

BAB 4

LAPORAN PENELITIAN

4.1. Orientasi Kanchah Penelitian dan Persiapan Penelitian

4.1.1. Orientasi Kanchah Penelitian

Peneliti “Dinamika Terjadinya Perilaku *Self Injury* pada Wanita Dewasa Awal” melibatkan tiga subjek yaitu perempuan yang berusia 21-23 tahun dan melakukan *self injury* selama lima kali atau lebih dalam kurun waktu satu tahun terakhir. Peneliti menemui tiga subjek yang sesuai dengan kriteria, yaitu AI yang berusia 23 tahun, KS yang berusia 22 tahun, dan TZ yang berusia 21 tahun. Peneliti memilih subjek yang sesuai dengan karakteristik orang yang melakukan *self injury* yaitu bekas luka atau luka baru pada tubuh subjek yang dibuat secara sengaja seperti goresan atau memar, dan sering menggunakan penutup pada luka tersebut. Tiga subjek yang terpilih merupakan teman dekat dari peneliti. Ketiga subjek berada di wilayah Semarang dan dua dari tiga subjek memiliki latar belakang sekolah yaitu SMA yang sama dengan peneliti, sedangkan subjek lainnya berkuliah di tempat yang sama dengan peneliti. Subjek pertama yang ditemukan merupakan lulusan S1 dan sedang bekerja, subjek kedua sedang menempuh studi S1 sembari bekerja *freelance* dan subjek ketiga sedang menempuh studi S1. Semua subjek berdomisili Semarang.

Penelitian dilakukan dengan meminta izin terhadap subjek yang bersangkutan terkait dengan pemberian informasi yang akan dilakukan dalam bentuk wawancara dan observasi dengan menggunakan *informed consent*. Peneliti juga melampirkan surat pengantar penelitian yang telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing terkait dengan hak dan kewajiban yang akan didapatkan selama penelitian ini berlangsung. Selain itu, peneliti juga meminta izin terhadap subjek untuk mewawancarai teman dekat atau kerabat dekat subjek untuk melengkapi data penelitian.

Tempat yang digunakan untuk proses pengambilan data adalah di beberapa café di Semarang yang telah disetujui oleh subjek dan peneliti. Waktu dalam pengambilan data dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah dibuat oleh peneliti dan disetujui oleh subjek dan peneliti.

Subjek yang pertama yaitu AI, pengambilan data pertama dan kedua dilakukan di Spiegel Bar and Bistro Kota Lama Semarang. Hal tersebut merupakan kesepakatan yang diminta oleh subjek sendiri terkait dengan kenyamanannya dalam memberikan informasi.

Subjek yang kedua yaitu KS, pengambilan data pertama dan kedua dilakukan di Starbucks Coffee Ngaliyan Semarang. Peneliti menyesuaikan tempat yang diminta oleh subjek, dikarenakan subjek mencari lingkungan yang sepi dan dekat dari rumah subjek.

Subjek yang ketiga yaitu TZ, pengambilan data yang pertama dan kedua dilakukan di Antara Kata Coffee Talk Semarang. Tempat tersebut dipilih berdasarkan kesepakatan subjek dan peneliti dikarenakan tempat tersebut merupakan tempat dimana subjek dan peneliti sering bertemu sebelumnya.

4.1.2. Persiapan Penelitian

Persiapan pengumpulan data mencakup pencarian subjek dan mengajukan permohonan penelitian. Peneliti mencari subjek sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan yaitu wanita dengan usia memasuki masa dewasa

awal yaitu 21 hingga 23 tahun yang melakukan *self injury* selama lima kali atau lebih dalam kurun waktu satu tahun terakhir.

Peneliti telah melakukan observasi sebelumnya terhadap orang-orang di sekitar peneliti yang sesuai dengan kriteria subjek yang dibutuhkan peneliti. Setelah mendapatkan subjek, peneliti menghubungi subjek yang merupakan orang-orang terdekat peneliti, sehingga dalam melakukan pendekatan dan perizinan terkait dengan penelitian tidak sulit. Peneliti melakukan observasi dan wawancara dalam pelaksanaan pengambilan data. Perizinan untuk melakukan penelitian dilakukan menggunakan surat pengantar penelitian dan *informed consent*.

4.2. Pelaksanaan Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan antara September 2020 hingga Januari 2021. Jadwal pengumpulan data dilakukan berdasarkan kesepakatan antara subjek dan peneliti yang bersifat fleksibel baik waktu maupun tempat. Hal tersebut dilakukan untuk menghindari terganggunya kegiatan peneliti dan subjek karena kedua belah pihak memiliki kesibukan masing-masing.

Proses pengumpulan data dilakukan beberapa tahap. Tahap pertama, peneliti menjelaskan bagaimana proses wawancara ini akan berlangsung dan menjelaskan beberapa pertanyaan yang akan ditanyakan oleh peneliti. Peneliti melakukan *building rapport* secara langsung saat wawancara dilaksanakan dengan lancar karena kedekatan yang sudah terjalin diantara subjek dan peneliti. Tahap kedua, merupakan tahap wawancara dan observasi. Peneliti melakukan observasi saat wawancara berlangsung dengan mengamati gerak-gerak dan tingkah laku yang muncul pada subjek. Selain itu, tahap terakhir peneliti

melakukan wawancara terhadap rekan dekat subjek untuk menyamakan data yang telah diberikan oleh subjek.

Berikut ini akan dijelaskan lebih rinci melalui tabel jadwal pelaksanaan pengumpulan data dari subjek:

Tabel 4.1. Jadwal Pertemuan dengan Subjek

No	Inisial Subjek	Tanggal	Waktu	Durasi	Lokasi	Tahap Pengambilan Data
1	AI	8 September 2020	16.00	60 menit	Spiegel Bar	Observasi
		17 September 2020	18.00	45 menit		Wawancara
2	KS	16 September 2020	15.00	90 menit	Starbucks	Observasi
		1 Oktober 2020	17.00	30 menit	Coffee	Wawancara
3	TZ	18 September 2020	15.30	60 menit	Antarakata	Observasi
		3 Oktober 2020	17.00	40 menit	Coffee	Wawancara

Peneliti juga melakukan triangulasi dengan orang terdekat subjek yaitu teman dekat subjek. Berikut merupakan rekap waktu dan tempat pelaksanaan triangulasi yang dilakukan peneliti:

Tabel 4.2. Jadwal Pertemuan Triangulasi

No	Inisial Subjek	Triangulasi	Tanggal	Tempat
1.	IA	Teman Dekat	16 Desember 2020	Kafe di Semarang
2.	AP	Teman Dekat	5 Januari 2021	Kafe di Semarang
3.	KA	Teman Dekat	8 Januari 2021	Kafe di Semarang

4.3. Hasil Pengumpulan Data

4.3.1. Subjek 1

4.3.1.1. Identitas Subjek

Nama Inisial : AI
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Usia (saat ini) : 23 Tahun
 Terakhir melakukan *self injury* : satu bulan sebelum melakukan *interview*

4.3.1.2. Kriteria Subjek

Tabel 4.3. Kriteria Subjek 1

No.	Perilaku	Muncul	Tidak Muncul	Keterangan
Kondisi Fisik Subjek				
1	Terdapat bekas luka pada pergelangan tangan atau anggota tubuh lainnya.	√		
2	Terdapat luka baru pada pergelangan tangan atau anggota tubuh lainnya.	√		
3	Subjek menggunakan pakaian berlengan panjang untuk menutupi bekas luka tersebut.	√		
4	Subjek menggunakan perban atau plester untuk menutupi bekas luka tersebut.		√	
5	Subjek menggunakan gelang atau jam untuk menutupi bekas luka tersebut.	√		
Kondisi Psikologis Subjek				
1	Subjek menangis saat memberikan informasi	√		
2	Subjek berkaca-kaca saat memberikan informasi	√		
3	Subjek menatap mata peneliti saat memberikan informasi	√		
4	Saat memberikan informasi, suara subjek bergetar.	√		
5	Saat memberikan informasi, subjek menghela nafas atau menjadi terengah-engah.	√		
6	Terdapat perubahan ekspresi wajah pada subjek sebelum interview hingga saat interview berlangsung.	√		
7	Subjek nampak tidak tenang (muncul gerakan yang sering muncul pada tangan dan kaki)	√		

4.3.1.3. Hasil Observasi

Wawancara pertama dan kedua dengan subjek AI dilakukan di Spiegel Bar yang terletak di Kota Lama Semarang. Peneliti datang terlebih dahulu, subjek datang sekitar lima belas menit kemudian dengan menggunakan pakaian berlengan panjang dan terlihat menggunakan beberapa *accessories* pada pergelangan tangan sebelah kiri yaitu jam tangan dan gelang. Beberapa bekas luka subjek terdapat pada pergelangan tangan kanan dan kiri, dan subjek tidak menutupinya dengan menggunakan plester hanya menggunakan pakaian berlengan panjang dan *accessories*.

Subjek datang terlihat antusias dan bersemangat karena menyapa dengan suara yang lantang. Peneliti membuka pembicaraan dengan santai, menanyakan kabar dan menjelaskan keperluan wawancara pada hari tersebut. Selain itu, AI merupakan teman dekat dari peneliti yang sering bertemu sehingga dalam membangun *rapport* hanya memerlukan waktu yang singkat.

Wawancara berlangsung dengan lancar, subjek beberapa kali meminta waktu jeda untuk sekedar menghela nafas dan menyalakan rokok. Subjek menjawab setiap pertanyaan dengan memberikan penjelasan berupa cerita dari setiap kisah hidup yang dialami subjek. Selama memberikan penjelasan beberapa penekanan dan perilaku muncul. Seperti, pengulangan kata-kata tertentu, ekspresi mata terbelalak, subjek nampak tidak tenang, suara yang bergetar menunjukkan ekspresi marah, dan berkaca-kaca ketika memberikan informasi tertentu.

Selama wawancara berlangsung, subjek memperagakan beberapa perilaku sesuai dengan kejadian yang ia ceritakan. Selain itu, subjek juga

beberapa kali memainkan barang yang ada dihadapannya, berkali-kali memainkan rambut, menggerakkan jari tangan berkali-kali, dan juga beberapa kali berpindah posisi duduk. Wawancara sempat beberapa kali terhenti karena subjek meminta jeda untuk beberapa cerita yang ia rasa terlalu berat.

Subjek memberikan informasi dengan jelas dan detail. Terlihat perbedaan ketika wawancara telah selesai dilakukan, subjek terlihat lelah dengan mengeluhkannya beberapa kali. Wawancara dan observasi pada hari pertama berlangsung dengan lancar, sedangkan wawancara kedua dilakukan hanya untuk melengkapi informasi yang dirasa kurang oleh peneliti.

4.3.1.4. Hasil Wawancara

1) Percintaan

AI mengungkapkan bahwa masalah dengan laki-laki atau percintaan sebagai pemicu dirinya untuk melakukan *self injury*. Intensitas yang AI ungkapkan tentang permasalahannya dengan laki-laki tidak sesering yang diungkapkan mengenai keluarga. AI mengungkapkan bahwa trauma kekerasan seksual yang dimilikinya mempengaruhi kehidupannya seksualnya dengan laki-laki yang dijalani ketika SMA. Selain itu, AI juga tidak memiliki kepercayaan untuk bercerita mengenai permasalahan laki-laki kepada orang tuanya karena respon yang diberikan tidak sesuai dengan harapan AI.

2) Keluarga

Subjek mengungkapkan bahwa hubungan dengan keluarganya tidak dekat. Hal itu diungkapkan dengan sangat tegas oleh AI. AI merupakan anak pertama dari tiga bersaudara yang mengalami kondisi *sandwich generation*, dimana ia harus bertanggung jawab untuk menafkahi

keluarganya. Hal tersebut membuat AI sering menyalahkan dirinya sendiri, dan bertanya-bertanya mengapa ia harus menanggung semua beban yang harus ia pikul sendirian. AI menjelaskan bahwa dulu ia sempat dekat dengan Ayah AI, namun ketika ada suatu kejadian dimana Ayah AI ketahuan selingkuh oleh AI menyebabkan AI kehilangan kepercayaan terhadap Ayahnya.

Perselingkuhan yang dilakukan oleh Ayah AI sangat memberikan rasa sakit yang mendalam. Hal itu membuat AI memiliki *trust issue* dengan Ayahnya. Ia juga mengungkapkan bahwa hubungan dengan Ibunya memang sudah tidak dekat dari dulu. Tidak jarang AI mendengarkan pertengkaran antara Ayah dan Ibunya mengenai perselingkuhan tersebut, AI juga mendapat perlakuan kekerasan fisik akibat pertengkaran tersebut. Dulu sebelum hal itu terjadi, AI sering bercerita kepada Ayahnya tentang kehidupan pribadinya termasuk hubungan percintaannya, namun setelah kejadian tersebut ia sudah tidak pernah bercerita pada Ayahnya lagi.

3) Karir

Subjek mengungkapkan bahwa masalah pekerjaan merupakan pemicu utama dalam melakukan *self injury* karena ia berfokus pada mencari uang untuk menafkahi keluarganya. Tuntutan pekerjaan yang terlalu banyak ditambah dengan banyaknya masalah yang datang secara bersamaan membuat AI berada tahap *burnout*. Burnout yang dialami AI memicu stres berlebih hingga mengharuskannya untuk segera meluapkan emosi negatif dalam dirinya.

4) Pertemanan

Subjek tidak banyak memiliki teman dekat, ia hanya sering bercerita pada satu atau dua teman dekat saja. Hal ini karena trauma *bullying* yang membuat ia takut untuk memiliki teman dekat yang banyak. Perilaku *bullying* tersebut adalah mengejek subjek, menarik rambut subjek, hingga membuang barang milik subjek. Hal tersebut AI pendam selama ini karena ketakutan untuk bercerita kepada orang tuanya. Permasalahan dengan temannya memberikan dampak emosional pada dirinya seperti menjadi mudah marah, sulit mengontrol emosi dan juga menjadi *pembully*. Selain itu, AI juga menambahkan ia pernah mendapat penolakan berupa pengabaian dari orang sekitar AI ketika AI ingin berkeluh kesah mengenai masalah yang sedang dihadapinya.

5) *Modelling* melalui Keluarga

AI mendapat informasi mengenai *self injury* melalui sepupunya yang pernah melakukan percobaan bunuh diri karena mengidap gangguan kejiwaan *Bipolar Personality Disorder*. Menurut AI, ia termotivasi dari hal yang dilakukan sepupunya seperti ketika sepupunya mencoba melakukan percobaan bunuh diri dengan meminum *Portex* dan *Aprazolam*. AI merasa bahwa sepupunya merupakan *role model* dalam melakukan percobaan bunuh diri, ia juga sempat melakukan hal yang sama seperti yang sepupunya lakukan. Beberapa perasaan yang dirasakan oleh AI dan sepupunya juga terdapat persamaan yaitu berupa kekerasan yang pernah didapat oleh sosok Bapak dan juga pelecehan seksual.

6) *Modelling* melalui Media

Awal mula AI mengetahui perilaku *self injury* tepatnya *cutting* yaitu melalui salah satu media yaitu *Youtube*. AI menjelaskan bahwa ia mencari informasi lebih melalui beberapa artikel di *Google* yang menjelaskan perilaku *cutting* yang kemudian berlanjut untuk melihat video yang menunjukkan bagaimana cara melakukan *cutting*. Melalui artikel dari *Google*, AI mendapat informasi berupa contoh perilaku *self injury*, hingga penjelasan mengapa orang melakukan *self injury*. Dari beberapa informasi yang ia dapat memberikan pandangan dan dorongan untuk melakukan *self injury*.

7) *Self Injury* Menyayat

AI melakukan *self injury* dalam bentuk *cutting* atau menyayat pergelangan tangan. AI terakhir melakukan *cutting* yaitu satu minggu sebelum melakukan wawancara. Intensitas *self injury* yang dilakukan AI yaitu lebih dari lima kali dalam waktu satu tahun terakhir. AI melakukan *cutting* saat ia merasa mendapat masalah yang bertumpuk-tumpuk berasal dari keluarga, pekerjaan, dan hubungan. Perilaku *self injury* yang dilakukan oleh AI telah berlangsung sejak SMA yang berawal dari membenturkan kepala pada tembok, yang kemudian berlanjut menjadi menyayat pergelangan tangan. Perilaku *self injury* yang paling sering subjek lakukan adalah *cutting* dengan menggunakan isi *cutter* atau *razor blade*. AI melakukan *cutting* bertujuan untuk melepaskan emosi negatifnya, dan menjadi salah satu bentuk *coping stress*-nya apabila orang di sekitar AI tidak dapat mendengarkan ceritanya.

8) *Self Injury* Memukul Tubuh

AI melakukan *self injury* dalam bentuk memukul kepala ke tembok atau membenturkan kepala ke tembok dengan sengaja, hal ini dilakukan apabila AI tidak dapat berpikir atau sedang tidak bisa melakukan *self injury* dalam bentuk *cutting*.

9) *Self Injury* Mencegah Penyembuhan pada Luka

AI melakukan pencegahan penyembuhan pada luka yang dilakukan dilakukan dengan cara menambahkan luka atau menumpuk luka pada luka yang belum sembuh menggunakan alat yang sama yaitu silet atau *razor blade*. AI melakukan hal tersebut sebagai rangkaian dari salah satu episode, jadi ketika sudah membuat luka dia akan menambahkan luka baru pada tangan yang sama. Hal tersebut dilakukan hingga ia merasa lega.

10) Faktor Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik yang pernah AI dapat semasa kecil berasal dari Ibu AI berupa tamparan hingga disiram air secara kasar. Hal itu terjadi ketika AI memasuki usia 5 atau 6 tahun dimana AI berbohong pada Ibunya terkait nilai yang ia dapat hingga akhirnya AI mendapat perlakuan kasar berupa umpatan, tamparan dan juga disiram air. AI juga menambahkan bahwa perlakuan kasar dari Ibunya sering memukul dengan menggunakan tangan atau barang hingga AI kelas tiga SD, dan hingga saat AI beranjak dewasa belum ada permintaan maaf dari Ibunya. Beberapa perlakuan kasar yang didapat oleh AI selalu melekat di memorinya sehingga AI selalu teringat akan kejadian tersebut. AI merasa marah pada Ibunya ketika mendapat perlakuan itu dan ia juga berpendapat bahwa hal itulah yang membuat AI tidak dekat dengan Ibunya. Perlakuan-perlakuan yang sering AI dapat

membuat AI menormalkan dan mewajarkan setiap perilaku yang seharusnya tidak ia dapat.

11) Faktor Kekerasan Seksual

Kekerasan seksual yang pernah AI dapat semasa kecilnya berupa pelecehan seksual yang berasal dari Kakak Angkatnya. Perilaku kekerasan seksual tersebut berupa ajakan paksa untuk melakukan hubungan seksual hingga memaksa AI untuk melakukan beberapa aktivitas seksual seperti meraba bagian tubuh subjek, menempelkan alat kelamin pelaku terhadap subjek, dan juga berhubungan seksual. Dampak yang dirasakan oleh AI setelah mendapat perlakuan tersebut yaitu ia sering mendapat mimpi buruk, dan perilaku *self injury* untuk mengalihkan mimpi buruk dan pikiran-pikiran tentang kejadian-kejadian yang telah membuat AI trauma.

12) Faktor Kekerasan Emosional

Kekerasan emosional yang pernah AI dapat semasa kecilnya berupa *bullying* dari teman sekolahnya dan juga perlakuan orang tuanya yang suka membandingkan diri AI dengan saudara lainnya. Perilaku *bullying* tersebut adalah mengejek subjek, menarik rambut subjek, hingga membuang barang milik subjek. Hal tersebut AI pendam selama ini karena ketakutan untuk bercerita kepada orang tuanya. AI menyimpulkan bahwa segala perlakuan kekerasan emosional yang berasal dari Ibu dan temannya memberikan dampak emosional pada dirinya seperti menjadi mudah marah, sulit mengontrol emosi dan juga menjadi *pembully*. Selain itu, AI juga menambahkan ia pernah mendapat penolakan berupa pengabaian dari orang sekitar AI ketika AI ingin berkeluh kesah mengenai masalah yang sedang dihadapinya.

13) Lingkungan Keluarga

Dalam keluarga AI, kebiasaan berbagi cerita atau sekedar menanyakan kabar bukanlah sesuatu yang biasa di keluarganya sejak ia masih kecil. Mengobrol hanyalah sebagai sebuah formalitas sebagai anak di keluarga AI. Orang tua AI tidak mengetahui bahwa AI melakukan *self injury*, hanya adiknya yang mengetahuinya. Hal ini dikarenakan AI takut mengalami penolakan yang sama yang pernah dialami oleh sepupu AI, dan AI merasa takut orang tuanya tidak akan bisa menerima keadaan AI dan akan membuat orang tuanya marah.

Dari beberapa informasi tersebut dapat disimpulkan bahwa AI tidak memiliki hubungan yang dekat dengan orang tuanya karena perlakuan yang pernah didapat di masa lalu dan hal tersebut merupakan hal yang sering menjadi pemicu AI untuk melakukan *self injury*.

14) Riwayat Keluarga *Self Injury*

Dalam keluarga AI terdapat riwayat gangguan psikologis pada keluarga AI yaitu Kakak Sepupu AI yang mengalami *Bipolar Personality Disorder*. Tidak hanya mengalami *BPD*, apabila sepupu AI sedang mengalami fase depresif ia akan melakukan hal-hal negatif yang dilihat oleh AI.

15) Riwayat Keluarga Bunuh Diri

Sepupu AI pernah melakukan percobaan bunuh diri dengan mengonsumsi obat secara berlebihan dengan tujuan untuk mengakhiri hidup. AI menggunakan kejadian tersebut sebagai contoh untuk melakukan hal yang sama yaitu mengonsumsi obat secara berlebihan untuk melarikan diri sejenak dari permasalahan yang sedang dihadapi.

16) Dampak Perasaan Lega

Dampak yang AI rasakan setelah melakukan *self injury* adalah perasaan lega dan ia merasa bahwa beban yang dimiliki hilang sementara. Selain itu, AI juga sempat mencari bentuk *coping stress* lainnya yaitu merokok dan minum alkohol namun hal tersebut tidak membantunya merasa lega. Hal yang dilakukan AI setelah melakukan *cutting* yaitu menjauhkan diri dari lingkungan agar tidak ketahuan oleh orang sekitarnya.

4.3.1.5. Hasil Triangulasi

IA adalah salah satu teman dekat subjek yang sering diajak berkeluh kesah tentang masalah pribadi subjek. IA juga mengetahui perilaku *self injury* sejak pertama kali mengenal AI. IA juga menjelaskan bahwa periode *self injury* yang dilakukan subjek adalah seminggu tiga kali dan saat ini sudah tidak sesering dulu. Setelah melakukan *self injury*, AI cenderung menarik diri dari lingkungan, dan menghindari untuk bertemu dengan orang lain.

Masalah yang sering subjek keluhkan adalah permasalahan keluarga, pekerjaan yang membuat subjek *overthinking* kemudian memutuskan untuk melakukan *self injury*. Proses subjek mengetahui *self injury* adalah mengumpulkan informasi melalui media Youtube dan pernah melihat dari Sepupu subjek, kemudian subjek mulai mencoba-coba dan lingkungan yang mendukung serta kesamaan karakteristik antara subjek dengan sepupunya. *Role model* dalam melakukan *self injury* pada subjek adalah Kakak Sepupunya yang memiliki gangguan *Bipolar Personality Disorder*.

Menurut IA, subjek dekat dengan keluarganya terutama dengan adik-adiknya. Subjek memiliki permasalahan keluarga terkait dengan trauma yang

pernah dialami ketika kecil, seperti perlakuan kasar fisik, seksual dan juga emosional semua diungkapkan oleh IA. Subjek tidak memiliki banyak teman dekat, IA juga mengungkapkan bahwa teman dekat subjek hanyalah IA. Subjek beberapa kali pernah mengeluhkan permasalahan pertemanan seperti, perbedaan pendapat yang kemudian membuat subjek salah paham dengan temannya, dan keinginan subjek memiliki teman yang dapat menerima dirinya apa adanya.

4.3.1.6. Analisis Subjek 1

AI adalah seorang perempuan yang berusia 23 tahun dan sudah melakukan *self injury* sejak ia masih SMA. Hal ini berawal dari membenturkan kepala hingga akhirnya ia menemukan metode yang nyaman bagi dirinya yaitu menyayat pergelangan tangan atau *cutting*. AI berada pada lingkungan keluarga yang tidak memiliki kebiasaan untuk berbagi cerita atau mengungkapkan perasaan negatif terhadap orang tuanya atau sesama anggota keluarga. Hal ini yang membentuk pribadi AI yang tidak dekat dengan keluarganya terutama dengan Ibunya.

AI tumbuh dalam keluarga yang cukup tidak harmonis, hal tersebut diungkapkan oleh AI bahwa kedua orang tuanya sering bertengkar dan juga terdapat isu perselingkuhan. Pada saat AI kecil ia mengalami beberapa trauma seperti trauma kekerasan fisik, emosional dan seksual. Trauma kekerasan fisik yang dilakukan oleh Ibunya membuat AI kehilangan kepercayaan pada Ibunya, dan hal ini yang membuat hubungan AI dengan Ibunya menjadi sekedar formalitas. Trauma kekerasan emosional yang pernah dialami AI yaitu menjadi korban *bullying* dan juga mendapat penolakan atau pengabaian dari orang sekitar AI ketika membutuhkan seseorang untuk

menyalurkan emosi negatifnya membuat AI sulit mengontrol emosinya sehingga mudah untuk melakukan hal yang bersifat impulsif, dan juga membuat ia enggan mencari bantuan.

Trauma kekerasan seksual yang pernah AI dapat dari Kakak Angkatnya memberikan dampak yang berkepanjangan yaitu membuat AI selalu mengingat dan mendapat mimpi buruk mengenai kejadian tersebut. Setelah AI mendapat mimpi buruk mengenai kejadian tersebut ia terpicu untuk melakukan *cutting* dengan tujuan memberikan ketenangan dan dapat membuat ia tidur nyenyak.

Memasuki masa dewasa awal, AI mendapat beberapa masalah dalam hidupnya seperti masalah keluarga yang mengharuskan ia menjadi tulang punggung keluarga, masalah pekerjaan dan juga masalah hubungan percintaannya. Pada saat AI mengalami masalah yang bersamaan, ini menyulitkan ia untuk menyelesaikannya satu demi satu. AI membutuhkan seseorang yang dapat mendengarkan ceritanya pada saat keadaan seperti itu, namun ketika teman di sekitarnya sedang memiliki kesibukan lain, ia akan mengalihkan emosi negatifnya dengan melakukan *cutting*. AI mengatakan bahwa dengan melakukan *cutting* dapat membantu ia merasa sedikit lega dan merasa beban yang dibawa hilang sementara. AI telah melakukan beberapa alternatif lain yang lebih tidak membahayakan dirinya secara langsung yaitu dengan mengonsumsi alkohol dan merokok, namun efek yang diberikan tidak melegakan seperti *cutting*.

Proses AI mengetahui *self injury* berasal dari Sepupunya yang memiliki riwayat gangguan *Bipolar Personality Disorder* yang merupakan *role model* dalam upaya menyakiti dirinya sendiri yaitu mengonsumsi obat secara

berlebihan. Menurut IA yang merupakan orang terdekat AI, hubungan antara AI dengan sepupunya sangat dekat, mereka sering berpergian bersama dan juga berbagi cerita. Selain itu, AI dengan sepupunya memiliki latar belakang keluarga dengan trauma yang sama sehingga tercipta kedekatan antara AI dengan sepupunya.

Kedekatan dan kesamaan permasalahan yang dialami keduanya dapat memunculkan keinginan AI untuk menyamakan hal yang dilakukan oleh *role model*nya. Sedangkan perilaku AI *cutting* yang muncul merupakan perilaku *modelling* atau peniruan dari media *Youtube* dan juga beberapa artikel yang memuat informasi mengenai *self injury*. AI mencari informasi lebih mengenai tujuan, dan bagaimana cara melakukan *cutting* melalui beberapa artikel yang membuat ia merasa mendapat ide baru untuk melakukan *cutting*. Beberapa faktor muncul sebagai pemicu AI melakukan *self injury* berasal dari peniruan atau *modelling* dari keluarga dan media, dan juga terdapat faktor pendukung yang muncul yaitu trauma kekerasan fisik, emosional dan seksual dan juga lingkungan keluarga.

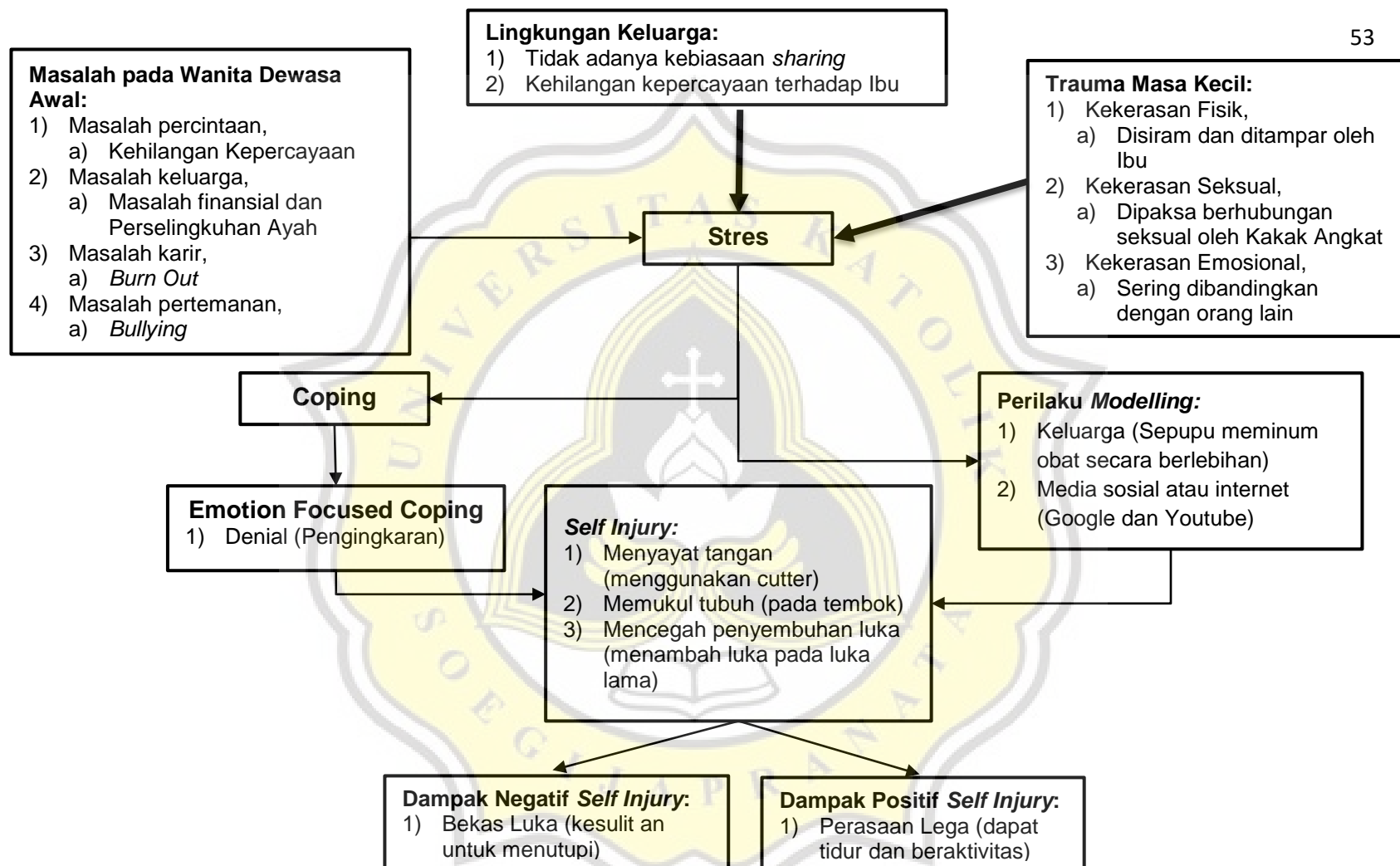
4.3.1.7. Intensitas Tema

Tabel 4.4. Intensitas Tema Subjek 1

Tema	Coding	Intensitas
Masalah Pada Wanita Dewasa Awal		
Percintaan	A1	+
Keluarga	A2	+++
Karir	A3	++
Pertemanan	A4	+
Modelling		
Teman	M1	-
Keluarga	M2	++
Media	M3	+
Bentuk <i>Self-Injury</i>		
Menggaruk dengan Kuku	B1	-
Menyayat Tangan	B2	++
Memukul Benda	B3	+
Menggigit Bagian Tubuh	B4	-
Menarik Rambut	B5	-
Mencegah Penyembuhan Luka	B6	+
Membakar Kulit	B7	-
Menusukkan Benda Tajam	B8	-
Faktor-Faktor Pendukung <i>Self-Injury</i>		
Trauma Masa Kecil:		
1. Kekerasan Fisik	T1	+++
2. Kekerasan Seksual	T2	++
3. Kekerasan Emosional	T3	+++
Lingkungan Keluarga	L	+++
Faktor Biologis:		
1. Riwayat Keluarga <i>Self-Injury</i>	R1	+
2. Riwayat Keluarga Bunuh Diri	R2	+
3. Riwayat Keluarga Depresi Klinis	R3	-
Dampak <i>Self-Injury</i> :		
1. Bekas Luka	D1	+
2. Stres Menurun	D2	-
3. Perasaan Lega	D3	+

Keterangan :

- + : Intensitas rendah
- ++ : Intensitas sedang
- +++ : Intensitas tinggi



Bagan 4.1. Dinamika Terjadinya *Self Injury* pada Wanita Dewasa Awal Subjek 1

4.3.2. Subjek 2

4.3.2.1. Identitas Subjek 2

Nama Inisial : KS
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Usia (saat ini) : 22 Tahun
 Terakhir melakukan *self injury* : satu minggu sebelum melakukan *interview*

4.3.2.2. Kriteria

Tabel 4.5. Kriteria Subjek 2

No.	Perilaku	Muncul	Tdk Muncul	Keterangan
Kondisi Fisik Subjek				
1	Terdapat bekas luka pada pergelangan tangan atau anggota tubuh lainnya.	√		
2	Terdapat luka baru pada pergelangan tangan atau anggota tubuh lainnya.	√		
3	Subjek menggunakan pakaian berlengan panjang untuk menutupi bekas luka tersebut.	√		
4	Subjek menggunakan perban atau plester untuk menutupi bekas luka tersebut.		√	
5	Subjek menggunakan gelang atau jam untuk menutupi bekas luka tersebut.	√		
Kondisi Psikologis Subjek				
1	Subjek menangis saat memberikan informasi	√		
2	Subjek berkaca-kaca saat memberikan informasi	√		
3	Subjek menatap mata peneliti saat memberikan informasi	√		
4	Saat memberikan informasi, suara subjek bergetar.	√		
5	Saat memberikan informasi, subjek menghela nafas atau menjadi terengah-engah.	√		
6	Terdapat perubahan ekspresi wajah pada subjek sebelum interview hingga saat interview berlangsung.	√		
7	Subjek nampak tidak tenang (muncul gerakan yang sering muncul pada tangan dan kaki)	√		

4.3.2.3. Hasil Observasi

Wawancara pertama dan kedua dengan subjek KS dilakukan di Starbucks Coffee yang terletak di daerah Ngaliyan Semarang. Peneliti datang bersamaan dengan subjek, hal itu dikarenakan peneliti menjemput terlebih dahulu. Pada saat memulai wawancara, peneliti melihat subjek menggunakan *cardigan* berlempang panjang dan menggunakan beberapa *accessories* pada pergelangan tangan sebelah kiri yaitu gelang. Beberapa bekas luka subjek terdapat hanya pada pergelangan tangan kiri, bekas yang terlihat sangat jelas seperti garis-garis.

Subjek tidak menutup luka dengan menggunakan plester hal ini dikarenakan subjek tidak ingin orang lain menyadari bahwa ia melakukan *self injury*, karena dengan menggunakan plester dapat membuatnya semakin terlihat. Pada pergelangan tangan subjek terdapat bekas luka yang lama dan yang baru dan luka tersebut seperti bertumpuk-tumpuk. Pada saat awal tiba di Starbucks, tempat melakukan wawancara, subjek nampak sudah siap dengan pertanyaan yang akan diajukan dan terlihat antusias karena ingin segera memulai wawancara.

Peneliti memulai wawancara dengan menanyakan kabar subjek serta menjelaskan tujuan wawancara dan bagaimana arah wawancara akan berlangsung. KS merupakan teman dekat dari peneliti semasa kuliah hingga saat ini, sehingga dalam membangun *rapport* hanya memerlukan waktu yang singkat dan langsung menuju inti wawancara.

Wawancara berlangsung dengan lancar, subjek beberapa kali nampak terengah-engah ketika memberikan penjelasan, subjek juga meminta waktu jeda untuk menyalakan rokok. Subjek menjawab setiap pertanyaan dengan

memberikan penjelasan berupa cerita dari setiap kisah hidup yang dialami subjek. Selama memberikan penjelasan beberapa penekanan dan perilaku muncul. Perilaku yang sering muncul selama wawancara berlangsung adalah nada suara subjek yang tiba-tiba meninggi ketika menjelaskan jawaban yang diminta, disertai juga dengan mata yang terbelalak. Selain itu, subjek juga menunjukkan perilaku seperti, pengulangan kata-kata tertentu, subjek nampak tidak tenang, suara yang bergetar menunjukkan ekspresi marah, dan berkaca-kaca hingga menangis ketika memberikan informasi tertentu. Beberapa kali subjek terlihat mengalihkan pandangan dan mulai menangis ketika menjawab pertanyaan dari peneliti.

Selama wawancara berlangsung, subjek memperagakan beberapa perilaku sesuai dengan kejadian yang ia ceritakan. Selain itu, ketika menjelaskan beberapa informasi, badan subjek nampak bergetar. Hal itu terlihat pada tangan subjek yang terus bergetar ketika memperagakan beberapa perilaku sesuai dengan kejadian.

Wawancara sempat beberapa kali terhenti karena subjek meminta jeda untuk menghela nafas pada beberapa cerita yang ia rasa terlalu berat. Subjek memberikan informasi dengan jelas dan detail. Terlihat perbedaan ketika wawancara telah selesai dilakukan, subjek terlihat lelah dan ia juga menunjukkan pada peneliti bahwa badan dan tangannya bergetar. Wawancara dan observasi pada hari pertama berlangsung dengan lancar, sedangkan wawancara kedua dilakukan hanya untuk melengkapi informasi yang dirasa kurang oleh peneliti.

4.3.2.4. Hasil Wawancara

1) Percintaan

Permasalahan yang dialami KS dalam percintaan adalah ia mengalami patah hati sehingga hal ini membuat ia merasa boleh untuk melakukan *cutting* setelah mengalami patah hati. Ketika KS melakukan *cutting* untuk pertama kalinya, ia sedang mengalami patah hati. KS juga sering mendapat penolakan dari laki-laki yang ia suka, seperti cinta sepihak. KS mengalami trauma untuk mengungkapkan perasaan sukanya terhadap laki-laki karena ketika ia melakukannya ia dijauhi oleh teman-temannya.

2) Keluarga

KS tumbuh di keluarga yang religius, sehingga segala permasalahan yang diceritakan oleh KS akan diarahkan orang tua KS untuk berpasrah diri kepada Tuhan. Hal itu bertolakbelakang dengan KS, meskipun KS mempercayai bahwa kuasa Tuhan berperan dalam hidupnya, namun tidak semata-mata bisa mengesampingkan faktor-faktor lain yang membuatnya melakukan *self injury*.

Permasalahan keluarga yang dialami KS adalah permasalahan-permasalahan kecil seperti kesalahpahaman, dibandingkan dengan saudara lainnya yang membuat suasana di rumah KS menjadi tidak nyaman. Respon orang tua KS terhadap masalah yang terjadi dinilai berlebihan oleh KS dan hal tersebut sering terjadi di keluarga KS.

3) Pertemanan

Permasalahan dengan teman yang dialami KS berupa seringkali mendapat penolakan dari teman-temannya ketika ia mencari bantuan.

Usaha mencari bantuan telah dilakukan oleh KS, seperti mengajak temannya untuk bertemu atau sekedar untuk melarikan diri dari perilaku *self injury* tersebut, namun sering mendapat penolakan dari orang sekitarnya sehingga ia memutuskan untuk melakukan *cutting*.

4) *Modelling* melalui Teman

Pertama kali KS melakukan *self injury* adalah ketika ia SMA, KS mengetahui hal tersebut dari salah satu teman KS dan juga sepupu KS. Ia mengetahuinya dari pacar temannya yang melakukan *cutting*, KS melihat foto yang dikirimkan oleh pacar temannya, dan membuat KS merasa tertantang untuk mencoba melakukannya. Kemudian, KS mulai melakukan percobaan dengan menggunakan gunting yang digesek-gesekkan pada tangannya namun tidak sampai mengeluarkan darah. KS juga mendapat informasi lebih mengenai perilaku *self injury* melalui sepupunya, yang melakukan percobaan bunuh diri dengan cara membakar dirinya sendiri sehingga meninggalkan bekas yang diketahui oleh KS. KS juga mengkonfirmasi perilaku tersebut melalui orang disekitar KS bahwa sepupunya melakukan hal tersebut karena terdapat masalah pada keluarga sepupunya.

Perilaku *modelling* yang KS lakukan adalah dengan mengamati foto yang ia lihat, pada saat itu ia melihat tangan temannya berdarah dan pisau lipat yang juga meninggalkan bekas darah berada disamping tangannya. Dari foto tersebut, KS menyimpulkan bahwa proses tangan tersebut berdarah adalah dilukai dengan menggunakan pisau lipat disampingnya. KS menyebutkan bahwa ia memiliki *role model* dalam melakukan *cutting*, terdapat tokoh terkenal yang juga melakukan *cutting* dengan cara melukai

dirinya sendiri dengan menggunakan pisau lipat karena perilaku kekasihnya. Namun, *role model* yang memiliki karakteristik sama dengan KS adalah temannya yang menunjukkan melalui foto. KS merasa memiliki karakteristik masalah yang sama dengan temannya.

5) *Modelling* melalui Keluarga

Sepupu KS yang juga melakukan *self injury* memiliki kondisi yang sama dengan KS. Sepupu KS melakukan *self injury* dikarenakan memiliki permasalahan keluarga yang dirasa sama beratnya dengan KS. Sepupu KS mendapat perlakuan kekerasan fisik, sedangkan KS mendapat kekerasan berupa kekerasan verbal yang membuat ia membenarkan perilaku *self injury*.

6) *Modelling* melalui Media

Perilaku *modelling* juga KS dapatkan dari media yaitu melalui menonton film atau *series* yang menunjukkan perilaku percobaan bunuh diri pada pemeran utamanya. Pada film tersebut, semua perilaku menyakiti diri sendiri seperti penyalahgunaan obat dan minuman beralkohol, hingga menyayat pergelangan tangan ditunjukkan secara detail. Hal yang membuat KS merasakan kesamaan dengan peran tersebut adalah alasan peran utama tersebut melakukan *self injury* yaitu perasaan tidak dicintai. KS juga mengatakan bahwa dengan menonton film tersebut membuatnya terdorong untuk melakukan *self injury*. KS juga menyebutkan bahwa hal yang paling memicu ia untuk melakukan *self injury* adalah masalah percintaan dengan laki-laki, masalah keluarga dan lingkungan keluarga yang tidak membiasakan untuk berbagi cerita karena takut mendapat respon yang tidak diinginkan.

7) *Self Injury* Menyayat

KS melakukan *self injury* dalam bentuk *cutting* atau menyayat pergelangan tangan. KS terakhir kali melakukan *self injury* berupa memukul benda keras (tembok) hingga terluka adalah minggu lalu. Sebelumnya, KS pernah mencoba bentuk *coping stress* lain yaitu minum alkohol hingga kehilangan kontrol.

Intensitas *self injury* yang dilakukan KS yaitu dua minggu sekali, pernah di suatu waktu ia melakukannya seminggu sekali dalam waktu satu tahun terakhir. Perilaku *self injury* yang sering dilakukan oleh subjek adalah *cutting* dengan menggunakan isi *cutter*, subjek telah menyiapkan satu paket isi *cutter* tersebut hanya untuk melakukan *cutting*. KS juga menggunakan gelang dan pakaian berlengan panjang untuk menutupi bekas luka tersebut. Situasi yang membuat KS melakukan *cutting* adalah ia kerap merasa kosong, dan ingin meluapkan emosi negatifnya seperti marah dan sedih namun tidak bisa. KS terkadang benar-benar merasa harus membuat dirinya terluka berkali-kali dengan cara yang sama hanya untuk meluapkan emosi negatifnya.

8) *Self Injury* Memukul Tubuh

KS melakukan *self injury* dalam memukul benda keras menggunakan tangan kosong dengan sengaja apabila keadaannya sedang tidak dapat melakukan *cutting*. KS juga mengungkapkan bahwa ia perlu untuk memukul-mukul sesuatu yang keras berkali-kali hingga ia terluka atau hingga terdapat lebam pada tangannya.

9) *Self Injury* Mencegah Penyembuhan pada Luka

KS melakukan pencegahan penyembuhan pada luka yang dilakukan dengan cara menambahkan luka atau menumpuk luka pada luka yang belum sembuh menggunakan alat yang sama yaitu silet atau *razor blade*. KS melakukan hal tersebut sebagai rangkaian dari salah satu episode, jadi ketika sudah membuat luka dia akan menambahkan luka baru pada tangan yang sama. Hal tersebut dilakukan hingga ia merasa lega.

10) Faktor Kekerasan Fisik

Semasa kecil KS pernah mengalami beberapa kejadian yang membuat KS trauma, baik dari kekerasan fisik, seksual maupun emosional. Kekerasan fisik yang pernah dialami KS berasal dari Ayah KS. Pada saat itu, KS ingin sekali bermain dengan Kakak KS namun KS berusaha untuk mendapat perhatian Kakaknya dengan menggonggonya agar diajak bermain. Namun, hal itu dianggap mengganggu oleh Kakak KS maka ia melapor kepada Ayahnya, sehingga KS dibawa secara paksa oleh Ayahnya. Badan KS dibanting dan dipukuli oleh Ayahnya. Meskipun KS sudah meminta maaf dan merengek untuk dihentikan, Ayahnya tetap melanjutkan pukulannya. Selain itu, KS juga pernah mendapat perlakuan kasar dari Ibunya. Ibunya dengan sengaja membanting *handphone* KS hingga rusak.

11) Faktor Kekerasan Seksual

Kekerasan seksual pernah dialami oleh KS. Ia mendapat perlakuan berupa pelecehan seksual dari Kakak KS sendiri. Kejadian tersebut terjadi ketika KS memasuki jenjang SMP. Kakak KS meraba-raba bagian dada KS

dengan sengaja dan meminta bahkan memaksa KS untuk tidur di pangkuannya untuk melancarkan aksinya tersebut.

KS sadar bahwa hal tersebut merupakan hal yang salah dan melaporkan kejadian tersebut pada Ibu KS. Namun, Ibu KS tidak percaya pada KS dan menyangkal apa yang dilaporkan KS. KS menjaga cerita ini agar tidak diketahui oleh siapapun karena takut akan dihakimi dan merasa malu. Hal tersebut membuat KS tidak percaya dan marah sehingga ia tidak pernah bercerita kepada Ibunya lagi. Selain itu, KS juga merasa tidak percaya dengan Kakaknya, tidak aman berada di rumah sendirian dengan Kakaknya, KS takut apabila sewaktu-waktu Kakaknya melakukan hal yang sama lagi kepada KS.

12) Faktor Kekerasan Emosional

Perlakuan kekerasan emosional pernah KS dapatkan dari Kakak KS, berupa ancaman untuk membunuh KS karena KS terus menangis dan tidak bisa diam. Semua perlakuan kasar yang diterima oleh KS membuat KS merasa bersalah atas kesalahan yang tidak ia perbuat, merasa tidak dicintai, tidak diinginkan, terancam, dan merasa tidak pantas untuk dilahirkan.

Kekerasan emosional yang pernah dialami oleh KS adalah sering dibandingkan dengan orang lain dan mendapat tekanan dari orang tua KS untuk menjadi anak yang sempurna. KS mendapat perlakuan tersebut dari orang tuanya. Pada saat itu, KS dibandingkan dengan sepupunya karena dirasa KS tidak bisa mensyukuri yang Ibunya berikan daripada sepupunya. Selain itu, KS juga pernah dibandingkan untuk bisa berperilaku seperti saudaranya yang lain. Tekanan yang KS dapat dari orang tuanya berupa

tekanan untuk mendapat hasil yang maksimal dalam sekolahnya, sehingga ia harus mengikuti serangkaian les setiap harinya dan hal tersebut membuat KS merasa tertekan.

KS pernah mendapat perlakuan *bullying* dalam bentuk pengabaian dari teman-teman KS. KS dijauhi oleh teman sekelasnya karena dituduh rumor-rumor yang tidak benar. Selain mendapat pengabaian dari orangtua dan teman, KS juga mendapat pengabaian dari orang yang ia sukai. Hal tersebut membuat KS merasa tidak berharga meskipun sudah berusaha, merasa kurang atas dirinya sendiri dan selalu disalahkan atas kesalahan yang belum tentu kesalahan KS.

13) Lingkungan Keluarga

Hubungan KS dengan keluarganya termasuk dekat, karena KS sering bercerita mengenai hal-hal yang umum kepada keluarganya. Hal-hal yang diceritakan bukanlah hal yang menyangkut masalah pribadi atau mengungkapkan perasaan yang dialami oleh KS. KS menyebutkan bahwa perbincangan dengan keluarganya hanya sekedar laporan.

Laporan yang dilakukan KS adalah melaporkan tentang hari-hari yang dialaminya. KS tidak menceritakan permasalahan yang dialaminya karena ia takut akan dimarahi atau dihakimi oleh orang tuanya, atau mendapat respon yang tidak sesuai dengan yang diinginkan. KS kerap mendapat respon yang terkesan merendahkan dari ibunya. Selain itu, KS juga dilarang untuk menjalin hubungan serius atau berpacaran oleh ayahnya sehingga KS tidak berani menceritakan hal tersebut pada ayahnya.

Kebiasaan berbagi cerita dalam keluarga KS bukanlah hal yang wajar dan bukan menjadi kebiasaan. KS merasa berat untuk menceritakan tentang dirinya sendiri. KS berpendapat bahwa ada kemungkinan ia merasa takut dan berat karena pengalaman bercerita yang tidak dipercaya oleh ibunya.

KS tidak memiliki kepercayaan terhadap ibunya setelah ia pernah berusaha untuk menceritakan tentang pengalaman kekerasan seksual yang pernah dialaminya, KS selalu mengulang-ulang perasaan disalahkan dan merasa dibenci oleh keluarganya sendiri. Perasaan marah yang dirasakan KS terus berlanjut hingga ia tidak pernah bercerita pada ibunya terkait hal-hal pribadi KS seperti hubungannya dengan teman-teman KS, atau dengan teman lelaki KS. KS hanya menceritakan hal-hal yang umum pada Ibu KS.

14) Riwayat Keluarga Self Injury

Sepupu KS yang juga melakukan *self injury* memiliki kondisi yang sama dengan KS. Sepupu KS melakukan *self injury* dikarenakan memiliki permasalahan keluarga yang dirasa sama beratnya dengan KS. Sepupu KS melakukannya dengan cara membakar diri, KS mengetahui hal tersebut karena terdapat bekas luka bakar pada Sepupunya dan juga menanyakan hal tersebut langsung kepada Sepupunya.

15) Dampak Bekas Luka

Dampak yang KS rasakan adalah ketika ia harus menarik diri dari orang lain untuk menutupi lukanya tersebut dan hal tersebut dirasa menyulitkan KS. KS harus menyembunyikan luka karena keluarga KS tidak mengetahui perilaku *self injury* yang KS lakukan. KS akan merasa disalah-

salahkan oleh orang lain atas perilaku *cutting* yang ia lakukan tersebut apabila ada yang mengetahui bekas luka yang ia lakukan.

16) Dampak Perasaan Lega

Perilaku *cutting* tersebut memberikan dampak yang positif bagi KS, seperti ia merasa lega meskipun beberapa waktu setelahnya tetap merasa kosong, namun pada akhirnya dia merasa lega dan dapat meluapkan emosi negatifnya. Menurut KS, dengan melakukan *cutting* membuat ia tidak perlu menyakiti orang yang ia sayang, dan ia merasa pantas untuk disakiti atau dihukum.

Tujuan KS melakukan *cutting* adalah untuk menunjukkan bahwa rasa sakit yang ia rasakan sedalam itu hingga ia harus melakukan *cutting*. Tidak semata-mata hanya untuk menghilangkan rasa kekosongannya, atau membuat lega namun juga untuk mendapat tanggapan atau respon dari orang lain yang sesuai dengan harapan KS. Perilaku *cutting* ini juga disebut sebagai cara KS untuk berkomunikasi agar mendapat bantuan dari teman-temannya, karena setiap setelah ia melakukan *cutting* orang sekitar KS akan benar-benar mendengarkan cerita KS. KS juga menambahkan bahwa dengan menunjukkan perilakunya tersebut terkadang membuat KS mendapat cacian dari orang lain, sehingga ia harus menutupinya.

4.3.2.5. Hasil Triangulasi

AP adalah teman dekat KS, mereka sudah berteman sejak berkuliah di kelas yang sama. AP juga sering menjadi teman cerita KS termasuk menceritakan perilaku *self injury* kepada AP. Ketika mengetahui pertama kali AP memberanikan diri untuk bertanya kepada KS karena frekuensi *cutting*

yang dilakukan sudah cukup sering. AP juga mengetahui periode *cutting* yang dilakukan oleh KS, seperti KS akan melakukan *cutting* berdasar episode.

Episode yang diceritakan oleh KS adalah apabila hari ini sudah melakukan *self injury* maka ia akan melakukannya sering dalam satu minggu tersebut. Dampak setelah *self injury* yang KS lakukan menurut AP adalah KS suka menyendiri, diajak bertemu untuk bercerita susah dan selalu mencari alasan untuk bertemu. Menurut AP, KS adalah tipe orang yang apabila sedang mendapat masalah harus ditanyakan apakah dia sedang mengalami permasalahan akhir-akhir ini baru akan menceritakan pada AP. Masalah yang sering dikeluhkan oleh KS adalah masalah keluarga terutama pada orang tuanya dan masalah hubungannya dengan laki-laki. AP juga menjelaskan proses bagaimana KS menyelesaikan masalahnya. Ketika KS sedang ada masalah, ia akan menarik diri dan *overthinking* kemudian akan melakukan *cutting*.

KS merupakan orang yang tidak banyak berteman dengan orang lain. Ia hanya memiliki beberapa teman yang mengetahui keadaan yang sebenarnya termasuk dengan AP. AP juga mengetahui bagaimana proses KS mengetahui perilaku *self injury*-nya. KS mendapat informasi mengenai *self injury* melalui teman semasa SMA nya, sepupu yang melakukan *self injury* dan juga film yang terdapat adegan percobaan bunuh diri. AP juga mengetahui KS pernah mendapat beberapa perlakuan kekerasan fisik, emosional, dan seksual semasa kecilnya.

AP menjelaskan bahwa KS pernah mendapat kekerasan fisik berupa pukulan dari Ayahnya yang membuat KS trauma hingga saat ini. Selain itu,

kekerasan emosional yang pernah KS alami adalah perasaan tidak diinginkan oleh orang tuanya, tertekan dan sering disalahkan oleh orang tuanya.

KS juga mendapat pengabaian dari orang yang ia suka dan juga dari teman. Kekerasan seksual yang pernah KS alami adalah pelecehan seksual oleh Kakak KS, AP juga mengetahui hal tersebut namun tidak tahu secara detail. Menurut AP, segala trauma yang pernah dialami oleh KS sering diungkit KS ketika KS sedang mengalami masalah seperti mengingatkan kembali pada semua kejadian yang pernah ia alami ketika kecil. AP berpendapat bahwa KS merasa perilaku *self injury* ini dibenarkan adanya karena memiliki teman yang juga melakukan *self injury* sebagai bentuk *coping stress*-nya.

4.3.2.6. Analisis Subjek 2

KS adalah seorang perempuan berusia 22 tahun dan melakukan *self injury* untuk pertama kali ketika ia SMA. Perilaku *self injury* yang ia lakukan pertama kali adalah menyayat pergelangan tangan dengan menggunakan gunting. KS tumbuh di keluarga yang cukup harmonis, religius, namun tidak memiliki kebiasaan berbagi cerita mengenai perasaannya atau permasalahan yang sedang dialami oleh KS. Mengungkapkan perasaan negatif KS dirasa bukan hal yang biasa dan menakutkan untuk dilakukan karena respon yang diberikan oleh orang tuanya menunjukkan kemarahan atau tidak sesuai dengan yang diinginkan KS.

Semasa kecil KS pernah mendapat beberapa perlakuan kekerasan baik secara fisik, seksual maupun emosional. Kekerasan fisik pernah dialami KS yang berasal dari Ayahnya, Ayahnya memukul KS hanya karena KS mengganggu Kakaknya agar KS diajak bermain dengan saudara lainnya. Hal

tersebut membuat KS selalu merasa bersalah atas kesalahan-kesalahan kecil, tidak diinginkan oleh orang tuanya, tidak dicintai dan merasa tertekan.

Kekerasan seksual berupa pelecehan seksual pernah dilakukan oleh Kakak KS seperti meraba-raba bagian intim KS, KS juga dipaksa untuk melakukan hal yang KS tidak inginkan seperti tidur di pangkuan Kakaknya. Hal tersebut membuat KS merasa tidak aman dengan Kakaknya dan selalu merasa takut apabila tiba-tiba Kakaknya melakukan hal yang sama lagi. Selain itu, hal ini juga yang mendasari KS tidak pernah mau bercerita lagi pada ibunya, karena ibunya tidak mempercayai apa yang KS ceritakan padanya.

Kekerasan emosional yang pernah dialami oleh KS yaitu dibandingkan dengan saudara lainnya, ditekan untuk meraih prestasi sebaik mungkin, dan pernah mendapat pengabaian (*bullying*) dari teman-temannya. KS juga mendapat pengabaian dari orang yang ia sukai. Beberapa perlakuan yang pernah KS alami membuat KS merasa tidak berharga, tidak didengarkan, dan tidak diinginkan oleh siapapun.

Memasuki masa dewasa awal, permasalahan KS berfokus pada permasalahan hubungan percintaan dan permasalahan keluarga. Selama ini ia selalu mendapat penolakan dari orang yang ia sukai, sedangkan dalam masalah keluarga ia masih sering dibandingkan dengan pencapaian saudaranya yang lain. KS juga ingin mengungkapkan atau bercerita tentang permasalahan yang ia hadapi namun ia selalu mendapat respon yang tidak baik dari teman-temannya ataupun dari orang tuanya. Hal tersebut yang membuat KS kesulitan meluapkan emosi negatifnya sehingga ia ingin

melampiaskannya atau mendapat perhatian dari orang sekitarnya dengan melakukan *cutting*.

Selama yang KS alami, dengan melakukan *cutting* ia akan merasa lega, terluapkan emosi negatifnya dan juga akan mendapat respon yang berbeda dari orang sekitarnya. Penolakan dari beberapa orang yang sangat berpengaruh dalam hidup KS mengingatkan KS pada alasan pertama KS melakukan *cutting*. KS mengetahui perilaku *cutting* untuk pertama kalinya berasal dari temannya yang juga melakukan *cutting* karena diabaikan atau mendapat penolakan dari orang yang disayang. KS merasa ada kesamaan dari segi permasalahan sehingga ia mengikuti bentuk *coping stress* yang sama seperti yang dilakukan temannya.

KS mendapat banyak inspirasi untuk melakukan *self injury*. Ia merasa memiliki kesamaan dengan salah satu tokoh terkenal yang melakukan *cutting* karena perlakuan kasar pasangannya, sepupunya yang juga melakukan *self injury* karena masalah keluarga yang pernah mendapat kekerasan fisik, bahkan dari film yang terdapat adegan percobaan bunuh diri secara detail. Beberapa hal tersebut yang memberi KS motivasi dan merasa bahwa perilaku *self injury* adalah bentuk coping stress yang normal dan wajar.

Beberapa faktor muncul sebagai pemicu KS melakukan *self injury* berasal dari peniruan atau *modelling* dari teman, saudara, melalui media film, dan juga terdapat faktor pendukung yang muncul yaitu trauma kekerasan fisik, emosional dan seksual dan juga lingkungan keluarga.

4.3.2.7. Intensitas Tema

Tabel 4.6. Tabel Intensitas Subjek 2

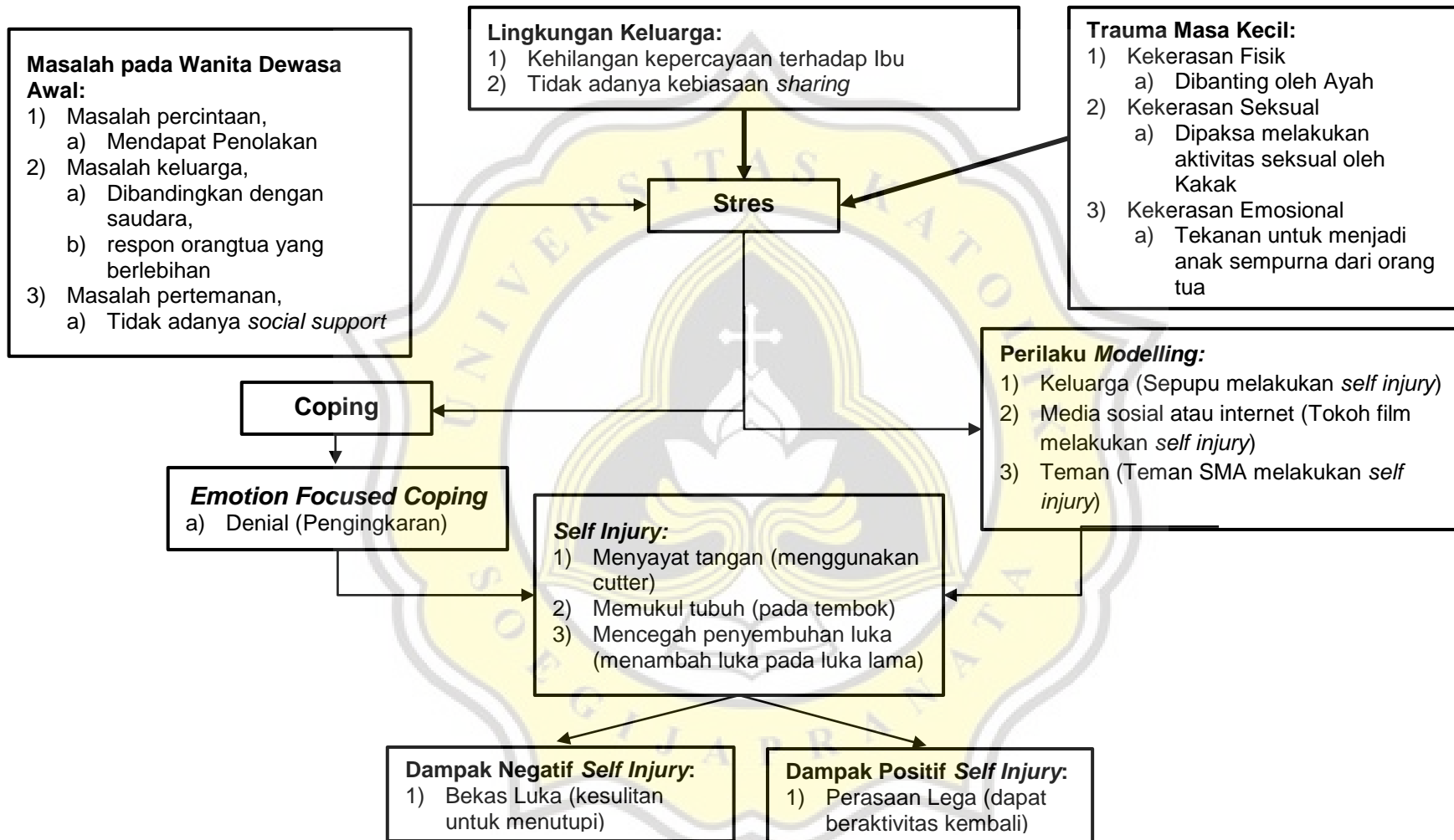
Tema	Coding	Intensitas
Masalah Pada Wanita Dewasa Awal		
Percintaan	A1	++
Keluarga	A2	+
Karir	A3	-
Pertemanan	A4	++
Modelling		
Teman	M1	+
Keluarga	M2	+
Media	M3	+
Bentuk <i>Self-Injury</i>		
Menggaruk dengan Kuku	B1	-
Menyayat Tangan	B2	++
Memukul Tubuh	B3	+
Menggigit Bagian Tubuh	B4	-
Menarik Rambut	B5	-
Mencegah Penyembuhan Luka	B6	+
Membakar Kulit	B7	-
Menusukkan Benda Tajam	B8	-
Faktor-Faktor Pendukung <i>Self-Injury</i>		
Trauma Masa Kecil:		
1. Kekerasan Fisik	T1	+
2. Kekerasan Seksual	T2	++
3. Kekerasan Emosional	T3	+++
Lingkungan Keluarga	L	+++
Faktor Biologis:		
1. Riwayat Keluarga <i>Self-Injury</i>	R1	+
2. Riwayat Keluarga Bunuh Diri	R2	-
3. Riwayat Keluarga Depresi Klinis	R3	-
Dampak <i>Self-Injury</i> :		
1. Bekas Luka	D1	++
2. Stres Menurun	D2	-
3. Perasaan Lega	D3	++

Keterangan :

+ : Intensitas rendah

++ : Intensitas sedang

+++ : Intensitas tinggi



Bagan 4.2. Dinamika Terjadinya *Self Injury* pada Wanita Dewasa Awal Subjek 2

4.3.3. Subjek 3

4.3.3.1. Identitas Subjek

Nama Inisial : TZ
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Usia (saat ini) : 21 Tahun
 Terakhir melakukan *self injury* : satu bulan sebelum melakukan *interview*

4.3.3.2. Kriteria

Tabel 4.7. Kriteria Subjek 3

No.	Perilaku	Muncul	Tidak Muncul	Keterangan
Kondisi Fisik Subjek				
1	Terdapat bekas luka pada pergelangan tangan atau anggota tubuh lainnya.	√		
2	Terdapat luka baru pada pergelangan tangan atau anggota tubuh lainnya.		√	
3	Subjek menggunakan pakaian berlengan panjang untuk menutupi bekas luka tersebut.	√		
4	Subjek menggunakan perban atau plester untuk menutupi bekas luka tersebut.		√	
5	Subjek menggunakan gelang atau jam untuk menutupi bekas luka tersebut.	√		
Kondisi Psikologis Subjek				
1	Subjek menangis saat memberikan informasi	√		
2	Subjek berkaca-kaca saat memberikan informasi	√		
3	Subjek menatap mata peneliti saat memberikan informasi	√		
4	Saat memberikan informasi, suara subjek bergetar.	√		
5	Saat memberikan informasi, subjek menghela nafas atau menjadi terengah-engah.	√		
6	Terdapat perubahan ekspresi wajah pada subjek sebelum interview hingga saat interview berlangsung.	√		
7	Subjek nampak tidak tenang (muncul gerakan yang sering muncul pada tangan dan kaki)	√		

4.3.3.3. Hasil Observasi

Wawancara pertama dan kedua dengan subjek TZ dilakukan di Antara Kata Coffee yang terletak di daerah Simpang Lima Semarang. Peneliti datang terlebih dahulu dan subjek datang tidak lama setelah peneliti tiba. Subjek memilih tempat yang sekiranya nyaman untuk melakukan wawancara. Pada saat memulai wawancara, peneliti melihat subjek menggunakan baju berlengan panjang dan menggunakan beberapa *accessories* pada pergelangan tangan sebelah kiri yaitu gelang. Beberapa bekas luka subjek terdapat hanya pada pergelangan tangan kiri hingga bagian lengan kiri atas, bekas yang terlihat tidak terlalu jelas namun nampak. Subjek melakukan *self injury* pada bagian yang dapat ditutupi oleh baju karena tidak ingin menutupinya menggunakan *hansaplast*.

Pada saat awal tiba di Antara Kata, tempat melakukan wawancara, subjek nampak antusias untuk melakukan wawancara namun juga nampak gugup karena takut pertanyaannya akan membuatnya teringat pada momen-momen yang tidak ingin diingat lagi oleh subjek. Peneliti memulai wawancara dengan menanyakan kabar subjek serta menjelaskan tujuan wawancara dan bagaimana arah wawancara akan berlangsung.

TZ merupakan teman dekat dari peneliti semasa kuliah hingga saat ini, sehingga dalam membangun *rapport* hanya memerlukan waktu yang singkat dan langsung menuju inti wawancara. Wawancara berlangsung dengan lancar, subjek beberapa kali meminta jeda untuk mencerna pertanyaan yang dimaksud oleh peneliti. Bahkan diawal ketika peneliti masih pada pertanyaan identifikasi *self injury* subjek sudah meminta jeda. Untuk meminimalisir jeda, subjek meminta untuk melakukan sesuatu, sehingga ia meminta untuk

melakukan interview sambil mencoret-coret kertas yang diberikan oleh peneliti. Subjek menjawab setiap pertanyaan dengan memberikan penjelasan berupa cerita dari setiap kisah hidup yang dialami subjek. Selama memberikan penjelasan beberapa penekanan dan perilaku muncul.

Perilaku yang sering muncul selama wawancara berlangsung adalah nada suara subjek yang tiba-tiba terbata-bata seperti ketakutan dan tiba-tiba menghela nafas dan menangis. Selain itu, subjek juga menunjukkan perilaku seperti, pengulangan kata-kata tertentu, subjek nampak tidak tenang, suara yang bergetar menunjukkan ekspresi takut, dan berkaca-kaca hingga menangis ketika memberikan informasi tertentu. Selama wawancara berlangsung, subjek menatap mata peneliti namun kembali mencoret-coret kertas yang diberikan oleh peneliti. Selain itu, subjek juga memberikan peragaan kejadian ketika menjawab pertanyaan yang diajukan peneliti. Wawancara menjadi lebih lancar setelah menggunakan media kertas untuk dicoret-coret subjek meskipun subjek tetap meminta jeda. Mencoret - coret kertas memberikan ketenangan dan mengingat lebih jelas akan kejadian yang akan dijelaskan oleh subjek.

Subjek memberikan informasi dengan jelas dan detail. Terlihat perbedaan ketika wawancara telah selesai dilakukan, subjek terlihat lelah dan ingin segera mengalihkan topik pembicaraan. Wawancara dan observasi pada hari pertama berlangsung dengan lancar, sedangkan wawancara kedua dilakukan hanya untuk melengkapi informasi yang dirasa kurang oleh peneliti.

4.3.3.4. Hasil Wawancara

1) Permasalahan Keluarga

Situasi yang mendukungnya untuk melakukan *self injury* adalah ketakutannya pada orang tuanya yang meragukan tanggung jawab TZ. Hal tersebut yang membuat TZ sering mempertanyakan kemampuan TZ dalam menyelesaikan masalah, selalu merasa tidak bisa, selalu merasa kurang dan menyalahkan dirinya atas keadaan yang tidak bisa ia kontrol.

2) Permasalahan Karir

Masalah kecil yang TZ maksud adalah ketika ia gagal dalam melakukan tugas kecil untuk kuliahnya, melakukan kesalahan kecil yang membuat ia mempertanyakan tanggung jawabnya, ketidakmampuannya untuk menceritakan masalahnya tersebut kepada orang lain sehingga hal itu menuntut ia untuk menyelesaikannya sendiri.

3) *Modelling* Melalui Teman

Proses TZ mengetahui *self injury* pertama kali adalah ketika ia kelas 2 SMP dimana teman dekatnya juga melakukan *self injury*. Ia merasa bahwa kondisi dan masalah yang dirasakan oleh temannya sama dengan kondisi TZ saat akan melakukan *self injury*. Selain itu, ia juga merasakan perasaan yang sama dengan orang yang melakukan *self injury*.

4) *Modelling* Melalui Media

TZ mengetahui *self injury* dari beberapa film yang ia tonton dan dari film tersebut ia jadi memahami perilaku *self injury*. Pertama kali TZ memutuskan untuk melakukan *self injury* adalah ketika ia kuliah, ia merasa gagal dan mempertanyakan dirinya sendiri dengan emosi yang dirasakannya pada saat itu. TZ sering merasa bahwa permasalahan yang

dimiliki orang lain yang diceritakan pada TZ adalah tanggung jawabnya. Ia merasa tidak mengenali emosinya dengan baik sehingga ia memutuskan untuk melepas emosi negatif yang orang lain bebaskan pada dirinya dengan melakukan *self injury*.

5) *Self Injury* Menyayat

TZ melakukan *self injury* dalam bentuk memukul kepala dengan keras dan menyayat pergelangan tangan dengan sengaja. TZ juga melakukan *cutting* namun pada saat itu belum sempat melakukan banyak sayatan sudah ketahuan oleh anggota keluarganya. Ia juga pernah melakukan *cutting* pada bagian dahi di kepalanya.

6) *Self Injury* Memukul Tubuh

TZ melakukan *self injury* dalam bentuk memukul kepala dengan keras. TZ terakhir kali melakukan *self injury* berupa memukul kepala menggunakan tangannya dengan keras hingga terasa berkunang-kunang. Hal itu terus terjadi apabila ia merasa pantas untuk mendapat hukuman atau pukulan atas kejadian yang tidak bisa ia kontrol.

7) *Self Injury* Mencegah Penyembuhan pada Luka

Intensitas *self injury* yang dilakukan TZ yaitu dalam kurun waktu seminggu ia bisa melakukan dua hingga tiga kali dengan menumpuk lukanya dengan membuat luka yang baru. TZ juga menjelaskan periode *self injury* yang ia lakukan, apabila sudah melakukannya maka mudah untuk melakukannya lagi dalam waktu dekat. Namun, apabila sudah berjarak lama maka hal itu akan sulit untuk dilakukan kembali. Dalam menutupi bekas luka, TZ akan menggunakan pakaian berlengan panjang.

8) Faktor Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik yang pernah dialami oleh TZ berasal dari orang tuanya yang memiliki didikan keras. Bentuk kekerasan fisik yang TZ terima merupakan hal yang sudah biasa ia dapatkan sehingga ia sudah menormalkan hal tersebut. Kekerasan fisik yang dilakukan oleh orang tua TZ merupakan ekspresi mereka untuk mengungkapkan kasih sayang, sehingga selama ini ia selalu mengartikan hal tersebut adalah hal yang biasa.

Orang tua TZ memang menanamkan hal tersebut sejak TZ kecil, mereka sering memberi kekerasan fisik sebagai bentuk kasih sayang. TZ merasa bahwa kekerasan fisik yang ia dapat bukanlah hal yang adil dan merupakan kesalahan. Hal tersebut membuatnya harus menerima dan memaafkan kekerasan fisik yang ia peroleh dan harus berhadapan dengan itu sejak ia kecil. Bentuk kekerasan fisik yang TZ alami adalah pukulan, melempar barang, atau kekerasan verbal seperti memarahi atau memaki-maki dirinya.

Menerima kekerasan fisik yang TZ alami membuat TZ merasa tidak berguna, semua hal adalah kesalahannya, meskipun kesalahannya tidak sebesar yang ia lakukan. Kesalahan kecil yang TZ lakukan adalah kesalahan anak kecil yang sewajarnya ia lakukan, bahkan TZ tidak pernah memiliki *track record* buruk di sekolah atau membuat keributan dengan orang lain. TZ menyebutkan kesalahan sewajarnya yang ia lakukan hanyalah sekedar bangun kesiangan, kelupaan melakukan hal yang orang tuanya minta, atau bahkan kesalahan yang bukan merupakan kontrol TZ.

Ketika TZ melakukan kesalahan kecil tersebut ia akan menerima perlakuan seperti mendapat teriakan dari orang tuanya, yang hingga saat

ini membuat TZ merasa cemas ketika bangun di pagi hari. TZ sering mendapat perlakuan tersebut dari ayahnya. TZ tidak terlalu ingin membahas detail perilaku kekerasan fisik yang pernah ayahnya lakukan terhadap dirinya karena dengan mengingat kejadian tersebut membuatnya sangat sakit hati dan membekas. Namun, ia menceritakan kejadian yang barusan terjadi mengingatkannya dengan trauma masa kecilnya.

Pada saat TZ sakit dan dirawat di rumah sakit, dan ketika ia sedang tidak berdaya ia masih mendapat kekerasan fisik tersebut. Terkadang ketika TZ sedang terdiam ia tiba-tiba mulai menangis dan mengingat kejadian itu. Hal tersebut sering terjadi hingga saat ini, bahkan TZ sudah pernah melalui terapi dan mencari bantuan dari orang lain, hal tersebut tetap membuatnya sedih.

9) Faktor Kekerasan Emosional

Kekerasan emosional yang pernah TZ alami semasa kecil adalah pengabaian dari orang tuanya. TZ menilai bahwa orang tuanya hanya sekedar memenuhi kewajibannya sebagai pemberi fasilitas, dan hanya sekedar menafkahi. Orang tua TZ tidak banyak menuntut TZ untuk menjadi anak seperti apa, sehingga itu memberi kebebasan TZ untuk melakukan apapun. Namun terkadang ketika TZ sudah melakukan hal yang diinginkan, orang tuanya memperlakukan TZ dengan buruk. Orang tua TZ akan memarahi TZ apabila hal yang dilakukan dinilai tidak sesuai, atau karena TZ tidak bisa menyeimbangkan waktu dan kewajibannya.

Pengabaian lainnya yang pernah TZ alami adalah ketika TZ sedang mendapat masalah ia akan dibiarkan untuk menghadapinya sendiri. TZ diharuskan bertanggungjawab atas apa yang TZ lakukan. Namun, hal itu

membuat TZ merasa sendiri dan tidak ada yang membantu padahal TZ hanya membutuhkan tangan untuk sekedar menjadi perisai bagi diri TZ apabila ia tidak mampu menghadapinya sendirian. Ia sudah terbiasa untuk melakukan segala sesuatunya sendirian tanpa meminta bantuan dari orang lain. Dengan mendapat perlakuan tersebut dari orang tua TZ membuat ia merasa harus memperlakukan dirinya keras, dan membuatnya sulit untuk membuka diri pada orang lain yang ingin memberi bantuan.

10) Lingkungan Keluarga

TZ tumbuh dalam keluarga yang memiliki didikan yang keras. Orang tua TZ sudah membiasakan kepada TZ bahwa perilaku kasar seperti memukul, memarah-marahi dengan keras adalah bentuk kasih sayang mereka. Selain itu, Ayah TZ juga pernah memberitahunya bahwa TZ tidak boleh menjadi lemah, tidak boleh menangis, tidak boleh marah, tidak boleh menunjukkan emosi negatif karena hal itu berkebalikan dengan adat yang mereka jalani.

TZ mengungkapkan hubungannya dengan keluarga termasuk masih dekat. TZ dapat menyimpulkan hal tersebut karena mereka masih berhubungan baik dan masih cukup suportif (saling mendukung). TZ pernah menjalani terapi terkait dengan kondisi mentalnya, ia mengalami beberapa episode *paranoid* yang membuat TZ merasa selalu berperasangka buruk terhadap orang di sekitarnya seperti teman dan keluarganya. Sebelum TZ menjalani terapi tersebut, hubungannya dengan keluarga tidak dekat dan tidak pernah terbiasa untuk saling berbagi cerita. Namun, setelah TZ menjalani terapi tersebut, keluarganya lebih mengerti kondisi TZ dan lebih peka terhadap keadaan TZ.

Kebiasaan yang terdapat di keluarga TZ bukanlah saling bercerita, karena kesibukan orang tuanya dan juga kakak-kakaknya menjadikan hal tersebut menjadi sebuah kebiasaan. Selain itu, apabila TZ bercerita kepada keluarganya ia akan mendapat respon penolakan, memutarbalikkan fakta dan membuat keadaan TZ seolah-olah baik-baik saja dan tidak perlu mempermasalahakan hal yang ia ceritakan.

TZ juga menceritakan bahwa mengungkapkan perasaan bukanlah hal yang wajar. Hal tersebut yang membuat TZ seperti membuat benteng terhadap keluarganya, tidak pernah menceritakan permasalahan atau perasaannya. Terkadang ketika TZ sedang bercerita ia juga mendapat respon yang tidak baik seperti diabaikan, atau dimarahi oleh orang tuanya. Bahkan ia juga pernah merasa disalahkan karena bercerita, dianggap memikirkan dirinya sendiri. Beberapa kejadian itulah yang membuat TZ lebih memilih untuk diam di kamar dan tidak menceritakan permasalahannya kepada siapapun.

Keluarga TZ mengetahui perilaku *self injury* yang dilakukan TZ. Respon keluarga TZ pada saat itu kaget namun tidak memarahi TZ karena sudah mengerti keadaan TZ yang sampai tahap paranoid dan menemui psikolog untuk menjalani terapi. TZ juga pernah sempat memikirkan untuk melakukan percobaan bunuh diri, hal itu terjadi karena ia merasa tidak dapat menemukan makna dalam hidupnya dan merasa tidak memiliki siapa-siapa. Pikiran untuk melakukan percobaan bunuh diri sering terbesit pada TZ akhir-akhir ini, namun hal itu berangsur baik setelah ia bertemu psikolognya

11) Dampak Bekas Luka

Dampak negatif yang TZ rasakan setelah melakukan *self injury* adalah ia merasa takut apabila hal tersebut dianggap mencari perhatian oleh orang lain yang membuat ia semakin *overthinking*. Selain itu, ia juga takut dihakimi oleh orang lain atas apa yang telah ia lakukan yang membuat ia semakin meragukan orang lain bahwa mereka selalu memiliki pandangan buruk tentang TZ.

12) Dampak Perasaan Lega

Dampak positif yang dirasakan oleh TZ adalah membuatnya merasa lega, membantunya untuk tidur nyenyak, dan dapat membuat ia merasa lebih berenergi di pagi harinya. Setelah melakukan *self injury*, ia juga merasa tidak perlu mengkomunikasikan permasalahannya dengan orang lain, tidak ingin membuat orang lain merasa beban atas masalahnya.

4.3.3.5. Hasil Triangulasi

KA adalah salah satu teman dekat subjek sejak SMA, mereka bersekolah di sekolah yang sama. KA juga mengetahui perilaku *self injury* yang dilakukan oleh TZ. Perilaku *self injury* yang TZ lakukan yang diketahui oleh KA adalah memukul kepalanya sendiri dan juga *cutting*. Menurut KA, TZ adalah pribadi yang suka menarik diri dari lingkungannya dan tidak banyak bercerita, terlebih saat setelah TZ melakukan *cutting*.

Setelah TZ melakukan *cutting*, TZ akan menjauhkan diri dari orang lain yang berusaha mendekatinya, menghindari interaksi dengan orang lain. Permasalahan yang sering diceritakan oleh TZ kepada KA adalah tentang permasalahan teman dan keluarga. Menurut KA, TZ sering menyalahkan dirinya sendiri atas kesalahan yang belum tentu kesalahan TZ. Selain itu, TZ juga sering bercerita bahwa ia tidak mampu memenuhi

keinginannya, masalah kecil yang tidak sesuai dengan apa yang orang tuanya inginkan. Hal itu yang membuat TZ sering menyalahkan dirinya sendiri hingga harus menghukum dirinya sendiri karena merasa pantas untuk dihukum.

KA mengungkapkan bahwa hubungan TZ dengan keluarganya saat ini sedang baik-baik saja bahkan ia juga menceritakan bagaimana kedekatan antara kakak-kakak TZ dengan TZ. Permasalahan yang sering TZ ceritakan pada KA adalah permasalahan pertemanan semasa kuliah yang tidak sehat atau *toxic*. Menurut KA, TZ melakukan *cutting* pertama kali ketika kuliah karena mengetahui hal tersebut dari temannya semasa kuliah. TZ merasa mendapat teman yang sama karena sama-sama melakukan *cutting*, hal itu membuat TZ termotivasi untuk melakukan *cutting*.

KA mengetahui bahwa TZ pernah mengalami kekerasan fisik yang didapatnya semasa kecil dari orang tuanya terutama Ayahnya, yaitu memukul dan sering memarahi TZ. TZ juga bercerita pada KA mengenai kekerasan emosional yang pernah dialaminya yaitu perasaan tertekan karena kesalahan-kesalahan kecil atau kesalahan yang bukan merupakan kesalahan TZ.

4.3.3.6. Analisis Subjek 3

TZ adalah seorang perempuan berusia 21 tahun dan melakukan *self injury* pertama kali ketika ia memasuki masa perkuliahan. Perilaku *self injury* yang ia lakukan adalah memukul-mukul kepalanya dengan keras hingga menyayat pergelangan tangannya (*cutting*). TZ melakukan *self injury* bertujuan untuk membuatnya merasa lega dan agar dapat tidur nyenyak. TZ

tumbuh di keluarga yang cukup harmonis, TZ dengan kakak-kakaknya juga memiliki kedekatan yang cukup baik. Namun, orang tua TZ sering memberikan perlakuan kasar secara fisik terhadap TZ. Orang tua TZ sering sibuk dengan pekerjaannya begitu pula kakak-kakaknya.

Dalam keluarga TZ, kebiasaan berbagi cerita atau mengungkapkan perasaan dan emosi negatif bukanlah hal yang wajar. Mengungkapkan perasaan dan emosi negatif menakutkan untuk dilakukan bagi TZ karena TZ sering mendapat pengabaian ketika bercerita, tidak ingin merasa membebani orang lain dan mendapat respon yang tidak baik dari keluarganya. Semasa kecil TZ pernah mendapat beberapa perlakuan kekerasan baik secara fisik dan emosional. Kekerasan fisik pernah dialami TZ yang berasal dari Ayahnya.

Perilaku yang keras seperti memukul, memarahi secara berlebihan oleh orang tua TZ sering dilakukan hanya karena TZ melakukan kesalahan kecil seperti bangun kesiangan, atau melakukan kecerobohan kecil yang dilakukan TZ. Hal tersebut membuat TZ sering merasa menyalahkan dirinya sendiri atas kesalahan yang belum tentu menjadi kesalahannya, bahkan hingga saat ini TZ masih sering teringat dengan perlakuan kasar yang dilakukan oleh Ayahnya. TZ sudah menormalkan bentuk kekerasan yang ia dapat sebagai sesuatu yang layak dan pantas ia peroleh dari Ayahnya. Kekerasan emosional yang pernah dialami TZ adalah pengabaian dari orang tuanya seperti orang tuanya membiarkan TZ untuk menghadapi masalahnya sendiri.

Pengabaian dari orang tua TZ membuat TZ merasa sendirian dan membuat ia merasa harus memperlakukan dirinya keras, dan membuatnya sulit untuk membuka diri pada orang lain yang ingin memberi bantuan. Terkadang TZ merasa bahwa setiap kesalahan yang ia perbuat harus

mendapatkan hukuman, hal itulah yang membuat ia sering menyalahkan dirinya sendiri dan tidak mau menerima bantuan dari orang lain.

Memasuki masa dewasa awal, permasalahan TZ yang sering dialami adalah permasalahan pertemanan dan keluarga yang berujung menyalahkan dirinya sendiri. TZ sering memiliki permasalahan dengan teman kuliahnya menurut teman dekat TZ. TZ juga ingin mengungkapkan atau bercerita tentang permasalahan yang sering ia hadapi namun ia takut untuk menceritakannya dengan orang tuanya karena takut disalahkan, diabaikan dan TZ juga sudah membentengi dirinya sendiri dengan keluarganya.

TZ merasa bahwa ia sudah harus bisa menyelesaikan permasalahannya sendiri hingga merasa pantas untuk dihukum oleh dirinya sendiri atas permasalahan yang ia miliki. Melakukan *self injury* merupakan salah satu cara TZ untuk merasa lega dan lari dari permasalahannya, juga bentuk TZ menghukum dirinya sendiri.

Proses TZ mengetahui *self injury* pertama kali adalah dari teman dekatnya semasa SMP. Ia merasa memiliki kesamaan dari perasaan dan permasalahan yang temannya miliki sehingga TZ merasa bahwa perilaku *self injury* adalah hal yang tepat untuk dilakukan. TZ juga mengetahui perilaku *self injury* dari film yang pernah ia tonton dan memiliki permasalahan yang sama dengan TZ. Beberapa hal tersebut yang memberi TZ motivasi dan merasa bahwa perilaku *self injury* adalah bentuk *coping stress* yang normal dan wajar. Beberapa faktor muncul sebagai pemicu TZ melakukan *self injury* berasal dari peniruan atau *modelling* dari teman dan melalui media film, juga terdapat faktor pendukung yang muncul yaitu trauma kekerasan fisik, emosional, dan lingkungan keluarga.

4.3.3.7. Intensitas Tema

Tabel 4.8. Intensitas Tema Subjek 3

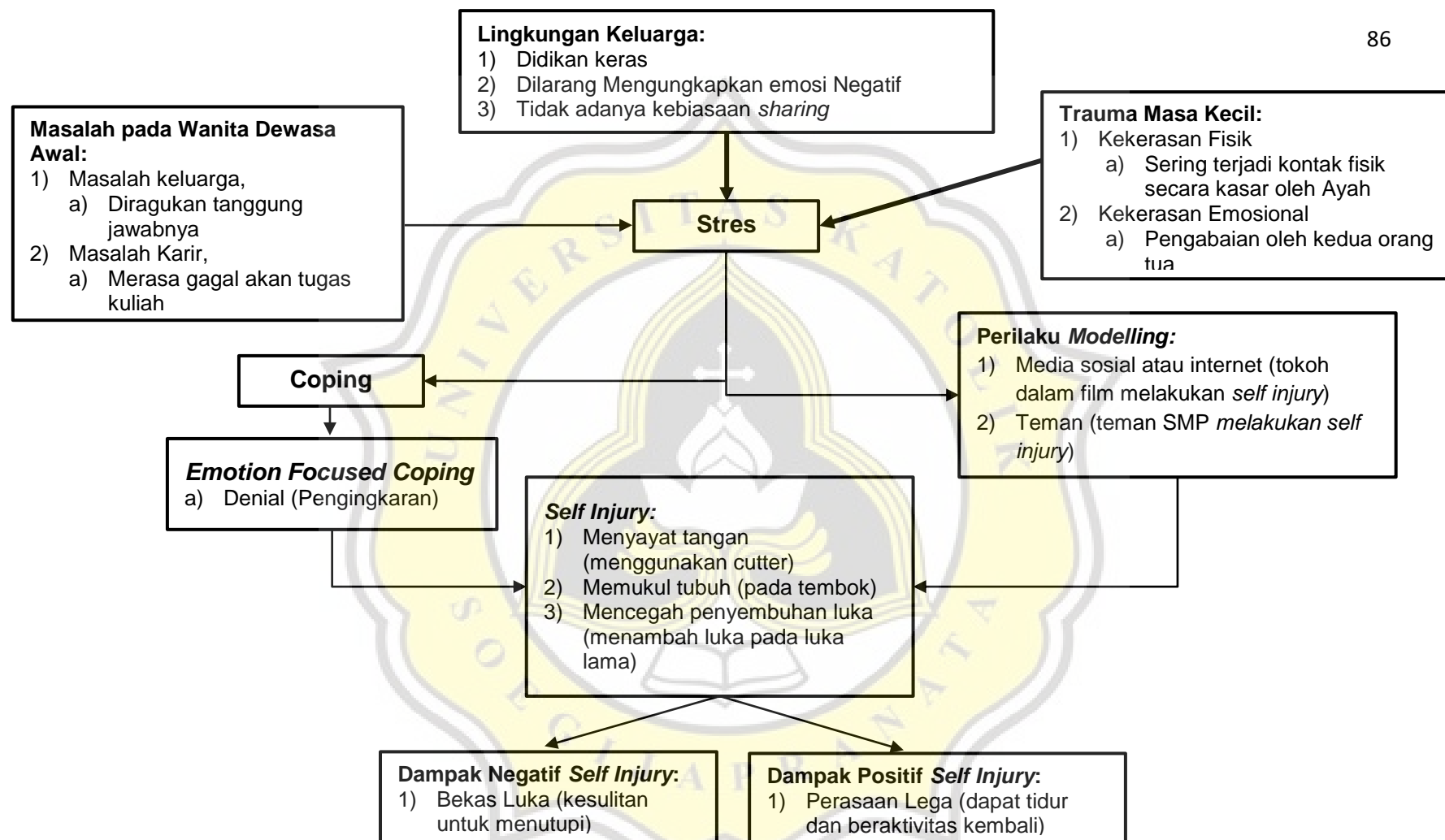
Tema	Coding	Intensitas
Masalah Pada Wanita Dewasa Awal		
Percintaan	A1	-
Keluarga	A2	+
Karir	A3	+
Pertemanan	A4	+
Modelling		
Teman	M1	+
Keluarga	M2	-
Media	M3	+
Bentuk <i>Self-Injury</i>		
Menggaruk dengan Kuku	B1	-
Menyayat Tangan	B2	+
Memukul Tubuh	B3	+
Menggigit Bagian Tubuh	B4	-
Menarik Rambut	B5	-
Mencegah Penyembuhan Luka	B6	+
Membakar Kulit	B7	-
Menusukkan Benda Tajam	B8	-
Faktor-Faktor Pendukung <i>Self-Injury</i>		
Trauma Masa Kecil:		
1. Kekerasan Fisik	T1	++
2. Kekerasan Seksual	T2	-
3. Kekerasan Emosional	T3	+++
Lingkungan Keluarga	L	+++
Faktor Biologis:		
1. Riwayat Keluarga <i>Self-Injury</i>	R1	-
2. Riwayat Keluarga Bunuh Diri	R2	-
3. Riwayat Keluarga Depresi Klinis	R3	-
Dampak <i>Self-Injury</i> :		
1. Bekas Luka	D1	+
2. Stres Menurun	D2	-
3. Perasaan Lega	D3	+

Keterangan :

+ : Intensitas rendah

++ : Intensitas sedang

+++ : Intensitas tinggi



Bagan 4.3. Dinamika Terjadinya *Self Injury* pada Wanita Dewasa Awal Subjek 3