

LAPORAN PENELITIAN

KONSEP '*SELF*' PADA PELAKU *NON-SUICIDAL SELF-INJURY* (TINJAUAN *SELF* DALAM BUDAYA JAWA)



Oleh:

Erna Agustina Yudiati, SPsi. M.Si

NPP: 058.1.1995.184

Drs. Daniel Purwoko Budi Susetyo, M.Si

NPP: 058.1.1992.109

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG
2023

**HALAMAN PENGESAHAN
PENELITIAN INTERNAL UNIKA SOEGIJAPRANATA**

1. Judul Penelitian : Konsep ‘*Self*’ Pada Pelaku *Non-Suicidal Self-Injury* (Tinjauan *Self* dalam Budaya Jawa)
2. Nama Mitra Program : Pusat Psikologi Terapan Soegijapranata
3. Ketua Tim
 - a. Nama Lengkap : Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si
 - b. NPP/NIDN : 058.1.1995.184 / 0610087001
 - c. Jabatan Fungsional : Lektor
 - d. Program Studi : Psikologi
 - e. Perguruan Tinggi : UNIKA Soegijapranata, Semarang
 - f. Bidang Keahlian : Psikologi Klinis
 - g. Alamat Kantor : Jl. Pawiyatan Luhur IV / no. 1. Semarang
4. Anggota Tim
 - a. Jumlah Anggota : 1 Dosen
 - b. Nama Anggota./bidang keahlian : Drs. Daniel Purwoko Budi Susetyo, M.Si / Psikologi Sosial
 - c. Jumlah mahasiswa yang terlibat : -
 - d. Alamat Kantor : Jl.Pawiyatan Luhur IV, no. 1. Semarang
5. Lokasi Kegiatan
 - a. Wilayah Mitra : Jl.Pawiyatan Luhur IV, no. 1.
 - b. Kabupaten/Kota : Semarang
 - c. Propinsi : Jawa Tengah
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 0 Km
6. Luaran yang dihasilkan : *Call for Paper* di Konferensi Nasional, atau Publikasi ke Jurnal terakreditasi, misal : Psikohumaniora atau Jurnal Psikologi (jpsi) UGM 2023/2024
7. Jangka waktu pelaksanaan : 6 (enam) bulan
8. Biaya Total : Rp. 4.570.000;
 - a. Dana internal Unika : Rp. 4.570.000;
 - b. Dana institusi lain : Komputer, printer, mobil

Mengetahui:
Dekan/Ketua Program Studi,

Semarang, 25 September 2022
Ketua Tim Peneliti

Dr. Dra. Kristiana Haryanti, M.Si
NPP: 0615126701

Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si
NPP: 058.1.1995.184

Menyetujui,
Kepala LPPM

Dr. Berta Bakti Retnawati, M.Si
NPP: 05811998219

A. JUDUL

KONSEP '*SELF*' PADA PELAKU *NON-SUICIDAL SELF-INJURY* (TINJAUAN *SELF* DALAM BUDAYA JAWA)

B. RINGKASAN

Penelitian ini dilakukan pada pelaku *self-injury* atau *self-harm*, dimana pelaku merupakan remaja atau dewasa awal. Hal ini dikarenakan pelaku *self-injury* dari beberapa penelitian kebanyakan dilakukan oleh remaja atau orang dewasa. Penghalang utama bagi individu untuk melakukan tindakan NSSI adalah pandangan yang positif terhadap diri, yang disebut sebagai konsep diri. Konsep diri ini diawali dengan pembentukan dan pemahaman terhadap '*self*' itu sendiri. Konsep *self* atau diri sebagai pribadi maupun diri di lingkungan, sebagai bagian dari lingkungan sosialnya. Pembentukan '*self*' itu tidak terlepas dari pengaruh budaya, dan *self* merupakan salah satu komponen pembentuk identitas sosial. Penelitian ini akan mengeksplorasi konsep '*self*' dikaitkan dengan budaya Jawa pada pelaku NSSI.

Subjek penelitian ini adalah remaja atau orang dewasa awal yang merupakan pelaku *self-injury*, dan bersedia menjadi subjek penelitian. Subjek didapatkan dari klien-klien konsultasi yang datang ke Pusat Psikologi Terapan Soegijapranata di Semarang. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Analisa data yang digunakan adalah analisa data kualitatif, model Miles dan Huberman, yang terdiri dari tiga alur kegiatan yaitu : reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keenam subjek pelaku *self-injury* memiliki pandangan terhadap diri yang negative, seperti menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan, dan tidak berguna, tidak mampu menghadapi masalah, menganggap dirinya tidak menarik, tidak beruntung, tidak disukai dan tidak disayangi oleh keluarga atau teman. Pandangan yang negative terhadap dirinya ini menjadikan pelaku *self-injury* memiliki konsep diri yang negative dan akan disertai dengan emosi yang negative juga. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Yatman (2004), bahwa wong Jawa iku nggone rasa. Dalam budaya Jawa, pemahaman teoritis tentang *self* pada orang Jawa dirumuskan mengacu pada pandangan Baron dan Byrne, bahwa *self* terkait dengan etnisitasnya dalam hal ini etnis Jawa disebut sebagai social *self* yang dibentuk dari hubungan interpersonal dan dari keanggotaannya pada kelompok etnisnya. Ketidakmampuan untuk menciptakan keselarasan sosial dan interpersonal dianggap sebagai kekurangan, bahkan penyimpangan dan digolongkan kedalam pribadi yang tidak sehat (pribadi yang mengalami gangguan mental).

C. HASIL PELAKSANAAN PENELITIAN

Penelitian dilakukan pada enam subjek yang memenuhi kriteria yang sudah peneliti tetapkan, dan keenam subjek memiliki kasus yang sama, yaitu melakukan perilaku *self-injury* atau *self-harm*. Berdasarkan hasil wawancara pada subjek penelitian, didapatkan data bagaimana subjek memandang dirinya.

Tabel 1. Pandangan subjek mengenai dirinya

| No. | Nama | Usia | Status | Pandangan mengenai diri |
|-----|------|-------|-----------|---|
| 1. | ND | 16 th | Pelajar | Menganggap orang lain tidak menyukai atau menyayangi dirinya; menganggap dirinya tidak beruntung karena keluarganya 'broken'; tidak mampu menghadapi dan menyelesaikan masalah. |
| 2. | PR | 20 th | Mahasiswa | Menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan, dan tidak berguna; ketika terjadi sesuatu pada diri maupun keluarganya, PR menganggap itu karena kesalahannya. |
| 3. | KZ | 20 th | Mahasiswa | Menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan; menganggap dirinya berbeda dari saudara dan teman-temannya. |
| 4. | AL | 21 th | Mahasiswa | Menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan, dan tidak berguna; tidak mampu menghadapi masalah; memandang masa depannya tidak jelas. |
| 5. | SZ | 20 th | Bekerja | Menganggap dirinya tidak menarik; keberadaan dan hasil kerjanya tidak diakui oleh orangtua, keluarga dan teman; menganggap orang lain tidak menyukai atau menyayangi dirinya. |
| 6. | IV | 19 th | Mahasiswa | Menganggap dirinya berbeda dengan teman-temannya; teman-temannya tidak sepeham dengan pemikirannya, sehingga ia dianggap aneh dari pemikiran, sikap dan bicaranya; |

menganggap dirinya tidak berguna, dan berpikiran dirinya ada di lingkungan yang salah.

Berdasarkan hasil wawancara keenam subjek terkait dengan pandangan mengenai dirinya, dapat disimpulkan bahwa pelaku self-injury tersebut memiliki kesamaan pandangan mengenai dirinya, yaitu : menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan, dan tidak berguna; menganggap dirinya berbeda dengan orang lain; menganggap orang lain tidak menyukai atau tidak menyayangi dirinya, sehingga pandangan ke masa depan pun tidak jelas.

Ketika ditelaah lebih lanjut mengenai konsep 'self', maka dapat dikatakan bahwa penggambaran diri sebagai 'The I' dan 'The Me', dari ketiga aspek 'Me' yang terlihat pada keenam subjek hanya dua aspek, yaitu : a) Aspek material (*Material Self*) : tubuh dan barang milik. b) Diri sosial (*Social Self*) : kesadaran tentang bagaimana seseorang dilihat oleh orang lain; sedangkan aspek ketiga masih belum dipikirkan atau belum ada dalam pandangan subjek yang melakukan self-injury, yaitu : c) Diri Spiritual (*Spiritual Self*) : kepribadian dan aspirasi psikologis seseorang. Dengan demikian, ada ketidakseimbangan dalam memandang diri, dan hal tersebut akan lebih mempermudah seseorang untuk merusak diri, dengan melukai diri sendiri, sebagai manifestasi *material self* dan *social self* yang tidak baik, tidak sesuai dengan yang diharapkan. Jadi dapat disimpulkan bahwa konsep self pada pelaku non-suicidal self-injury adalah segala anggapan, perasaan, sikap dan keseluruhan psikologis yang dirasakan mengenai diri orang yang berperilaku secara sadar dan disengaja menimbulkan cedera atau berpotensi untuk menimbulkan luka pada dirinya sendiri.

Adapun emosi-emosi negative yang menyertai pandangan mengenai diri pada keenam subjek dapat dilihat pada tabel di bawah :

Tabel 2. Emosi dan perilaku negative pada subjek

| Nama | Emosi negative yang muncul | Perilaku yang terjadi |
|-------------|--|---|
| ND | Insecure, galau, bingung | Tidak mau sekolah, pergi dari rumah, melukai diri sendiri |
| PR | Takut, gelisah, sering merasa bersalah | Menyelakai diri sendiri, melukai jari-jari tangan |
| KZ | Panik, cemas | Melukai diri sendiri |

| | | |
|----|--|--|
| AL | Cemas, sedih, bingung, merasa kesepian | Menarik diri dari pergaulan, melukai diri sendiri |
| SZ | Marah, benci, cemas berlebihan, takut, insecure, mood tidak beraturan, galau | Menarik diri dari pergaulan, senang menyendiri, melukai diri sendiri |
| IV | Marah, kecewa, sedih, insecure, cemas, bingung | Malas kuliah, menjauh dari teman-temannya, melukai diri sendiri |

Ketika membahas self atau diri pada pelaku self-injury dalam konteks budaya Jawa, maka sebagaimana yang dikemukakan oleh Yatman (2004), bahwa wong Jawa iku nggone rasa. Rasa memiliki makna yang sangat luas mulai dari pengindraan sampai hidup itu sendiri, lebih dari makna dari feeling, emotion, sentimentality, lust, mood ataupun sensation. Rasa dipahami sebagai substansi yang mengalir alam sekalis, artinya ia berupa suasana pertemuan antara 'jagad gedhe' dan 'jagad cilik'. Terdapat tiga bentuk rasa, yaitu (1) Rasa Pangrasa, yaitu rasa badan wadhag, seperti dihayati seseorang melalui indranya (rasa pedas, rasa gatal dan sebagainya), kemudian rasa yang hadir dalam kebadanan seseorang seperti rasa sakit, rasa enak. (2) Rasa Rumangsa, yaitu rasa eling, rasa cipta dan rasa grahita. (3) Rasa Sejati, yaitu rasa yang masih mengenal rasa yang merasakan dan rasa yang dirasakan, seperti rasa damai, rasa bebas, rasa abadi.

Ketiga bentuk rasa tersebut pada pelaku self-injury dirasakan sebagai bentuk emosi yang tidak menyenangkan, sehingga 'rasa pangrasa' pada dirinya adalah sakit, tidak enak; sedangkan 'rasa rumangsa' yang belum terbentuk, sehingga memunculkan rasa tidak puas, rasa kecewa; dan akhirnya 'rasa sejati' juga belum dimiliki, sehingga yang dirasakan kegalauan, tidak tenang, merasa terbebani, rasa yang menjadikan diri tidak berdaya.

Kepribadian dalam konteks budaya Jawa dipahami sebagai 'dhiri' (self), yaitu akumulasi dimensi lahir dan batin diri manusia. Kepribadian merupakan hal yang nampak sebagai 'dhiri' yang terbentuk melalui perpaduan antara proses-proses impersonal. 'Dhiri' yang nampak adalah jumlah keseluruhan dari bagian-bagian tubuh, yakni pikiran, penginderaan, hawa nafsu, dan ingatan. Apa yang nampak dalam 'dhiri lahir' merupakan sinkronisasi yang ada dalam 'dhiri batin'. Dengan demikian, bagi orang Jawa kepribadian sehat adalah kesempurnaan dalam dimensi lahir dan dimensi batin (Magnis-Suseno, 2001).

Cara untuk mencapai keadaan jiwa yang sehat dalam konteks budaya Jawa adalah dengan meniadakan faktor-faktor yang tidak sehat dengan kutub yang sebaliknya sebagaimana yang dilakukan oleh Abhidhamma (Lindzey dan Hall, 1993). Faktor sehat yang terpenting dalam konteks budaya Jawa adalah penguasaan rasa sebagai bentuk pemahaman

terhadap diri (insight), sebagai lawan dari delusi yaitu pemahaman yang tidak benar dengan perilaku nguja hawa nafsu. Kedua faktor ini dalam diri manusia tidak muncul dalam keadaan bersamaan, tetapi akan muncul satu persatu dan saling menentang.

Kelompok faktor tidak sehat yang terdiri dari jail, srei (iri hati), tamak, owel, ora duwe isin, grusa-grusu, ora kuat godho, adigang-adigung adiguna, blenjanji janji, dan kecerobohan dilawan oleh faktor-faktor legawa, rila lan narima ing pandum, dermawan, ashoring manah, setiti ati-ati, tatag, semanak, tepa salira, temen dan kaprayitnan. Sikap-sikap ini mencerminkan ketenangan secara fisik dan rasa yang terjadi karena berkurangnya perasaan-perasaan yang dirasakan mengikat. Faktor tidak sehat jail, tamak, owel, ora duwe isin, grusa-grusu, ora kuat godho dapat menyebabkan seseorang ingin menguasai segalanya dan kehidupan yang berorientasi materialistik. Namun sebaliknya, faktor-faktor sehat legawa, rila, narima ing pandum, setiti ati-ati, tatag, temen dan kaprayitnan akan membuat diri seseorang melakukan petung atau perhitungan yaitu menimbang-nimbang apa keuntungan dan kerugian yang akan diperoleh. Faktor-faktor ini pula yang akan menetralsir diri sehingga akan berfikir dengan ketenangan, ketentraman, dan akan melakukan penentuan pilihan kehidupan dengan kematangan, serta berpikir dan bertindak secara leluasa dan menekan keadaan-keadaan seperti depresi. Faktor-faktor sehat ini menyebabkan seseorang memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri secara fisik dan psikhis terhadap keadaan-keadaan (aku, alam dan Tuhan) yang terus mengalami dinamisasi kehidupan. Secara implementatif dalam diri manusia, faktor-faktor sehat dan tidak sehat dalam konteks budaya Jawa meliputi factor kognitif dan faktor afektif.

Berpijak pada pandangan Matsumoto (1994, 2004), yang menyatakan bahwa masyarakat Jawa mencerminkan interdependensi konsep diri yang kuat nampak pada pendidikan yang dilakukan secara turun temurun untuk selalu menyesuaikan diri dengan orang dalam suatu hubungan atau kelompok, membaca maksud orang, menjadi orang yang simpatik, menempati dan menjalani peran yang diberikan pada diri, dan bertindak secara pantas. Tugas kultural ini dijalani berpijak pada terciptanya keselarasan sosial dan interpersonal yang khas. Ketidakmampuan untuk menciptakan keselarasan sosial dan interpersonal dianggap sebagai kekurangan, bahkan penyimpangan dan digolongkan kedalam pribadi yang tidak sehat (pribadi yang mengalami gangguan mental).

Kesimpulan

1. Keenam subjek pelaku self-injury memiliki pandangan terhadap diri yang negative, seperti menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan, dan tidak berguna, tidak

mampu menghadapi masalah, menganggap dirinya tidak menarik, tidak beruntung, tidak disukai dan tidak disayangi oleh keluarga atau teman. Pandangan yang negative terhadap dirinya tersebut menjadikan pelaku self-injury memiliki konsep diri yang negative.

2. Konsep diri yang negative akan berdampak pada emosi yang negative juga, yang dalam pandangan budaya Jawa disebut 'Rasa', yang didalamnya ada tiga rasa, yaitu 'rasa pangrasa', 'rasa rumangsa' dan 'rasa sejati. Ketiga 'rasa' tersebut pada pelaku self-injury juga belum berkembang sebagaimana mestinya, sehingga 'rasa sejati' yang seharusnya menjadikan seseorang merasakan damai, tenang, rasa bebas, tidak dimiliki oleh keenam pelaku self-injury.
3. Ada ketidakseimbangan dalam memandang diri, dan hal tersebut akan lebih mempermudah seseorang untuk merusak diri, dengan melukai diri sendiri, sebagai manifestasi material self dan social self yang tidak baik, tidak sesuai dengan yang diharapkan.
4. Ketidakmampuan untuk menciptakan keselarasan sosial dan interpersonal dalam diri seseorang dapat dianggap sebagai kekurangan, atau penyimpangan, yang akan memengaruhi perkembangan pribadi yang tidak sehat, atau pribadi yang mengalami gangguan mental. Pribadi yang tidak sehat ini akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri, dan menghadapi permasalahan, sehingga dapat memunculkan tindakan menyakiti diri sendiri sebagai gambaran ketidakmampuan seseorang dalam menyatakan eksistensi dirinya.

D. STATUS LUARAN

| No. | Jenis Luaran | Deskripsi Luaran | Status/Progres |
|-----|---------------------|---|--------------------------------|
| 1. | Publikasi ke jurnal | Artikel yang akan dikirim ke jurnal terakreditasi | Artikel masih dalam penyusunan |
| | | | |

E. KENDALA PELAKSANAAN PENELITIAN

1. Kesulitan dalam mendapatkan subjek yang mau terbuka mengenai kondisinya dan perilaku self-injury.

2. Adanya faktor keengganan dari subjek untuk berusaha memperbaiki keadaan, meskipun ada kesadaran bahwa perilakunya tidak benar.
3. Keterbatasan waktu bertemu dengan masing-masing subjek.

F. RENCANA TINDAK LANJUT

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, peneliti ingin mengembangkan lebih lanjut mengenai usaha merubah konsep diri negative pada pelaku self-injury menjadi konsep diri yang positif. Hal itu dapat dilakukan dengan merancang intervensi yang berbasis pada budaya Jawa.

DAFTAR PUSTAKA

American Psychiatric Association.(2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Arington: American Psychiatric Publishing.

Armando, Nina M. (2014). Psikologi Komunikasi. Universitas Terbuka: Jakarta.

Feist, J. and Feist, G.J. (2010). Teori kepribadian, edisi 7 terjemah, Theories of Personality, Salemba Humatika Jakarta.

International Society For The Study of Self-Injury. (2018). "About Self-Injury". Diakses dari laman web <https://itriples.org/about-self-injury/what-is-self-injury> pada tanggal 27 Agustus 2021.

Klonsky, E. D., Victor, S. E., & Saffer, B. Y. (2014). Non-suicidal Self-Injury : What We Know, and What We Need to Know. The Canadian Journal of Psychiatry. 2014; 565-568.

Kohrta, Brandon A. , Ottmana, Katherine , Brickb, Catherine Panter , Konnerc, Melvin , Patel, Vikram. (2020). Why we heal: The evolution of psychological healing and implications for global mental health. Clinical Psychology Review journal homepage: www.elsevier.com/locate/clinpsychrev (2020)

Kruzan, Kaylee Payne, and Whitlock, Janis. (2019).Processes of Change and Nonsuicidal Self-Injury: A Qualitative Interview Study With Individuals at Various Stages of Change. Global Qualitative Nursing Research Volume 6: 1–15

Lewis, Stephen P., and Hasking, Penelope A. (2021). Understanding Self-Injury: A Person-Centered Approach/Memahami Self-injury. Psychiatric Services 2021; : 1 72 72 72 doi: 10.1176/appi.ps.202000396 – 3

Lundberg, Tove & Daukantaitė, Daiva. (2021). "What I couldn't do before, I can do now": Narrations of agentic shifts and psychological growth by young adults reporting discontinuation of self-injury since adolescence. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 16:1; 2021

Madjar, Nir and Daka, Doaa; Zalsman, Gil; Shoval, Gal. (2021). Depression symptoms as a mediator between social support, non-suicidal self-injury, and suicidal ideation among Arab adolescents in Israel. *School Psychology International* 2021, Vol. 42(4) 358–37

Miles, Mathew B., dan A. Michael Huberman. (1994). *An Expanded Sourcebook: Qualitative Data Analysis*. London: Sage Publications.

Nock, M. K. (2010). Self-Injury. *The Annual Review of Clinical Psychology*. 2010: 339-363

Nurwan, D. (2019). *Layanan Konseling Dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik Dalam Penyesuaian Diri Remaja*. UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Oates, Briony J. (2005). *Qualitative Data Analysis*. In *Researching information systems and computing* (p. 266-279). ChaptSage.

Saliyo. (2012). Konsep Diri dalam Budaya Jawa. *BULETIN PSIKOLOGI. FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS GADJAH MADA. VOLUME 20, NO. 1-2, 2012: 26 – 35*

Susetyo, B.DP., Widiyatmadi, E.H.M., Sudiantara, Y. (2014). KONSEP SELF DAN PENGHAYATAN SELF ORANG JAWA. *PSIKODIMENSIA* Vol 13, No 1 (2014). DOI: <https://doi.org/10.24167/psiko.v13i1>

Tiina Maria Miettinen, Tiina Maria; Marja Kaunonen, Marja; Kylmä, Jari; Rissanen, Marja-Liisa & Aho, Anna Liisa. *Issues in Mental Health Nursing* 42:10, 917-928 (2021). Experiences of Help From the Perspective of Finnish People Who Self-Harmed During Adolescence. *Issues in Mental Health Nursing* 42:10, 917-928 (2021)

Tresno, F., Ito, Y., & Mearns, J. (2012). Self-Injurious Behavior and Suicidal Attempt Among Indonesian College Students. *Death Studies*. 2012: 627-639.