

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa krusial bagi siswa yang dalam prosesnya terdapat penuh konflik dalam dirinya sendiri maupun dengan orang lain. Terjadinya banyak perubahan dalam diri individu seperti perinahan bentuk tubuh, pola pikir, dan peran sosial merupakan faktor-faktor yang menyebabkan sebagian remaja mengalami kesulitan untuk mengikuti masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa (Hurlock, 2006). Remaja juga mengalami proses berkembang menuju ke arah lebih dewasa dan mulai belajar meninggalkan masa kanak-kanak (Marsela & Supriatna, 2019). Tiap-tiap individu juga dituntut untuk dapat beradaptasi terhadap perubahan yang dialami, dan apabila seorang individu gagal dalam menghadapi perubahan tersebut maka dapat menimbulkan konflik atau permasalahan dalam diri individu.

Remaja dalam menghadapi suatu permasalahan yang dialami mampu untuk menyelesaikan sendiri, namun sebagian remaja belum mampu untuk dapat menyelesaikan permasalahan yang dialami dengan efektif. Ketidakmampuan ini yang menyebabkan adanya tekanan dan stress maupun perasaan negatif lainnya yang akan dialami oleh remaja yang merasa gagal dalam proses penyelesaian atau pemenuhan tanggung jawab diri para remaja. Dengan karakteristik remaja yang cenderung labil, apabila keinginan dalam dirinya tidak terpenuhi terkadang hal apapun akan dilakukan dan bisa terjadi tanpa memikirkan imbas atau efek

yang akan dirasakan baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Rahmatika & Syahidin, 2024). Ketidakmampuan menyelesaikan masalah juga akan menimbulkan emosi-emosi negatif seperti kecewa, putus asa, depresi, frustrasi dan emosi negatif lainnya (Thesalonika & Apsari, 2021).

Remaja yang bermasalah tidak sedikit lebih memilih dengan menggunakan cara yang negatif. Emosi negatif dapat muncul dikarenakan adanya tingkatan stres dan tekanan sehingga menghasilkan tindakan tidak terkendali yang berpotensi untuk merusak diri sendiri, misalnya dengan terjerumus dalam pergaulan negatif sehingga melakukan penyalahgunaan narkoba, minum-minuman, penyimpangan sosial, dan pada taraf dengan sengaja melukai dirinya sendiri atau *self-harm* untuk dapat mereduksi tekanan dalam dirinya sendiri (Epivania & Seotjningsih, 2023). *Self-harm* pada tingkatan *non suicidal self-injury* didefinisikan sebagai perilaku yang melukai diri sendiri yang sengaja seperti menyayat, membakar, menusuk, maupun perilaku lain yang dapat menimbulkan pendarahan, memar, maupun rasa sakit yang disebabkan adanya kerusakan tubuh ringan tanpa ada niatan untuk sungguh-sungguh untuk mengakhiri hidup (Zakaria & Theresa, 2020).

Seseorang yang kurang mampu untuk mengekspresikan perasaan yang menyakitkan akan memilih cara *self-harm* untuk menyalurkan emosi yang ada pada dirinya. Perilaku *self-harm* sebenarnya bukan merupakan suatu gangguan jiwa, namun merupakan kegagalan diri individu untuk membentuk suatu *coping* dalam menghadapi stress maupun tekanan emosi negatif lain (Kusumadewi dkk., 2020). Menyakiti diri sendiri dengan sengaja fatal atau tidak

fatal terlepas dari maksud tindakan tersebut tetap menjadi masalah yang sudah umum dan meningkat pada kaum remaja di banyak negara (Townsend dkk., 2022). Individu yang telah melakukan *self-harm* lebih beresiko untuk melakukan tindakan bunuh diri dibanding dengan individu lain. Sehingga dalam hal ini organisasi kesehatan dunia atau WHO (*World Health Organization*) merancang rencana aksi kesehatan mental mulai dari tahun 2013 hingga sekarang yang berkomitmen untuk mengurangi tingkat bunuh diri, pada tahun 2020 WHO telah berhasil menurunkan hingga 10% pada setiap negara.

Di Indonesia *self-harm* bukan merupakan peristiwa baru, sejak dulu sudah ada dalam proses kebudayaan suku Dani di Papua yaitu tradisi potong jari atau disebut pelek yang merupakan simbolis dari rasa duka kehilangan anggota keluarga dan dilaksanakan oleh wanita suku Dani (Kalangi dkk., 2024). Di Indonesia sendiri, dari jumlah 1.018 orang Indonesia yang mengisi survey di YouGov Omnibus, terdapat lebih dari sepertiga responden atau sebesar (36,9%) responden pernah melukai diri sendiri dan rata-rata responden tersebut adalah golongan remaja (Paramita dkk., 2020). Menurut Radham dan Hawton sekitar 13% hingga 15% remaja pada tahap dewasa awal yang mengikuti survei mengaku pernah melakukan tindakan melukai diri sendiri (Nurendah dkk., 2022).

Terdapat beberapa kasus yang ditemukan pada tahun 2018 *self-harm* terjadi pada siswa SMP di beberapa kota yang ada di Indonesia. Sebanyak 56 siswa ditemukan di kota Surabaya memiliki kebiasaan untuk menyayat tangan menggunakan benda tajam yang membahayakan seperti *cutter*. Sebanyak 41

siswa di kota Lampung dengan sengaja menyakiti dirinya sendiri dengan cara yang masih sama yaitu menyayat tangannya sendiri (Lubis & Yudhaningrum, 2020). Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi hal tersebut terjadi diantaranya dorongan emosional pada remaja yang cenderung tidak stabil sehingga remaja akan kesulitan untuk dapat mengekspresikan emosi dalam dirinya sendiri, kurangnya dukungan sosial, tekanan dari keluarga maupun teman hingga pengalaman traumatis di masa lalu.

Fenomena terbaru mengenai *self-harm* yang terjadi pada tahun 2023 di sekolah Magetan yang diberitakan pada bahwa terdapat 76 murid dari di Magetan yang melukai diri sendiri dengan menggunakan benda-benda tajam seperti pecahan kaca, jarum, hingga peralatan sekolah seperti penggaris (Rostanti, 2023). Dalam data yang disampaikan oleh pihak Dinas Kesehatan Magetan terdapat sebanyak 807 temuan *self-harm* yang dilakukan oleh siswa mulai dari SD, SMP, dan SMA. Data tersebut berdasarkan hasil temuan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Magetan yang melakukan *screening* rutin di lembaga sekolahan (Adhitama, 2023).

Hawton, O'Connor dan Saundres (dalam Thesalonika & Apsari, 2021) jumlah data yang sebenarnya pada kenyataannya sulit untuk diidentifikasi karena fenomena ini dipandang seperti gunung es, di mana sebenarnya kasus belum benar-benar terungkap jumlah besarnya. Dalam hal ini juga ditemukan pada sekolah SMP Negeri 1 Karangrejo pada tahun 2023 juga ditemukan siswa yang memiliki kecenderungan perilaku *selh-harm*. Meskipun belum terdapat jumlah resmi terkait dengan angka pasti siswa yang melakukan *self-harm*,

namun berdasarkan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling telah ditemukan indikasi bahwa siswa memiliki kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri atau *self-harm*. Dari fenomena tersebut menjadi suatu kekhawatiran tersendiri sehingga harus ada tindakan pencegahan melalui pemahaman siswa selain pengentasan kasus yang telah terjadi. Perilaku *self-harm* merupakan perilaku berulang dan berkelanjutan yang mengakibatkan munculnya faktor risiko yang tinggi dalam konteks percobaan bunuh diri terutama pada kalangan siswa (Paramita dkk., 2020).

Meminimalisir perilaku serupa pada individu lain guna memutus rantai perilaku *self-harm* dan membangun fondasi baru untuk perubahan jangka panjang pemisah dari perilaku *self-harm* (Kandar dkk., 2024). Pencegahan *self-harm* diperlukan untuk dapat memberikan pemahaman pada siswa untuk dapat menghindari perilaku yang dapat merugikan diri sendiri. Peran pendidikan dan guru sangat dibutuhkan dalam mengatasi dan mencegah terjadinya *self-harm*. Diharapkan guru kelas mampu dalam mengatasi dan mencegah terjadinya *self-harm* (Jalanidi dkk., 2024). Dalam hal ini diperlukan intervensi khusus untuk dapat melaksanakan layanan yang sesuai tanpa memprovokasi siswa dalam proses layanannya. Layanan bimbingan dan konseling juga disesuaikan dengan tingkatan kelas tanpa menyulitkan siswa untuk memahami materi yang diberikan. Dalam memberikan intervensi dapat dilakukan dengan layanan bimbingan serta kegiatan pendukung lain yang diharapkan dapat menjadi pencegahan melalui peningkatan pemahaman siswa mengenai perilaku *self-*

harm pada siswa. Namun dalam hal ini masih minimnya layanan yang diberikan guru bimbingan dan konseling untuk menyikapi fenomena *self-harm* pada siswa.

Berdasarkan permasalahan di atas maka perlu menerapkan inovasi layanan sebagai layanan baru yang melibatkan serta memfokuskan siswa untuk ikut serta untuk berpikir melalui proses pemahaman dan penyelesaian masalah nyata. Salah satunya penggunaan *Problem Based Learning* yang mendorong siswa untuk berpikir kritis. *Problem Based Learning* adalah metode layanan yang menerapkan pola pemberian masalah atau kasus kepada siswa untuk diselesaikan, karena metode *Problem Based Learning* menghadapkan siswa pada suatu permasalahan nyata yang nyata ada pada lingkup sosial sebagai dasar untuk mendapatkan pemahaman dengan proses berpikir kritis dan memecahkan masalah (Sasmita & Harjono, 2021). Penerapan *Problem Based Learning* dapat diimplementasikan secara efektif dengan menggunakan bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal merupakan bentuk layanan dasar dalam bidang bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada guru BK melakukan interaksi langsung dengan siswa dalam forum yang telah dijadwalkan secara sistematis. (Kamalia dkk., 2020).

Layanan bimbingan klasikal menjadi salah satu contoh pemberian layanan dasar dalam bimbingan yang mengikutsertakan pembelajaran langsung diantara konselor atau guru BK dan peserta didik untuk memberikan informasi. Dengan menggunakan metode bimbingan klasikal metode *Problem Based Learning* diharapkan siswa dapat lebih memahami permasalahan dan solusi untuk dapat terhindar dari perilaku *self-harm*. Berdasarkan latar belakang di atas, maka

peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul “Pengaruh Bimbingan Klasikal Metode *Problem Based Learning* terhadap Pemahaman Tentang Perilaku *Self-Harm* Siswa SMPN 1 Karangrejo Kabupaten Magetan“

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penelitian ini perlu diadakan batasan masalah sebagai berikut:

1. Variabel penelitian
 - a. Variabel bebas penelitian ini adalah bimbingan klasikal dengan metode *Problem Based Learning*.
 - b. Variabel terikat penelitian ini adalah pemahaman tentang perilaku *self-harm*.
2. Subjek penelitian

Penelitian ini mengambil subjek dari siswa dan siswa kelas VII SMPN 1 Karangrejo, kabupaten Magetan

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut ”Apakah bimbingan klasikal metode *Problem Based Learning* berpengaruh untuk pemahaman tentang perilaku *self-harm* siswa SMPN 1 Karangrejo Kabupaten Magetan?”

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh bimbingan klasikal *Problem Based Learning* terhadap pemahaman perilaku *self-harm* siswa.

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan kegunaan secara teoritis maupun praktis, yang dapat dideskripsikan sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kebermanfaatan dan menjadi informasi dan pengetahuan terutama tentang metode layanan *Problem Based Learning* yang diterapkan pada layanan bimbingan klasikal untuk menjadi layanan pemahaman perilaku *self-harm*.

2. Secara Praktis

a. Bagi Siswa

- a. Meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang *self-harm*.
- b. Mengembangkan keterampilan pemecahan masalah dengan menggunakan metode *Problem Based Learning*.

b. Bagi Guru BK

- a. Dapat digunakan untuk bahan pertimbangan dalam memberikan metode layanan bimbingan yang lebih efektif dan optimal mengenai fenomena yang ada pada siswa.

- b. Menjadikan dasar untuk merancang program layanan bimbingan yang lebih terstruktur dan berkelanjutan dengan fokus pengembangan diri siswa.
- c. Meningkatkan kompetensi guru dalam melaksanakan layanan bimbingan klasikal sehingga dapat menjadi fasilitator dalam membantu siswa memecahkan suatu permasalahan.

c. Bagi Kepala Sekolah

Sebagai sumbangan dalam rangka pencegahan perilaku *self-harm* yang rentan dialami oleh siswa dengan meningkatkan pemahaman dan pemecahan masalah siswa dengan menggunakan metode layanan layanan bimbingan klasikal metode *Problem Based Learning*.

d. Bagi Peneliti

Mendapatkan pengalaman secara langsung dalam layanan bimbingan dan peningkatan pemahaman dan kompetensi dalam layanan bimbingan.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi peneliti selanjutnya yang akan menggunakan metode-metode layanan yang lebih kreatif dan inovatif guna membantu siswa.

F. Definisi Oprasional Variabel

Penelitian ini menggunakan dua variabel, variabel bebas yaitu layanan bimbingan klasikal metode *Problem Based Learning*. Sedangkan variabel terikat yaitu pencegahan perilaku *self-harm*.

1. Layanan Bimbingan Klasikal dengan Metode *Problem Based Learning*

Layanan bimbingan klasikal dengan metode *Problem Based Learning* adalah proses layanan yang memberikan informasi dan orientasi untuk memberikan pemahaman siswa mengenai perilaku *self-harm* dengan cara siswa diajak berpikir secara kritis melalui bimbingan klasikal. Dalam layanan bimbingan klasikal metode *Problem Based Learning* secara tatap muka dan terjadi antara guru bimbingan dan konseling dengan seluruh siswa yang ada di kelas dengan tahapan mengidentifikasi masalah, eksplorasi solusi, penyimpulan, dan tindak lanjut. dalam layanan klasikal dengan metode *Problem Based Learning* siswa didorong untuk berpikir dan berperan aktif dalam proses layanan dengan melakukan kolaboratif bersama dengan guru. Dalam proses pemberian layanan ini dilaksanakan secara dua kali layanan pada siswa.

2. *Self-harm*

Self-harm adalah perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh siswa dengan disengaja. Perilaku *self-harm* ditandai dengan aspek luka yang disengaja dapat berupa menyayat, membakar, menusuk, maupun perilaku lain yang dapat menimbulkan pendarahan, memar, maupun rasa sakit pada dirinya. *Indikator* dari perilaku *self-harm* antara lain yaitu menyakiti fisik

atau diri sendiri walaupun tidak ada keinginan untuk mengakhiri hidup, perilaku *self-harm* sebagai bentuk pelampiasan emosi, cenderung dapat berulang, dan ketergantungan secara emosional terhadap *self-harm* sendiri. *Self-harm* dapat diukur dengan skala *self-harm*.