih tema *self-harm* karena melihat maraknya perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan orang-orang jaman sekarang yang banyak mengalami masalah pada kondisi psikologisnya. Tentu saja, dalam penelitian kali ini peneliti akan membahas faktor-faktor yang memengaruhi perilaku menyakiti diri sendiri serta cara untuk menghindarinya. Dan bersama dengan adanya penelitian kali ini, peneliti berharap para pembaca dan masyarakat luas lebih peduli lagi terhadap kesehatan mental dan kondisi psikologis orang-orang terdekatnya agar perilaku menyakiti diri sendiri tidak menjadi hal yang wajar dan tidak dimaklumi.

## **B. Penegasan istilah**

### **1. *Selfharm* atau menyakiti diri sendiri**

Dalam Thesalonika, Larsen yang merupakan seorang psikolog di Yayasan Joseph Campbell mengatakan, *selfharm* atau perilaku menyakiti diri sendiri merupakan perilaku yang dilakukan secara sengaja namun bukan untuk tujuan bunuh diri melainkan untuk membuat luka pada tubuh dengan tujuan untuk melepaskan penderitaan emosional. Salah satu cara

yang paling umum dilakukan adalah dengan menyayat diri. Hal serupa juga dikatakan oleh Badan Kesehatan Dunia atau WHO pada tahun 2015, bahwa perilaku menyakiti sendiri merupakan perilaku yang disengaja untuk melukai diri sendiri tanpa memandang ada atau tidaknya niat untuk melakukan bunuh diri.<sup>9</sup> Klonsky dan Jenifer dalam artikel jurnal yang ditulis oleh Tan juga memberikan pendapatnya mengenai perilaku *selfharm*. Menurutnya, perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* merupakan perilaku yang sengaja dilakukan oleh seseorang untuk melukai tubuhnya sendiri tanpa ada niat untuk bunuh diri melainkan untuk meluapkan emosinya yang menyakitkan. Penelitian yang dilakukan oleh Wilson pada tahun 2012 menemukan bahwa perilaku *selfharm* dilakukan dengan alasan yang sama dan berhubungan dengan variabel yang sama pula. Menurutnya, pemuda yang telah melakukan aksi menyakiti diri sendiri akan merasa puas karena dirinya mampu menyalurkan emosi yang menyakitkan yang dipendam dalam dirinya.<sup>10</sup> Banyak yang melakukan perilaku ini karena memang perilaku *selfharm* dapat menyebabkan kecanduan dan memiliki kecenderungan untuk mengulangi perilaku tersebut.

Dari pendapat beberapa ahli di atas tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* merupakan perilaku yang disengaja oleh seseorang untuk menimbulkan luka atau rasa sakit pada bagian tubuhnya tanpa adanya niat untuk bunuh diri. Meskipun berbeda dengan bunuh diri, perilaku menyakiti ini sendiri ini juga berpotensi menyebabkan kematian apabila tidak segera ditangani dengan tepat. Perilaku *selfharm* dapat membahayakan diri sendiri bahkan bisa mengarahkan ke tindakan yang lebih ekstrem apabila pemuda tengah sendirian. Perilaku ini dilakukan karena pemuda tidak mampu meluapkan

---

<sup>9</sup> Thesalonika, Nurliana Cipta Apsari. "Perilaku *Self-Harm* Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (*Self-Harm Or Self-Injuring Behavior By Adolescents*)", *Jurnal Pekerjaan sosial*, Vol. 4 No 2. (2021), Hlm. 216

<sup>10</sup> Mutiara Ikhmahwati Tan, dkk. "Hubungan Antara Kesepian Dengan Tindakan *Self-Harming* Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa", *Jurnal Psibernetika* Vol.14 No.2. (2021), hlm. 121

emosinya secara tepat sehingga dengan menyakiti dirinya sendiri menjadi jalan pintas yang diambilnya.

## 2. Pemuda

Menurut bahasa, pemuda merupakan seorang perempuan atau laki-laki yang usianya telah memasuki usia dewasa atau berkisar pada usia 16-30 tahun.<sup>11</sup> Selain itu, pemuda juga merupakan generasi penerus bangsa dan merupakan sumber daya manusia yang memiliki peran amat penting di kalangan masyarakat.<sup>12</sup> Undang-undang mengatakan bahwasanya pemuda merupakan warga negara Indonesia yang tengah memasuki pertumbuhan dan perkembangan yang sangat penting. Usia pemuda di Indonesia berkisar dari 16 tahun sampai 30 tahun.<sup>13</sup> Seorang professor di Departemen Psikologi di Universitas Clark Jeffrey Arnett pada tahun 2016 mengemukakan bahwa perkembangan seseorang menuju dewasa muda atau pemuda merupakan perkembangan yang unik dan penting sehingga pada masa ini seseorang cenderung lebih mudah mengalami stres.

Dari pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pemuda merupakan orang telah memasuki pertumbuhan dan perkembangan penting atau telah memasuki usia dewasa pada kisaran 16 tahun sampai dengan 30 tahun.

## 3. Korban Pacaran

Menurut Muslimah dalam jurnal yang ditulis oleh Sirojammuniro menjelaskan bahwa perilaku pacaran adalah suatu hasil atau tanggapan yang muncul karena adanya reaksi dari rasa cinta dan kasih.<sup>14</sup> Sedangkan korban menurut Arif Gosita merupakan seseorang yang dirugikan baik

---

<sup>11</sup> Taufik Abdillah, Pemuda dan Perubahan Sosial. (Jakarta: Jalan Sutra,2010), hal.134.

<sup>12</sup> Ferry C. Lewier, “Manajemen PAK bagi Pemuda/Mahasiswa Menyongsong dan Memasuki Abad Ke-21”, dalam Ajarlah Mereka Melakukan, ed. Andar Ismail (Jakarta: Gunung Mulia, 2003), hlm. 201.

<sup>13</sup> UU 40 Tahun 2009 pasal 1 ayat 1 - DPR RI tersedia di <https://www.dpr.go.id> diakses pada tanggal 10 Desember 2022 pukul 14.22

<sup>14</sup> Anitsnaini Sirojammuniro. “Analisis Pola Perilaku Pacaran Pada Remaja”, *Academic Journal of Psychology and Counseling*, Vol. 1, No. 2. (2020), Hlm. 125. Doi : [:10.22515/ajpc.v1i2.3128](https://doi.org/10.22515/ajpc.v1i2.3128)

secara jasmani maupun rohani oleh orang lain yang mencari kepentingan untuk dirinya sendiri dan tidak memikirkan hak asasi yang dimiliki setiap orang.<sup>15</sup>

Dari pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa korban pacaran merupakan salah satu pihak di dalam hubungan yang dirugikan oleh pasangan yang dicintainya, baik secara jasmani maupun rohaninya.

### C. Rumusan Masalah

Inti dari permasalahan ini adalah untuk mengungkap perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh pemuda korban pacaran. Dengan ini maka peneliti merumuskan tiga pertanyaan, yaitu:

1. Apa saja faktor yang memengaruhi pemuda korban pacaran melakukan perilaku *selfharm*?
2. Apa saja bentuk-bentuk *selfharm* yang dilakukan pemuda?
3. Bagaimana cara pemuda yang menjadi korban dalam pacaran mengurangi perilaku *selfharm* yang ingin dilakukannya?

### D. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

#### 1. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian merupakan memahami esensi (hakekat) tentang pengalaman dunia terdalam individu (*inner world*) tentang suatu permasalahan. Dalam penelitian, menangkap arti yang mendalam dalam suatu peristiwa atau gejala merupakan hal yang terpenting. Adanya tujuan penelitian dalam suatu penelitian bukanlah untuk menangkap atau menjelaskan adanya korelasi atau hubungan sebab akibat dari suatu peristiwa atau masalah.<sup>16</sup>

Tujuan dari diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui secara jelas mengenai faktor-faktor yang menyebabkan pemuda yang menjadi korban dalam pacaran melakukan tindakan menyakiti diri sendiri atau *selfharm*, untuk mengetahui bentuk-bentuk perilaku menyakiti diri sendiri yang biasanya dilakukan oleh pemuda, serta untuk mengetahui

<sup>15</sup> Arif Gosita. (1993). "Masalah Korban Kejahatan", Jurnal Akademika, hlm. 63

<sup>16</sup> Dr. J. R. Raco. Metode Penelltlan Kualitatif: Jenis, Karakteristik, Dan Keunggulannya. (Jakarta: Penerbit Pt Grasindo. 2010). Hlm. 106-107

bagaimana cara pemuda untuk mencegah atau menghindari perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* yang akan dilakukannya.

## 2. Manfaat penelitian

Manfaat penelitian erat kaitannya dengan rumusan masalah. Oleh karena itu, adanya manfaat penelitian adalah untuk mengetahui sejauh mana penelitian yang dilakukan oleh peneliti mampu membantu atau menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh masyarakat. Adanya penelitian yang dilakukan oleh para peneliti diharapkan mampu memberi manfaat yang besar untuk setiap pembacanya. Manfaat penelitian dibagi menjadi dua bagian, yaitu manfaat praktis (pragmatis) dan manfaat teoritis.<sup>17</sup>

### a. Manfaat teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu memberikan edukasi baik kepada orang tua maupun masyarakat sekitar agar dapat memberikan bantuan berupa ajakan untuk berbincang supaya mengalihkan pikiran orang yang melakukan *selfharm*.

### b. Manfaat praktis

#### 1. Bagi pemuda yang melakukan *selfharm*

Tentu saja, dengan adanya penelitian ini pemuda *self-harm* akan memiliki pengetahuan baru mengenai bahaya perilaku menyakiti diri sendiri, baik untuk dirinya sendiri, untuk orang tua, maupun untuk lingkungannya. Selain itu, pemuda yang melakukan *self-harm* akan mendapat wawasan serta kesadaran bahwa untuk mengatasi rasa kecewa dan terluka tidak harus menggunakan cara menyakiti diri sendiri.

#### 2. Bagi orang tua

Bagi orang tua, dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu memberikan perhatian khusus kepada anak-anaknya serta menjaga anak-anaknya dari rasa sakit secara emosional yang mampu memancing perilaku *self-harm*. Dengan penelitian ini pula

---

<sup>17</sup> Ahmad Tohardi. Buku Ajar Pengantar Metodologi Penelitian Sosial + Plus. (Pontianak: Tanjungpura University Press. 2019). Hlm. 205

dapat memberikan manfaat kepada orang tua yakni untuk senantiasa peduli terhadap kesehatan mental anak-anaknya dan memberikan wawasan baru agar dapat membantu anaknya lepas dari perilaku *self-harm*.

### 3. Bagi masyarakat

Menjadi lebih terbuka terhadap setiap pemuda yang memiliki masalah berat dan melakukan perilaku *self-harm* sehingga nantinya bila nantinya bertemu pemuda yang melakukan tindakan menyakiti diri sendiri masyarakat dapat membantu mencegah atau memberi motivasi kepada pemuda yang melakukan *selfharm*.

### 4. Bagi prodi BKI

Manfaat bagi prodi BKI yaitu membantu menambah wawasan dan pelajaran berharga bagi calon konselor-konselor muda agar bisa lebih *aware* terhadap perilaku *self-harm*. Selain itu, dengan adanya penelitian baru ini akan membantu para konselor baru untuk mempersiapkan diri apabila di masa depan mendapatkan klien atau menemukan pemuda dengan perilaku *selfharm*.

## E. Kajian Pustaka

Peneliti menggunakan berbagai bahan kajian pustaka berupa jurnal, buku, artikel, atau hasil studi (skripsi dan tesis) yang berkaitan dengan penelitian yang disusun peneliti.

Perilaku menyakiti diri sendiri atau *self-harm* merupakan perilaku yang disengaja untuk menimbulkan luka atau rasa sakit pada bagian tubuh guna meluapkan emosi dan rasa sakit yang terpendam di dalam dirinya. Perilaku ini biasanya dilakukan dengan cara menyayat tangan menggunakan benda tajam, memukul kepala, menjambak rambut, membakar tubuh atau lain sebagainya. Fenomena menyakiti diri sendiri merupakan permasalahan pribadi dan sangat jarang pemuda yang melakukan perilaku *self-harm* mampu terbuka dengan lingkungannya. Faktor yang melatarbelakangi pemuda melakukan perilaku menyakiti diri sendiripun bermacam-macam. Seperti yang dijelaskan dalam

jurnal penelitian milik Dahlia Magdalena Sibarani dkk yang berjudul “*Self-Harm dan Depresi pada Dewasa Muda*” menjelaskan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri merupakan salah satu faktor kesehatan jiwa dan mental sebagai mekanisme koping maladaptif melalui penggunaan rasa sakit fisik untuk membantu seseorang mengatasi tekanan batinnya. Beliau menjelaskan perilaku menyakiti diri sendiri merupakan jalan pintas yang diambil oleh individu untuk membantu mengurangi ketegangan dan membantu pemuda untuk merasa lebih tenang.<sup>18</sup> Dalam jurnal yang berjudul “Efektifitas Pendekatan Konseling Behavioral Pada Perilaku *Self Harm* Di Manu Putri Buntet Pesantren” karya Nur Azizah dan Ahmad Alamuddin Yasin menjelaskan bahwa *self-harm* atau perilaku menyakiti diri sendiri adalah perilaku yang disengaja untuk secara langsung mengakibatkan luka pada anggota tubuh. Perilaku menyakiti diri sendiri merupakan fenomena yang sebagian besarnya terjadi pada pemuda. Namun, setiap individu juga memiliki potensi menyakiti diri sendiri yang sudah dilakukan sejak kecil hingga beranjak dewasa. Banyak faktor yang memengaruhi pemuda dapat melakukan perilaku menyakiti diri sendiri, diantaranya adalah ketidakstabilan pemuda dalam meluapkan emosinya. Hal ini merupakan wajar, akan tetapi jika terus dibiarkan tentu akan menimbulkan dampak yang negatif dan berbahaya.<sup>19</sup> Selain itu, Arkadus Ianuar Guntur dan kawan-kawan menjelaskan dalam jurnalnya yang berjudul “Dinamika Perilaku *Self-injury* pada Remaja Laki-laki” bahwa perilaku menyakiti diri sendiri ialah perilaku yang disengaja untuk melukai bagian tubuh sebagai upaya untuk mengatasi masalah dan stres. Perilaku menyakiti diri sendiri ini merupakan salah satu upaya yang ekstrem yang dilakukan dan bahkan dianggap sebagai salah satu cara untuk bertahan hidup dari stres. Dalam jurnal dijelaskan bahwa pemuda yang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri atau *self-harm* sebenarnya tidak ingin menciptakan rasa sakit atau mengakhiri hidupnya,

---

<sup>18</sup> Dahlia Magdalena Sibarani, Susanti Niman, FX Widianoro. “*Self-Harm Dan Depresi Pada Dewasa Muda*”, *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia* Volume 9 No 4, (2021), Hal 795 - 799

<sup>19</sup> Nur Azizah & Ahmad Alamuddin Yasin. “Efektifitas Pendekatan Konseling Behavioral Pada Perilaku *Self Harm* Di Manu Putri Buntet Pesantren”, *Journal of Islamic Education Counseling*, Vol. 2 No.1. (2022), hlm. 2



hanya saja hal itu dilakukan dengan tujuan untuk menenangkan perasaan sakit emosional dalam diri yang dapat menyebabkan mereka merasa depresi.<sup>20</sup>

Dalam jurnal yang berjudul “Fenomena Mahasiswa Pelaku *Self Harm* di Kota Pekanbaru” karya Nadya Asyafina dan Noor Efni Salam menjelaskan bahwa perilaku *self-harm* atau menyakiti diri sendiri ini terjadi karena beberapa faktor, baik dari internal maupun eksternal. Seseorang yang tidak mampu menghadapi masalah yang datang dalam hidupnya tentu akan mengekspresikan rasa kecewanya melalui hal-hal yang negatif seperti menyakiti diri sendiri. Menurut Nadya Asyafina dan Noor Efni Salam perilaku *self-harm* atau menyakiti diri sendiri dapat membantu seseorang untuk mengekspresikan dan meluapkan emosi atau kemarahannya secara verbal pada orang lain sehingga memilih untuk melampiaskan amarahnya ke dirinya sendiri.<sup>21</sup> Hal ini diperkuat lagi dengan jurnal berjudul “Disregulasi Emosi pada Perempuan Dewasa Awal yang Melakukan *Self Injury*” karya Aldiah Rosa Hayuningtiyas Putri dan Diana Rahmasari. Mereka berpendapat bahwa perilaku menyakiti diri sendiri merupakan perilaku yang dilakukan untuk mengekspresikan emosi yang terpendam dalam diri seseorang. Seseorang yang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri ini sebenarnya sedang mengalihkan rasa sakit psikologis ke dalam rasa sakit fisik untuk mendapatkan kepuasan.<sup>22</sup>

Dari beberapa referensi dan penelitian dengan tema yang sama, maka dapat disimpulkan bahwa persamaan antara penelitian kali ini dengan banyak penelitian di atas adalah sama-sama membahas mengenai perilaku menyakiti diri sendiri. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yaitu mengenai faktor penyebab perilaku menyakiti diri sendiri. Pada penelitian di atas kebanyakan faktor yang dibahas yaitu kesepian sehingga menyebabkan

---

<sup>20</sup> Arkadus Ianuar Guntur, dkk. “Dinamika Perilaku *Self-injury* pada Remaja Laki-laki”, *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* Volume 1, No 1. (2021), Hlm. 43

<sup>21</sup> Nadya Asyafina & Noor Efni Salam. “Fenomena Mahasiswa Pelaku *Self Harm* di Kota Pekanbaru”, *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Volume 6 Nomor 3. (2022), Hlm. 13930-13931

<sup>22</sup> Aldiah Rosa Hayuningtiyas Putri & Diana Rahmasari. “Disregulasi Emosi pada Perempuan Dewasa Awal yang Melakukan *Self injury*”, *Jurnal Penelitian Psikologi*, Volume 8 Nomor 6. (2021), Hlm. 1

pelaku melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Sedangkan dalam penelitian kali ini, faktor perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh pemuda yaitu karena masalah percintaan. Selain itu, pada penelitian kali ini akan meneliti mengenai perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh pemuda di desa Majasem.

#### **F. Sistematika Penulisan**

Penulisan skripsi ini disusun dalam beberapa bab dengan sistematika penulisan sebagai berikut:

BAB I, berisi pendahuluan yang memuat data diantaranya: Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan dan Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka, dan Metode Penelitian.

BAB II, berisi mengenai landasan teori, meliputi: pengertian perilaku menyakiti diri sendiri, faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *selfharm*, bentuk-bentuk perilaku *selfharm*, cara mencegah perilaku *selfharm*, pengertian pemuda, serta pengertian korban percintaan dan masalah yang timbul dalam hubungan pacaran.

BAB III, bab ini menjelaskan tentang metode penelitian yang terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, waktu penelitian, variabel atau obyek penelitian, metode pengumpulan data, dan teknik analisis data.

BAB IV, hasil penelitian dan pembahasan. Dalam bab ini akan membahas dan menganalisis tentang perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh pemuda akibat menjadi korban dalam hubungan berpacaran.

BAB V, merupakan bagian akhir yang isinya berupa penutup yang mencakup simpulan, saran, kata penutup, lampiran, dan daftar riwayat hidup.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Deskripsi Menyakiti Diri Sendiri Atau *Selfharm*

##### 1. Pengertian *selfharm*

Menyakiti diri sendiri atau yang biasa disebut *selfharm* merupakan perilaku yang disengaja untuk menimbulkan rasa sakit di bagian tubuh dan tanpa maksud bunuh diri. Perilaku ini dilakukan secara sadar dan secara sengaja dengan tujuan untuk melepaskan rasa sakit secara emosional.

##### 2. Pengertian *selfharm* menurut para ahli

Whitlock dalam Indrawati mengatakan bahwa bahwa perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri merupakan tindakan yang disengaja untuk mengakibatkan kerusakan dan rasa sakit pada tubuh dengan tujuan tertentu dan tanpa adanya maksud untuk bunuh diri.<sup>23</sup> Voon, Hasking dan Martin dalam Lindgren mengungkapkan perilaku *selfharm* dilakukan oleh pelaku dengan tujuan untuk dapat mengakhiri perasaan atau emosi negatif yang dipendamnya serta sebagai upaya untuk menghasilkan kondisi psikologis yang sesuai dengan keinginannya melalui rasa sakit yang diciptakan secara sengaja. Hawton menyatakan menyakiti diri sendiri atau *selfharm* adalah satu bentuk penyakit mental yang kerap kali terjadi di tengah-tengah masyarakat. Perilaku ini lebih banyak dialami oleh perempuan dibandingkan dengan perempuan. Taylor juga menyatakan bahwa seseorang yang tengah melakukan *selfharm* biasanya tidak menyadari apa sedang dia perbuat, selain itu mereka juga tidak tahu dan tidak memahami alasan mereka melakukan hal tersebut. Seseorang yang melakukan perilaku *selfharm* biasanya dikarenakan mereka merasa sendirian dan kesepian. Menurut Klonsky, perilaku *selfharm* merupakan suatu fenomena perilaku yang disengaja dan bukan merupakan gejala gangguan kepribadian ambang. Hal ini diperkuat oleh pendapat Polling pada tahun 2020 yang mengatakan bahwa menyakiti diri sendiri merupakan salah satu bentuk

---

<sup>23</sup> Erdina Indrawati. "Self Injury (*self harm*) dan Emosi", Buletin KPIN, Vol. 6 No. 16. (2020)

respon terhadap rasa sakit, susah, stres bahkan frustrasi yang sedang dialami seseorang. Lebih lanjut, Skegg yang dikutip dari Chahyani menjelaskan perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* adalah sebuah tindakan yang disengaja untuk menyebabkan kerusakan pada jaringan tubuh.<sup>24</sup> Menurut Erikson dan Akerman dalam Lindgren, orang yang melakukan perilaku *selfharm* biasanya karena memiliki pengalaman yang negatif. Selain itu, perasaan tidak berdaya atas apa yang telah terjadi juga dapat mendorong seseorang melakukan perilaku *selfharm*.<sup>25</sup>

Menurut Wichstorm dalam artikel jurnal karya Ulfah, tidak hanya seseorang yang mengalami kekerasan yang mampu melakukan *selfharm*, akan tetapi seseorang dengan nilai diri yang rendah juga mampu menjadi faktor pendorong seseorang melakukan aksi *selfharm*.<sup>26</sup>

Dalam jurnal yang ditulis oleh Maharani, Nock mengungkapkan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* merupakan perilaku yang sengaja dilakukan dengan cara merusak jaringan tubuh tanpa niat untuk bunuh diri atau mengakhiri hidupnya dan perilaku ini ditolak secara sosial. Selain itu, Grandclerc juga mengemukakan bahwasannya perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* ini muncul diakibatkan karena adanya suatu usaha yang dilakukan seseorang untuk menurunkan stres psikologisnya yang muncul akibat situasi *stressfull* tetapi dengan cara yang tidak adaptif. Perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* tentunya akan membawa banyak dampak buruk bagi diri pelakunya. Menurut Higgins, perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* bisa berdampak sangat buruk bagi seseorang baik secara fisik maupun psikologisnya. Pada aspek fisik,

---

<sup>24</sup> Maulina Indah Chahyani & Maghfirotul Lathifah. "Efektivitas Layanan Informasi Dengan Menggunakan Film Imperfect Untuk Mereduksi *Selfharm* Pada Diri Mahasiswa", Efektor, Volume 8 Issue 2, (2021), hlm. 184-185. <https://doi.org/10.29407/e.v8i2.16133>

<sup>25</sup> Britt-Marie Lindgren RN et.al. "A Necessary Pain: A Literature Review of Young People's Experiences of Self-Harm". *Issues In Mental Health nursing*, Vol. 43, no. 2, (2022), hlm. 155. <https://doi.org/10.1080/01612840.2021.1948640>

<sup>26</sup> Jamuna Ulfah. "Relevansi Menyakiti Diri Dengan Tingkat Kepuasan Pelaku Sebagai Bentuk Emosi Negatif", *Jurnal Edukatif*, Volume 8, Nomor 2, (2022) hlm. 132-140. Doi: <https://doi.org/10.37567/jie.v8i2.634>

seseorang yang terlalu sering melakukan perilaku menyakiti diri sendiri dengan merusak jaringan tubuh akan meningkatkan kemungkinan infeksi dan kehilangan banyak darah. Sedangkan pada aspek psikologis, perilaku *selfharm* dapat memperburuk atau bahkan merusak kondisi psikologisnya. Hal ini terjadi karena kepuasan pelaku setelah melakukan aksi *selfharm* bersifat sementara dan sama sekali tidak menyelesaikan akar permasalahan yang dialaminya. Pada banyak penelitian telah disimpulkan bahwa seseorang dengan perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* cenderung akan mengalami *Bonderline Personality Disorder* atau kondisi dimana seseorang mengalami gangguan mental yang serius yang mana pada kondisi ini suasana hati dan citra diri penderitanya dapat dengan mudah berubah-ubah. Hal ini terjadi karena gangguan mental ini memengaruhi perasaan dan cara berpikir penderitanya. Namun, *Bonderline Personality Disorder* ini tidak mudah menyerang orang yang tidak melakukan perilaku *selfharm*. Whitlock dalam Maharani mengatakan, perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* ini juga berkontribusi sangat besar dalam menghasilkan pemikiran untuk mengakhiri hidup.<sup>27</sup>

### 3. Faktor penyebab perilaku *selfharm*

Menurut Khalifah dalam artikel jurnal yang ditulis oleh Raihani mengatakan seseorang melakukan perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri pasti didasari oleh alasan yang kuat. Faktor-faktor yang besar pengaruhnya terhadap perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh seseorang antara lain bentuk mekanisme koping yang negatif, kurangnya komunikasi di dalam keluarganya, pernah mengalami trauma psikologis pada masa lalunya, kurang atau bahkan tidak adanya keharmonisan di dalam keluarga, mengalami permasalahan atau *bullying* di sekolah, permasalahan di dalam hubungan percintaan, permasalahan dengan temannya, atau bahkan mengalami stres dengan kehidupan yang dijalaninya. Meski banyak faktor yang dapat memengaruhi seseorang melakukan perilaku *selfharm*, namun

---

<sup>27</sup> Cindi Nabilla Maharani et.al. "Hubungan antara Pola Asuh Positif dan Perilaku Melukai diri Remaja", *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, volume 14, nomor 1, (2022), hlm. 2-3. Doi : [10.31289/analitika.v14i1.6623](https://doi.org/10.31289/analitika.v14i1.6623)

trauma di masa lalu yang tidak menyenangkan, keluarga yang tidak harmonis dan masalah dalam percintaan masih menjadi pemicu yang besar bagi seseorang untuk melakukan perilaku *selfharm*.<sup>28</sup> Sebagian besar orang mengira bahwa *selfharm* dilakukan karena ingin mencari perhatian dari orang lain, namun pada kenyataannya, keinginan untuk mendapatkan perhatian lebih dari orang lain bukan satu-satunya faktor penyebab seseorang melakukan perilaku *selfharm*. Perilaku *selfharm* ini dipercaya dapat digunakan untuk menyalurkan emosi yang dirasakan. Bagi seseorang yang melakukan perilaku ini biasanya berpikir akan lebih mudah menghadapi rasa sakit fisik dibandingkan dengan rasa sakit secara emosional. Perilaku menyakiti diri sendiri cenderung muncul apabila seseorang telah mengalami suatu kejadian atau pengalaman yang menyedihkan dan tidak memiliki cara untuk mengekspresikan emosinya dengan benar. Kepercayaan seseorang dengan rasa sakit fisik dapat membantunya menghilangkan rasa sakit emosionalnya membuat mereka juga percaya bahwa dengan adanya luka di bagian tubuh dan rasa sakit juga dapat membuktikan bahwa rasa sakit emosionalnya juga nyata.

Menurut Baetens dalam Zakaria menyatakan bahwa seseorang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri dikarenakan tidak mampu atau sulit untuk menanggapi pengalaman menyakitkan atau negatif serta memiliki toleransi terhadap stres yang sangat rendah. Selain itu, pengaruh teman sebaya yang negatif juga dapat menjadi faktor pendorong seseorang melakukan perilaku *selfharm*.<sup>29</sup>

Menurut Walls yang dikutip dari Rini mengungkapkan terdapat 5 dimensi yang mampu memicu seseorang untuk melakukan perilaku menyakiti diri sendiri atau *self-harm*. Lima pemicu tersebut yaitu:

---

<sup>28</sup> Dzikra Raihani et.al. "Perilaku *Self-harm* pada Pasien Depresi dengan Gejala Psikotik", *Seminar Nasional Psikologi*, volume 1 nomor 1, (2022), hlm. 3.

<sup>29</sup> Zalyaleolita Yuliandhani Helmi Zakaria & Ria Maria Theresa. "Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (Nssi) Pada Remaja Putri", *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi*, Vol. 4, No. 2. (Agustus 2020), Hlm. 88 <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26404>

a. Dimensi lingkungan

Dimensi lingkungan yang dimaksud adalah konflik interpersonal dimana peristiwa-peristiwa yang terjadi di dalam hidup dapat menyebabkan trauma. Selain itu, kehilangan hubungan atau kehilangan seseorang yang dicintai juga bisa menjadi pemicu seseorang melakukan *selfharm*.

b. Dimensi biologis

Pada dimensi ini, seseorang yang melakukan perilaku *selfharm* biasanya memiliki kelainan di otaknya sehingga membuatnya melakukan *selfharm* untuk mencari kepuasan.

c. Dimensi kognitif

Dimensi ini berkaitan dengan pemikiran atau keyakinan seseorang. Biasanya berkaitan dengan interpretasi terhadap suatu peristiwa yang pernah dialami atau kognisi trauma di masa lalu.

d. Dimensi perilaku

Dimensi ini berkaitan erat dengan perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-harinya.

e. Dimensi afektif

Dimensi ini berkaitan erat dengan tindakan yang dijalani atau dialami oleh seseorang, misalnya seseorang mengalami tindakan buli oleh teman-temannya sehingga merasa tertekan dan memunculkan pemikiran dan tindakan untuk melakukan *selfharm*.<sup>30</sup>

Menurut Martinson dalam Malumbot mengungkapkan setidaknya terdapat 4 faktor penyebab seseorang melakukan perilaku *selfharm*, diantaranya:

a. Faktor keluarga

Keluarga merupakan salah satu *role model* terpenting dalam membantu anak mengekspresikan emosinya. Namun, kerap kali anak

---

<sup>30</sup> Rini. "Perilaku Menyakiti Diri Sendiri: Bentuk, Faktor dan Keterbukaan Dalam Perspektif Perbedaan Jenis Kelamin", *Jurnal Ikraith-Humaniora* Vol 6 No 1, (2022) hlm. 117

justru kekurangan *role model* dalam keluarga sehingga tidak mampu mengekspresikan emosinya dengan baik dan benar sehingga jalan *selfharm* adalah yang dipilih.

b. Faktor pengaruh biokimia

Seseorang yang melakukan perilaku *selfharm* biasanya memiliki masalah pada bagian seterogenetik otaknya sehingga menimbulkan perilaku yang impulsif dan agresif.

c. Faktor psikologis

Perasaan yang tidak nyaman biasanya membuat seseorang menjadi sulit untuk mengatasinya sehingga melakukan perilaku *selfharm*.

d. Faktor kepribadian

Kepribadian seseorang juga memiliki peranan penting dalam perilaku *selfharm*. Biasanya, seseorang dengan kepribadian *introvert* akan lebih besar kemungkinannya untuk melakukan perilaku *selfharm* dibandingkan dengan orang yang memiliki kepribadian *extrovert*.<sup>31</sup>

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ada banyak faktor penyebab perilaku *selfharm*. Yang paling umum memengaruhi perilaku *selfharm* pada pemuda di antaranya adalah faktor keluarga, faktor psikologis, dan faktor kepribadian. Ketiga faktor inilah yang biasanya memiliki dorongan lebih besar terhadap perilaku *selfharm*.

4. Bentuk-bentuk perilaku *selfharm*

Trepal dan Wester telah melakukan penelitian pada tahun 2011 yang mana mendapatkan hasil bahwa perilaku menyakiti diri sendiri yang paling banyak ditangani oleh praktisi klinis antara lain mengiris bagian tubuh (*cutting*) dengan persentase sebanyak 73%, mengelupasi luka (*skin picking*) dengan persentase sebanyak 14,9%, menusuk bagian tubuh

---

<sup>31</sup> Cindy M. Malumbot et.al. “Studi Tentang Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Self Injury dan Dampak Psikologis Pada Remaja”, *Psikopedia*, Vol. 1 No. 1, (Desember 2020), hlm. 17 <http://ejurnal-mapalus-unima.ac.id/index.php/psikopedia/article/view/1612>



sebanyak 10,8%, memukul diri sendiri sebanyak 9,5%, membenturkan kepala sebanyak 6,8%, menarik rambut sebanyak 5,4%, menggigit bagian tubuh sebanyak 4,8%, dan membakar bagian tubuh sebanyak 1,4%.

Menurut Whitlock dalam Rini, bentuk-bentuk perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* terbagi menjadi 6 bentuk, yaitu :

- a. Membakar kulit.
- b. Mengopek luka yang hampir mengering sehingga menjadi basah lagi.
- c. Menjambak rambut hingga rontok atau dengan sengaja mencabuti alis atau bulu mata.
- d. Memukul diri sendiri atau membennturkan tubuh ke benda keras hingga menimbulkan memar atau berdarah.
- e. Menggigit bagian tubuh dengan keras hingga meninggalkan bekas gigitan.
- f. Memotong atau membuat ukiran di permukaan kulit.<sup>32</sup>

Selain bentuk yang telah diteliti tersebut, secara umum bentuk-bentuk perilaku *selfharm* dapat dibagi menjadi 3 bentuk, yaitu:

a. *Major self-mutilation*

Pada jenis ini, pelaku *self-harm* atau orang yang melakukan tindakan menyakiti diri sendiri telah melakukan perusakan pada tubuh yang sangat signifikan dan parah sehingga sulit atau bahkan tidak dapat dipulihkan. Kebanyakan individu atau orang melakukan *self-harm* jenis ini adalah mereka yang mengalami psikosis. Contohnya adalah memotong jari, mencongkel bola mata, mengiris bagian telinga dan lain sebagainya.

b. *Stereotype self-injury*

Jenis *self-harm* ini biasanya dilakukan secara berulang kali. Namun, meski begitu orang yang melakukan jenis *self-harm* ini tidak mencapai tingkat keparahan yang fatal. Biasanya, seseorang yang melakukan *self-harm* jenis ini adalah mereka yang mengalami

---

<sup>32</sup> Rini. "Perilaku Menyakiti Diri Sendiri: Bentuk, Faktor dan Keterbukaan Dalam Perspektif Perbedaan Jenis Kelamin", *Jurnal Ikraith-Humaniora* Vol 6 No 1, (2022), hlm. 117

gangguan neurologis. Contohnya adalah membenturkan kepala ke tembok hingga menyebabkan memar, menonjok tembok atau benda keras lainnya, membanting barang yang dapat menyebabkan luka, dan lain sebagainya.

c. *Moderate/superficial self-mutilation*

Jenis *self-harm* ini adalah jenis *self-harm* atau perilaku menyakiti diri sendiri yang paling umum dan paling sering dilakukan oleh pelaku *self-harm*. Jenis *self-harm* ini biasanya dilakukan dengan menyayat kulit atau menjambak rambut.<sup>33</sup>

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bentuk perilaku *selfharm* yang paling umum dapat dikategorikan menjadi 3 bentuk, yaitu *major self mutilation*, *stereotype self injury* dan *superficial self mutilation*. Akan tetapi, bentuk yang paling umum dan paling ditemukan di kalangan pemuda adalah *stereotype self injury* dan *superficial self mutilation* karena kedua bentuk ini paling mudah dilakukan dan tidak menimbulkan keparahan yang fatal.

5. Cara pemuda mengurangi perilaku *selfharm*

Menurut Malchiodi dalam Saputra, perilaku *selfharm* dapat dikurangi dengan cara mengembangkan keterampilan interpersonal, mengontrol perilaku, mengurangi stres, meningkatkan harga diri dan kesadaran diri, memunculkan dan mengembangkan wawasan atau pengetahuan baru, dan meningkatkan kemampuan coping.<sup>34</sup>

Perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri ini sebenarnya bisa dihindari atau dicegah. Cara untuk menghindari perilaku *selfharm* juga bermacam-macam tergantung kondisi pelakunya. Akan tetapi, secara umum dapat disimpulkan beberapa cara atau kiat untuk membantu mencegah perilaku *selfharm*, diantaranya:

---

<sup>33</sup> Irma Rosalinda Lubis & Lupi Yudhaningrum. "Gambaran Kesepian Pada Remaja Pelaku *Self-Harm*", *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. Vol. 9, No. 1, (2020), hlm. 16-17

<sup>34</sup> Dinar Saputra et.al. "Penerapan Art Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (Self-Injurious Behavior) Pada Dewasa Muda Yang Mengalami Distress Psikologis". *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi* Vol. 10 No. 1, (Juli 2019), hlm. 37

- a. Membantu pelaku *selfharm* untuk mengubah pola pikir yang awalnya irrasional menjadi rasional. Pola pikir yang irrasional membuat pelaku berpikir bahwa menyakiti diri sendiri bisa membantu menyelesaikan masalah.<sup>35</sup>
- b. Berbicara dengan orang yang paling disayang dan paling dipercaya. Biasanya seseorang akan lebih terbuka dan merasa nyaman apabila berbicara dengan orang yang dipercaya.
- c. Mencari kegiatan yang bermanfaat atau kegiatan yang bisa mengalihkan pikiran agar tidak berpikir untuk melakukan *selfharm*.
- d. Memperutin olahraga. Olahraga dapat membantu seseorang merasa lebih baik ketika stres dan mengalami tekanan batin.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa untuk mencegah atau mengurangi perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh pemuda dapat dilakukan dengan cara mengubah pola pikir pemuda agar menjadi lebih terbuka dan rasional. Selain itu, mengajak berbincang atau berkomunikasi juga dapat dilakukan untuk membantu pemuda yang melakukan perilaku *selfharm* menunda atau bahkan melupakan perilaku *selfharm* yang biasanya dilakukannya.

## B. Deskripsi Pemuda

### 1. Pengertian pemuda

Pemuda merupakan suatu generasi bangsa yang diharapkan mampu mengemban harapan dan tanggungjawab bangsa.<sup>36</sup> Dalam istilah demografis dan sosiologis konteks tertentu, pemuda juga disebut sebagai generasi muda. Dalam beberapa literatur disebutkan bahwa pemuda merupakan:

- a. Laki-laki dan perempuan yang sudah berusia 10-24 tahun.
- b. Mereka yang telah memasuki usia 15-30 tahun.

---

<sup>35</sup> Defani Ismiriam Rakhmi. "Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Menurunkan Perilaku Melukai Diri Pada Pasien Dengan Gangguan Kecemasan Umum", *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, Volume 9 Nomor 1, (2021), Hlm. 23-24

<sup>36</sup> Hartomo, Arnican Aziz, Ilmu Sosial Dasar. (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), hlm. 109

- c. Mereka yang telah memasuki usia antara 15-35 tahun.
- d. Mereka yang telah memiliki jiwa muda secara psikologis dan telah memiliki identitas kepemudaan.<sup>37</sup>

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pemuda ialah mereka yang telah berusia 10 tahun hingga menginjak usia 35 tahun dan secara psikologis memiliki jiwa muda dan identitas kepemudaan.<sup>38</sup>

### C. Korban Pacaran

#### 1. Pengertian Korban

Dalam pasal 1 ayat 3 dijelaskan bahwa korban merupakan orang yang mengalami kerugian besar, baik fisik, psikologis, maupun materi yang disebabkan oleh atau karena orang yang melakukan tindak pidana. Menurut UU nomor 23 tahun 2004 menyatakan bahwasanya korban ialah seseorang yang telah atau sedang mengalami kekerasan atau ancaman kekerasan dalam lingkup rumah tangga yang pernah atau tengah dijalaninya. UU ini diperkuat lagi dengan UU nomor 27 tahun 2004 yang menyatakan bahwa korban adalah orang atau perseorangan atau kelompok yang mengalami penderitaan, baik secara fisiknya, emosionalnya, maupun mentalnya serta mengalami kerugian ekonomi atau mengalami pengabaian atau perampasan hak-haknya yang disebabkan karena pelanggaran hak asasi manusia.<sup>39</sup> Dapat disimpulkan bahwa korban merupakan seseorang yang mengalami kerugian baik fisik maupun psikologisnya karena kekerasan atau kejahatan yang dilakukan oleh orang lain.

---

<sup>37</sup> Asichul In'am. "Peranan Pemuda dalam Pendidikan Sosial Kemasyarakatan", INTIZAM: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, Volume 3, Nomor 2. (2020), hlm. 70.

<sup>38</sup> Munandar Soelaeman, Ilmu Sosial Dasar (Bandung: Refika Aditama, 2011), hlm. 164

<sup>39</sup> Ni Nyoman Juwita Arsawati, et.al. "Anak Korban Kekerasan Seksual Akibat Ketimpangan Gender", Jurnal Legislasi Indonesia, Vol 16 No.2. (2019), hlm. 239

## 2. Pengertian pacaran

Cinta adalah sebuah fitrah dari Allah SWT yang diberikan sejak manusia lahir ke dunia. Cinta merupakan sebuah perasaan yang alami yang dirasakan oleh setiap manusia, salah satu bentuk cinta yang paling besar ialah terhadap lawan jenis. Rasa cinta yang lahir di hati manusia kepada lawan jenis membuatnya indah dan. Perasaan cinta yang dialami oleh seseorang terhadap lawan jenis tidak dapat dipaksakan karena rasa cinta yang ada membuat seseorang yang saling mencintai juga memiliki rasa saling memiliki, saling memenuhi, dan saling pengertian. Perasaan cinta yang dirasakan oleh seseorang terhadap lawan jenis biasanya akan menimbulkan suatu hubungan yang spesial diantara keduanya. Hubungan tersebut biasa dikenal dengan istilah berpacaran. Menurut psikologi, perilaku berpacaran merupakan suatu hal yang sangat normal. Perilaku ini telah menjadi bagian penting di dalam kehidupan manusia. Perilaku berpacaran diawali dari naluri baru yang muncul terhadap lawan jenis karena adanya kematangan organ-organ reproduksi pada perempuan dan laki-laki pada masa pubertas.<sup>40</sup> Pacaran merupakan hubungan antara laki-laki dan perempuan yang saling mengasihi. Selain itu, pacaran juga merupakan kegiatan yang dibangun untuk melampiaskan rasa cinta kasih dan dibarengi dengan nafsu. Namun, secara etimologi, pacaran merupakan kata yang berasal dari kata “pacar” (daun pacar) yang dalam bahasa Bugis dikenal dengan istilah “pacci” yang berarti daun pacar yang dihaluskan. Dalam KKBI pacaran juga berasal dari kata “pacar” yang berarti saling mengenal atau dekat dengan lawan jenis yang sama dan terkandung suatu hubungan yang muncul akibat cinta kasih.<sup>41</sup>

---

<sup>40</sup> Al'aina Zilly Tandrianti & Eko Darminto. “Perilaku Pacaran Pada Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Di Kabupaten Tulungagung”, <https://ejournal.unesa.ac.id>

<sup>41</sup> Ahmad et.al. “Pacaran Menurut Muhammad Shodiq Mustika (Studi Terhadap Catatan Di Situs [www.pacaranislami.wordpress.com](http://www.pacaranislami.wordpress.com))”, *Jurnal Ulumul Syar'i*, Vol. 8, No. 1. (Juni 2019), Hlm 5-6. <https://doi.org/10.52051/ulumulyari.v8i1.47>

Reksoprojo dalam Ahmad mengungkapkan bahwa berpacaran adalah sebuah hubungan istimewa yang tumbuh antara perempuan dan laki-laki yang sedang jatuh cinta dan menuju pendewasaan. Pada masa ini, remaja akan memilah dan memilih pasangan yang menurutnya cocok dengan kepribadiannya. Dalam hubungan berpacaran tidak cukup hanya dengan perasaan atau pandangan mata, tetapi juga membutuhkan sentuhan untuk mengungkapkan cintanya. Dalam hubungan berpacaran tentu akan sangat membentuk suatu cinta romantis. Selain itu, hubungan berpacaran juga erat kaitannya dengan perasaan cinta dimana seseorang yang merasakan cinta akan menganggap suatu obyek tertentu menjadi sangat penting bagi hidupnya. Sama halnya seperti hubungan pacaran. Seseorang yang merasa sangat mencintai pasangannya tentu akan menjadikan pasangannya suatu obyek terpenting di dalam hidupnya. Oleh karena itu, apabila dalam suatu hubungan yang menggebu-gebu diterpa masalah biasanya akan sangat berpengaruh ke dalam aktivitas sehari-harinya.

Oleh karena itu, dari berbagai pendapat yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa berpacaran merupakan perilaku antara dua orang yang saling mencintai dan menyayangi untuk berhubungan dan melakukan banyak kegiatan menyenangkan bersama.

### 3. Pengertian pacaran menurut para ahli

Rabeno dalam jurnal yang ditulis oleh Pariartha mengatakan, pacaran ialah kegiatan bertemu antara dua orang lawan jenis untuk melakukan aktivitas menyenangkan bersama serta untuk saling mengenal satu sama lain. Tidak jauh berbeda dengan pendapat Rabeno, Havighurst juga menyampaikan bahawasannya manusia tidak mungkin terlepas dari aktivitas berhubungan dengan orang lain. manusia dapat menjalin hubungan dengan siapa saja. Bukan hanya sekedar bertemu atau bercengkerama, manusia juga bisa menjalin hubungan dekat dengan lawan jenisnya sehingga bisa dikatakan berpacaran. Jadi kesimpulannya, pacaran menurut Havighurst merupakan kegiatan menjalin hubungan dekat dengan

orang lain. hubungan berpacaran pada jaman ini menjadi lebih muda usianya.<sup>42</sup>

Stenberg dalam Purnamasari mengungkapkan bahwa hubungan pacaran ialah seseorang yang sangat dekat namun bukan saudara. Dalam hal ini, hubungan pacaran mengandung cinta kasih yang didalamnya terdapat keintiman, nafsu, dan juga komitmen. Ikhsan mengemukakan pandangannya mengenai definisi pacaran menjadi 3, yaitu pacaran dengan perasaan cinta yang menggebu-gebu, pacaran yang identik dengan kegiatan seks, dan terakhir pacaran dengan ikatan perjanjian untuk selalu saling mencintai dan menyayangi.<sup>43</sup>

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa pacaran adalah perilaku yang melibatkan dua orang yang saling mencintai dan menyayangi untuk melakukan setiap aktivitas menyenangkan bersama. Perilaku pacaran ini biasanya dilakukan antara laki-laki dan perempuan yang saling memiliki perasaan suka hingga akhirnya berkomitmen untuk hidup bersama.

#### 4. Masalah yang muncul dalam hubungan pacaran

Perilaku pacaran yang telah menjadi bagian dalam kehidupan sehari-hari tentu banyak meninggalkan kenangan bagi setiap yang menjalaninya. Berbagai kenangan yang telah tersimpan biasanya menjadi nilai tersendiri di hati, entah itu kenangan bahagia maupun kenangan buruk. Tidak dapat dipungkiri bahwasanya tidak setiap orang yang melakukan perilaku pacaran akan terus-menerus merasakan bahagia. Kadangkala, masalah juga ikut andil dalam perjalanan cinta antara dua orang tersebut. Berbagai macam masalah yang munculpun tidak serta merta dapat diselesaikan dengan baik. Ada berbagai macam masalah yang bisa lahir di antaranya keduanya. Salah satu yang paling banyak dan menjadi sesuatu yang menarik di kalangan pemuda adalah masalah kekerasan. Kekerasan yang ada dalam hubungan

---

<sup>42</sup> Ni Kadek Ayu Mas Yoca Hapsari Pariartha et.al. "Peran Forgiveness dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Hubungan Pacaran", *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, Vol. 13, No. 2. (2022) Hlm. 131

<sup>43</sup>Rif'ah Purnamasari. "Hubungan Kedewasaan Dini Dan Perilaku Pacaran Terhadap Kematangan Emosi Pelajar Sekolah Dasar", *Jurnal Tunas Bangsa*, Vol. 6, No.1, (2019), hlm. 85-86

pacaran biasanya dikenal dengan istilah *dating violence*. Perilaku *dating violence* ini dapat terjadi kepada siapa saja dan dimana saja. Seringkali, perilaku ini tidak disadari, baik oleh pelakunya maupun korbannya. Dalam perilaku berpacaran, *dating violence* ini bisa terbagi ke dalam 3 bentuk, yaitu kekerasan fisik, kekerasan verbal dan emosional, dan kekerasan seksual. Kekerasan fisik yang ada dalam hubungan pacaran biasanya terjadi dalam bentuk pukulan atau tamparan. Kekerasan verbal dan emosional biasanya terjadi dalam bentuk ancaman atau pengintimidasian. Sedangkan kekerasan seksual biasanya terjadi dalam bentuk pemaksaan kepada salah satu pihak untuk melakukan hubungan seksual. Ada banyak orang yang menjadi korban dalam hubungan pacaran yang tidak baik. Kebanyakan orang yang menjadi korban biasanya masih berada di usia pemuda atau dewasa awal. Namun, meskipun telah menjadi korban, biasanya pemuda akan tetap bertahan pada situasi yang tidak menguntungkan. Mereka cenderung akan diam dan menahan emosinya di dalam dirinya sendiri. Pemuda yang menjadi korban dalam pacaran biasanya akan merasa malu untuk mengakui bahwa hubungannya tidak sehat tetapi tidak ingin mengakhiri hubungan tersebut. Selain itu, korban juga akan merasa takut untuk melakukan perlawanan karena biasanya korban yang melawan malah akan semakin meningkatkan amarah pelakunya.<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> Rohmatus Sholikhah & Achmad Mujab Masykur. "Atas Nama Cinta, Ku Rela Terluka" (Studi Fenomenologi pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran)". *Jurnal Empati*, Volume 8 (Nomor 4), (2019), hlm. 53-54. Doi: [doi.org/10.14710/empati.2019.26513](https://doi.org/10.14710/empati.2019.26513)



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Sifat Penelitian

Sifat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lapangan. Hal ini dikarenakan data yang diambil juga berdasarkan observasi dan wawancara secara langsung di lapangan. Sedangkan metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Jenis metode ini biasanya digunakan untuk mengeksplorasi. Biasanya metode penelitian kualitatif banyak digunakan pada akademisi humaniora, agama, ataupun sosial.<sup>45</sup> Seperti yang banyak diketahui, penelitian kualitatif merupakan penelitian yang diharapkan mampu menghasilkan penemuan-penemuan baru yang tidak mampu dicapai menggunakan data statistik atau menggunakan kuantitatif. Menurut Denzini dan Lincoln, penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar belakang alamiah yang dimaksudkan untuk menafsirkan fenomena yang terjadi menggunakan metode wawancara, pengamatan, dan pemanfaatan dokumen.

Jane Richie dalam Sidiq juga memberikan pemikirannya mengenai penelitian kualitatif. Menurutnya, penelitian kualitatif merupakan sebuah upaya yang diharapkan mampu menyajikan kejadian di dunia sosial menggunakan perspektif yang berbeda baik dari segi konsep, tingkah laku, persepsi, maupun persoalan tentang manusia yang diteliti.<sup>46</sup> Menurut Sugiyono dalam artikel jurnal *Anggito* mengatakan bahwa penelitian kualitatif ini berlandaskan pada filsafat postpositivisme. Hal ini dikarenakan penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti sesuatu masalah yang alamiah. Tentu, penelitian kualitatif ini memiliki beberapa karakteristik yang sangat mencolok. Menurut Frankle, tanggal dalam penelitian kualitatif dijabarkan dalam bentuk tulisan dan gambar merupakan karakteristik utama dalam kualitatif. Selain itu, penelitian

---

<sup>45</sup> Wahyudin Darmalaksana. "Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan", Pre-print Digital Library, (2020), <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/32855> diakses pada tanggal 3 Desember 2022 pukul 19.09

<sup>46</sup> Umar Sidiq, et.al "Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan". (Ponorogo: CV. Nata Karya, 2019), hlm. 4-5

kualitatif juga sangat memperhatikan proses dalam penelitian. Yang terakhir adalah data yang dianalisis dalam penelitian kualitatif dilakukan secara induktif.<sup>47</sup>

#### 1. Jenis penelitian

Jenis pada penelitian ini adalah penelitian lapangan (*Field Research*). Pada jenis ini, peneliti melakukan penelitian langsung kepada masyarakat atau terjun langsung ke kehidupan masyarakat dengan tujuan untuk mendapatkan data atau informasi sesuai dengan tema atau masalah yang menjadi objek penelitian.<sup>48</sup> Tujuan dari penggunaan penelitian lapangan ini adalah untuk dapat mempelajari lebih dalam dan intensif tentang masalah yang sedang diteliti. Selain itu, penelitian menggunakan teknik lapangan ini akan didapatkan data yang lebih akurat dan spesifik karena peneliti terjun langsung ke lokasi penelitian.

#### 2. Sifat penelitian

Sifat penelitian yang digunakan oleh peneliti ialah deskriptif kualitatif. Hal ini bertujuan agar peneliti dapat menggambarkan secara sistematis fakta yang ada. Selain itu, peneliti juga lebih menitikberatkan pada observasi lapangan dan suasana alamiah agar dapat menjaga keaslian masalah yang diteliti.<sup>49</sup> Peneliti menggunakan pendekatan ini guna menjelaskan secara rinci dan mendetail mengenai persoalan-persoalan perilaku menyakiti diri sendiri yang terjadi di desa. Sehingga dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah dengan cara melakukan pengamatan langsung dan mendeskripsikan kata-kata mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan masalah yang sedang diangkat.

---

<sup>47</sup> Albi Anggito Dkk. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Jawa Barat: CV Jejak, 2018). Hlm. 9-10

<sup>48</sup> Wardi Bahtiar, *Metode Penelitian Dakwah*, (Jakarta: Logos, 1997), hlm. 4

<sup>49</sup> Dewi Sadiyah, *Metode Penelitian Dakwah : Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 2015). Hlm. 19

## B. Obyek dan Subyek Penelitian

Secara singkat obyek dan subyek penelitian merupakan elemen terpenting dalam sebuah penelitian. Adanya obyek dan subyek penelitian merupakan langkah awal seseorang melakukan penelitian. Obyek penelitian merupakan sebuah masalah yang akan dikaji atau dibahas dalam sebuah penelitian. Sedangkan subyek penelitian merupakan siapa atau apa yang dapat memberikan informasi untuk memenuhi topik atau kajian penelitian.

### 1. Obyek penelitian

Obyek penelitian yang akan dibahas di dalam skripsi ini adalah mengenai perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* yang dilakukan oleh beberapa pemuda yang ada di desa Majasem, Kecamatan Kemangkon, Kabupaten Purbalingga.

### 2. Subyek penelitian

Sedangkan subyek penelitian yang ada di dalam skripsi ini adalah 5 orang pemuda berinisial R, A, C, D dan N. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah menggunakan *purposive* yang mana peneliti telah memiliki karakteristik tertentu yang telah ditetapkan untuk dapat memilih subyek penelitian. Karakteristik yang sudah ditetapkan yaitu subyek yang pernah atau bahkan masih melakukan perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm*.

## G. Sumber Data

Sumber data merupakan segala informasi yang telah didapatkan baik secara kuantitatif maupun kualitatif yang berbentuk benda nyata, sesuatu yang abstrak, atau segala peristiwa yang terjadi. Sumber data yang digunakan dalam penelitian menggunakan sumber data yang bersifat kualitatif, yaitu sumber data yang digunakan tidak bersifat subjektif.<sup>50</sup> Oleh sebab itu, dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 sumber data yang sumber data primer dan sumber data sekunder.

---

<sup>50</sup> Sukandarrumidi. "Metodologi Penelitian : Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula", cetakan ke-1(Yogyakarta: Gajah Mada University Press. 2002) hlm. 44

## 1. Data primer

Data primer merupakan data yang pertama kali dikumpulkan oleh peneliti sehingga tidak melalui tangan kedua. Data primer yang didapat dalam penelitian ini adalah dengan melakukan pengamatan dan wawancara langsung kepada orang yang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri di desa.

### a) R (Narasumber 1)

R merupakan seorang laki-laki yang kerap melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Perilaku ini dilakukan apabila dia merasa tertekan dan tidak mampu mengendalikan emosinya. Selain itu, trauma masa lalu juga membuat dirinya tidak mampu menahan gejolak untuk tidak menyakiti dirinya sendiri. Perilaku *selfharm* yang ada pada R ini telah ada sejak dirinya duduk di bangku sekolah menengah pertama. Alasan utama R melakukan perilaku ini adalah karena sang kekasih telah berselingkuh dan perilaku ini terjadi berulang kali hingga menjadi kebiasaan.

### b) A (Narasumber 2)

A merupakan anak pertama dari 3 bersaudara. Dirinya memiliki 2 adik perempuan. Ayahnya bekerja sebagai tukang bengkel di bengkel miliknya sendiri, sedangkan ibunya merupakan ibu rumah tangga. A juga merupakan salah seorang yang pernah berada di suatu hubungan pacaran yang membuat dirinya tertekan sehingga membuat dirinya melakukan perilaku menyakiti diri sendiri untuk meluapkan emosinya. Motif utama ia melakukan perilaku ini adalah karena sang kekasih yang kerap melakukan *chatting online* dengan laki-laki lain hingga pergi bersama tanpa sepengetahuannya. Tentu saja hal ini membuat A merasa tertekan hingga tidak mampu mengekspresikan emosinya dengan benar dan memilih jalan *selfharm* untuk menyelesaikan masalahnya.

## c) C (Narasumber 3)

C merupakan anak perempuan dari sebuah keluarga yang tidak utuh. Ibunya telah meninggal dunia dan ayahnya menikah lagi. Dia tinggal bersama adik perempuannya. Selain itu, dia juga memiliki seorang kekasih yang sangat baik. Kekasihnya itu banyak membantu dirinya memenuhi kebutuhan hidupnya. Namun, sang kekasih juga kerap bersikap kasar dan berkata kotor kepadanya. Tidak sampai di situ, kekasih C juga kerap memukul fisik C hingga C merasa sangat tertekan namun tidak bisa lepas begitu saja dari kekasihnya. Oleh karena itu, untuk dapat mengurangi rasa kecewa dan tertekannya dia kerap melakukan aksi menyakiti diri sendiri.

## d) D (Narasumber 4)

D merupakan seorang perempuan dan mahasiswa semester awal. Dirinya memiliki seorang kekasih yang sering bersikap temperamen. Kekasihnya ini akan melakukan perilaku menyakiti diri sendiri yang akan membuat D ini juga merasa tertekan dan merasa bersalah. Karena sikap kekasihnya itu, D mengaku sering merasa bersalah dan tertekan terhadap hubungannya tersebut. Apabila dirinya tidak mampu menahannya maka dia juga akan menyakiti dirinya sendiri.

## e) N (Narasumber 5)

N merupakan anak perempuan kedua dari tiga bersaudara. Dirinya mengaku juga pernah berada di dalam hubungan yang membuatnya tertekan. Kekasih N ini kasar dan egois hingga membuat N merasa takut kepada kekasihnya ini. Alhasil, N tidak berani mengungkapkan perasaannya kepada sang kekasih karena takut kekasihnya akan marah dan bersikap kasar lagi. Hingga akhirnya, N memilih jalan melakukan perilaku menyakiti dirinya sendiri atau *selfharm* untuk dapat membantunya meluapkan emosi dan perasaannya.

## 2. Data sekunder

Sedangkan data sekunder merupakan data yang diperoleh dari data yang sudah pernah dikumpulkan oleh orang lain. Data sekunder berupa dokumen-dokumen resmi dari instansi maupun surat-surat yang berhubungan dengan pribadi. Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa jurnal-jurnal, buku, dan artikel.

### C. Lokasi dan Waktu penelitian

Lokasi dan waktu penelitian merupakan hal penting dalam sebuah penelitian. Tanpa adanya lokasi dan waktu penelitian tentu seorang peneliti tidak akan bisa melanjutkan penelitiannya. Lokasi dan waktu penelitian dipilih berdasarkan masalah yang diambil atau akan diteliti oleh peneliti. Lokasi penelitian merupakan tempat dimana penelitian akan dilakukan. Sedangkan waktu penelitian merupakan proses lama atau tidaknya sebuah penelitian dilakukan.

#### 1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian yang dipilih dalam penelitian ini adalah di sebuah desa di salah satu kabupaten Purbalingga, tepatnya di kecamatan Kemangkön yaitu desa Majasem. Desa ini memiliki lebih dari 3000 jiwa dan membuat desa ini menjadi salah satu desa yang cukup besar di Kecamatan Kemangkön. Selain itu, keadaan desa yang semakin maju karena mudahnya akses ke banyak tempat membuat desa ini menjadi lebih menarik untuk dijadikan tempat penelitian. Peneliti memilih desa ini karena melihat secara langsung banyaknya perilaku *selfharm* yang diterjadi pada pemuda dianggap hal yang wajar. Selain itu, sebagian besar penyebab pemuda melakukan perilaku *selfharm* itu sama yaitu karena menjadi korban dalam hubungan pacaran dengan kekasihnya.

#### 2. Waktu penelitian

Penelitian dilakukan selama 10 bulan terhitung sejak bulan Maret 2022 dari merumuskan masalah sampai dengan bulan Desember 2022. Adapun waktu yang digunakan peneliti dalam pelaksanaan penelitian ini dapat dirinci seperti di bawah ini:

- a. Perumusan masalah sejak bulan Maret 2022.
- b. Pengajuan judul dan konsultasi masalah April - Agustus 2022
- c. Pelaksanaan observasi dari bulan September 2022.
- d. Wawancara dilakukan pada bulan Desember 2022. Dengan detail seperti di bawah ini:
  1. Wawancara dengan R dilakukan pada tanggal 12 Desember 2022 dan 15 Desember 2022 secara langsung dirumahnya.
  2. Wawancara dengan A dilakukan pada tanggal 20 Desember 2022 dan tanggal 21 Desember 2022 secara online melalui google meet.
  3. Wawancara dengan C dilakukan pada tanggal 12 Desember 2022 dan 17 Desember 2022 secara langsung di rumahnya.
  4. Wawancara dengan D dilakukan pada tanggal 20 Desember dan 22 Desember secara online melalui google meet.
  5. Wawancara dengan N dilakukan pada tanggal 22 Desember dan 25 Desember 2022 secara langsung dirumahnya.

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan salah satu proses penting yang wajib ada dalam penelitian. Tanpa adanya teknik pengumpulan data maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang akurat dan tidak memenuhi standar data dalam penelitian yang telah ditetapkan. Teknik pengumpulan data ini biasanya dilakukan oleh peneliti dengan cara mengobservasi lebih lanjut masalah yang diteliti, lalu wawancara dan terakhir adalah dokumentasi.

##### **1. Observasi**

Observasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang sering digunakan dalam penelitian. Observasi dilakukan dengan cara mengamati secara langsung atau tidak langsung masalah atau gejala yang diteliti. Penggunaan teknik observasi ini banyak menguntungkan peneliti karena dengan teknik ini peneliti akan mendapat pengalaman yang mendalam karena peneliti berhubungan secara langsung dengan subyek

penelitian.<sup>51</sup> Pada penelitian ini, peneliti akan melakukan observasi secara langsung kepada para pelaku perilaku *selfharm* di desa.

## 2. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu teknik yang sering digunakan dalam penelitian kualitatif untuk mendapatkan data penelitian. Wawancara dilakukan dengan cara interaksi langsung antara pewawancara dengan narasumber melalui komunikasi langsung atau tatap muka.<sup>52</sup> Metode wawancara ini dapat digunakan apabila dalam penelitian peneliti akan atau ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan masalah yang unik untuk diteliti atau peneliti ingin memahami responden lebih mendalam dan memiliki responden yang sedikit. Metode wawancara ini dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu terstruktur dan tidak terstruktur.

### a. Wawancara terstruktur

Wawancara terstruktur ini dapat digunakan apabila peneliti telah memahami mengenai masalah yang akan diteliti. Peneliti yang akan melakukan wawancara diharapkan telah memiliki keterampilan berupa *training* agar nantinya tidak mengalami kesulitan atau kesalahan dalam melakukan pengumpulan data. Sebelum melakukan wawancara, peneliti diwajibkan untuk menyiapkan segala instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang akan ditanyakan kepada responden. Setiap responden harus diberi pertanyaan yang sama dan peneliti mencatat hal-hal penting yang diucapkan responden. Selain itu, peneliti dapat menggunakan alat bantu seperti media elektronik berupa *handphone* atau alat perekam suara untuk mempermudah peneliti dalam menyimpan data hasil wawancara.

### b. Wawancara tidak terstruktur

Dapat dikatakan bahwa wawancara tidak terstruktur ini merupakan wawancara yang bebas. Wawancara tidak terstruktur hanya

---

<sup>51</sup> Dewi Sadiyah, Metode Penelitian Dakwah: Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 2015). Hlm. 88

<sup>52</sup> Muri Yusuf. Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan. (Jakarta: Kencana. 2014). Hlm. 372



menggunakan pedoman secara garis besar dari suatu permasalahan yang diteliti. Selain itu, wawancara tidak terstruktur juga disebut sebagai wawancara terbuka. Hal ini dikarenakan wawancara terbuka biasanya digunakan di dalam penelitian awal (pendahuluan).<sup>53</sup>

Wawancara antara peneliti dan responden dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja. Selain itu, metode wawancara dapat dilakukan secara langsung berhadapan dengan responden ataupun melalui telepon. Pada saat akan melakukan wawancara, peneliti harus mengetahui kondisi responden. Selain itu, apabila peneliti telah menentukan responden yang akan diwawancarai maka sebaiknya peneliti meminta izin dan waktu kepada responden untuk melakukan wawancara. Pada saat akan melakukan proses wawancara sebaiknya peneliti dan responden melakukan kesepakatan untuk menghindari proses wawancara yang tidak baik serta agar peneliti mendapatkan data yang akurat.

Pada penelitian kali ini, peneliti akan melakukan 2 kali wawancara secara terstruktur dengan masing-masing narasumber penelitian. Peneliti akan menyiapkan beberapa pertanyaan yang nantinya akan ditanyakan kepada narasumber pada saat wawancara. Setiap narasumber akan diberikan pertanyaan yang sama antara narasumber 1 dengan narasumber yang lainnya. Selain itu, peneliti juga telah menyiapkan media elektronik untuk merekam isi percakapan antara peneliti dan narasumber serta mengambil dokumentasi wawancara. Tentu saja hal tersebut atas persetujuan dari narasumber. Wawancara yang akan dilakukan di sini akan dilakukan di tempat yang telah ditentukan oleh narasumber dan telah disepakati antara narasumber dengan peneliti dan tentu tempat yang membuat narasumber merasa nyaman.

### 3. Dokumentasi

Menurut Irawan, dokumentasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang ditujukan untuk subyek penelitian. Dokumen yang

---

<sup>53</sup> Ismail Suardi Wekke, Dkk. Metode Penelitian Sosial. (Yogyakarta: Penerbit Gawe Buku, 2019). Hlm. 70-73

dapat digunakan biasanya berupa catatan pribadi atau catatan kasus. Penggunaan teknik dokumentasi ini sangat selektif mengingat dokumentasi tidak untuk tujuan penelitian.<sup>54</sup>

Dokumentasi berupa jurnal, artikel, internet, dan skripsi atau tesis untuk melengkapi hasil yang diperoleh dari pengamatan dan wawancara secara keseluruhan. Selain itu, peneliti juga menyiapkan alat foto seperti kamera atau *smartphone* untuk mendapatkan bukti perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh pemuda.

#### 4. Analisis data

Menurut Noeng Muhadjir, analisis data merupakan suatu usaha untuk dapat mengganti atau menemukan secara sistematis data yang telah didapat dari wawancara, observasi dan teknik yang lain. Analisis data biasanya dilakukan secara sistematis untuk menyeleksi atau mengkategorikan suatu gambar yang komprehensif tentang suatu fenomena yang ada dalam obyek penelitian. Hal ini bertujuan agar penelitian mampu memahami dengan jelas mengenai kasus yang diteliti sehingga dapat disajikan untuk temuan di masa depan. Proses analisis data dilakukan setelah data berhasil dikumpulkan dengan menggunakan teknik-teknik tertentu.

##### a. Reduksi data

Proses reduksi data dapat juga dikatakan sebagai proses memilih dan penyerdehanaan. Reduksi data diharapkan mampu mengolah data kasar yang telah didapatkan dari lapangan. Tahapan yang dilakukan dalam proses reduksi data yaitu merangkum data, memberi kode, menelusuri judul, dan menentukan gugus.

Proses ini adalah proses awal dalam melakukan penelitian yang mana peneliti harus lebih dulu merangkum semua data yang berkaitan dengan masalah yang akan dibahas. Setelah itu, peneliti akan memberi kode pada setiap langkah yang diambil dalam proses menyusun penelitian seperti observasi atau wawancara.

---

<sup>54</sup> Sukandarrumidi. "Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula", cetakan ke-1 (Yogyakarta: Gajah Mada University Press. 2002) hlm. 101

b. Penyajian data

Penyajian data merupakan pemaparan segala keadaan yang terjadi sehingga peneliti akan mudah dalam menarik kesimpulan. Pemaparan data yang digunakan dalam penyajian data berupa teks narasi.

Penyajian data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menyajikan hasil wawancara atau hasil dari sumber-sumber yang terpercaya yang nantinya akan dipaparkan dan dijabarkan secara detail di bagian pembahasan. Tujuan dari pemaparan hasil yang telah didapatkan adalah agar peneliti dapat menarik kesimpulan dengan mudah dan akurat.

c. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan dilakukan secara terbuka, tidak sempit, dan tidak ragu. Dalam penarikan kesimpulan, peneliti harus melakukan verifikasi dengan menggunakan 2 cara, yaitu mereview ulang tulisan dan meninjau ulang.<sup>55</sup>

Penarikan kesimpulan dilakukan oleh peneliti setelah hasil wawancara atau sumber didapatkan dan dijabarkan. Peneliti akan menarik kesimpulan berdasarkan data yang telah didapat dan secara terbuka. Sebelum menarik kesimpulan, peneliti harus mereview ulang hasil yang telah dijabarkan dan meninjau ulang agar nantinya antara bahasan dan kesimpulan yang didapat tidak bertentangan.

---

<sup>55</sup> Ahmad & muslimah. "Memahami Teknik Pengolahan dan Analisis Data Kualitatif", *Proceedings*, volume 1 nomor 1, (2021), hlm. 178-185

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Desa Majasem**

Desa Majasem merupakan salah satu desa besar yang berada di kecamatan Kemangkon, kabupaten Purbalingga. Terletak di antara desa Bajong dengan kecamatan Bukateja dan desa Panican dengan kecamatan Kemangkon membuat desa Majasem menjadi salah satu desa yang maju karena akses jalan yang mudah. Selain itu, letak yang strategis karena dekat dengan jalan raya provinsi, terminal bus, hingga bandar udara J.B. Soedirman juga membuat desa ini menjadi desa yang maju. Desa ini merupakan desa yang cukup besar karena memiliki luas sekitar 2,93 km persegi dan kepadatan penduduk 1.344,03. Pada data bulan Juni 2022, tercatat oleh Kemendagri bahwa desa ini memiliki penduduk sebanyak 3.938 jiwa dengan jumlah KK sebanyak 1.323. Angka tersebut terbagi menjadi 2 kategori laki-laki sebanyak 2.020 jiwa dan perempuan sebanyak 1.918 jiwa. Pertumbuhan penduduk di desa Majasem ini terbilang masih cukup rendah karena hanya sekitar 2% pada tahun 2017, 1% pada tahun 2018, dan 1% pada tahun 2019. Agama yang dianut penduduknya adalah islam. Dan yang menjadi hal menarik adalah bahwa di desa Majasem tidak ada orang yang beragama selain islam. Saat ini, desa Majasem memiliki 1 sekolah dasar, 2 madrasah ibtidiyyah, 3 taman kanak-kanak, 2 pendidikan anak usia dini, dan banyak mushola dan tempat pengajaran al-Quran membuat tingkat pendidikan penduduk desa Majasem terbilang cukup tinggi, dimana terdapat sekitar 1.160 yang tamat SD, 790 tamat SLTP, 768 tamat SLTA, sekitar 17 jiwa tamat D1 dan D2, 43 jiwa tamat D3, dan 108 tamat S1. Tentu saja hal tersebut juga berpengaruh terhadap sumber daya manusia yang ada di desa ini. Mata pencaharian penduduk desa Majasem yang paling menonjol adalah wiraswasta dengan angka sebanyak 1.368 jiwa. Akan tetapi, selain wiraswasta, penduduk dengan mata pencaharian pertanian dan peternakan juga terbilang cukup banyak dengan jumlah 462 jiwa. Selain itu, sebanyak 72 jiwa bekerja sebagai aparatur pejabat negara, 30 jiwa sebagai tenaga pengajar, 4 jiwa sebagai tenaga medis, dan 510 jiwa sebagai pensiunan.

Lalu untuk sisanya adalah pelajar, mahasiswa, atau ibu rumah tangga yang tidak bekerja di luar rumah.

## **B. Perilaku *Selfharm* yang Ada di Desa Majasem**

Belum ada data pasti terkait banyaknya perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh pemuda yang ada di Majasem. Menurut salah satu perangkat desa Majasem perilaku tersebut adalah perilaku yang rentan dan sensitif karena menyangkut kehidupan pribadi seseorang. Selain itu, perilaku *selfharm* atau menyakiti diri juga tidak terlihat apabila tidak ada bekas luka atau memar, sehingga sulit mendeteksi berapa banyak orang yang melakukan *selfharm* di desa ini. Namun, perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri ini masuk ke dalam kategori perilaku yang berbahaya sehingga perlu diwaspadai dan lebih dipedulikan. Untuk itu, diperlukan kerjasama yang kuat antara orang tua dan lingkungan sekitar untuk membantu pemuda yang melakukan perilaku *selfharm*.

## **C. Perilaku *Selfharm* Oleh Narasumber**

### **1. R (Narasumber 1)**

#### **a. Profil**

R lahir di Purbalingga pada tanggal 15 Maret 1999. R lahir dari keluarga sederhana yang di dalamnya memiliki keluarga yang utuh. R merupakan 3 bersaudara. Memiliki ayah seorang yang pernah berjualan bakso hingga sekarang membuka usaha cucian motor dan mobil. Ibunya merupakan ibu rumah tangga. Memiliki seorang kakak laki-laki yang sudah menikah dan memiliki anak perempuan, serta memiliki seorang adik laki-laki yang saat ini masih duduk di bangku SMA. Dulu, R pernah bersekolah di SMK HKT1 2 Purworejo Klampok yang berhasil lolos seleksi untuk kontrak kerja di salah satu PT produksi kendaraan bermotor terbesar yaitu Astra Honda Motor. Di sana dia bekerja kontrak selama 2 tahun. Setelah kontrak habis ia memutuskan untuk pulang ke kampung halaman dan membuka usaha berjualan bakso. Namun, tidak bertahan lama dan akhirnya memilih untuk membuka

usaha cucian motor dan mobil dan berjalan hingga sekarang. Dirinya berkata pernah berada di dalam suatu hubungan pacaran yang *toxic* dan merugikan.

b. Faktor perilaku *selfharm*

Sewaktu bersekolah R merupakan anak yang aktif dalam organisasi sekolah. Dirinya menjabat sebagai ketua OSIS (Organisasi Intra Sekolah) di SMP dan SMK, mengikuti ekstrakurikuler musik, drama, dan beberapakali memenangkan festival atau perlombaan pada saat dia masih di sekolah menengah. Selain itu, R juga merupakan anak yang cukup terkenal di kalangan remaja di desa Majasem karena parasnya. Banyak anak perempuan yang mendekatinya. Namun, dirinya telah memiliki kekasih yang sudah dikencaninya semenjak SMP hingga SMK. Namun, siapa sangka bahwa hubungannya dengan kekasihnya itu banyak membawa tekanan pada dirinya. Berharap bahwa hubungan yang ia jalani membawa dampak positive pada hidupnya, sebaliknya ia malah mendapatkan masalah-masalah baru yang secara masif menambah beban dalam pikirannya. R mengaku sering bertengkar dengan kekasihnya mengenai masalah-masalah kecil yang dibesar-besarkan. Sulit menemukan lawan bicara untuk sekedar berkeluh kesah, menjadikan dirinya lebih memilih untuk menyendiri dan memendam masalahnya sendiri. Tanpa dia ketahui, memendam masalah sendiri seperti itu dapat berdampak buruk bagi dirinya, dan bagi kesehatan mentalnya. Dia tidak bisa berharap banyak pada keluarganya pada masalah ini, karena keluarganya tidak punya ketertarikan sedikitpun pada masalah yang dia hadapi. Dapat dibilang hubunngan antara dia dan keluarganya tidak terlalu dekat. Ketidak tersediaannya lawan bicara yang dapat mengerti akan permasalahannya menjadikan dia beranggapan bahwa sendiri akan memuatnya lebih baik. Seperti yang diungkapkan oleh R:

“Ya waktu dulu hubungan masih SMP ya jadi semua masalah dibikin pusing aja. Karena mungkin masih muda juga jadi semua

masalah-masalah kecil digede-gedein yang buat kita itu jadi masalah yang bikin stres banget waktu itu. Semua masalah kecil itu pasti bikin tertekan. Dari masalah kecil, masalah hal-hal yang sebenarnya nggak penting.”<sup>56</sup>

Meskipun begitu, R masih sangat berusaha untuk tetap bersama dengan kekasihnya itu. Hingga akhirnya mereka lulus SMP dan akan meneruskan ke jenjang sekolah yang lebih tinggi. Puncak masalah yang mereka hadapi berada ketika mereka berdua akhirnya harus berpisah karena kekasihnya pindah tempat tinggal di luar kota. Alhasil mereka menjalani hubungan jarak jauh. Terdapat kendala komunikasi juga yang ikut menjadikan masalah tersebut semakin memuncak. R yang ada saat itu bahkan tidak memiliki alat komunikasi untuk saling bertukar kabar sering kali menjadi alasan mereka bertengkar. Memunculkan kekosongan yang dirasakan kekasih R pada waktu itu. Namun, yang menyedihkan adalah ketika R mengetahui bahwa kekasihnya ini telah berselingkuh dengan laki-laki lain yang berada lebih dekat dengan kekasihnya. Bahkan dia mengetahui kabar tersebut dari teman dekatnya yang juga mengikuti sosial media kekasih R. dia mendapati bahwa kekasih R telah memiliki seseorang pengganti disana. Seperti yang diungkapkan pada saat wawancara:

“Lulus SMP itu kita udah bener-bener jarang banget komunikasi karena udah beda lokasi. Kita LDR waktu itu, saya di sini dan dia ikut orang tua ke luar kota. Jadi waktu itu SMA butuh temen buat ngobrol, butuh orang yang deket yang dulunya kita SMP bareng-bareng terus, selalu deket selalu bareng terus di SMA udah gak bisa kayak gitu terus dia butuh sosok temen yang bisa nemenin dia di sana. Dia punya cowok baru dan aku gak terima waktu itu. Sakit hati banget dulu denger kabar dia punya cowok lagi dan aku tahu info itu dari temenku sendiri bukan aku sendiri karena aku gak bisa *follow* sosial media dia, gak bisa menemukan aktivitas dia gimana di sana, jadi yang tahu pertama itu temenku. Jadi saat

---

<sup>56</sup> Hasil wawancara dengan R tanggal 12 Desember 2022 di rumahnya pukul 17.07

temenku kasih tahu kalau dia punya cowok lagi itu kayak hilang rasanya.”<sup>57</sup>

Jika dikaitkan dengan teori Martinson mengenai faktor-faktor yang memengaruhi seseorang melakukan perilaku *selfharm*, maka narasumber R ini masuk ke dalam faktor psikologis karena perasaan tidak nyaman dan sakit hati yang disebabkan perselingkuhan ini memicu dirinya untuk melakukan perilaku *selfharm*. Selain itu, faktor kepribadian juga turut andil dalam perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh R. Kepribadian R yang *introvert* ditambah dengan permasalahan yang dihadapinya membuat R menjadi lebih mudah untuk melakukan perilaku *selfharm*. Perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh R ini adalah bentuk dari adanya *trigger* atau dorongan dalam dirinya untuk melakukan *selfharm* karena ketidakmampuan R dalam meregulasi emosi yang ada dalam dirinya.

c. Bentuk *selfharm* yang dilakukan

Akibat dari masalah yang dilalui R, dia akhirnya tidak mampu lagi meluapkan emosi dan kemarahannya dengan benar. Hasilnya R memilih jalan *selfharm* untuk membantunya meluapkan emosi terpendamnya. Perilaku *selfharm* yang dilakukan R biasanya adalah dengan memukul kepalanya sendiri dengan keras.

“Paling parah aku mukul-mukul diri sendiri. Mukul-mukul kepala itu kayak ngerasa gagal, ngerasa sakit, ngerasa kecewa itu jadi satu waktu itu, bener-bener mukulin diri sendiri waktu itu.”<sup>58</sup>

Tidak hanya itu, dirinya juga akan memukul setiap benda yang ada di sekitarnya. Tidak jarang pukulan-pukulan yang dilakukan oleh R ini akan meninggalkan bekas memar atau luka pada bagian tubuhnya sendiri. Dan tentu saja, R melakukan perilaku ini secara sadar dan sengaja demi meluapkan rasa marah dan emosinya. Selain itu, tujuan lain dari R melakukan perilaku *selfharm* ini adalah untuk mendapatkan

<sup>57</sup> Hasil wawancara dengan R tanggal 12 Desember 2022 di rumahnya pukul 17.07

<sup>58</sup> Hasil wawancara dengan R tanggal 12 Desember 2022 di rumahnya pukul 17.07



perhatian dari kekasih agar kekasihnya yang telah berselingkuh itu dapat kembali dan memberikan perhatian kepada dirinya.

“Waktu dulu aku juga ngelakuin mukul-mukul benda di sekitarku. Itu aku lakuin karena aku mau perhatian dari dia jadi aku melakukan hal-hal itu biar perhatian dia ke aku. Yang paling parah itu si pukul-pukul kepala atau tembok. Tujuan utamaku ya buat dapetin perhatian dia.”<sup>59</sup>

R merasa bahwa dengan menyakiti dirinya sendiri semua masalah yang dialami akan selesai. Hingga saat inipun, dirinya masih kerap melakukan perilaku *selfharm* meskipun tidak sesering dan separah dulu. Namun tetap saja, perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh R tidak bisa dihiraukan begitu saja dan dimaklumi. Perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh R ini dapat dikategorikan ke dalam bentuk perilaku *stereotype self-injury* karena perilaku ini dilakukan secara berulang dan tidak menyebabkan keparahan yang fatal.

d. Cara R mengurangi perilaku *selfharm*

Untuk menghindari perilaku *selfharm* yang akan dilakukan tentu akan sangat sulit mengingat perilaku tersebut telah menjadi kebiasaan dan candu bagi R. Apalagi mengingat R ini belum sepenuhnya terlepas dari perilaku buruk tersebut. Namun, R mengaku dirinya masih bisa mengontrol pikirannya untuk tidak melakukan *selfharm*. R juga memiliki cara untuk mencegah agar dirinya tidak melakukan perilaku *selfharm* apabila tengah merasa tertekan.

Langkah pertama yang akan R lakukan pada dirinya sendiri adalah R akan membuat janji dengan dirinya sendiri untuk tidak melakukan perilaku *selfharm* lagi. R juga berusaha untuk meyakinkan dirinya sendiri bahwa perilaku tersebut adalah salah dan kekanak-kanakan. Selain itu, R akan mencari teman berbincang yang benar-benar R percaya. Dari banyak lingkaran pertemanan yang R punya, dirinya akan memilih dan memiliki setidaknya 1 atau 2 teman yang benar-benar dia

---

<sup>59</sup> Hasil wawancara dengan R tanggal 12 Desember 2022 di rumahnya pukul 17.07

percaya dan mampu memahami R dengan baik untuk dijadikan teman berbincang.

“Aku bikin janji sama diriku sendiri untuk enggak ngelakuin hal-hal kayak gitu lagi dan mencoba buat ngeyakinin diriku kalau ngelakuin hal-hal kayak gitu malah bikin kita keliatan kayak anak kecil. Makin kesini harusnya bisa lebih dewasa. Kalau aku sendiri di semua lingkaran pertemanan pasti aku harus nyisain satu atau dua orang buat jadi temen cerita aku gitu.”<sup>60</sup>

Menurutnya, masalah yang datang tidak mengenal waktu, sehingga R membutuhkan teman yang selalu siap sedia mendengarkan keluh kesahnya kapanpun dan dimanapun. R mengaku, berbincang adalah salah satu cara terbaik yang bisa dilakukan agar dirinya tidak berpikir untuk melakukan perilaku *selfharm*.

## 2. A (Narasumber 2)

### a. Profil

A merupakan anak pertama dari 3 bersaudara. Lahir di Purbalingga pada tanggal 7 Juli 2002. Dia memiliki 2 adik perempuan. Adik pertamanya masih duduk di bangku SMP, sedangkan adik keduanya masih TK. Saat ini dirinya merupakan mahasiswa semester 1 di Universitas Negeri Semarang setelah 2 tahun lulus dari SMA N 1 bukateja. Dirinya mengambil *gapyear* selama 2 tahun untuk mempersiapkan diri masuk perguruan tinggi sekaligus bekerja. A pernah bekerja sebagai *crew store* di Alfamart selama 8 bulan. Lalu setelah *resign*, dirinya bekerja sebagai sales rokok. A memiliki ayah yang seorang wiraswasta. Ayahnya memiliki bengkel pribadi dan A juga kerap membantu bekerja di bengkel ayahnya sewaktu masih cuti. A memiliki ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga. A bercerita bahwa orangtuanya kerap bersikap tidak adil kepada dirinya. Orang tuanya akan lebih mementingkan kebutuhan adik-adiknya dibandingkan dengan kebutuhan dirinya. Awalnya, orang tuanya tidak ingin

---

<sup>60</sup> Hasil wawancara dengan R tanggal 12 Desember 2022 di rumahnya pukul 17.07

menyekolahkan A dengan alasan biaya yang mahal. Oleh karenanya A memilih berhenti dan bekerja selama 2 tahun untuk mengumpulkan uang untuk biaya sekolah. Setelah 2 tahun bekerja, orang tua A menawarkan A untuk melanjutkan pendidikan dengan syarat dirinya dibiayai oleh pamannya dan ikut membantu bisnis pamannya agar mendapatkan uang saku selama menempuh pendidikan di Semarang. A juga menyetujui dan bersedia untuk kuliah sambil bekerja sampingan. mengaku pernah berada di hubungan pacaran yang membuatnya tertekan di tahun 2021.

b. Faktor perilaku *selfharm*

A memiliki seorang kekasih yang usianya berada 2 tahun di bawahnya. Bertemu sewaktu duduk di bangku sekolah menengah atas membuat A berada dekat dengan kekasihnya. Namun, kedekatan itu bukan malah membuat hubungannya lebih baik. Justru membuat salah satu pihak merasa tertekan. A mengaku dalam hubungannya komunikasi yang dibangun dengan kekasihnya tidak terlalu bagus. Atau dengan kata lain, A dan kekasihnya kurang komunikasi.

“Masalah yang muncul itu mungkin karena kurangnya komunikasi jadi kayak hubungannya itu jauh.”<sup>61</sup>

Selain itu, A juga mengaku bahwa kekasihnya juga kerap bertukar pesan teks dan pergi dengan laki-laki lain dengan sembunyi-sembunyi. Kekasih A ini dinilai kurang jujur dan terbuka terhadap A. Sehingga, hal itu tentu membuat A merasa tertekan dan juga cemburu meskipun pada awalnya A masih bisa bersikap sabar dan selalu memaafkan.

“Terus juga kayak ceweku itu tiba-tiba main sama laki-laki lain. Kurangnya jujur dan terbuka juga yang tau-tau *chatan* sama laki-laki lain.”<sup>62</sup>

---

<sup>61</sup> Wawancara dengan A yang dilakukan pada 21 Desember jam 19.43 melalui *google meet*

<sup>62</sup> Wawancara dengan A yang dilakukan pada 21 Desember jam 19.43 melalui *google meet*

Namun, A mengatakan bahwa agar tetap berada di hubungan itu dirinya menjadi lebih intropeksi diri. Faktor perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh A ini dapat merujuk ke dalam faktor keluarga karena kurangnya perhatian dari kedua orang tuanya membuat dirinya mencari perhatian ke orang lain yang diharapkan mampu memberikan perhatian kepada dirinya. Selain itu, hubungan yang diharapkan mampu memberikan kebahagiaan justru malah membuatnya tertekan dan melakukan perilaku *selfharm*. Selain itu, faktor psikologis juga dapat meemicu perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh A ini karena adanya perasaan tidak nyaman dan terluka dalam dirinya.

c. Bentuk *selfharm* yang dilakukan

A mengaku pada saat dirinya merasa tertekan ia tidak jarang memilih jalan salah untuk menyakiti dirinya sendiri. Menurutnya, perilaku tersebut memang salah, akan tetapi A merasa bahwa dengan melakukan hal tersebut dirinya akan mampu meluapkan emosinya secara total. Perilaku yang dilakukan oleh A biasanya adalah memukul tembok atau memukul benda-benda keras di sekitarnya.

“Di awal-awal masih bisa sabar mba, tapi lama-lama emosiku kaya memukul tembok atau apa gitu mba. Tempramen.”<sup>63</sup>

Perilaku ini dapat dikategorikan ke dalam bentuk perilaku *stereotype self-injury* atau perilaku menyakiti atau melukai diri sendiri yang stereotip. Bentuk ini memang kerap dilakukan secara berulang kali, akan tetapi luka atau rasa sakit yang didapat tidak mencapai tingkat keparahan yang fatal.

d. Cara mengurangi perilaku *selfharm*

Sebenarnya, perilaku *selfharm* tidak dapat hilang begitu saja. Perlu usaha yang sangat keras untuk setidaknya mencegah melakukan perilaku *selfharm*. Untuk dapat mencegah perilaku tersebut, A mengatakan perlu menyembuhkan dirinya dengan berjalan-jalan dengan

---

<sup>63</sup> Wawancara dengan A yang dilakukan pada 21 Desember jam 19.43 melalui *google meet*

menaiki motor atau mencari suasana yang baru. Selain itu, ia juga akan berusaha untuk memperbaiki komunikasi dengan kekasihnya atau orang terdekatnya. A juga berusaha untuk tidak sembarangan mengambil kesimpulan untuk sebuah masalah. Komunikasi merupakan salah satu faktor terbesar penyebab dirinya melakukan perilaku *selfharm*. Oleh karena itu, untuk dapat mencegahnya dirinya juga perlu memperbaiki komunikasi.

“kalau sekarang lebih ke komunikasi, jangan langsung ambil kesimpulan. Selesaikan dan gak perlu marah-marah gitu mba.”<sup>64</sup>

Komunikasi yang dibentuk tidak hanya melalui pesan teks atau panggilan suara, akan tetapi dengan mengobrol dengan kekasihnya atau orang terdekat dan yang paling dipercaya mampu membuat pikirannya menjadi lebih jernih dan mampu berpikir dengan benar.

### 3. C (Narasumber 3)

#### a. Profil

C lahir di Banyumas pada tanggal 12 Juli 1995. C merupakan 3 bersaudara. Kakak perempuannya sudah menikah dan tinggal di Tangerang. Sedangkan adiknya perempuan yang baru lulus sekolah menengah atas. Keluarganya sudah tidak lagi utuh karena ibunya telah meninggal beberapa tahun yang lalu. Ayahnya sudah menikah lagi dan tinggal bersama istri baru beserta anak-anaknya. Saat ini C hanya tinggal berdua dengan adiknya. Dia bekerja di salah satu PT terbesar di Purbalingga. Sebelumnya, ia juga pernah bekerja di salah satu coffee shop baru di Purbalingga. C bercerita bahwa hampir semua hubungan yang dijalaninnya dengan lawan jenis adalah *toxic* dan menyakitkan.

#### b. Faktor penyebab perilaku *selfharm*

C bercerita, di hubungan pertamanya kekasihnya merupakan orang berada. Namun, kebahagiaan yang didapat C tidak bertahan lama

---

<sup>64</sup> Wawancara dengan A yang dilakukan pada 21 Desember jam 19.43 melalui *google meet*

karena pada hubungan ini dirinya menjadi suka mabok-mabokan dan menjadi lebih suka dugem. Tidak hanya itu, pada hubungan ini C juga mengaku bahwa kekasihnya kerap melakukan aksi kekerasan fisik kepada dirinya. C juga kerap meminta pisah dengan kekasihnya ini namun sang kekasih selalu menolak.

“Awal-awal aku diem, kaya masih sabar, tapi kaya makin kesini makin kesini kok ngelunjak. Tapi kalo aku sendiri waktu berantemnya aku lebih ke diem, tapi nanti ketika dia dah pergi aku diem sendiri dan sambil nyakitin dirinya aku sendiri.”<sup>65</sup>

Pada hubungan ini dirinya merasa sangat tertekan dan tidak bisa melakukan apa-apa karena takut dengan apa yang akan dilakukan laki-laki ini pada dirinya. Suatu ketika saat ada masalah, C pernah dipukul habis-habisan hingga babak belur oleh laki-laki ini namun tetap hanya bisa diam karena dirinya takut. Lalu C menceritakan ke keluarga besarnya dan menyuruh C untuk pisah dengan laki-laki ini namun laki-laki ini tetap tidak mau berpisah. Hingga pada suatu hari ketika mereka pergi bersama dan akan kembali ke rumah, C dan laki-laki ini mengalami kecelakaan yang menyebabkan laki-laki ini meninggal dunia. Dan akhirnya mereka bisa berpisah.

“Tertekannya itu adalah ketika dia lagi ada masalah sama siapa itu aku yang jadi pelampiasan. Nah aku diem, aku dijadiin pelampiasan aku dipukul nih tapi aku gak bisa ngapa-ngapain. Aku minta pisah dianya gak mau. Sampai dikejadian yang mungkin udah berat banget sampai aku dipukulin sampai babak belur aku gak bisa ngomong apa-apa. Aku cerita ke keluargaku, dan aku disuruh pisah dianya gak mau ninggalin aku. Ya tiba-tiba kena musibah, dia waktu itu kecelakaan sama aku dia meninggal”<sup>66</sup>

Di hubungan yang kedua ini C juga mengalami hal yang serupa. Laki-laki ini kasar dan suka main tangan sehingga C mengalami

---

<sup>65</sup> Wawancara dengan C yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2022 jam 16.18 secara langsung di rumah

<sup>66</sup> Wawancara dengan C yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2022 jam 16.18 secara langsung di rumah

ketakutan lagi namun tidak bisa bertindak apa-apa. Mereka berpisah karena laki-laki ini berselingkuh dan akhirnya meninggalkan C.

“yang kedua dia itu suka mukul”<sup>67</sup>

Pada hubungan ketiga ini C merasa berbeda dengan hubungan-hubungan yang sebelumnya. Sebelumnya, C yang biasa mendapat perlakuan kasar dari laki-laki kali ini malah kekasih C yang kerap menyakiti dirinya sendiri ketika ada masalah dengan C. C yang melihat itu tentu akan merasa sangat bersalah dan tidak berdaya sehingga menjadi mudah luluh dan memaafkan kesalahan-kesalahan yang diperbuat sang kekasih. Hal ini juga yang membuat C merasa tertekan dengan hubungan ini meskipun tidak ada kekerasan fisik dari sang kekasih.

“Yang ketiga ini aku baru pernah loh nemuin yang kayak gini. Dia ada masalah, misalkan berantem sama aku, dia punya kesalahan tapi kesalahannya dia gak mau dibahas. Nah tujuanku bahas kan buat memperbaiki dia sendiri, tapi dia sendiri itu gak mau dibahas. Nanti yang ada kayak dia mukul-mukul kepala dia. Aku yang tadinya udah kesel banget karena liat dia kayak gitu jadi akhirnya aku kasian takut dia tambah parah dan akhirnya emosiku gajadi dan akhirnya ngebatin sendiri dan takut dia melakukan yang lebih lagi.”<sup>68</sup>

Faktor penyebab perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh C ini dapat dikategorikan ke dalam faktor psikologis yang mana pada faktor psikologis C merasa takut dengan kekasihnya dan merasa tidak nyaman dengan sang kekasih. Selain itu, faktor keluarga juga memengaruhi C untuk memperkuat niatnya melakukan perilaku *selfharm*. C yang ditinggalkan oleh ibunya merasa membutuhkan perhatian dan kasih sayang lebih dari orang lain yang diharapkan dapat menggantikan sosok seorang ibu. Akan tetapi, harapan C musnah karena adanya perlakuan

---

<sup>67</sup> Wawancara dengan C yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2022 jam 16.18 secara langsung di rumah

<sup>68</sup> Wawancara dengan C yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2022 jam 16.18 secara langsung di rumah

kasar dari orang yang disayangi kepada dirinya. Perilaku kasar yang dilakukan oleh kekasih C ini memunculkan pemikiran pada C untuk melakukan *selfharm*.

c. Bentuk *selfharm* yang dilakukan

Pada saat C merasa tertekan dengan hubungannya karena kerap mendapat kekerasan secara fisik, dirinya hanya memilih diam ketika sang kekasih masih bersamanya. Akan tetapi, ketika dirinya sudah sendiri, C akan melakukan perilaku *selfharm* dengan cara menyayat tangannya menggunakan silet. Hal itu dilakukan C berulang kali. Selain itu, C juga pernah dengan sengaja membakar banyak kertas di kamarnya dan menutup rapat pintu serta jendela untuk membuat dirinya sesak napas. Yang lebih parah adalah ketika C tengah bertengkar dengan kekasihnya, C berlari menuju ke tengah jalan raya dan hampir menabrakan dirinya ke mobil yang melaju di jalan tersebut.

“Aku pernah kayak tanganku tak pakaikan silet, ya pokoknya ngelukain diriku sendiri tapi ketika lagi gak bareng, kalo ada orangnya ya aku gak bisa ngomong apa-apa. Pertama jelas nangis, atau gak aku suka nulis. Tapi paling sering ya itu tangan aku pakaikan silet. Aku pernah kayak di dalem kamar aku bakar kertas-kertas yang banyak yang udah sampai sesak nafas dan untungnya ada orang. Aku juga pernah kayak lagi berantem aku lari ke jalan kaya mau nabrakin ke kendaraan di jalan tapi gak jadi.”<sup>69</sup>

Perilaku C ini sudah dapat dikatakan sebagai perilaku *selfharm* karena sudah menimbulkan rasa sakit di tubuhnya secara sengaja. Perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh C ini dapat dikategorikan ke dalam kelompok *moderate* atau *superficial self-mutilation* karena dilakukan secara berulang-ulang.

---

<sup>69</sup> Wawancara dengan C yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2022 jam 16.18 secara langsung di rumah



d. Cara C mengurangi perilaku *selfharm*

Agar C tidak terus menerus melakukan perilaku *selfharm*, C berusaha untuk mengalihkan pikirannya dengan cara berkomunikasi atau berbincang dengan orang lain atau orang terdekatnya.

“kadang aku kayak harus ada temennya dan jangan sendirian. Walaupun Cuma sekedar ngobrol nanti aku lupa sendiri. Yang penting aku ada temennya jangan sendirian.”<sup>70</sup>

Menurutnya, berbincang dengan orang lain adalah cara paling efektif untuk dapat mengalihkan pikiran untuk menyakiti dirinya sendiri. Hal ini juga sejalan dan sesuai dengan teori yang telah dijelaskan pada penelitian ini bahwa salah satu cara untuk menghindari perilaku *selfharm* adalah dengan berbicara dengan seseorang yang dekat atau dipercaya.

**4. D (Narasumber 4)**

a. Profil

D lahir di Purbalingga pada tanggal 15 Desember 2004. D merupakan anak kedua dari 3 bersaudara. Dirinya memiliki seorang kakak perempuan dan seorang adik laki-laki. Saat ini D tengah melanjutkan pendidikannya di salah satu universitas ternama di kota Semarang dengan mengambil jurusan Hukum. Sebelumnya D juga merupakan siswa dari SMA N 1 Bukateja. D memiliki ayah yang bekerja sebagai wiraswasta dan ibu sebagai guru yang mengajar di PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini). D mengaku juga tengah menjalani suatu hubungan pacaran yang membuatnya tertekan dan sedih.

b. Faktor penyebab perilaku *selfharm*

D bertemu dengan kekasihnya ketika duduk di bangku sekolah menengah atas. Kekasih D ini merupakan kakak kelasnya. Saat D duduk di kelas 10 kekasihnya ini duduk di kelas 11. D bertemu dengan

---

<sup>70</sup> Wawancara dengan C yang dilakukan pada tanggal 17 Desember 2022 jam 16.18 secara langsung di rumah

kekasihnya karena tidak sengaja dan kebetulan berteman dengan teman kekasihnya. Awal hubungannya dengan kekasihnya hanya didasari untuk tujuan memanas-manasi mantan kekasih masing-masing. Akan tetapi, D mengaku semakin lama dirinya semakin dekat dengan kekasihnya ini dan saling suka. Akhirnya hubungan keduanya berjalan tanpa tujuan dan maksud tertentu lagi. Akan tetapi, pada saat awal menjalin hubungan tentu sikap dan sifat pasangannya ini sangat baik dan royal. Kekasih D ini akan selalu siap siaga dengan apapun permintaan D. Semakin lama sikapnya berubah, yang awalnya ketika ada masalah kekasih D hanya akan berbicara halus lama-lama menjadi sangat temperamen. Meskipun tidak memukul atau memukul secara fisik kepada D. Justru, kekasih D ini memukul dirinya sendiri dan membuat D merasa bersalah dan tertekan karena perilaku yang dilakukan oleh kekasih D ini membuat dirinya merasa orang jahat karena membuat seseorang melakukan hal tersebut. Selain itu, kekasih D ini juga masih kerap berhubungan dengan mantan kekasihnya yang membuat D cemburu.

“Dia itu temperamen mba, jadi kalau ada masalah dia yang salah dia yang mukul-mukul diri aku yang ngerasa bersalah.”<sup>71</sup>

Faktor penyebab perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh D ini masuk ke dalam faktor psikologis. Faktor psikologis yang dimaksud di sini adalah adanya perasaan bersalah dan tidak nyaman yang dirasakan oleh D kepada kekasihnya sehingga mendorong D untuk melakukan perilaku yang sama seperti yang kekasihnya lakukan. D merasa tertekan dengan sikap dan perilaku kekasihnya sehingga tidak mampu meregulasi emosinya dengan baik.

c. Bentuk *selfharm* yang dilakukan

Karena perilaku yang dilakukan oleh kekasih D ini membuat D merasa sangat bersalah dan tertekan, akhirnya membuat D tidak berani

---

<sup>71</sup> Wawancara dengan D pada 20 Desember 2022 pukul 11.29 melalui *google meet*

lagi untuk mengungkapkan pendapatnya dan tidak ingin bertengkar. Hal ini membuat D tidak dapat mengekspresikan emosinya atau perasaannya karena takut membuat kekasihnya melakukan hal-hal yang berbahaya lagi. Oleh karena itu, untuk meluapkan emosinya, D terpikir banyak cara. Salah satunya adalah melakukan apa yang dilakukan oleh kekasihnya. D tidak dapat meluapkan perasaannya di hadapan sang kekasih, oleh karena itu D memilih menyakiti dirinya sendiri dengan cara menyayat tangannya sendiri dengan benda tajam. Biasanya D menggunakan gunting untuk melakukan aksinya tersebut. Meskipun tidak terlalu parah, perilaku tersebut dilakukan secara sengaja dan menimbulkan rasa sakit atau perih pada dirinya.

“Kalau udah gak bisa ditahan dan liat ada gunting atau benda yang tajam aku pakai itu buat bikin garis-garis di tanganku.”<sup>72</sup>

D mengaku setelah melakukan hal itu dirinya akan merasa sedikit lega meskipun juga kesakitan. Perilaku D ini sebenarnya tidak dilakukan secara rutin atau berulang-ulang, akan tetapi sekali melakukannya D akan sudah mengendalikan dirinya untuk berhenti. Bentuk perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh D ini dapat dikategorikan ke dalam bentuk *moderate* atau *superficial self-mutilation*. Bentuk perilaku *selfharm* jenis ini adalah yang paling umum dan paling sering dilakukan dan tergolong lebih ringan dibandingkan dengan *stereotype self-injury*.

d. Cara mengurangi perilaku *selfharm*

Untuk mencegah perilaku *selfharm* tentu tidak dapat dilakukan apabila tidak ada kemauan yang kuat dalam hati. D mengaku ia akan berhenti berpikir untuk melakukan perilaku menyayat diri jika ada seseorang yang mampu diajak berbicara dan bisa menghangatkan hatinya. Baginya, berbicara dengan seseorang yang dia sayang akan membuat dirinya merasa tenang meskipun tidak sepenuhnya

---

<sup>72</sup> Wawancara dengan D pada 20 Desember 2022 pukul 11.29 melalui *google meet*

menyelesaikan masalah. Menurutnya, berbagi masalah dengan orang lain yang disayang akan membuatnya merasa masih banyak orang yang peduli terhadap dirinya.

“Paling aku cerita ke ibuku, ayahku atau kakakku biar aku lupa sama masalahku dan gak kepancing ngambil gunting.”<sup>73</sup>

## 5. N (Narasumber 5)

### a. Profil

N merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. N memiliki 1 kakak perempuan yang sudah menikah dan 1 adik laki-laki yang masih berstatus sebagai siswa di madrasah tsanawiyah. Ayahnya bekerja sebagai sopir truk dan ibunya berjualan di rumah. N lahir di Purbalingga pada tanggal 28 April 2002. Saat ini N berstatus sebagai pekerja di salah satu pabrik produksi rambut palsu di Purbalingga. Sebelumnya, N pernah mengenyam pendidikan di salah satu sekolah yang di luar kabupaten Purbalingga. N bersekolah di sekolah menengah kejuruan dengan mengambil jurusan farmasi. N lahir dari keluarga yang sederhana. N mengaku ingin melanjutkan pendidikan ke bangku perkuliahan, namun masih terkendala oleh biaya. Lalu untuk mengumpulkan biaya dirinya bekerja sebagai pekerja PT agar dapat mewujudkan cita-citanya.

### b. Faktor penyebab perilaku *selfharm*

N mengaku pernah berada di hubungan berpacaran yang membuat dirinya tertekan tepat satu tahun lalu. Saat itu dirinya tengah berpacaran dengan laki-laki yang dikenalnya karena ketidaksengajaan bertemu di sebuah acara. Laki-laki tersebut terus mendekati N dan bersikap begitu baik hingga akhirnya N menerima laki-laki tersebut untuk menjadi kekasihnya. Pada awal berpacaran semuanya berjalan lancar dan membahagiakan. Hingga pada akhirnya satu persatu sikap asli sang kekasih terbuka. Kekasih N tersebut kerap bersikap kasar terhadap N

<sup>73</sup> Wawancara dengan D pada 20 Desember 2022 pukul 11.29 melalui *google meet*

sehingga membuat N menjadi takut dan tertekan. Selain itu, kekasih N juga egois dan jika memiliki keinginan maka N harus menurutinya. Dalam hubungan tersebut, N mengaku bahwa hubungan yang dijalannya merupakan hubungan yang *toxic* hingga membuat N takut untuk menolak permintaan sang kekasih karena takut kekasih menjadi kasar lagi.

“Ya karena dia *toxic*, dia juga gak mau kerja, kasar juga, juga kadang egois dan semaunya sendiri. Kalau mau apa-apa dia harus diturutin.”<sup>74</sup>

Faktor perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh N ini masuk ke dalam faktor psikologis. Faktor psikologis di sini berperan ke dalam perilaku *selfharm* yang dilakukan karena adanya perasaan tidak nyaman dan ketakutan untuk menghadapi kekasihnya. Selain itu, perasaan kehilangan seseorang yang N cintai juga berpengaruh terhadap perilaku *selfharm* yang N lakukan. N merasa kehilangan kekasihnya yang awalnya menyayanginya dan berubah menjadi kasar sehingga membuat N merasa takut.

c. Bentuk *selfharm* yang dilakukan

N mengaku dalam menjalani hubungan tersebut dirinya merasa sangat lelah dan ingin mengakhiri hubungannya, akan tetapi sang kekasih terus menolak. Karena N merasa takut dengan kekasihnya itu akhirnya N hanya bisa memendam sendiri perasaannya. N menjadi orang yang pendiam dan lebih suka menyendiri. Selain itu, N menjadi lebih melamun. Yang lebih parah adalah ketika N sendiri dan dia melihat benda tajam seperti gunting atau silet maka dia akan menyayat sayat tangannya sendiri. Selain itu, ketika N melamun dan kebetulan di tubuhnya terdapat luka yang sudah mengering maka dia akan mengupas lukanya itu sambil melamun hingga lukanya itu terbuka kembali dan menjadi basah lagi.

---

<sup>74</sup> Wawancara dengan N pada 25 Desember 2022 pukul 20.37 secara langsung di rumah

“Kalau aku si lebih ke menyendiri sama ngalamun, kadang kalau aku liat gunting atau silet gitu suka aku sayat-sayatin ke tangan. Kalau misal aku ada luka juga suka aku kopek- kopekin gitu.”<sup>75</sup>

Perilaku ini terjadi berulang karena dirinya sulit untuk terlepas dari hubungan tersebut. Perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh N ini dapat dikategorikan ke dalam bentuk perilaku *selfharm superficial self mutilation* karena perilaku ini dilakukan secara berulang kali dan dengan tempo yang cukup sering.

d. Cara mengurangi perilaku *selfharm*

N mengaku sebenarnya sulit untuk menghindari perilaku ini ketika dirinya sedang sendirian, karena ketika sendiri N tidak dapat mengontrol apa yang akan dilakukannya. Namun N hanya bisa mencegahnya agar perilaku tersebut tidak terjadi secara sengaja dan terus-menerus. N akan bisa mencegah perilaku tersebut ketika N sedang bersama dengan seseorang atau ada seseorang yang bisa diajak berkomunikasi maka dirinya akan lebih mudah mengontrol perilakunya tersebut. N mengaku dirinya akan merasa lebih nyaman apabila ditemani oleh seseorang untuk berkomunikasi sambil makan. Makan adalah salah satu cara terbaik bagi N untuk mengalihkan pikirannya yang tidak baik.

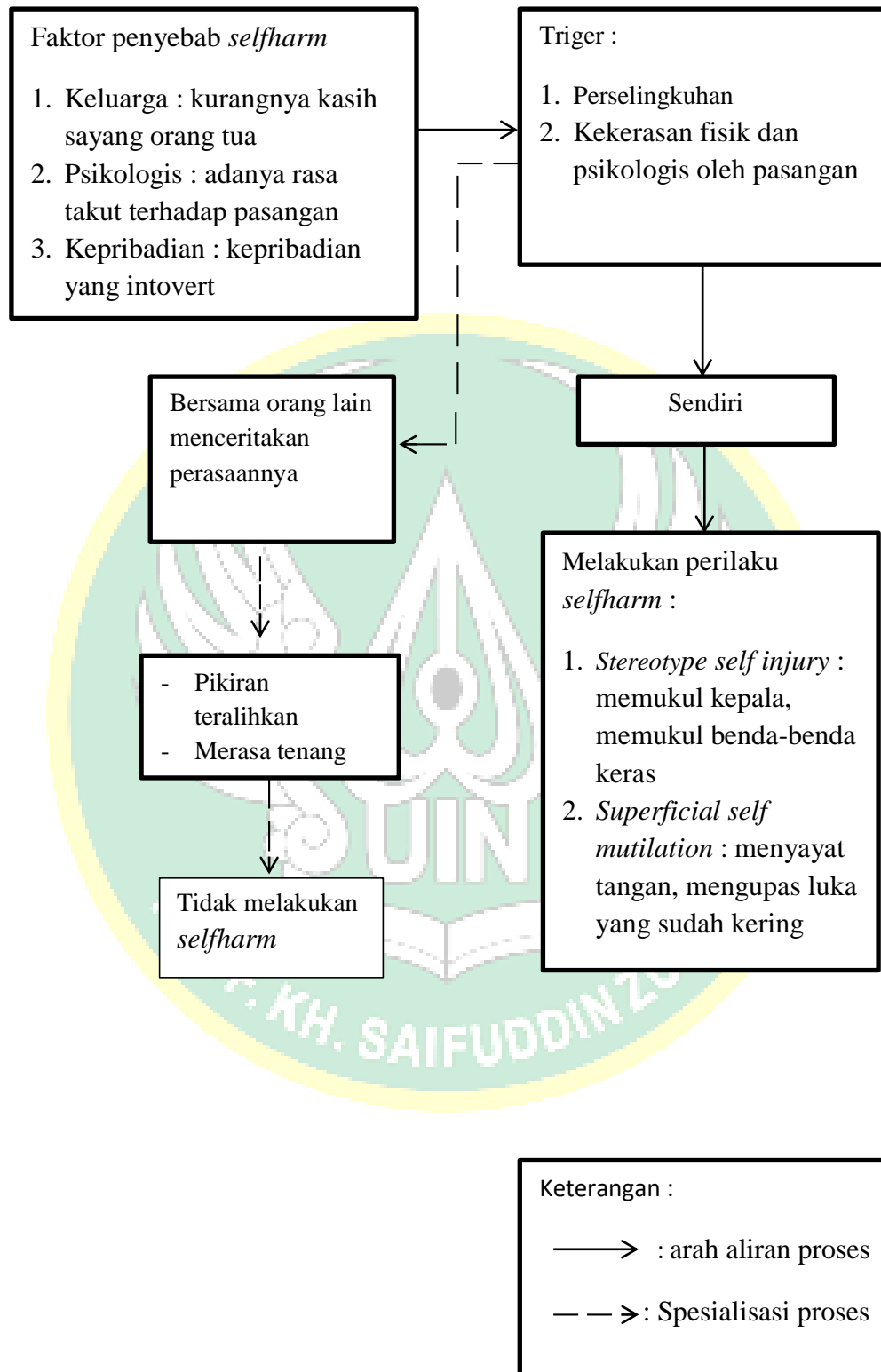
“Kalau aku lagi sendiri gak bisa aku hindarin si. Kecuali ada temen buat ngobrol dan aku percaya buat aku ceritain masalahku. Trus yang paling ampuh buat aku ngobrol dan lebih enak lagi kalo ngobrolnya sambil makan.”<sup>76</sup>

---

<sup>75</sup> Wawancara dengan N pada 25 Desember 2022 pukul 20.37 secara langsung di rumah

<sup>76</sup> Wawancara dengan N pada 25 Desember 2022 pukul 20.37 secara langsung di rumah

#### D. Diagram Perilaku *Selfharm*



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai perilaku *selfharm* di kalangan pemuda desa dapat disimpulkan bahwa:

1. Perilaku *selfharm* yang terjadi pada 5 orang pemuda merupakan perilaku yang dilakukan secara sadar dan secara sengaja. Tujuan mereka melakukan perilaku *selfharm*pun bermacam-macam, ada untuk kepuasan, untuk menarik perhatian kekasihnya, maupun untuk meregulasi emosi yang tidak mampu mereka ungkapkan. Selain itu, mereka mengetahui secara jelas bahwa perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri merupakan perilaku yang berbahaya.
2. Faktor penyebab perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh 5 orang pemuda dalam penelitian berkisar pada faktor psikologis, faktor keluarga, dan faktor kepribadian yang mana ketiga faktor tersebut memiliki pengaruh besar terhadap perilaku *selfharm* yang dilakukan oleh 5 orang pemuda tersebut. Faktor psikologis yang dialami oleh pemuda merujuk pada perasaan pemuda yang merasa takut menghadapi kekasihnya serta adanya perasaan tidak nyaman yang dirasakan oleh pemuda terhadap sikap kekasihnya. Selain itu, sikap kasar yang dilakukan oleh kekasih juga menimbulkan perasaan takut dan tidak berani untuk menyatakan pendapat. Faktor keluarga mengambil peran dalam perilaku *selfharm*, meskipun tidak sepenuhnya. Faktor keluarga yang dialami oleh A karena adanya sikap pilih kasih orang tua terhadap A yang membuat A mencari kebahagiaan dan kasih sayang dari orang lain namun tidak berujung baik. Selain itu, faktor kepribadian juga memiliki pengaruh terhadap perilaku menyakiti diri sendiri atau *selfharm* yang dilakukan oleh pemuda. Faktor kepribadian *introvert* yang dimiliki oleh R ditambah dengan masalah yang tengah menyimpannya membuat R semakin memiliki kesempatan besar untuk melakukan *selfharm*.



3. Bentuk-bentuk *selfharm* yang dilakukan oleh 5 orang pemuda ini bermacam-macam. Bentuk paling umum yang dilakukan yaitu memukul kepala atau benda-benda sekitar dan menyayat tangan menggunakan benda tajam. Namun, tidak dapat dipungkiri, bentuk lain seperti mengelompok luka yang telah kering atau hampir melakukan aksi bunuh diri juga dilakukan. Bentuk perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri oleh 5 orang pemuda ini dapat dikategorikan ke dalam bentuk *stereotype self injury* dan *moderate* atau *superficial self mutilation* yang mana kedua bentuk ini merupakan yang paling umum dilakukan dan tidak menimbulkan keparahan yang fatal. Namun, kedua bentuk ini dilakukan secara berulang dan terus-menerus sehingga dapat membahayakan keselamatan pemuda yang melakukan *selfharm* bentuk ini. Pada dasarnya, perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri dilakukan tanpa ada niat untuk bunuh diri. Akan tetapi, tidak menutup kemungkinan bahwa perilaku *selfharm* ini bisa memicu atau memunculkan pemikiran untuk melakukan bunuh diri. Dari 5 orang pemuda yang melakukan *selfharm*, 3 di antaranya melakukan bentuk *superficial self mutilation* dan 2 sisanya melakukan bentuk *stereotype self injury*.
4. Perilaku *selfharm* atau menyakiti diri sendiri tidak dapat dihilangkan begitu saja. Butuh banyak usaha dan keberanian yang harus dilakukan untuk setidaknya mengurangi perilaku *selfharm*. Ada berbagai macam cara yang dapat dilakukan, salah satunya adalah dengan berbincang atau berkomunikasi dengan orang lain. Komunikasi atau berbincang dengan orang yang dipercaya atau disayang adalah salah satu cara yang paling efektif untuk menghindari perilaku *selfharm* karena dengan berbincang atau berkomunikasi dengan seseorang pikiran akan teralihkan dan mampu membuat seseorang berpikir secara jernih dan secara logis. Tidak selalu terpaku pada permasalahan yang dihadapi. Tidak hanya itu, kekuatan dalam berkomunikasi juga dapat menjadikan orang dengan perilaku *selfharm* dapat berbalik 180 derajat menjadi pribadi yang tenang dalam menghadapi masalah asalkan mereka menemukan lawan bicara yang tepat

dan dapat mengarahkan mereka akan pentingnya menghargai, menyayangi diri sendiri terlebih dahulu sebelum mereka menyayangi orang lain.

## **B. Saran**

1. Perilaku *selfharm* merupakan perilaku yang berbahaya sehingga narasumber diharapkan dapat lebih memerhatikan dan memikirkan kembali tindakan yang perlu dilakukan untuk mencegah perilaku tersebut. Mencoba memberikan pengertian kepada diri sendiri bahwa semua permasalahan selalu ada jalan untuk menyelesaikannya. Selain itu, memberi pemahaman kepada diri sendiri bahwa semua atau apapun yang terjadi bukan untuk disesalkan melainkan untuk dihadapi dengan tenang. Belajar melihat semua masalah yang ada dari sudut pandang yang lain supaya tidak selalu berada pada sudut pandang yang sama.
2. Bantuan lingkungan sekitar sangat dibutuhkan, sehingga disarankan narasumber mencari teman berbincang yang dapat dipercaya sehingga pikiran lebih mudah teralihkan dan tidak berpikir untuk melakukan *selfharm*. Selain itu, dengan adanya teman berbincang seseorang akan menjadi lebih terbuka dan mampu untuk berpikir jernih. Dengan adanya teman untuk berbincang tentu akan membuat kita lupa terhadap pikiran negatif yang muncul pada saat sendirian.
3. Peran orang tua dan orang terdekat juga sangat penting, sehingga diharapkan narasumber dapat menjadi lebih terbuka dan merasa nyaman ketika dapat menceritakan apa yang dialaminya. Peran orang tua di sini adalah untuk membantu anak-anaknya dalam mengutarakan pendapatnya serta tidak menghakimi apa yang diceritakan oleh sang anak. Hal tersebut akan membantu anak sejak dini untuk bisa terbuka kepada orang tua dan mampu membantu anak mengatasi emosinya dengan tepat dan sehat.
4. Pembaca yang telah membaca penelitian ini juga diharapkan untuk ikut membantu dan lebih peduli lagi terhadap orang-orang di sekitarnya yang melakukan perilaku *selfharm* karena perilaku ini jika dibiarkan terus-menerus dan dimaklumi akan sangat berbahaya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdilla, Taufik. 2010. *Pemuda Dan Perubahan Sosial*. Jakarta: Jalan Sutra
- Agustin, Damara. (2019). “Analisis Butir *Selfharm Inventory*”, *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Sosial*. Vol. 3, No. 2
- Ahmad. (2019). “Pacaran Menurut Muhammad Shodiq Mustika (Studi Terhadap Catatan Di Situs Pacaran Islami)”, *Jurnal Ulumul Syar’i*, Vol. 8 No. 1
- Anggito, Albi. et.al. 2018. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jawa Barat: CV Jejak
- Arinda, Olphi Disya. (2021). “*NSSI (Nonsuicidal Self Injury)* Pada Dewasa Muda Di Jakarta: Studi Fenomenologi Interpretatif”, *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous*, Vol. 8 No. 1
- Arsawati, Ni Nyoman Juwita. et.al. (2019). “Anak Korban Kekerasan Seksual Akibat Ketimpangan Gender”, *Jurnal Legislasi Indonesia*, Vol. 16 No. 2
- Asyafina, Nadya & Noor Efni Salam. (2022). “Fenomena Mahasiswa Pelaku *Selfharm* di Kota Pekanbaru”, *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 6 No. 3
- Azizah, Nur & Ahmad Alamuddin Yasin. (2022). “Efektivitas Pendekatan Konseling Behavioral Pada Perilaku *Selfharm* Di Manu Putri Buntet Pesantren”, *Journal ff Islamic Education Counseling*. Vol. 2 No. 1
- Bahtiar, Wardi. et.al. 1997. *Metode Penelitian Dakwah*. Jakarta: Logos
- Cahyani, Maulina Indah & Maghfirotul Lathifah. (2021). “Efektivitas Layanan Informasi Dengan Menggunakan Film *Imperfect* Untuk Mereduksi *Selfharm* Pada Diri Mahasiswa”, *Jurnal Efektor*, Vol. 8 No. 2
- Darmalaksana, Wahyudin. (2020). “Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka Dan Studi Lapangan”, Pre-Print Digital Library.
- Dr. J. R. Raco. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, Dan Keunggulannya*. Jakarta: Penerbit PT Grasindo


- Gosita, Arif. 1993. Masalah Korban Kejahatan. Jurnal Akademika
- Guntur, Arkadus Ianuar. et.al. (2021). “Dinamika Perilaku *Self-Injury* Pada Remaja Laki-Laki”, Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa. Vol. 1 No. 1
- Hartono & Amicun Aziz. 2008. *Ilmu Sosial Dasar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hetrick, Sarah E. (2020). “*Understanding the Needs of Young People Who Engage In Selfharm: A Qualitative Investigation*”, *Frontiers In Psychology*, Volume 10
- In'am, Asichul. (2020). “Peranan Pemuda Dalam Pendidikan Sosial Kemasyarakatan”, *Intizam: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, Vol. 3 No. 2
- Indrawati, Erdina. 2020. *Self Injury (Selfharm) Dan Emosi*. Buletin KPIN, Vol. 6 No. 16
- Kusumadewi AF. et.al. (2019). “*Selfharm Inventory (SHI Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Diri Perilaku Selfharm)*. Jurnal Psikologi Surabaya, Vol. 8 No. 1
- Lewier, Ferry C. 2003. *Manajemen PAK Bagi Pemuda/Mahasiswa Menyongsong Dan Memasuki Abad Ke-21*” Dalam *Ajarlah Mereka Melakukan Karya Ed* Andar Ismail. Jakarta: Gunung Mulia
- Lubis, Irma Rosalinda & Lupi Yudhaningrum. (2020). “Gambaran Kesepian Pada Remaja Pelaku *Selfharm*”, *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, Vol. 9 No. 1
- Maharani, Cindi Nabilla. et.al. (2022). “Hubungan Antara Pola Asuh Positif Dan Perilaku Melukai Diri Remaja”, *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, Vol. 14 No. 1

- Malumbot, Cindy M. et.al. (2020). “Studi Tentang Faktor-Faktor Penyebab Perilaku *Self Injury* Dan Dampak Psikologis Pada Remaja”, Psikopedia, Vol. 1 No. 1
- Muslimah & Ahmad. (2021). “Memahami Teknik Pengolahan Dan Analisis Data Kualitatif”, *Proceedings*, Vol. 1 No. 1
- Pariartha, Ni Kadek Ayu Mas Yoca Hapsari. et.al (2022). “Peran *Forgiveness* Dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Penyintas Kekerasan Dalam Hubungan Pacaran”, Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan, Vol. 13 No. 2
- Purnamasari, Rif'ah. (2019). “Hubungan Kedewasaan Dini Dan Perilaku Pacaran Terhadap Kematangan Emosi Pelajar Sekolah Dasar”, Jurnal Tunas Bangsa, Vol. 6 No 1
- Putri, Aldiah Rosa Hayuningtyas & Diana Rahmasari. (2021). “Disregulasi Emosi Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Melakukan *Self Injury*”, Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 8 No. 6
- Raihani, Dzikra. et.al. (2022). “Perilaku *Selfharm* Pada Pasien Depresi Dengan Gejala Psikotik”, Seminar Nasional Psikologi, Vol. 1 No. 1
- Rakhmi, Defani Ismiriam. (2021). “*Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Menurunkan Perilaku Melukai Diri Pada Pasien Dengan Gangguan Kecemasan Umum”. *PROCEDIA: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, volume 9 nomor 1
- Rini. (2022). “Perilaku Menyakiti Diri Sendiri: Bentuk, Faktor Dan Keterbukaan Dalam Perspektif Perbedaan Jenis Kelamin”, Jurnal Ikraith-Humaniora, Vol. 6 No. 1
- RN, Britt-Marie Lindgren. et.al. (2022). “*A Necessary Pain: A Literature Review Of Young People's Experiences Of Selfharm*”, *Issues In Mental Health Nursing*, Vol. 43 No. 2

- Sadiyah, Dewi. 2015. *Metode Penelitian Dakwah: Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Saputra, Dinar. et.al. (2019). “Penerapan *Art Therapy* Untuk Mengurangi Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (*Self-Injurious Behavior*) Pada Dewasa Muda Yang Mengalami Distress Psikologis”, *Inquiry: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 10 No. 1
- Sholikhah, Rohmatus & Achmad Mujab Masykur. (2019). “Atas Nama Cinta, Ku Rela Terluka (Studi Fenomenologi Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran)”, *Jurnal Empati*, Vol. 8 No. 4
- Sibarani, Dahlia Magdalena. et.al. (2021). “*Selfharm* Dan Depresi Pada Dewasa Muda”, *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*. Vol. 9 No. 4
- Sidiq, Umar & Moh. Miftachul Choiri. 2019. *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan*. Ponorogo: CV Nata Karya
- Sirojammuniro, Anitsnaini. (2020). “Analisis Pola Perilaku Pacaran Pada Remaja”. *Academic Journal of Psychology and Counseling*. Vol. 1 No. 2
- Soelaeman, Munandar. 2011. *Ilmu Sosial Dasar*. Bandung: Refika Aditama
- Sukandarrumidi. 2002. *Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Tan, Mutiara Ikhmahwati. et.al. (2021). “Hubungan Antara Kesepian Dengan Tindakan *Self-Harming* Selama Masa Pandemi *Covid-19* Pada Mahasiswa”, *Jurnal Psibermetika*, Vol. 14 No. 2
- Tandrianti, Al'aina Zilly & Eko Darminto. “Perilaku Pacaran Pada Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Di Kabupaten Tulungagung”.

- Thesalonika & Nurliana Cipta Apsari. (2021). “Perilaku *Selfharm* Atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja (*Selfharm Or Self-Injuring Behavior by Adolescents*). Jurnal Pekerjaan Sosial, Vol. 4 No. 2
- Tohardi, Ahmad. 2019. *Buku Ajar Pengantar Metodologi Penelitian Sosial + Plus*. Pontianak: Tanjungpura University Press
- Ulfah, Jamuna. (2022). “Relevansi Menyakiti Diri Dengan Tingkat Kepuasan Pelaku Sebagai Bentuk Emosi Negatif”, Jurnal Edukatif, Vol. 8 No. 2
- UU 40 Tahun 2009 Pasal 1 ayat 1 – DPR RI tersedia di diakses pada tanggal 10 desember 2022 pukul 14.22
- Verenisa, Akwila. et.al. “Gambaran *Self Injury* Mahasiswa”, Volume 4 Nomor 1
- Wekke, Ismail Suardi. et.al. 2019. *Metode Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Penerbit Gawe Buku
- Yusuf, Muri. 2014. *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana
- Zakaria, Zalyaleolita Yuliandhani Helmi & Ria Maria Therresa. (2020). “Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku *Nonsuicidal Self-Injury (NSSI)* Pada Remaja Putri”, Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi, Vol. 4 No. 2

## Lampiran 1: Surat Keterangan

**PEMERINTAH KABUPATEN PURBALINGGA**  
**KECAMATAN KEMANGKON**  
**DESA MAJASEM**  
Jl. Raya Majasem No. 27 Rt 008 Rw 004 Desa Majasem Kec. Kemangkon Kab. Purbalingga 53381

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 014/303/XII/MJS/2022

1. Yang bertanda tangan di bawah ini :

a. Nama : TRI MULDIARTI

b. Jabatan : Kepala Desa Majasem

dengan ini menerangkan bahwa :

a. Nama : Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman

b. Tempat/Tgl. Lahir : PURBALINGGA/10-4-2001

c. Nomor KTP : 3303015004010001

d. Kebangsaan : WNI

e. Agama : Islam

f. Pekerjaan : PELAJAR/MAHASISWA

g. Alamat : Desa Majasem RT. 002 RW. 001 , MAJASEM DUSUN 1 Kec. Kemangkon Kab. Purbalingga

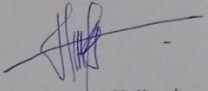
h. Keterangan : Bahwa orang tersebut telah melakukan Riset di Desa Majasem pada tanggal 15 Desember 2022


Bermaksud : Dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan Penelitian Mahasiswa

2. Berhubung dengan maksud yang bersangkutan, diminta agar semua pihak dapat memberikan bantuan serta fasilitas seperlunya

3. Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Majasem, 23 Desember 2022

Yang bersangkutan  
  
Sabilla Azzahra Hajizyah

  
Kepala Desa Majasem  
TRI MULDIARTI



## Lampiran 2: Pedoman Wawancara

### PEDOMAN WAWANCARA

#### “Perilaku *Selfharm* Pada Korban Pacaran Di Kalangan Pemuda Desa”

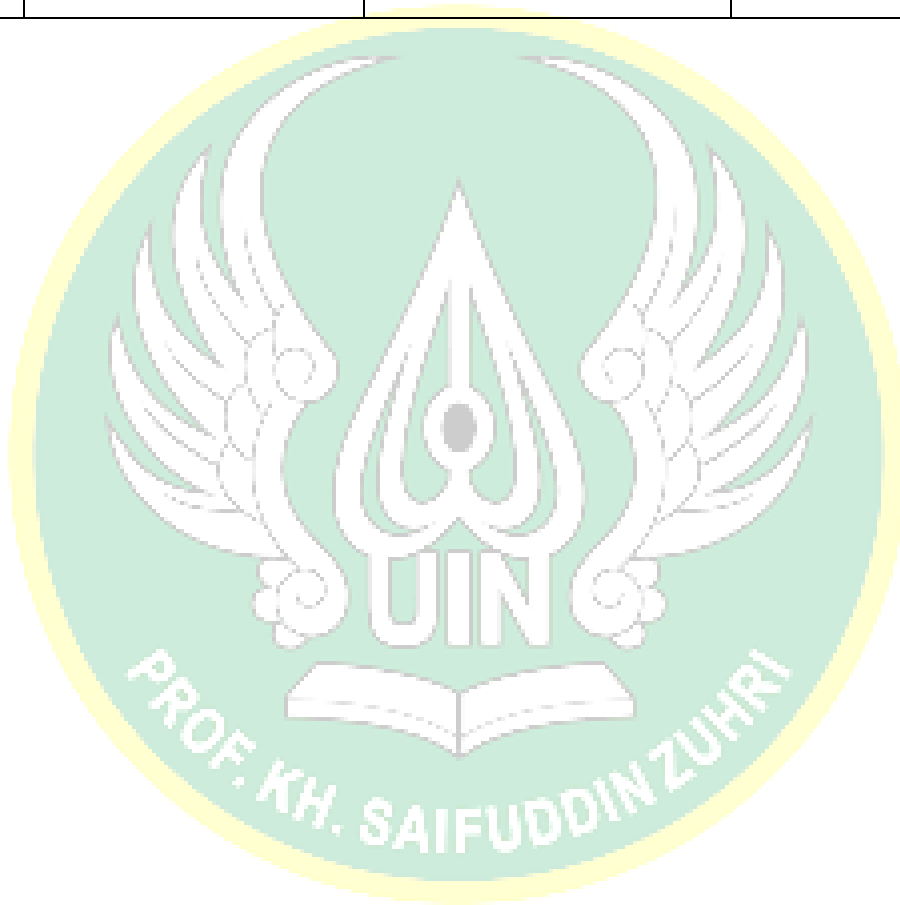
Aspek	Pertanyaan
Data diri dan informasi pribadi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Siapa nama lengkap anda?</li><li>• Dimana dan tanggal berapa anda lahir?</li></ul>
Kehidupan keluarga	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bagaimana kehidupan anda dan keluarga anda?</li></ul>
Pendidikan dan pekerjaan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bagaimana riwayat pendidikan anda?</li><li>• Apakah anda memiliki pengalaman kerja?</li></ul>
Peristiwa yang dialami	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apakah anda pernah menjalani suatu hubungan yang membuat anda tertekan?</li><li>• Faktor apa yang membuat anda begitu tertekan dengan hubungan yang anda jalani?</li></ul>
Perilaku <i>selfharm</i> yang dilakukan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apa yang anda lakukan ketika anda merasa tertekan dengan hubungan tersebut?</li><li>• Bagaimana cara anda meluapkan emosi perasaan anda?</li></ul>
perilaku <i>selfharm</i> yang bisa dikurangi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apa yang anda rasakan ketika anda berhasil meluapkan emosi yang anda rasakan?</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bagaimana cara anda mengurangi perilaku berbahaya yang anda lakukan ketika tengah meluapkan emosi anda?</li></ul>
--	---



**Lampiran 3: Tabel Identitas Narasumber**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Usia</b>
<b>1</b>	<b>R</b>	<b>Laki-Laki</b>	<b>23 Tahun</b>
<b>2</b>	<b>A</b>	<b>Laki-Laki</b>	<b>20 Tahun</b>
<b>3</b>	<b>C</b>	<b>Perempuan</b>	<b>27 Tahun</b>
<b>4</b>	<b>D</b>	<b>Perempuan</b>	<b>18 Tahun</b>
<b>5</b>	<b>N</b>	<b>Perempuan</b>	<b>20 Tahun</b>



**Lampiran 4: Dokumentasi**



**Bekas luka R karena memukul kepala**



**Bekas luka R setelah memukul benda keras/pintu kamar mandi**

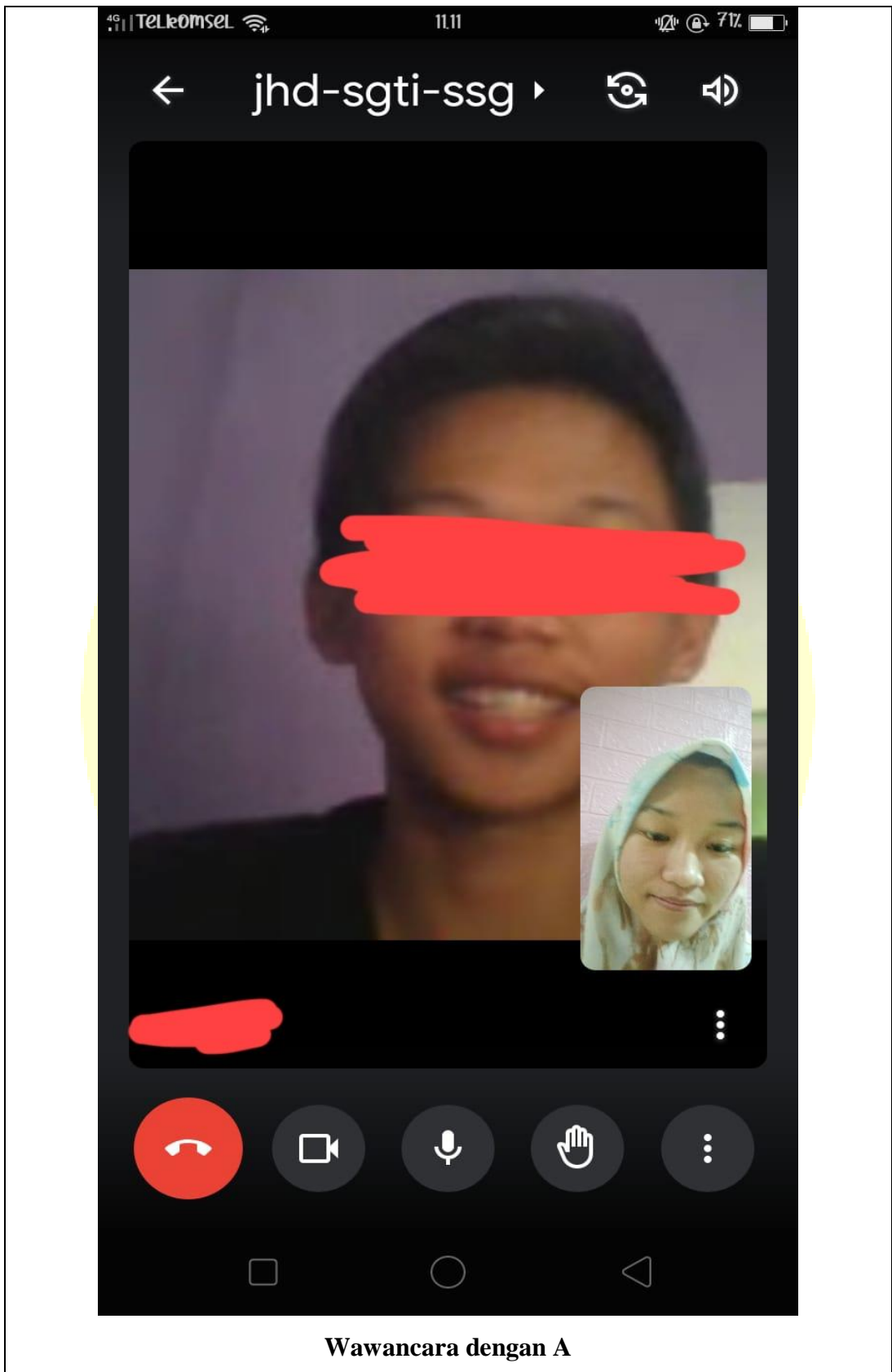


**Bekas luka A karena memukul tembok/benda keras lainnya**



**Luka N yang sudah mengering tetapi dikelopek terus hingga basah lagi**





**Wawancara dengan A**



**Wawancara dengan D**





**Wawancara dengan R**



**Wawancara dengan C**



**Wawancara dengan N**

**Lampiran 5: Lembar Surat Persetujuan**

**SURAT PERSETUJUAN  
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : R

Umur : 23 tahun

Jenis kelamin : Laki-laki

Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian dari :

Nama : Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman

NIM : 1917101135

Fakultas : Dakwah

Saya bersedia menjadi narasumber penelitian yang berjudul **“Perilaku *Selfharm* Pada Korban Pacaran Di Kalangan Pemuda Desa”** dengan seluruh informasi yang diberikan terjamin kerahasiaannya.

**Purbalingga, 12 Desember 2022**



**Narasumber 1 (R)**

**SURAT PERSETUJUAN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : A

Umur : 20 tahun

Jenis kelamin : Laki-laki

Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian dari :

Nama : Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman

NIM : 1917101135

Fakultas : Dakwah

Saya bersedia menjadi narasumber penelitian yang berjudul **“Perilaku *Selfharm* Pada Korban Pacaran Di Kalangan Pemuda Desa”** dengan seluruh informasi yang diberikan terjamin kerahasiaannya.

Purbalingga, 21 Desember 2022



Narasumber 2 ( A )



**SURAT PERSETUJUAN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : C

Umur : 27 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian dari :

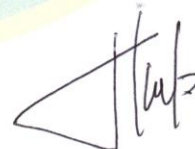
Nama : Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman

NIM : 1917101135

Fakultas : Dakwah

Saya bersedia menjadi narasumber penelitian yang berjudul **“Perilaku *Selfharm* Pada Korban Pacaran Di Kalangan Pemuda Desa”** dengan seluruh informasi yang diberikan terjamin kerahasiaannya.

Purbalingga, 17 Desember 2022



**Narasumber 3 (C)**

**SURAT PERSETUJUAN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : D

Umur : 18 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian dari :

Nama : Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman

NIM : 1917101135

Fakultas : Dakwah

Saya bersedia menjadi narasumber penelitian yang berjudul **“Perilaku *Selfharm* Pada Korban Pacaran Di Kalangan Pemuda Desa”** dengan seluruh informasi yang diberikan terjamin kerahasiaannya.

Purbalingga, 20 Desember 2022



Narasumber 4 ( D )



**SURAT PERSETUJUAN**  
**(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : N

Umur : 20 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian dari :

Nama : Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman

NIM : 1917101135

Fakultas : Dakwah

Saya bersedia menjadi narasumber penelitian yang berjudul **“Perilaku *Selfharm* Pada Korban Pacaran Di Kalangan Pemuda Desa”** dengan seluruh informasi yang diberikan terjamin kerahasiaannya.

Purbalingga, 25 Desember 2022



**Narasumber 5 (N)**

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. PROFIL

1. Nama : Sabilla Azzahra Hajizyah Rachman
2. TTL : Purbalingga, 10 April 2001
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Kewarganegaraan : Indonesia
5. Status perkawinan : Belum Kawin
6. Agama : Islam
7. Kesehatan : Sehat
8. Alamat : Majasem, RT02/01, Kemangkon, Purbalingga

### B. KONTAK

- Whatsapp : 0857-0003-5278  
E-mail : sasasaaa10@gmail.com  
Instagram : @sblazhra

### C. PENDIDIKAN

- 2006 - 2013 SD N 1 Majasem  
2013 - 2016 SMP N 2 Bukateja  
2016 - 2019 SMA N 2 Purbalingga  
2019 - sekarang UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto

### D. PENGALAMAN KERJA

- 2021-2022 Piknik Coffee & Eatery (Kasir)

