

**KEBERMAKNAAN HIDUP PADA REMAJA DENGAN PERILAKU
SELF-INJURY DI KABUPATEN PEMALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada

**Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Guna Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi
(S.Psi)**



Murni Rusdiana

1707016050

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

2023



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : **KEBERMAKNAAN HIDUP PADA REMAJA DENGAN PERILAKU
SELF-INJURY DI KABUPATEN PEMALANG**

Penulis : Murni Rusdiana

NIM : 1707016050

Program studi : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam bidang Ilmu Psikologi.

Semarang, 13. Maret. 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Widiastuti, M. Ag.
NIP: 197503192009012003



Penguji II

Hj. Siti Hikmah, S. Pd., M. Si.
NIP: 197502052006042003

Penguji III

Wening Wihartati, S. Psi., M. Si.
NIP: 197711022006042004

Penguji IV

Dewi Khurun Aini, S. Pd. I., M. A.
NIP: 198605232018012002

Pembimbing I

Dra. Hj. Maria Ulfah, M. Si.
NIP: 19008071986122001

Pembimbing II

Hj. Siti Hikmah, S. Pd., M. Si.
NIP: 197502052006042003

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Murni Rusdiana

NIM : 1707016050

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**KEBERMAKNAAN HIDUP PADA REMAJA DENGAN PERILAKU
SELF-INJURY DI KABUPATEN PEMALANG**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 3 November 2022

Pembuat Pernyataan,



Murni Rusdiana
NIM:1707016050



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : *KEBERMAKNAAN HIDUP PADA REMAJA DENGAN PERILAKU
SELF-INJURY DI KABUPATEN PEMALANG*

Nama : Mumi Rusdiana

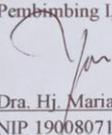
NIM : 1707016050

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,


Dra. Hj. Maria Ulfah, M. Si.
NIP 19008071986122001

Semarang, 13 Februari 2023
Yang bersangkutan


Mumi Rusdiana
1707016050



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : **KEBERMAKNAAN HIDUP PADA REMAJA DENGAN PERILAKU
SELF-INJURY DI KABUPATEN PEMALANG**

Nama : Mumi Rusdiana

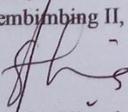
NIM : 1707016050

Jurusan : Psikologi

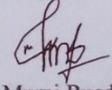
Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,


Hj. Siti Hikmah, S. Pd., M. Si.
NIP 19750205 200604 2 003

Semarang, 13 Desember... 2022
Yang bersangkutan


Mumi Rusdiana
1707016050

KATA PENGANTAR

Segala puji dan rasa syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah, Yang Maha Kuasa atas segala rahmat dan nikmat yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan rangkaian penelitian dan penyusunan skripsi dengan judul “Kebermaknaan Hidup pada Remaja dengan Perilaku *Self-Injury* di Kabupaten Pemalang”. Tak lupa pula shalawat serta salam senantiasa dihaturkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Penyusunan skripsi ini dilakukan untuk memenuhi sebagian persyaratan bagi mahasiswa program studi psikologi dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Penulis menyadari bahwa proses penyelesaian penelitian dan penulisan skripsi ini tidak luput dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan kali ini penulis ingin mengabadikan rasa terima kasih kepada diri sendiri dan pihak-pihak berikut:

1. Dra. Hj. Maria Ulfah, M.Si., selaku pembimbing I dan Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si., yang telah memberikan arahan sesuai tugas sebagai wali dosen sekaligus pembimbing II.
2. Seluruh dosen dan staf di Fakultas Psikologi dan Kesehatan, staf perpustakaan Provinsi Jawa Tengah serta staf perpustakaan pusat Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Bapak, Ibu, Mas, Mbak, serta keponakan-keponakan penulis yang telah memberikan dukungan dalam berbagai bentuk, dan mendoakan dalam keadaan apapun.
4. Para *lightworker* yang telah berbagi informasi dan secara tidak langsung membantu penulis untuk lebih stabil.
5. Teman-teman yang telah berjuang bersama sejak masa sekolah hingga saat ini (Rini, Hanifa, Riri, Khusnul, Dila).
6. Saudara seperjuangan selama di perantauan (Dita, Fikkri, Ummi, Mega, Arinie).
7. Seluruh informan yang terlibat dalam penelitian ini.

Akhir kata, terima kasih yang sedalam-dalamnya dan ungkapan maaf penulis sampaikan kepada keluarga besar, teman-teman, dan seluruh pihak yang tidak dicantumkan namanya. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi perbaikan dan kesempurnaan dalam karya tulis selanjutnya. Penulis berharap skripsi ini bermanfaat dan dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi diri sendiri, masyarakat, maupun akademis lain di kemudian hari. Aamiin.

Semarang, 3 November 2022

Penulis,



Murni Rusdiana

1707016050

MOTTO

“Ketetapan Allah pasti datang. Maka janganlah kamu meminta agar dipercepat kedatangannya...”

Q.S. An-Nahl:1

“Aku harus menikmati hidupku, karena tidak tahu kapan akan mati”

YSJ

“Hal terpenting dalam hidup bukanlah siapa yang memulai atau siapa yang menyelesaikannya terlebih dahulu, yang lebih penting adalah bagaimana upaya kita untuk menyelesaikannya”

Murni Rusdiana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
KATA PENGANTAR	vi
MOTTO	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xiv
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
1. Tujuan Penelitian	8
2. Manfaat Teoritis	8
3. Manfaat Praktis	8
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II: LANDASAN TEORI	12
A. Kebermaknaan Hidup	12
1. Definisi Kebermaknaan Hidup	12
2. Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup	13
3. Sumber-sumber Kebermaknaan Hidup	14
4. Faktor-faktor Kebermaknaan Hidup	15
5. Tingkat Pencapaian Kebermaknaan Hidup	17
6. Kebermaknaan Hidup dalam Perspektif Islam	18

B. Remaja	21
1. Definisi Remaja	21
2. Tugas Perkembangan Remaja	22
3. Perkembangan Remaja dalam Perspektif Islam	23
C. <i>Self-Injury</i>	24
1. Definisi <i>Self-Injury</i>	24
2. Karakteristik Pelaku <i>Self-Injury</i>	25
3. Faktor-Faktor <i>Self-Injury</i>	26
4. Dampak <i>Self-Injury</i>	27
D. Kebermaknaan Hidup pada Remaja dengan Perilaku <i>Self-Injury</i>	28
E. Kerangka Berpikir	31
 BAB III: METODE PENELITIAN	 32
A. Jenis Penelitian	32
B. Lokasi Penelitian.....	32
C. Sumber Data	33
D. Teknik Pengumpulan Data	34
E. Prosedur Analisis Data.....	36
F. Keabsahan Data	37
G. Sistematika Penulisan Skripsi	38
 BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 40
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	40
B. Deskripsi Informan	41
1. Informan 1	41
2. Informan 2	42
3. Informan 3	43
C. Temuan dan Analisis	46
1. Temuan Penelitian	46
2. Analisis Data	65

D. Pembahasan	67
BAB V: PENUTUP	77
A. Kesimpulan	77
B. Keterbatasan	78
C. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN 1	82
<i>Informed Consent</i>	83
Panduan Wawancara	87
Triangulasi Sumber	89
LAMPIRAN 2	90
Verbatim Wawancara Pertama	91
Horizalisasi Wawancara Pertama	101
LAMPIRAN 3	107
Verbatim Wawancara Lanjutan	108
Horizalisasi Wawancara Lanjutan.....	132
Verbatim <i>Significant Others</i>	149
Catatan Observasi	158
Dokumentasi	164
RIWAYAT HIDUP	165

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Pedoman Wawancara	34
Tabel 3.2. Pedoman Observasi	36
Tabel 4.1. Kriteria Informan	45
Tabel 4.2. Jadwal Penelitian	45
Tabel 4.3. Tingkat Kebermaknaan Hidup Remaja <i>Self-Injury</i>	62

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1. Kebermaknaan Hidup Remaja dengan Perilaku <i>Self-Injury</i>	31
Bagan 4.1. Kebermaknaan Hidup Informan 1	51
Bagan 4.2. Kebermaknaan Hidup Informan 2	56
Bagan 4.3. Kebermaknaan Hidup Informan 3	61
Bagan 4.4. Model Empiris Kebermaknaan Hidup Remaja dengan Perilaku <i>Self-Injury</i>	64

***The Meaning of Life in Adolescents with Self-Injury Behavior in
Pemalang Regency***

Abstract

The search for identity that occurs during adolescence can lead individuals to the formation of stable identities or identity confusion. Identity confusion can make individuals feel insignificant to difficulties in controlling emotions and socializing. One of the negative actions of adolescents as a form of emotional neglect is self-injury. Some teenagers with self-injury behavior can slowly get through their hard times well. This is caused by the existence of encouragement from within adolescents to survive. The meaning of life as one of the motivations in carrying out life is important to understand so that adolescents are able to live their lives better. This study aims to provide an overview regarding the level of meaningfulness of life based on the experiences that have been passed by adolescents with self-injury behavior in Pemalang regency. The type of research used is qualitative with a descriptive phenomenological approach. The study was conducted on three adolescent with self-injury behavior. All informant in this study were selected according to predetermined criteria. Semi-structure interview and observation were used as data collection techniques during the study. The data that has been obtained is then analyzed and presented in a descriptive form. Based on the experiences, the three informants in this study had gone through the phases of suffering, acceptance, and discovery of meaning. At the time this research was conducted, the three of them had not yet reached the meaningful life phase.

Keywords: *Meaning of life, adolescence, self-injury*

Kebermaknaan Hidup pada Remaja dengan Perilaku *Self-Injury* di Kabupaten Pemalang

Intisari

Pencarian jati diri yang terjadi pada saat remaja dapat mengarahkan individu pada pembentukan identitas yang stabil atau identitas yang kacau. Kekacauan identitas dapat membuat individu merasa dirinya tidak berarti hingga kesulitan dalam mengendalikan emosi maupun bersosialisasi. Salah satu tindakan negatif remaja sebagai bentuk penyaluran emosi yaitu *self-injury*. Sebagian remaja dengan perilaku *self-injury* secara perlahan dapat melewati masa-masa sulitnya dengan baik. Hal tersebut disebabkan oleh adanya dorongan dari dalam diri remaja untuk tetap bertahan. Kebermaknaan hidup sebagai salah satu motivasi dalam menjalankan kehidupan penting untuk dipahami agar remaja mampu menjalankan kehidupannya dengan lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran terkait tingkat kebermaknaan hidup berdasarkan pengalaman yang telah dilalui remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pemalang. Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis deskriptif. Penelitian dilakukan pada tiga orang remaja dengan perilaku *self-injury*. Seluruh informan pada penelitian ini dipilih sesuai kriteria yang telah ditentukan. Wawancara semi terstruktur dan observasi digunakan sebagai teknik pengumpulan data selama penelitian. Data yang telah didapatkan kemudian dianalisis serta disajikan dalam bentuk deskriptif. Berdasarkan pengalaman yang disampaikan, ketiga informan pada penelitian ini telah melalui fase penderitaan, penerimaan, dan penemuan makna. Pada saat penelitian ini dilakukan ketiganya belum mencapai fase hidup bermakna.

Kata kunci: Kebermaknaan hidup, remaja, menyakiti diri

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Di dalam siklus kehidupannya manusia mengalami proses perkembangan. Proses perkembangan manusia umumnya melalui beberapa fase yang dapat dikenali dengan batas waktu tertentu. Pada setiap batas tahap perkembangannya, terjadi perubahan di berbagai aspek. Aspek yang meliputi perubahan tersebut diantaranya yaitu aspek biologis, fisik, psikologis, moral dan sosial (Fauzian, 2020:168).

Salah satu fase yang dilalui manusia pada tahap perkembangannya yaitu fase remaja. Fase remaja dikenal sebagai fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Menurut Erikson (1968), fase remaja dibagi menjadi tiga tahapan, yaitu: masa remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir. Erikson menggolongkan perkembangan remaja dimulai sejak usia 12 tahun dan berakhir pada usia 20 tahun (Fauzian, 2020:90-91).

Tugas-tugas perkembangan yang dihadapi oleh individu dengan usia remaja akan berbeda dengan saat kanak-kanak. Pada remaja pertengahan terjadi perkembangan fisik, munculnya ketertarikan pada lawan jenis, serta kematangan dalam pemikiran. Berbagai perubahan yang terjadi pada masa tersebut dapat meningkatkan stres serta mempengaruhi kehidupan di masa kini hingga masa depan. Ketika memasuki fase ini, manusia juga akan dihadapkan pada berbagai hal yang terkait dengan identitas dirinya.

Pencarian jati diri yang terjadi pada saat remaja dapat mengarahkan individu pada pembentukan identitas yang stabil atau identitas yang kacau. Apabila dalam pengambilan keputusannya tidak disertai tanggung jawab, maka hal tersebut akan berdampak pada kekacauan identitas. Terjadinya kekacauan identitas dapat membuat remaja mudah merasa cemas, bimbang, dan hampa. Sementara ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalah dapat menimbulkan perasaan sedih, marah, putus asa, kecewa, depresi, maupun dendam.

Ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalah tidak hanya memunculkan emosi *negative*, namun juga dapat memicu remaja untuk melakukan hal-hal yang membahayakan diri sendiri. Tindakan tersebut dilakukan dengan dalih untuk menyalurkan emosi. Salah satu tindakan negatif remaja sebagai bentuk penyaluran emosi yaitu *self-injury*. Istilah *self-injury* umumnya dikenal dengan perilaku menyakiti atau melukai diri sendiri. Selain istilah *self-injury*, terdapat beberapa istilah yang juga digunakan untuk menyebut perilaku menyakiti diri sendiri, diantaranya seperti istilah *self harm*, *non suicidal self harm* (NSSH), *deliberate self harm*, *self mutilation*, dan *non suicidal self-injury* (NSSI) (Hidayati & Muthia, 2015, p. 185).

Klonsky (2011) telah melakukan sebuah penelitian tentang *self-injury* menggunakan sejumlah 439 partisipan dari 48 negara bagian Amerika. Partisipan yang terlibat terdiri dari rentang usia 19 hingga 92 tahun. Perilaku *self-injury* lebih banyak dilaporkan oleh individu yang tergolong dalam usia muda dibandingkan orang dewasa. *World Health Organization* (2017) mengemukakan bahwa penyebab utama pada masalah kesehatan mental individu di masa remaja dapat terjadi karena adanya perubahan bentuk fisik, perilaku, dan psikis (Guntur, Dewi, & Ridfah, 2021, p. 43). Gangguan kesehatan mental yang terjadi sejak awal perkembangan masa remaja dapat berlanjut hingga masa dewasa.

Pada umumnya *self-injury* cenderung dilakukan pertama kali ketika memasuki masa remaja. Fakta tersebut didukung oleh pernyataan dari Brown dan Plener (2017) yang mengemukakan bahwa masalah kesehatan mental yang umum terjadi di kalangan remaja adalah *self-injury*. Pada tahun 2018 *American Psychological Association* (APA) melakukan penelitian dengan judul "*Stress in America: Generation Z*" menyebutkan bahwa individu yang memasuki usia 15-21 tahun memiliki kesehatan mental terburuk dibandingkan dengan generasi lainnya (American Psychological Association, & American Psychological Association, 2018).

Penelitian yang dilakukan lembaga survei YouGov (2019) mengungkapkan bahwa sekitar 45% kalangan muda Indonesia pernah melukai

dirinya sendiri secara sengaja. Anak muda di Indonesia enam kali lebih rentan mengalami masalah kesehatan jiwa daripada orang berusia 45 tahun ke atas. Masalah kesehatan jiwa yang menjadi penyebab paling umum diantaranya yaitu kecemasan, dengan persentase sebesar 69%. Kecemasan remaja dapat bersumber dari dalam diri maupun dari luar individu. Salah satu penyebab dari luar individu adalah kecemasan akademik. Putwain, Connors, dan Symes (2010) menyampaikan bahwa kecemasan akademik akan memengaruhi 3 aspek dalam diri anak, yaitu: kognitif, fisiologis-afektif dan perilaku (Firmantyo & Alsa, 2016, p. 4). Selain kecemasan, depresi juga menjadi salah satu penyebab paling umum dengan persentase sebesar 58%. Hasil tersebut didapatkan dari survei yang dilakukan oleh YouGov Omnibus pada 1.018 orang Indonesia.

Pada acara *symposium suicide* 2019 di Universitas Airlangga, salah seorang spesialis kesehatan jiwa di RSUD Dr. Soetomo, yakni dokter Yunias Setiawati mengutarakan fakta bahwa rata-rata terdapat sepuluh pasien remaja yang datang dalam waktu satu minggu. Pasien remaja tersebut datang dengan riwayat pernah membenturkan diri ke tembok, tangan sudah memiliki luka gores, ataupun luka cakar. *Self-injury* yang dilakukan merupakan bentuk dari pelampiasan atau penyaluran emosi yang terlalu menyakitkan dan sulit diungkapkan dengan kata-kata. WHO (2014) melaporkan bahwa salah satu penyebab utama dari kematian pada remaja adalah kasus *self-injury* (Guntur, Dewi, & Ridfah, 2021, p. 43).

Pada bulan Mei 2021, komunitas pencegahan bunuh diri remaja Indonesia, *Into the Light* berkolaborasi dengan *Change.org Indonesia*. Keduanya bekerja sama mengadakan sebuah riset yang bertujuan untuk menggali keadaan psikis dan pemanfaatan layanan kesehatan mental masyarakat Indonesia. Survei dilakukan dengan mengajukan pertanyaan terkait pikiran bunuh diri. Melalui survei tersebut komunitas *Into the Light* dan *Change.org* berharap orang yang memiliki keinginan melukai diri sendiri akan lebih terbuka mengenai masalahnya sehingga dapat ditindaklanjuti. Berdasarkan survei, 2 dari 5 orang yang berpartisipasi menyatakan dirinya

berpikiran untuk menyakiti diri sendiri atau bunuh diri. Pemikiran untuk melukai diri sendiri yang dirasakan muncul karena kesepian akibat anjuran untuk tetap di rumah selama masa pandemi.

Walsh (2007) mengemukakan lima faktor yang memungkinkan individu untuk melakukan *self-injury*. Pertama, faktor lingkungan yang meliputi: kehilangan hubungan, konflik interpersonal, isolasi sosial dan insiden yang dapat menjadi pemicu trauma. Kedua, yang membuat seseorang cenderung menyakiti dirinya sendiri dapat disebabkan oleh faktor biologis. Kelainan ini termasuk dalam kelainan sistem *limbic*. Sistem limbik terlibat dalam pemrosesan dan pengaturan emosi serta respon tubuh terhadap stres. Kerusakan pada sistem limbik dapat menyebabkan seseorang mengalami depresi, *obsessive compulsive disorder*, *autism*, *epilepsy*, hingga *dementia*.

Faktor ketiga yang memungkinkan individu untuk melakukan *self-injury* adalah kognitif, berupa pemikiran yang dapat menjadi pemicu perilaku menyakiti diri sendiri. Faktor kognitif mencakup pemaknaan negatif terhadap peristiwa yang terjadi, dan ingatan yang berkaitan dengan trauma yang pernah dialami. Individu akan memiliki kecenderungan untuk mengingat pengalaman tidak menyenangkan di masa lalu yang dianggap sebagai penyebab traumanya (Indirasari, Purba, & Anindita, 2019, p. 2). Keempat, yaitu perilaku yang mengarah pada tindakan yang dapat memicu seseorang untuk menyakiti dirinya. Pemicunya adalah hal-hal yang dapat membuat seseorang merasa layak mendapatkan hukuman. Terakhir adalah faktor perasaan negatif seperti rasa tertekan, panik, kecemasan, kemarahan, depresi, malu, rasa bersalah, dan kebencian.

Pada pertengahan bulan Mei 2022, peneliti telah melakukan penelitian awal pada beberapa remaja perempuan tingkat sekolah menengah atas di Kabupaten Pematang. Hasilnya, empat dari delapan remaja perempuan yang berpartisipasi, pernah dengan sengaja menyakiti diri sendiri. Tiga orang diantaranya telah melakukan lebih dari tiga kali tindakan yang menyakiti diri sendiri. Sementara satu remaja lainnya pernah menyakiti diri dengan sengaja sebanyak satu kali.

Berdasarkan wawancara awal yang telah dilakukan, didapatkan hasil terkait bentuk tingkah laku *self-injury* yang pernah dilakukan dan beberapa faktor yang membuat remaja melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Sebagian besar tindakan menyakiti diri yang dilakukan oleh subjek adalah dengan memukul kepala dan memukul-mukul tembok. Perilaku tersebut dilakukan sebagai salah satu bentuk penyaluran atas perasaan tertekan atau stress. Remaja-remaja yang bersangkutan merupakan remaja yang merasa dirinya lebih suka memendam masalahnya. Faktor-faktor yang menjadi penyebab munculnya keinginan menyakiti diri sendiri ini didominasi oleh tekanan dari keluarga, lingkungan masyarakat, teman sebaya, serta anggapan bahwa dirinya tidak berguna dan merasa gagal dalam melakukan sesuatu.

Tindakan *self-injury* dapat menimbulkan dampak positif dan negatif. Berdasarkan pengakuan dari informan di lapangan, tingkah laku menyakiti diri yang dilakukan dengan memukul-mukul tembok maupun memukul kepala dengan tangan kosong hanya meninggalkan bekas kemerahan sesaat. Para pelaku *self-injury* merasakan dampak jangka pendek berupa sakit fisik dan disaat yang sama juga merasa lega karena emosinya tersalurkan. Sementara dampak negatif lain dari *self-injury* yang dirasakan sejauh ini yaitu munculnya rasa bersalah, rasa malu atas tindakan tersebut, dan perasaan lega yang tidak bertahan lama.

Pada kesempatan wawancara 11 Juni 2022, remaja dengan inisial A mengaku bahwa hingga saat ini dirinya masih melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Meskipun demikian, intensitas perilaku *self-injury* yang dilakukannya saat ini sudah tidak sesering sebelumnya. Hasil wawancara tersebut menunjukkan adanya keterkaitan antara *self-injury* dengan kebermaknaan hidup individu. Beban dan masalah yang dihadapi seorang remaja dapat membuat dirinya merasa tidak berguna, tertekan, hingga melakukan tindakan menyakiti diri sendiri. Remaja yang mengalami kesulitan serupa namun memiliki keinginan untuk bertahan akan mulai merasakan proses pendewasaan. Selain itu, kesadaran terkait kebermaknaan hidup remaja juga akan semakin tumbuh.

Makna hidup atau *meaning of life* dapat didefinisikan sebagai salah satu pemikiran dasar yang penting bagi individu untuk memahami bagaimana cara memaksimalkan kemampuan diri dan mengatasi tantangan yang ada di kehidupannya. Penemuan makna hidup pada dasarnya bersumber dari tiga pilar, yaitu melalui pelaksanaan tugas dengan penuh tanggung jawab, penerimaan atas nilai yang terkandung dalam suatu peristiwa, dan bagaimana caranya menyikapi suatu masalah dalam hidup. Setiap individu pada dasarnya memiliki gaya yang berbeda-beda dalam memaknai serta mengatasi setiap peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya.

Erikson (dalam Fridayanti, 2013) menyatakan bahwa awal pencarian makna hidup dilakukan sejak masa remaja. Makna hidup tidak diraih ketika seseorang telah berada pada usia dewasa, namun merupakan bagian dari taraf perkembangan yang akan mencapai puncaknya pada masa dewasa (Musofa, M., Casmini, C., & Sutrisno, S., 2019, p. 86). Makna hidup seseorang akan berbeda dengan makna hidup orang lain. Meskipun demikian, manusia memiliki kemampuan untuk menemukan kebermaknaan hidupnya meskipun harus melalui kondisi yang sangat tidak menyenangkan bagi individu tersebut (Afdal, 2021, p. 188).

Ketidaksadaran individu akan makna hidup sejatinya dapat membuat seseorang menjadi pribadi yang lemah dalam hal pengendalian diri. Ketidaksadaran akan makna hidup juga dapat menyebabkan terjadinya perilaku menyimpang di masyarakat. Selain rendahnya kontrol diri, Harlow (dalam Connor dan Chamberlain, 1996) juga berpendapat bahwa ketidaksadaran akan makna hidup dapat membuat seseorang memiliki keinginan dan pikiran untuk menyiksa diri atau bahkan melakukan bunuh diri. Frankl (dalam Khoirudin, 2021:69) menyebutkan bahwa tidak terpenuhinya makna hidup dapat membuat individu mengalami kondisi kehilangan tujuan, hilang maksud, dan menimbulkan kehampaan. Selain itu, hilangnya kebermaknaan hidup juga dapat membuat seseorang kehilangan cita-cita.

Berdasarkan penelitian awal yang telah dilakukan, ditemukan bahwa remaja yang memiliki kecenderungan untuk melakukan tindakan menyakiti

diri awalnya merasa terpuruk. Tindakan menyakiti diri yang dilakukannya termasuk fase awal untuk mencapai kebermaknaan hidup, yaitu tingkat penderitaan. Karena penderitaan yang dialaminya, remaja-remaja yang bersangkutan kemudian merenung dan belajar menerima situasi yang dialami. Melalui proses tersebut remaja dengan tingkah laku menyakiti diri kemudian perlahan menemukan hal-hal yang dianggap berharga dan tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya. Selain itu, remaja tersebut juga akan mampu menyadari adanya hikmah dari masalah yang dialaminya.

Beberapa studi terdahulu telah membahas bahwa tahap perkembangan remaja rentan mengalami kekacauan identitas. Kekacauan identitas yang dialami remaja dapat membuat individu merasa dirinya tidak berarti, kesulitan dalam mengendalikan emosi, hingga menyakiti diri. Selain itu, telah disebutkan pula bahwa proses pencapaian kebermaknaan hidup diawali sejak usia remaja dan akan berlangsung hingga individu mencapai usia dewasa. Hal inilah yang membuat kebermaknaan hidup penting untuk dipahami agar remaja mampu mencapai setiap tingkat kebermaknaan hidupnya tanpa melakukan tindakan yang membahayakan diri seperti *self-injury*. Peneliti merasa tertarik melakukan penelitian ini untuk lebih memahami pengalaman remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pemalang dalam mencapai setiap tingkat kebermaknaan hidup.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, maka peneliti memutuskan untuk meneliti terkait bagaimanakah pencapaian tingkat kebermaknaan hidup pada remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pemalang?

C. PEMBATASAN MASALAH

Pembatasan masalah pada penelitian ini difokuskan pada pencapaian tingkat kebermaknaan hidup remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pemalang.

D. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disampaikan, maka secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran terkait pencapaian tingkat kebermaknaan hidup pada remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pematang Jaya.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber ilmiah tambahan dalam bidang psikologi. Selain itu penelitian ini berupaya memberikan gambaran terkait tingkat kebermaknaan hidup pada remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pematang Jaya.

3. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

a. Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat membuat remaja untuk belajar memahami perkembangan dirinya dan dapat mencapai setiap tingkatan kebermaknaan hidup tanpa harus melakukan *self-injury*.

b. Orang tua

Penelitian ini juga diharapkan dapat membuat orang tua lebih peduli terhadap hal-hal yang dianggap membuat anaknya menderita sehingga anak dapat melalui tingkat-tingkat kebermaknaan hidup dengan baik dan tidak melakukan tindakan berisiko seperti *self-injury*.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Peneliti telah mengkaji beberapa penelitian terdahulu yang menggunakan topik serupa untuk menghindari adanya kesamaan. Pada bagian ini, peneliti akan mencantumkan penelitian terdahulu yang relevan dan telah dijadikan sebagai rujukan.

Pertama, penelitian terkait kebermaknaan hidup yang telah dilakukan oleh Ikhwal, F. (2017). Penelitian ini melibatkan empat orang remaja putus

sekolah. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk memberikan gambaran terkait kebermaknaan hidup remaja putus sekolah di Desa Tawangrejo. Hasil dari penelitian berjudul “Gambaran Kebermaknaan Hidup pada Remaja Putus Sekolah di Desa Tawangrejo” ini menunjukkan remaja yang mengalami putus sekolah tidak memiliki dasar yang jelas untuk menjalankan kehidupan sesuai dengan keinginannya. Kelompok teman sebaya sangat berpengaruh bagi remaja yang mengalami putus sekolah. Remaja putus sekolah amat mengharapkan perubahan dalam hal kesejahteraan. Remaja yang putus sekolah selalu menginginkan kebebasan, namun disisi lain mereka juga takut untuk mempertanggung jawabkan konsekuensi dari kebebasan tersebut. Remaja-remaja tersebut merasa menyesal telah putus sekolah dan pesimis akan kesuksesannya di masa depan.

Kedua, penelitian dengan topik serupa juga pernah dilakukan oleh Musofa, M., Casmini, C., & Sutrisno, S. (2019) dengan judul “Pencarian Makna Hidup Siswa dari Keluarga Miskin di Kabupaten Wonosobo”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkap alasan siswa miskin melakukan pencarian makna hidup dengan memilih sekolah favorit, konsep-konsep makna hidup, serta pembelajaran dan dampaknya. Penelitian yang melibatkan 21 partisipan ini menunjukkan hasil bahwa makna hidup pada siswa dari keluarga miskin terbagi ke dalam dua jenis konsep, yaitu makna hidup riil dan konseptual. Makna hidup riil merupakan makna yang mencakup pengalaman nyata yang mencakup pengetahuan, nilai, dan tujuan. Makna hidup konseptual merupakan makna yang digambarkan secara abstrak yang belum disertai oleh pengalaman nyata terutama dalam dua hal yaitu: tujuan yang belum tercapai, dan nilai bersifat abstrak seperti perasaan yang belum pernah dialami. Makna hidup faktual menjadikan siswa dari keluarga miskin di Wonosobo selalu kuat dan tetap semangat menjalani kehidupannya. Pencarian makna hidup terjadi setelah siswa tersebut melewati masa penderitaan dengan pemahaman dan penerimaan diri, berpikir dan bertindak positif hingga siswa tersebut mendapatkan pengakuan atau nilai. Hasil pencarian makna hidup melibatkan aspek personal dan sosial siswa miskin yang menyeimbangkan antara rasa

syukur dan harapan kemudian dimanifestasikan untuk mengubah citra diri dari seorang penerima menjadi pemberi.

Ketiga, penelitian pada empat orang subjek dalam penelitian “Kebermaknaan Hidup Anak Korban Perceraian” yang dilakukan Indiwara, A. P., Kasturi, T., & Psi, S. (2019). Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kebermaknaan hidup anak korban perceraian. Hasilnya dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup anak korban perceraian dapat dilihat dari caranya mengambil hikmah atas perceraian yang dialami orang tuanya. Informan telah memahami bahwa keputusan kedua orang tuanya adalah keputusan dan solusi yang terbaik. Para informan tidak menyalahkan siapapun atas terjadinya perceraian tersebut. Meskipun para informan merasa sedih dan kecewa, informan tetap mendoakan dan memberikan dukungan terbaik bagi kedua orang tuanya.

Keempat, Hidayat, V. (2019) dengan penelitian yang berjudul “Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Semester Akhir”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sumber kebermaknaan hidup mahasiswa semester akhir. Penelitian ini dilakukan terhadap 65 mahasiswa tingkat akhir program studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Hasil dari penelitian ini menunjukkan kebermaknaan hidup mahasiswa tingkat akhir bersumber dari faktor agama sehingga dapat memaknai keagungan Tuhan dan memiliki rasa bersyukur, mampu membangun interaksi sosial dengan lingkungan. Kebermaknaan hidup yang dirasakan oleh mahasiswa semester akhir juga muncul dari perasaan senang setelah membantu orang lain, serta adanya tantangan dan momen baru yang memengaruhi emosi, termasuk perasaan cinta.

Kelima, pada penelitian yang telah dilakukan oleh Septiani, D. M. (2021) dengan judul “Kebermaknaan Hidup Wanita Penyandang Disabilitas di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) DKI Jakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan menganalisis proses pencapaian serta sumber-sumber kebermaknaan hidup wanita penyandang disabilitas di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) DKI Jakarta. Penelitian ini

menggunakan pendekatan fenomenologi. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah empat orang wanita penyandang disabilitas dan satu orang ketua HWDI. Data didapatkan dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa wanita penyandang disabilitas telah melalui tahap derita, penerimaan diri, penemuan makna, realisasi makna, serta tahap kehidupan bermakna. Pencapaian kebermaknaan dan tujuan hidup subjek bersumber dari adanya rasa bersyukur dan hasrat ingin membahagiakan keluarga.

Keenam, penelitian Afdal, *et. al.*, (2021) yang berjudul “Dampak Perceraian Orangtua terhadap *Meaning of Life* Remaja”. Penelitian tersebut dilakukan dengan tujuan untuk memahami gambaran kebermaknaan hidup remaja yang orang tuanya bercerai. Penelitian dilakukan melalui wawancara terhadap 4 orang remaja wanita berusia 16-18 tahun yang orang tuanya bercerai. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Berdasarkan penelitian yang tersebut, didapatkan hasil bahwa masing-masing informan memiliki pandangan positif dan dapat mengambil nilai positif dari kejadian memilukan yang terjadi karena perceraian orangtuanya. Meskipun memiliki masa lalu yang kurang baik, keempat informan tersebut dapat menemukan kebahagiaan dari orang terdekat lainnya. Para informan juga mampu belajar dari kesalahan-kesalahan di masa lalu sehingga memiliki keinginan untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

Berdasarkan pemaparan enam penelitian terdahulu, dapat ditemukan perbedaan antara penelitian-penelitian sebelumnya dengan penelitian ini. Perbedaannya dapat dilihat dari segi tujuan penelitian, pemilihan lokasi, dan kondisi subjek. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memahami sejauh mana tingkat pencapaian kebermaknaan hidup remaja yang pernah maupun masih melakukan *self-injury*. Subjek dengan riwayat *self-injury* perlu mendapat perhatian agar dapat menjalani kehidupan yang lebih bermakna. Subjek yang dipilih sebagai informan yaitu remaja berusia 15-17 tahun yang berasal dari kabupaten Pematang.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. KEBERMAKNAAN HIDUP

1. Definisi Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup merupakan hal-hal yang dianggap penting dan berharga, serta memberikan nilai-nilai khusus bagi individu sehingga layak dijadikan sebagai tujuan dalam kehidupan (Bastaman H. D., 2007). Maslow (dalam Sumanto, 2006) mendefinisikan kebermaknaan hidup sebagai kebutuhan yang berkembang dan bekerja sesuai aturan. Kebutuhan ini muncul dari dalam diri manusia untuk meraih tujuan, melanjutkan kehidupan, serta menjadi pribadi yang lebih baik. Kebutuhan ini akan terpenuhi apabila individu mampu memenuhi kebutuhan dasarnya.

Frankl (dalam Schultz, 1991) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup terwujud serta menimbulkan perasaan bahagia dan berarti dalam kehidupan karena nilai-nilai daya cipta (kerja), nilai-nilai pengalaman, serta nilai-nilai sikap. Makna hidup mencakup segala hal yang dianggap mengandung makna, bernilai, dan menghasilkan pemahaman yang dijadikan sebagai tujuan agar dapat membuat manusia merasa lebih berharga dan bermakna. Kehidupan yang bermakna dapat diraih apabila individu dapat memahami segala keputusan yang dipilih dalam menjalani kehidupan dengan semestinya. Kehidupan yang bermakna adalah hidup yang dapat membuat seseorang memiliki perasaan berharga dan berarti.

Kebermaknaan hidup dapat mendorong individu mencapai kehidupan yang lebih baik, menguatkan hubungan dengan orang lain, membuat lebih percaya diri dan menimbulkan perasaan damai. Apabila individu mengalami ketakutan akan kegagalan dalam menemukan makna hidup, hal tersebut dapat memengaruhi interaksi individu dengan individu lain, rentan mengalami depresi, kecemasan adiksi, hingga ketidakberdayaan dan rendahnya kesejahteraan diri. Bagi remaja, ketakutan akan kegagalan bisa muncul dan memengaruhi motivasi berprestasi. Meskipun demikian,

perasaan takut akan kegagalan dianggap sebagai rangsangan dalam diri yang dapat membuat seseorang memiliki motivasi lebih untuk berprestasi (Fakhria, M. & Setiowati, E., 2017, p. 32). Selain itu, kegagalan dalam menemukan makna hidup juga dapat memengaruhi fisik individu dan tidak jarang pula yang memiliki keinginan untuk menyakiti diri maupun melakukan tindakan bunuh diri.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup merupakan hal-hal yang dianggap penting, dapat dijadikan sebagai tujuan, serta membuat hidup menjadi lebih berharga dan berarti. Hal-hal tersebut merupakan sesuatu yang subjektif sehingga setiap individu tentunya memiliki makna hidup yang berbeda-beda.

2. Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup

Craumbaugh dan Maholich (dalam Koeswara, 1992) menyatakan terkait adanya beberapa aspek di balik kebermaknaan hidup, yaitu aspek kebermaknaan hidup terdiri dari makna hidup, kepuasan hidup, kebebasan berkehendak, pikiran tentang bunuh diri, kepantasan hidup serta sikap terhadap kematian.

- a. Makna hidup, yaitu dorongan yang berharga dan dapat dijadikan sebagai harapan dalam kehidupan.
- b. Kepuasan hidup atau sesuatu yang dinilai dapat membuat seseorang merasakan kesenangan dalam menjalani kehidupan.
- c. Kebebasan berkehendak yaitu perasaan mampu untuk melakukan tanggung jawab sesuai yang diinginkan.
- d. Pikiran tentang bunuh diri, yaitu pandangan individu terkait tindakan menghilangkan nyawa sendiri.
- e. Kepantasan hidup, yang merupakan pandangan individu terkait penerimaan terhadap diri sendiri.
- f. Sikap terhadap kematian. Tindakan yang dilakukan sebagai bentuk kesiapan dalam menghadapi kematian.

Sementara itu, Bastaman (1996) menganggap kebermaknaan hidup terdiri dari aspek pemahaman diri, pemahaman akan makna hidup, perubahan sikap, komitmen terhadap tujuan, kegiatan terarah, serta dukungan sosial. Berdasarkan dua pemaparan tersebut, peneliti kemudian menggunakan aspek yang disampaikan oleh Bastaman (1996). Aspek pemahaman diri, makna hidup, pengubahan sikap, komitmen diri, kegiatan terarah, serta dukungan sosial akan digunakan dalam penelitian ini.

3. Sumber-sumber Kebermaknaan Hidup

Frankl menyatakan bahwa kebermaknaan dalam hidup dapat bersumber dari:

a. *Creative values* (nilai-nilai kreatif)

Nilai ini merupakan sesuatu yang dapat mengasah kemampuan individu dalam menciptakan sesuatu. Nilai-nilai kreatif mencakup kegiatan bekerja, berkarya, serta menjalankan tugas sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab.

b. *Experiential values* (nilai-nilai pengalaman)

Nilai pengalaman atau nilai penghayatan ialah nilai yang dapat diperoleh melalui penerimaan pada segala hal yang pernah dialami, pemaknaan dengan terbaik, serta memahami makna yang ada dibalik peristiwa yang dialami. Bentuk dari nilai penghayatan dapat dilihat dari pemaknaan akan keyakinan, kebaikan, keindahan, keagamaan, serta cinta kasih yang diterima sebagai sebuah kebenaran.

c. *Attitudinal values* (nilai-nilai sikap)

Sumber ini dianggap sebagai sumber kebermaknaan hidup yang tertinggi. Ketika individu mengalami peristiwa kehilangan atau penderitaan dalam hidupnya, maka bijak dalam menghadapi apa yang dialaminya dapat membuat dirinya menemukan makna hidup. Segala kesulitan yang dialami merupakan kesempatan baginya untuk mendapatkan makna dalam kehidupan.

Demikian pemaparan sumber kebermaknaan hidup yang disampaikan oleh Frankl. Berdasarkan penelitian awal yang telah dilakukan, maka

peneliti mengacu pada sumber utama yang berupa *experiential values* (nilai-nilai pengalaman). Meskipun demikian tidak menutup kemungkinan bahwa akan ditemukan sumber kebermaknaan hidup yang lainnya seperti *creative values* (nilai-nilai kreatif) dan *attitudinal values* (nilai-nilai sikap) yang dimiliki oleh remaja dengan tingkah laku menyakiti diri.

4. Faktor-faktor Kebermaknaan Hidup

Pada penelitian ini, peneliti mengacu pada faktor kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Frankl. Berikut faktor-faktor yang dapat memengaruhi kebermaknaan hidup menurut Frankl:

a. Faktor dari dalam diri

Frankl (dalam Khoirudin, 2021:65-70) mengemukakan beberapa faktor dari dalam diri yang dapat membuat individu menemukan makna hidupnya yaitu:

- 1) Pola pikir. Segala tindakan manusia berawal dari sistem pemikiran. Pola pikir dapat memengaruhi kondisi mental individu. Frankl berpendapat bahwa ketika seseorang melakukan perubahan pola berpikir ke arah yang lebih positif dan membahagiakan maka orang tersebut akan memiliki kekuatan untuk menyelesaikan masalah.
- 2) Pola sikap. Tingkah laku individu terhadap suatu peristiwa dalam hidupnya amat berpengaruh terhadap pemaknaannya akan kehidupan.
- 3) Kepercayaan. Kepercayaan akan adanya takdir dapat membuat individu memiliki keyakinan bahwa setiap peristiwa yang terjadi dalam hidupnya mengandung hikmah.
- 4) Konsep diri. Pandangan positif tentang diri sendiri dapat menimbulkan cara berpikir, bersikap, dan perilaku yang baik, demikian pula sebaliknya.
- 5) Ibadah. Kegiatan keagamaan yang dilakukan untuk melaksanakan perintah-Nya dengan tujuan untuk mendekatkan diri pada Yang Maha Kuasa berdampak pada munculnya perasaan tenang, tabah,

serta dapat membuat individu merasa terdorong dalam melanjutkan kehidupannya.

- 6) Kepribadian. Keberagaman kepribadian yang dimiliki masing-masing individu berfungsi sebagai penentu bagaimana caranya dalam menghadapi dan menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam kehidupannya.
- b. Faktor eksternal. Faktor dari luar yang dapat memengaruhi kebermaknaan hidup individu diantaranya yaitu faktor pekerjaan, peristiwa yang dialami, hubungan dengan keluarga, budaya, dan kondisi sosial.
- 1) Pekerjaan. Kebermaknaan hidup dapat ditemukan melalui sikap dalam bekerja dan cara dalam menyelesaikan pekerjaan.
 - 2) Peristiwa yang dialami. Setiap peristiwa baik yang menyenangkan maupun menyedihkan pada dasarnya melatih individu untuk menjadi pribadi yang lebih kuat dalam menjalankan proses kehidupan berikutnya.
 - 3) Hubungan dengan keluarga. Penerimaan, dan peran individu dalam sebuah keluarga juga dapat memengaruhi konsep diri yang akhirnya akan berdampak pada perilakunya.
 - 4) Budaya. Aturan-aturan, nilai-nilai sebagai bentuk kebudayaan yang ada dalam kelompok masyarakat dapat memengaruhi cara seseorang dalam menghadapi berbagai peristiwa dalam kehidupannya.
 - 5) Kondisi sosial. Pada saat menjalankan fungsi sebagai anggota suatu kelompok juga akan meningkatkan kebermaknaan hidup melalui peningkatan nilai kreatif dan penerimaan dalam masyarakat.

Berdasarkan pemaparan teori tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor yang memengaruhi tingkat kebermaknaan hidup individu dapat berasal dari dalam (internal) maupun dari luar (eksternal). Faktor internal yang dapat memengaruhi kebermaknaan hidup remaja *self-injury* yaitu pola

pikir, sikap, kepercayaan, konsep diri, ibadah, serta kepribadian. Sementara faktor eksternal yang dapat memengaruhi kebermaknaan hidup remaja ialah peristiwa yang dialami, hubungan dengan keluarga, kondisi sosial, dan budaya.

5. Tingkat Pencapaian Kebermaknaan Hidup

Bastaman (1996) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup dapat dicapai melalui lima tingkatan. Berikut penjelasannya:

- a. Fase Penderitaan. Fase ini mengarah pada pribadi yang kehilangan rasa berharga serta menganggap kehidupannya dipenuhi kesedihan dan tidak berarti.
- b. Fase Penerimaan. Fase terbukanya pikiran untuk menerima dan melakukan perubahan keadaan diri menuju kearah yang lebih baik. Umumnya, fase ini muncul setelah individu mengalami peristiwa dramatis, kemudian beribadah, merenung, hingga melakukan konsultasi.
- c. Fase Penemuan Makna. Setelah munculnya kesadaran untuk menerima dan melakukan perubahan, selanjutnya individu akan menemukan potensi diri yang dapat dikembangkan, dan menemukan nilai-nilai berharga dalam kehidupannya.
- d. Fase Realisasi. Pada fase ini akan muncul semangat dalam diri individu untuk mulai melakukan hal-hal yang nyata dan lebih terarah.
- e. Fase Hidup Bermakna. Fase terakhir dalam proses penemuan kebermaknaan hidup ditandai dengan munculnya perubahan keadaan kehidupan menjadi lebih berkualitas dan menimbulkan kebahagiaan.

Penelitian ini mengacu pada tingkat pencapaian kebermaknaan hidup yang disampaikan dalam teori tersebut. Kebermaknaan hidup dapat dicapai melalui serangkaian proses yang diawali dengan fase penderitaan. Setelah mengalami penderitaan, remaja akan mulai menerima (fase penerimaan) dan kemudian mulai menemukan makna. Setelah memasuki fase penemuan makna, individu yang menginginkan hidup bermakna akan memasuki tingkat realisasi makna, hingga akhirnya merasa hidupnya lebih bermakna.

6. Kebermaknaan Hidup dalam Perspektif Islam

Di dalam menjalani kehidupan sebagai makhluk ciptaan Allah, manusia akan senantiasa menghadapi berbagai cobaan. Ujian yang dihadapi manusia terdiri dari tingkat yang ringan hingga yang berat sesuai dengan kadar kemampuannya. Penjelasan tersebut sesuai dengan firman Allah dalam surat Al-Baqarah (2) ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمَرَّتِ وَبَشِيرِ الضَّرِيبِ

“Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad), kabar gembira kepada orang-orang sabar”

Allah akan menguji hamba-Nya dengan berbagai ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan (bahan makanan). Melalui ujian yang didapatkan, kaum Muslimin akan menjadi umat yang kuat mentalnya, kukuh keyakinannya, tabah jiwanya, dan tahan menghadapi ujian dan cobaan. Mereka akan mendapat predikat sabar, dan merekalah orang-orang yang mendapat kabar gembira dari Allah.¹

Ayat di atas menerangkan bahwa Allah akan menguji manusia dengan berbagai macam ketakutan, kekurangan, ujian, dan cobaan. Ujian dan cobaan yang ada diberikan dengan tujuan agar manusia memiliki keyakinan yang kukuh, mental yang kuat, serta jiwa yang tabah. Orang-orang yang mampu menjalankan setiap penderitaan yang dihadapi dengan penuh kesabaran dan kembali bangkit akan mendapatkan kabar gembira. Kabar gembira yang dimaksud dapat berupa hal-hal baik yang akan terjadi dikemudian hari. Demikian salah satu contoh ayat yang membahas tahap penderitaan dalam mencapai kebermaknaan hidup. Selain tahap penderitaan, di dalam Al Quran juga telah disampaikan salah satu ayat yang membahas tentang tahap penerimaan. Pembahasan tersebut terdapat dalam surat Al-Araf ayat 23.

قَالَ رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ

¹¹ Tafsir Tahlili, Surat Al-Baqarah ayat 155

Keduanya berkata, “Ya Tuhan kami, kami telah menzalimi diri kami sendiri. Jika Engkau tidak mengampuni kami dan tidak merahmati kami, niscaya kami termasuk orang-orang yang rugi.”

Setelah Nabi Adam dan istrinya menyadari kesalahan yang diperbuatnya, yaitu menuruti ajakan setan dan meninggalkan perintah Allah, beliau menyesali perbuatannya dan segera bertobat. Kemudian dengan segala kerendahan hati dan penuh khusyuk, keduanya berdoa. Keduanya berkata, “Ya Tuhan kami, kami telah menzalimi diri kami sendiri. Jika Engkau tidak mengampuni kami dan memberi rahmat kepada kami, niscaya kami termasuk orang-orang yang rugi”. Berkat ucapan doa yang tulus, dengan penuh kesadaran dan disertai keikhlasan, maka Allah menerima tobatnya, mengampuni dosanya dan melimpahkan rahmat kepadanya. Sungguh, Allah Maha Penerima tobat.²

Surat Al-Araf ayat 23 dapat dijadikan sebagai salah satu contoh tahap penerimaan dalam proses mencapai kebermaknaan hidup. Setiap manusia yang memiliki kesadaran akan mampu mengakui kesalahannya. Remaja yang sadar telah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri akan mengakuinya dan menerimanya. Hal ini dapat diwujudkan melalui ibadah, kemudian merenung, menceritakannya pada orang lain maupun konsultasi dengan profesional. Setelah menyesali tindakannya, manusia yang berakal akan mulai menemukan makna yang dapat diambil dari peristiwa maupun kesalahan yang telah dilaluinya. Penjelasan ini dapat dilihat dalam surat Al-Insyirah ayat 5 dan 6.

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ ۝ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ ۝

“Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan”

Allah mengungkapkan bahwa sesungguhnya dibalik setiap kesempitan, terdapat kelapangan, dan akan selalu ada jalan keluar yang dapat dijadikan sarana untuk mencapai suatu keinginan. Hal inilah yang

² Tafsir Tahlili, Surat Al-Araf ayat 23

membuat manusia harus tetap bersabar dalam menghadapi kejahatan, tidak mengubah tujuan dan tetap bertawakal. Ayat tersebut seakan-akan menyatakan bahwa apabila keadaan terlalu berat, maka dengan sendirinya kita ingin keluar dengan selamat dari kesusahan tersebut dengan melalui segala jalan yang dapat ditempuh, sambil bertawakal kepada Allah. Kemenangan akan dapat dicapai meskipun banyak rintangan dan cobaan yang harus dihadapi. Apabila kesulitan itu dihadapi dengan tekad yang sungguh-sungguh dan berusaha dengan sekuat tenaga dan pikiran untuk melepaskan diri darinya, tekun dan sabar serta tidak mengeluh atas kelambatan datangnya kemudahan, pasti kemudahan itu akan tiba.³

Pada kedua ayat tersebut diterangkan bahwa saat menghadapi ujian dalam kehidupannya manusia akan mengalami fase penemuan makna. Apabila kesulitan itu dihadapi dengan sungguh-sungguh dan usaha yang sungguh-sungguh, tekun dan sabar maka setiap manusia akan menemukan nilai-nilai berharga dari setiap peristiwa, ujian, dan cobaan yang telah dilaluinya. Nilai-nilai inilah yang kemudian perlu dipertahankan dengan melakukan hal-hal yang nyata dan terarah agar mencapai kehidupan yang lebih berkualitas dan penuh kebahagiaan.

Demikian pemaparan terkait surat al-Baqarah ayat 155, al-A'raf ayat 23, dan al-Insyirah ayat 5-6. Keempat ayat tersebut merupakan contoh ayat yang berkaitan dengan tingkat-tingkat kebermaknaan hidup menurut perspektif Islam. Surat al-Baqarah ayat 155 menjadi salah satu ayat yang membahas tahap penderitaan. Surat al-A'raf ayat 23 berkaitan dengan tahap penerimaan. Sementara surat al-Insyirah ayat 5-6 berkaitan dengan tingkat kebermaknaan hidup pada tahap penemuan makna.

³ Tafsir Tahlili, Surat Al-Insyirah ayat 5-6

B. REMAJA

1. Definisi Remaja

Santrock (2007) mendefinisikan masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional. Santrock menggolongkan usia remaja dimulai dari 10 hingga 13 tahun, dan diakhiri pada usia 18 sampai 22 tahun. Sementara Monks, Knoers, & Haditono (2001) berpendapat masa remaja dibagi menjadi empat bagian, yaitu masa pra-remaja yang juga dikenal dengan istilah pra-pubertas usia 10-12 tahun, remaja awal atau masa pubertas usia 12-15 tahun, remaja pertengahan dengan usia 15-18 tahun, dan masa remaja akhir yang ditandai dengan batas usia 18 hingga 21 tahun (Desmita, 2015, p. 190).

Erikson (1968), mendefinisikan fase remaja dibagi menjadi tiga tahapan, yaitu: masa remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir. Usia remaja menurut Erikson yaitu 12 hingga 20 tahun. Teori Erikson menyatakan bahwa remaja merupakan fase dimana anak-anak akan merasakan fase terberat dalam hidupnya. Fase berat yang muncul ditandai dengan adanya kekacauan identitas.

Kekacauan identitas merupakan fase dimana individu akan mempertanyakan berbagai hal yang terkait dengan peran dalam masyarakat, pengalaman yang dialami, nilai, dan tujuan hidupnya. Krisis identitas akan membuat individu yang mengalaminya merasa dirinya hilang arah, putus asa, hingga depresi. Sementara individu yang berhasil menangani krisis tersebut akan lebih menerima dan menyayangi diri sehingga dapat lebih bertanggung jawab pada tugas-tugas dalam kehidupannya.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah disampaikan, penelitian ini mengacu pada definisi remaja yang dikemukakan oleh Erik H. Erikson yang membagi remaja ke dalam tiga kategori, yaitu remaja awal, pertengahan, dan akhir, dengan rentang usia 12-20 tahun. Remaja yang dijadikan informan dalam penelitian ini merupakan remaja pertengahan yang berusia 15-17 tahun.

2. Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Havighurst (dalam Dariyo, 2004:78-79) tugas-tugas perkembangan remaja terdiri atas:

- a. Menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan. Remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan perubahan fisiologis-psikologisnya. Hal ini dikarenakan perubahan tersebut dapat memengaruhi pola perilakunya.
- b. Bersosialisasi. Remaja diharapkan mampu menjalin hubungan baik dengan teman pria maupun wanita, saling menghormati, dan menghargai satu sama lain.
- c. Kebebasan emosional. Berkurangnya ketergantungan pada orang tua pada masa remaja diharapkan mampu membuat remaja memperoleh kebebasan emosional.
- d. Bertanggung jawab. Rasa tanggung jawab diperlukan oleh remaja agar mampu menjalankan peran dalam bermasyarakat. Pada prosesnya, untuk mewujudkan rasa tanggung jawab dapat dipupuk melalui pencarian bekal pengetahuan dan keterampilan yang akan digunakan dalam mewujudkan cita-cita.
- e. Belajar lebih mandiri. Persiapan diri agar lebih mandiri dan tidak bergantung pada orang tua dilakukan setelah melakukan pencarian ilmu dan keahlian. Hal ini bertujuan agar nantinya remaja mampu hidup mandiri secara psikis maupun ekonomis.

Penelitian ini memfokuskan remaja pertengahan sebagai informan. Pada remaja pertengahan, terjadi perkembangan yang meliputi:

- a. Perubahan fisik. Remaja laki-laki akan mengalami perubahan suara, dan remaja perempuan akan mengalami menstruasi yang lebih teratur dari sebelumnya.
- b. Pada fase ini, kebanyakan remaja akan semakin tertarik dengan lawan jenis dan mulai mengeksplorasi seks dan seksualitas.

- c. Keinginan untuk mandiri. Remaja pertengahan seringkali mengalami pertengkaran dengan orang tuanya karena mereka merasa tidak ingin diatur berlebihan.
- d. Kematangan pola pikir. Remaja pada fase pertengahan lebih mampu berpikir abstrak dan memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan.

3. Perkembangan Remaja dalam Perspektif Islam

Perkembangan manusia dari anak menjadi remaja ditandai dengan perubahan proporsi tubuh dan meningkatnya hasrat seksual. Perubahan dalam masa remaja disertai peningkatan pengaruh kelompok sebaya, pola perilaku yang lebih matang, serta meningkatnya kemampuan dalam menilai. Selain itu anak yang memasuki usia remaja juga hendaknya semakin memahami kesulitan orang tua dalam melahirkan, menyusui, dan merawatnya.

Didalam Islam, usia remaja dikenal dengan istilah *baligh*. Pada fase *baligh*, anak telah memiliki kesadaran akan dirinya sehingga dianggap mampu memenuhi tanggung jawab agama dan sosial. Imam Al Ghazali menyebut fase ini dengan istilah '*aqil*'. Fase '*aqil*' merupakan periode dimana tingkat kepandaian seseorang mencapai puncak sehingga mampu membedakan perilaku yang baik dan buruk. Kondisi tersebut merupakan salah satu syarat wajib bagi seseorang untuk menerima kewajiban dalam beragama (Hikmah, 2015:229).

Berdasarkan pemaparan tersebut, perkembangan remaja menurut perspektif Islam ditandai dengan adanya kemampuan membedakan hal-hal yang baik dan buruk. Selain itu, kesadaran untuk memenuhi tanggung jawab agama maupun sosial pun mulai muncul pada tahap perkembangan remaja.

C. SELF-INJURY

1. Definisi *Self-Injury*

Shabrina (dalam Apriliawati, 2017) mengungkapkan bahwa *self-injury* merupakan tindakan menyakiti diri sendiri yang dilakukan secara sengaja. Alderman dan Connors (dalam Fiona, 2005) berpendapat bahwa *self-injury* merupakan suatu metode yang digunakan untuk bertahan hidup dan termasuk salah satu metode *coping* akibat munculnya keadaan emosional yang sulit. Penjelasan tersebut sesuai dengan pendapat Grantz (dalam Kanan, 2008: 68) yang menyatakan bahwa perilaku menyakiti diri kerap dianggap sebagai salah satu upaya bagi seseorang yang tidak tahu bagaimana cara meluapkan perasaan yang terlalu menyakitkan.

Self-injury dalam DSM-V dikenal dengan istilah *non suicidal self injury (NSSI)* dan diakui sebagai gangguan yang terpisah dari gangguan mental lainnya. Perilaku ini setidaknya disertai oleh suasana hati yang buruk atau pikiran *negative*, kecemasan, ketegangan, kemarahan, kesedihan, amarah yang besar, atau individunya merasa depresi sehingga melakukan tindakan tersebut (Maidah, 2013:19).

Sutton (2007) mendefinisikan *self-injury* sebagai salah satu mekanisme koping yang memiliki dampak buruk namun dapat mengurangi kecemasan. *Self-injury* dapat menjadi salah satu cara untuk mengatasi stres yang menumpuk dan membuat individu mampu bertahan hidup dari stres. Mazelis (2008) mengungkapkan bahwa *self-injury* merupakan perilaku yang sengaja dilakukan individu dengan melukai bagian tubuhnya sendiri yang dianggap sebagai cara mengatasi stres dan emosi (Guntur, 2021, p. 43).

Berdasarkan beberapa definisi yang dikemukakan sebelumnya, peneliti menyimpulkan perilaku *self-injury* sebagai tindakan menyakiti diri sendiri yang dilakukan dengan sengaja tanpa paksaan dari orang lain. Perilaku ini muncul sebagai bentuk penyaluran emosi dan untuk mengurangi stres. Menurut Llyod-Richardson, Perrine, Dierker, & Kelley 2007 *self-injury* dibagi menjadi dua jenis, yaitu *self-injury* minor dan berat. *Self-injury* berat secara merupakan perilaku berbahaya seperti menyayat

kulit, membakar kulit, dan mengikis kulit. Sementara yang termasuk *self-injury* ringan diantaranya yaitu memukul diri, memukul benda keras, menyelipkan benda ke dalam kuku atau kulit, dan mencungkil bagian tubuh hingga mengeluarkan darah (Verenisa, A. , Suryani, S., & Sriati, A., 2021, p. 44).

2. Karakteristik Pelaku *Self-Injury*

Menurut Eliana (Afiati & Putri, 2021, p. 71) individu yang melakukan tindakan *self-injury* dapat dikenali dengan tanda-tanda berikut:

- a. Berdasarkan kepribadian pelaku:
 - 1) Kesulitan mengendalikan dorongan yang diwujudkan pada ketergantungan, seperti zat adiktif.
 - 2) Individu dengan perilaku *self-injury* cenderung merasa dirinya kurang berharga serta memiliki keinginan yang kuat untuk dicintai dan diterima oleh orang lain.
 - 3) Pola pikir kaku, yaitu pola berpikir yang mengharuskan dirinya mencapai apa yang diinginkan. Apabila segala sesuatu tidak berjalan sebagaimana mestinya, maka individu dengan pola pikir tersebut akan merasa tidak bahagia hingga stres.
- b. Berdasarkan lingkungan keluarga:
 - 1) Adanya pengalaman kehilangan yang traumatis atau trauma masa lalu dan peran anggota keluarga yang kurang sesuai.
 - 2) Kurangnya kemampuan untuk mengurus diri sendiri.
- c. Berdasarkan lingkungan sosial:
 - 1) Kurangnya kemampuan untuk menjalin atau menjaga hubungan dengan baik.
 - 2) Individu dengan tindakan menyakiti diri sendiri cenderung merasa takut pada perubahan besar dalam kehidupan sosialnya.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat dipahami bahwa karakteristik remaja dengan tindakan menyakiti diri dapat dilihat dari segi kepribadian dan lingkungannya. Berdasarkan kepribadiannya, pelaku *self-injury* mengalami masalah dalam hal pengendalian diri, pola pikir yang kaku, dan

merasa dirinya kurang berharga. Sementara berdasarkan lingkungannya, dapat dilihat dari kemampuan bersosialisasi dan pengalaman traumatis yang dialami akibat lingkungannya.

3. Faktor-faktor *Self-Injury*

Martinson (1999) menyebutkan beberapa faktor yang dapat membuat seseorang melakukan *self-injury*, yaitu:

- a. Keluarga. Kasih sayang yang kurang, kurang eratnya hubungan dan komunikasi antarkeluarga dapat membuat individu enggan untuk mengekspresikan dan mengungkapkan apa yang dirasakan.
- b. Pengaruh biokimia. Terjadinya kerusakan pada bagian otak dapat membuat impulsivitas dan agresivitas individu semakin meningkat.
- c. Psikologis. Menumpuknya masalah dan ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi dapat menimbulkan ketidaknyamanan dalam diri.
- d. Kepribadian. Pola pemikiran dan kurangnya rasa welas asih terhadap diri juga dapat menjadi penyebab tindakan *self-injury*. Selain itu tipe kepribadian yang tertutup juga memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk melakukan *self-injury*.

Sementara Wang, dkk (2022:3) mengatakan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri merupakan akibat dari adanya tujuh faktor, yang terdiri dari:

- a. Pengalaman buruk di masa lalu. Pengalaman buruk yang dimaksud mencakup dukungan sosial yang rendah, keluarga dengan riwayat penggunaan zat terlarang, pernah mengalami pelecehan seksual, *dysfunctional family*, adanya contoh orang terdekat yang pernah melakukan percobaan bunuh diri, dan *bullying*.
- b. Intimidasi. Perundungan dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan adanya pengalaman buruk dalam kehidupan individu dan mengakibatkan tindakan menyakiti diri.
- c. Literasi kesehatan yang rendah. Ketidaktahuan remaja untuk mengendalikan emosi dapat mengakibatkan adanya tindakan menyakiti diri.

- d. Jenis kelamin. Sebagian besar penelitian terdahulu menunjukkan hasil bahwa remaja perempuan memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk melakukan tindakan menyakiti diri sendiri daripada laki-laki. (Wang, et al., 2022, p. 4).
- e. Faktor psikologis. Gejala depresi, kecemasan, gangguan kepribadian, dan kemampuan adaptasi yang rendah merupakan faktor psikologis yang dapat membuat individu melakukan *injury*.
- f. Kondisi fisik yang tidak sempurna juga dapat menjadi faktor seseorang melakukan tindakan menyakiti diri.
- g. Perilaku bermasalah, seperti: kecanduan gadget, kecanduan internet, kecanduan game, penggunaan alkohol, dan penyalahgunaan obat-obatan.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan dapat dipahami bahwa *self-injury* dapat terjadi karena beberapa faktor, seperti: faktor keluarga, biokimia, psikologis, dan kepribadian.

4. Dampak *Self-Injury*

Tindakan *self-injury* dapat menimbulkan dampak jangka pendek maupun panjang. Perilaku menyakiti diri sendiri tidak hanya berdampak pada fisik, namun juga berdampak pada psikis. Memar dan bekas luka gores merupakan contoh dampak ringan jangka pendek yang dapat ditimbulkan dari tindakan menyakiti diri sendiri. Sementara dampak jangka panjang yang ditimbulkan setelah melakukan *self-injury* diantaranya:

- a. Infeksi. Kasus menyakiti diri dengan menyayat bagian tubuh dapat mengakibatkan pendarahan yang hebat. Apabila tidak ditindaklanjuti dengan tepat dapat menyebabkan terjadinya infeksi. Selain itu, menyakiti diri dengan benda tajam maupun meminum cairan yang berbahaya bagi tubuh juga dapat membuat pelakunya mengalami kerusakan pada jaringan kulit, saraf, maupun organ tubuh lainnya.
- b. Kecanduan. Perilaku menyakiti diri sendiri yang menimbulkan kelegaan bagi pelakunya memiliki kemungkinan lebih besar untuk membuat pelaku *self-injury* kembali melakukan tindakan serupa di

kemudian hari. Selain itu, individu yang melakukan tindakan *self-injury* dengan menelan cairan dengan zat tertentu dapat mengalami kecanduan.

- c. Rasa malu dan tidak berharga. Meskipun seringkali tidak disadari, tindakan menyakiti diri sendiri dapat menimbulkan dampak yang berakibat pada psikis. Secara psikis, pelaku *self-injury* lebih suka menyembunyikan tindakannya karena merasa malu jika ada yang mengetahuinya. Kekhawatiran akan penilaian buruk dari orang lain menumbuhkan dapat membuat individu dengan tingkah laku *self-injury* merasa terisolasi karena harus menyembunyikannya. Semakin sering melakukan *self-injury*, individu akan merasa harga dirinya turun. Turunnya harga diri dapat berdampak pada turunnya rasa percaya diri sehingga pelaku *self-injury* merasa bersalah pada dirinya sendiri, merasa dirinya tidak berharga.

D. KEBERMAKNAAN HIDUP PADA REMAJA DENGAN PERILAKU *SELF-INJURY*

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang membuat individu mulai mengeksplorasi dirinya. Pada masa tersebut terjadi proses pembentukan identitas diri (Erikson, 1968). Pembentukan identitas diri ditandai dengan interaksi remaja dengan lingkungannya. Melalui pengalaman belajar, bersosialisasi, menjalankan peran dalam masyarakat, dan konsekuensi yang ada di lingkungannya remaja dapat menemukan tujuan hidup dan nilai yang bermakna.

Erikson (1968) menyebut remaja yang kurang berhasil dalam menemukan jati dirinya dapat mengalami hal yang dikenal dengan istilah krisis identitas. Krisis identitas dibagi ke dalam dua bentuk, yaitu krisis motivasional dan konflik identitas. Individu yang kurang dalam hal komitmen untuk membangun tujuan dan nilai-nilai pribadi disebut mengalami krisis motivasional atau defisit identitas. Sementara individu yang memiliki komitmen namun tidak mampu berperilaku sesuai harapan yang diberikan

padanya dianggap mengalami krisis legitimasi atau konflik identitas (Baumeister, Hamilton, & Tice, 1985). Krisis identitas dapat menyebabkan remaja mengalami kesulitan dalam bersosialisasi, kesulitan menyesuaikan diri, kesulitan mengendalikan emosi, hingga kesulitan menjalankan tanggung jawab dengan baik.

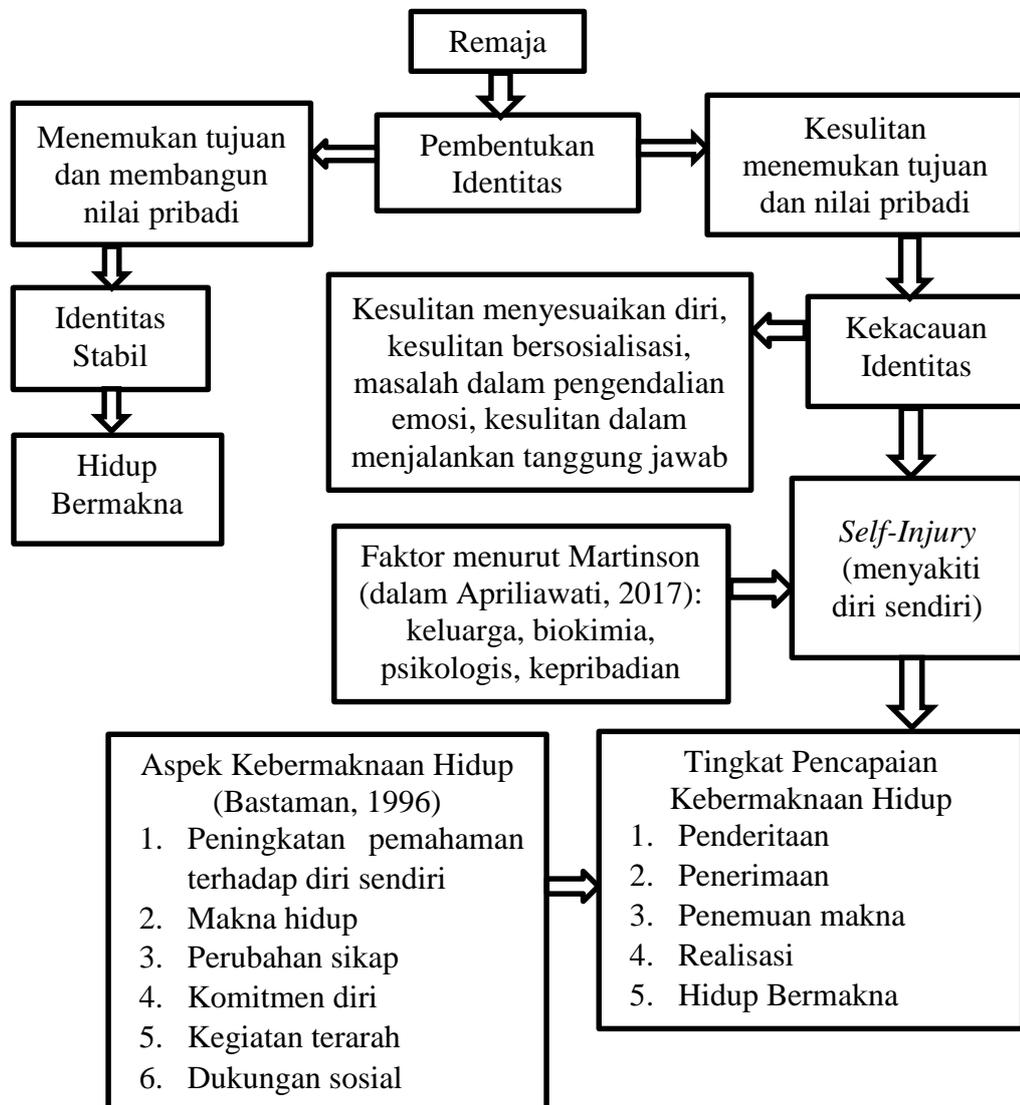
Remaja menghadapi banyak perubahan yang dapat menimbulkan stres dan dampak negatif pada hubungan dan perilaku, seperti konflik dengan orang tua, perubahan emosi, dan munculnya perilaku berisiko (Aini, D., Stück, M., Sessiani, L., & Darmuin, D. , 2021, p. 104). Remaja yang merasakan tekanan hingga kesulitan dalam menemukan tujuan dan membangun nilai pribadi akan rentan dengan perilaku berisiko seperti kenakalan, ketergantungan, maupun perilaku menyakiti diri sendiri (*self-injury*). Beberapa studi terdahulu tentang *self-injury* telah menunjukkan hasil bahwa masalah kesehatan mental membuat remaja lebih rentan terhadap perilaku *self-injury*. Pada umumnya *self-injury* dilakukan karena kegagalan, kecemasan, merasa tidak dicintai, hingga stress akibat tekanan yang dialami. Remaja yang mengalami krisis dapat memukul dirinya sendiri, menyayat, atau meminum zat berbahaya untuk menyalurkan emosinya. Perilaku tersebut dapat menimbulkan dampak fisik jangka pendek maupun panjang berupa luka ringan hingga kehilangan nyawa.

Salah satu faktor yang dapat mencegah remaja untuk terus melakukan tindakan menyakiti diri sendiri yaitu dengan mengelola emosi dan belas kasih terhadap diri (*self compassion*). *Self compassion* dapat membantu remaja untuk menghadapi, memahami, dan menyadari makna dari suatu masalah sebagai hal yang positif (Neff, Kirkpatrick, & Rude, 2007, pp. 139-154). Cara pandang positif terhadap diri sendiri dapat membuat remaja mampu merencanakan serta menetapkan tujuan dan mencapai kehidupan yang lebih bermakna. Remaja yang mengupayakan dirinya untuk mencapai kehidupan yang lebih bermakna akan berusaha mengelola emosi, pikiran, dan perilakunya.

Frankl (dalam Khoirudin, 2021) mengemukakan bahwa kebermaknaan hidup dapat diraih dengan pola pikir yang positif, pola sikap yang baik, kepercayaan, konsep diri, ibadah, dan kepribadian yang merupakan faktor dari

dalam diri. Sementara faktor dari luar individu yang dapat memengaruhi kebermaknaan hidup berasal dari pekerjaan, peristiwa yang dialami, hubungan dengan keluarga, budaya, serta kondisi sosial. Pencapaian kebermaknaan hidup dapat diraih melalui tahap penderitaan, penerimaan, penemuan makna, realisasi, hingga akhirnya mencapai kehidupan yang bermakna. Kesadaran terkait pemaknaan dan tingkat kebermaknaan hidup pada remaja dengan perilaku *self-injury* penting untuk dipahami agar remaja mampu meningkatkan kemampuan dan mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan yang ada di kehidupannya.

E. KERANGKA BERPIKIR



Bagan 2.1. Skema kebermaknaan hidup pada remaja dengan perilaku *self-injury*

BAB III

METODE PENELITIAN

A. JENIS PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Bogdan dan Taylor (dalam Moleong, 2018) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif merupakan langkah penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang dapat diamati. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan fenomenologis. Menurut Polkinghore, fenomenologi adalah sebuah riset yang dilakukan untuk memberikan gambaran tentang suatu arti dari pengalaman-pengalaman beberapa individu mengenai suatu konsep tertentu (Herdiansyah, 2015). Fenomenologis merupakan serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan untuk memahami makna dari pengalaman manusia terhadap suatu peristiwa.

Amedeo Giorgi (dalam La Kahija, 2017:61) menyampaikan bahwa proses penelitian fenomenologis menekankan pada deskripsi pengalaman individu hingga mencapai intisari dari pengalaman tersebut. Pendekatan fenomenologi akan mampu mendeskripsikan pengalaman remaja dengan perilaku *self-injury* dalam mencapai setiap tingkatan kebermaknaan hidupnya. Selain itu penelitian fenomenologis deskriptif juga memungkinkan untuk memberikan gambaran terkait pengalaman dan perasaan remaja yang mengakibatkan munculnya tindakan menyakiti diri sendiri.

B. LOKASI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di wilayah Kecamatan Comal. Wilayah ini termasuk salah satu kecamatan yang terletak di Kabupaten Pematang Jaya, Jawa Tengah. Wilayah Kecamatan Comal termasuk salah satu wilayah yang memiliki kepadatan penduduk paling besar di Kabupaten Pematang Jaya (Balqis, 2017, p. 63). Pengetahuan terkait kesehatan mental masyarakat di Kecamatan Comal masih minim. Selain itu, kepadatan penduduk di wilayah tersebut tidak diimbangi dengan penambahan lembaga ataupun tenaga profesional yang

mampu menangani masalah psikologis masyarakat. Berdasarkan data yang dilansir dari situs resmi Ikatan Psikolog Klinis (IPK) Indonesia terdapat satu orang yang terdaftar sebagai psikolog yang melayani di dua rumah sakit di Kabupaten Pematang Jaya.⁴ Rumah sakit tersebut berjarak sekitar 17 dan 20 kilometer dari wilayah Kecamatan Comal. Sementara itu, di wilayah Comal sendiri tidak ditemukan data terkait organisasi maupun lembaga yang menangani masalah psikologis remaja. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk memilih Kabupaten Pematang Jaya, khususnya wilayah Kecamatan Comal sebagai lokasi penelitian.

C. SUMBER DATA

Sumber data dalam penelitian ini berasal dari data primer dan sekunder. Data primer pada penelitian ini diperoleh secara langsung melalui wawancara dengan sejumlah informan. Wawancara dilakukan dengan remaja yang pernah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri sebagai sumber utama. Selain itu peneliti juga akan menggunakan observasi sebagai salah satu sumber data primer. Sementara data sekunder peneliti dapatkan dari hasil publikasi maupun penelitian-penelitian sejenis yang pernah dilakukan.

Adapun pemilihan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan salah satu teknik pemilihan informan melalui pertimbangan dengan kriteria tertentu. Peneliti mengambil informan utama perempuan berusia 15-17 tahun, tinggal di wilayah Kabupaten Pematang Jaya, bersekolah di wilayah Kecamatan Comal, pernah menyakiti diri sendiri lebih dari satu kali, dan bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Wang, dkk (2022:10) dikatakan bahwa perempuan lebih memiliki masalah perilaku yang beresiko yang diarahkan pada diri sendiri dan tingginya gangguan emosi pada perempuan dapat menyebabkan tindakan menyakiti diri sendiri. Peneliti memilih remaja

⁴ <https://data.ipkindonesia.or.id/>, diakses pada 27 Februari 2023

dengan usia tersebut dengan pertimbangan bahwa anak yang memasuki usia remaja pertengahan seringkali merasa kesulitan dalam menemukan kestabilan identitas diri sehingga rentan untuk melakukan *self-injury*. Remaja yang merasakan penderitaan dan menginginkan kehidupan yang lebih layak akan mulai melakukan perubahan. Selama berlangsungnya proses tersebut akan muncul nilai-nilai yang dianggap penting dan bermakna. Peristiwa ini yang kemudian akan membuat remaja dengan perilaku *self-injury* memasuki tahap-tahap pencapaian kebermanaknaan hidup.

D. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Peneliti sebagai instrumen utama dalam penelitian akan melakukan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara dengan informan yang telah ditentukan. Wawancara dalam penelitian ini menggunakan jenis wawancara semi terstruktur. Peneliti terlebih dahulu menyiapkan sebuah pedoman untuk memastikan topik yang akan ditanyakan sudah termasuk dalam wawancara tersebut. Pengumpulan data tersebut didasarkan pada teori yang ada. Apabila memerlukan data tambahan, peneliti akan menggali informasi atau mengajukan pertanyaan baru. Adapun hal-hal yang ingin diungkap dalam wawancara ini telah peneliti susun dalam bentuk tabel untuk dijadikan sebagai pedoman wawancara terkait kebermanaknaan hidup.

Tabel 3.1. Pedoman wawancara

Aspek	Definisi	Informasi yang ingin diungkap
Pemahaman terhadap Diri Sendiri (<i>Self Insight</i>)	Kesadaran atas kondisi perasaan, kepribadian, dan sikap individu dalam menghadapi masalah.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. 2. Tindakan yang dilakukan untuk menyakiti diri sendiri. 3. Faktor yang menyebabkan terjadinya <i>self-injury</i>. 4. Kesadaran pikiran ketika melakukan tindakan menyakiti diri sendiri.

		<ol style="list-style-type: none"> 5. Kesadaran atas emosi yang dirasakan setelah menyakiti diri sendiri. 6. Sikap dalam menghadapi masalah.
Pemahaman akan makna hidup <i>(meaning of life)</i>	Memiliki keinginan untuk mencapai sesuatu yang bernilai bagi kehidupan.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemaknaan akan suatu peristiwa yang menyakitkan dalam kehidupannya 2. Pemikiran tentang kegagalan. 3. Dorongan yang dijadikan sebagai harapan dalam menjalani kehidupan.
Perubahan Sikap <i>(changing attitude)</i>	Kemampuan dalam mengambil nilai positif dari situasi dan masalah dalam kehidupan.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan mengendalikan dorongan negatif dalam diri. 2. Kesadaran untuk melakukan perubahan kearah yang lebih baik.
Komitmen Diri <i>(Self Commitment)</i>	Memiliki keinginan untuk menyelesaikan tugas dan tanggung jawab.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Upaya dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab yang dimiliki. 2. Mematuhi peraturan yang berlaku di lingkungan sekolah. 3. Kemampuan untuk bekerjasama dengan orang lain.
Kegiatan Terarah <i>(directed activities)</i>	Adanya keinginan untuk meningkatkan potensi yang ada dalam diri.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berpartisipasi dalam kegiatan organisasi di lingkungan sekolah maupun di masyarakat. 2. Ikut serta dalam kegiatan yang dapat meningkatkan potensi.
Dukungan Sosial <i>(Social Support)</i>	Merasakan adanya kedekatan emosional dengan orang lain.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kedekatan dengan anggota keluarga maupun teman. 2. Kemampuan menjaga atau membentuk hubungan dengan orang lain.

Pengumpulan data pada penelitian tidak hanya dilakukan melalui wawancara, namun peneliti juga akan mengamati perilaku informan pada saat wawancara berlangsung. Berikut tabel panduan observasi yang akan dilakukan selama wawancara:

Tabel 3.2. Pedoman observasi

No.	Pengamatan	Informasi yang ingin diungkap
1.	Penampilan	Gambaran fisik informan
2.	Ekspresi wajah dan gerakan tertentu yang ditampilkan	Gambaran emosi informan ketika menjawab topik yang diajukan.

Selain wawancara dan observasi, peneliti juga akan menggunakan gawai sebagai alat bantu. Peneliti akan menggunakan ponsel untuk merekam percakapan pada saat wawancara dan alat tulis untuk mencatat informasi penting yang didapatkan.

E. PROSEDUR ANALISIS DATA

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan bersamaan dan setelah pengumpulan data. Peneliti akan melakukan koding dari hasil wawancara yang telah dijabarkan dalam bentuk verbatim sebagai teknik analisis data untuk penelitian ini. Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan prosedur analisis data ala Moustakas (1994, dalam La Kahija 2017:166-172). Penjelasan terkait langkah dalam analisis data fenomenologis deskriptif yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Epoche*. Peneliti akan menjalankan *epoche* dengan menyingkirkan berbagai prasangka, pandangan teoretis, serta berbagai penilaian terkait fenomena yang akan diteliti.
2. Reduksi fenomenologis. Reduksi akan diawali oleh peneliti dengan membaca transkrip lebih dari satu kali agar memahaminya secara mendalam. Kemudian peneliti akan melakukan horizontalisasi dengan menganggap bahwa seluruh pernyataan informan penelitian sama pentingnya. Pada saat melakukan horizontalisasi akan terjadi penyaringan dengan membuang pernyataan yang tidak relevan dengan topik, membuang pernyataan yang tumpang tindih, dan membuang pernyataan yang berulang (La Kahija, 2017, p. 169). Setelah itu peneliti akan mengelompokkannya dalam tema-tema tertentu. Langkah terakhir dari

reduksi fenomenologisnya yaitu peneliti akan membuat deskripsi tekstural untuk tema-tema yang telah didapatkan.

3. Menjalankan variasi imajinatif. Deskripsi tekstural yang dihasilkan selama proses reduksi data akan diubah menjadi deskripsi struktural. Peneliti akan menggunakan berbagai sudut pandang untuk melihat berbagai kemungkinan variasi makna yang keluar dari pengalaman informan.
4. Membuat sintesis deskripsi tekstural dan struktural. Peneliti akan menggabungkan deskripsi tekstural dan struktural yang telah didapatkan dari seluruh informan dan berupaya memperlihatkan benang merah dari seluruh informan yang terlibat.

F. KEABSAHAN DATA

Sebuah data dapat dinyatakan valid apabila tidak memiliki perbedaan antara yang dilaporkan dengan apa yang terjadi. Uji keabsahan data perlu dilakukan untuk memastikan bahwa data yang didapatkan peneliti dapat dipercaya dan dipertanggungjawabkan hasilnya. Uji keabsahan data kualitatif menurut Sugiyono (2020: 185) yaitu derajat kepercayaan (*credibility*), keteralihan (*transferability*), kebergantungan (*dependability*), dan kepastian (*confirmability*).

Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji kredibilitas. Uji kredibilitas data dilakukan dengan cara peningkatan ketekunan dalam penelitian, menggunakan referensi yang telah dikumpulkan, triangulasi data, dan *member check*. Triangulasi merupakan pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara agar validitas data tetap terjaga dan dapat dibuktikan kredibilitasnya. Berikut pemaparan terkait triangulasi dan *member check* yang dilakukan pada penelitian ini:

1. Triangulasi sumber. Triangulasi sumber dilakukan untuk menelaah kembali keaslian data yang didapatkan dari beberapa sumber (Bachri, 2010:56). Pada penelitian ini, triangulasi dilakukan dengan memeriksa antara yang disampaikan subjek sebagai informan utama selama tahap wawancara dengan data yang didapatkan dari informan pendukung.

Informan pendukung dalam penelitian ini merupakan rekan ataupun kerabat subjek. Informasi dari informan pendukung akan digunakan sebagai pelengkap untuk memperkuat informasi yang didapatkan dari penelitian.

2. Triangulasi metode. Triangulasi metode dilakukan untuk memeriksa ulang keabsahan data yang ditemukan selama penelitian (Bachri, 2010:57). Pada penelitian ini akan triangulasi metode dilakukan dengan melakukan wawancara dan pengamatan selama wawancara berlangsung. Wawancara dilakukan sesuai panduan yang telah disusun dan proses wawancara direkam menggunakan ponsel peneliti.
3. *Member check* merupakan proses pengecekan data yang telah dikumpulkan dengan tujuan untuk mengetahui kesesuaian data yang diperoleh peneliti dengan yang dimaksud oleh informan.

G. SISTEMATIKA PENULISAN SKRIPSI

Penulisan penelitian ini dituangkan dalam lima bab yang secara garis besarnya sebagai berikut:

1. BAB I PENDAHULUAN

Bagian ini berisi latar belakang, rumusan masalah, pembatasan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, beserta keaslian penelitian.

2. BAB II LANDASAN TEORI

Bab ini menjelaskan konseptualisasi kebermaknaan hidup, faktor-faktor, aspek-aspek yang memengaruhi kebermaknaan hidup, serta kebermaknaan hidup dalam perspektif Islam. Selain itu pada bagian ini juga dipaparkan terkait definisi *self-injury*, faktor-faktor, dampak dari tindakan *self-injury*, serta kerangka berpikir peneliti.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Bagian metode penelitian memuat informasi terkait jenis penelitian, lokasi penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, prosedur analisis data, dan keabsahan data.

4. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini terdapat informasi terkait temuan penelitian yang sesuai dengan rumusan masalah ataupun fokus penelitian.

5. BAB V PENUTUP

Bagian terakhir memuat intisari dari hasil penelitian dan pembahasan. Selain itu, bagian ini juga berisi saran yang dibuat berdasarkan kesimpulan dari keseluruhan proses penelitian. Terdapat pula saran yang ditujukan kepada pihak yang berkaitan dengan penelitian maupun bagi para peneliti yang tertarik mengembangkan topik penelitian sejenis.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. DESKRIPSI LOKASI PENELITIAN

Kecamatan Comal merupakan salah satu kecamatan yang terletak di Kabupaten Pemalang, Jawa Tengah. Wilayah Kecamatan Comal termasuk salah satu wilayah yang memiliki kepadatan penduduk paling besar di Kabupaten Pemalang (Balqis, 2017, p. 63). Wilayah tersebut terletak di wilayah Pemalang bagian timur. Berdasarkan data yang dilansir dari situs resmi Ikatan Psikolog Klinis (IPK) Indonesia terdapat satu orang yang terdaftar sebagai psikolog yang melayani di dua rumah sakit di Kabupaten Pemalang.⁵ Rumah sakit tersebut berjarak sekitar 17 dan 20 kilometer dari wilayah Kecamatan Comal. Sementara itu, di wilayah Comal sendiri tidak ditemukan data terkait organisasi maupun lembaga yang menangani masalah psikologis remaja.

Penelitian ini difokuskan pada salah satu organisasi remaja yang terdapat di wilayah Kecamatan Comal. Pada tahap awal, peneliti melakukan penelitian pendahuluan dengan melibatkan delapan orang remaja perempuan yang menjadi anggota dalam organisasi tersebut. Survei dilakukan untuk memahami gambaran permasalahan dan pengalaman remaja yang tergabung dalam organisasi tersebut. Hasil dari penelitian pendahuluan tersebut kemudian dipaparkan menjadi latar belakang penelitian.

Pada tahap berikutnya peneliti memilih remaja yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan, meminta kontak yang dapat dihubungi, dan izin untuk melakukan penelitian. Pada proses penyampaian izin, peneliti juga menyampaikan penjelasan terkait proses penelitian yang akan dilakukan dan mendiskusikan waktu untuk pertemuan wawancara dengan informan. Setelah mendapatkan izin, peneliti kemudian menyiapkan perangkat yang diperlukan selama penelitian. Salah satunya adalah panduan pertanyaan yang akan

⁵ <https://data.ipkindonesia.or.id/>, diakses pada 27 Februari 2023

diajukan selama proses penelitian. Proses penelitian kemudian dilakukan sesuai kesepakatan antara peneliti dan informan.

B. DESKRIPSI INFORMAN

1. Informan 1

Informan pertama yang ditemui oleh peneliti adalah seorang remaja perempuan yang memiliki inisial nama AZ. AZ merupakan seorang siswa kelas tiga di salah satu sekolah negeri di Kecamatan Comal, Kabupaten Pematang. Remaja berusia 16 tahun ini merupakan anak ketiga dari empat bersaudara. AZ dan keluarganya tinggal di salah satu perumahan yang terletak di wilayah Kecamatan Comal.

Menurut penuturan dari informan, AZ merasa hubungan dengan ketiga saudaranya kurang dekat. Informan mengaku sering merasa kesepian ketika berada di rumah. Meskipun merasa tertekan karena peraturan ketat yang diberikan oleh orang tuanya, namun informan pertama mampu merasakan adanya dukungan dari kedua orang tuanya. Sejalan dengan pernyataan tersebut, *significant others* yang merupakan teman dekat informan sejak SMP juga menyatakan bahwa informan kurang dekat dengan saudaranya dan merasa tertekan dengan batasan waktu yang diberikan oleh orang tuanya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan *significant others* yang mengenalnya sejak masa SMP, AZ dikenal sebagai pribadi yang sangat pendiam dan tertutup dengan orang baru. Temannya mengakui bahwa informan pertama memiliki kepribadian yang baik serta selalu berusaha untuk memenuhi tugas dan tanggung jawab yang didapatkannya. Setelah masuk sekolah menengah atas dan mengikuti organisasi, informan telah mengalami peningkatan kemampuan berbicara di depan umum dan kepercayaan dirinya pun meningkat.

Menurut keterangannya, AZ pernah melakukan tindakan menyakitinya sendiri sebanyak lebih dari tiga kali. AZ mengakui bahwa perilaku tersebut awalnya terjadi pada saat dirinya berada di tingkat SMP. Tindakan

tersebut bermula ketika AZ merasa tidak mampu mengendalikan emosinya setelah hubungan dengan kekasihnya putus. Tindakan yang dilakukan adalah dengan memukul diri sendiri.

Tingkah laku tersebut berlangsung hingga jenjang SMA. Ketika memasuki SMA, informan melakukan tindakan menyakiti diri karena merasa tertekan atas peraturan ketat dari orang tuanya. Hingga penelitian ini dilakukan, informan pertama merasa belum sepenuhnya mampu menerima situasi yang dirasakan karena orang tuanya. Meskipun demikian, informan pertama telah menganggap peristiwa yang dialami sebagai suatu ujian dan meyakini bahwa kegagalan bukan akhir dari segalanya.

2. Informan 2

Informan kedua yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini berinisial I. Remaja perempuan berusia 17 tahun ini tinggal berdua dengan ibunya di Desa Purwosari, Kecamatan Comal, Kabupaten Pematang Jaya. Pada saat penelitian berlangsung, I berstatus sebagai pelajar di sebuah sekolah negeri di Kecamatan Comal.

Berdasarkan keterangannya pada saat wawancara, informan kedua merupakan anak tunggal yang telah ditinggalkan oleh ayahnya sejak bayi. Informan mengakui bahwa dirinya tidak pernah mendapatkan informasi dan dukungan apapun dari ayahnya. Informan memiliki kepribadian yang tertutup. I sering merasakan kesepian, terutama ketika tidak berada di sekolah dan ibunya sedang bekerja. Informan merasakan adanya dukungan dari ibu dan teman-temannya di sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara bersama salah satu teman dekatnya di organisasi, informan kedua termasuk pribadi yang pendiam, kurang percaya diri, dan sulit menyesuaikan diri dengan orang-orang yang baru dikenalnya. Informan membenarkan bahwa dirinya merasa kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru sejak masih anak-anak. Meskipun demikian, I terlihat sangat bertanggung jawab dengan tugas-tugasnya di organisasi dan peduli dengan teman-temannya.

Informan mengaku pernah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri sebanyak lebih dari tiga kali. I menyatakan bahwa tindakan tersebut terjadi sejak awal memasuki SMA. Tindakan tersebut dilakukan karena informan merasa gagal dalam hal akademik. Nilai yang tidak sesuai harapan membuatnya stres dan ingin melampiaskan emosi dengan memukul benda yang ada di sekitarnya.

Saat ini informan tengah belajar mengendalikan diri. Informan selalu meyakinkan diri untuk tidak mengulangi kesalahan. Selain itu informan juga merasa bersyukur karena masih diberi kesempatan untuk dapat membahagiakan ibu. Informan juga merasa bersyukur karena memiliki kesempatan untuk mewujudkan apa yang diinginkan.

3. Informan 3

Ds merupakan remaja perempuan berusia 17 tahun yang menjadi informan ketiga dalam penelitian ini. Berdasarkan data yang dituliskannya, Ds tinggal di Desa Kebagusan, Kecamatan Ampelgading, Kabupaten Pematang. Ds merupakan pelajar di salah satu sekolah negeri di Kecamatan Comal.

Menurut pernyataan dari *significant others*, informan ketiga memiliki kepribadian terbuka dan percaya diri. Meskipun demikian, informan mengakui bahwa dirinya pernah merasa tidak percaya diri dan tidak mampu menerima dirinya. Informan ketiga juga dikenal mampu bertanggung jawab dengan tugas yang didapatkannya dan peduli dengan orang disekitarnya.

Informan ketiga merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Kedekatan informan dengan keluarga besarnya telah berkurang sejak Sekolah Dasar (SD). Keluarganya pernah mendapat fitnah dari masyarakat di lingkungan tempat tinggalnya. Saat itu informan merasa ingin membantu melindungi keluarga, namun dianggap anak kecil dan tidak bisa melakukan apapun. Akhirnya informan memilih untuk menarik diri dari lingkungan masyarakat dan keluarga besarnya.

Berdasarkan pengakuannya, Ds menyatakan telah melakukan tindakan menyakiti dirinya sendiri sejak kelas empat SD. Kebiasaan

menyalurkan emosi dengan memukul-mukul tembok ini berlangsung hingga Ds memasuki kelas sepuluh. Tindakan tersebut dilakukan karena *bullying* yang dialaminya. Ds merasa dikucilkan oleh teman-temannya sejak kelas dua SD karena berat badannya yang lebih besar dibandingkan teman-teman seusianya. Hal tersebut membuat informan merasa tidak menyukai dirinya sendiri.

Meskipun merasa kekurangan dukungan dan penerimaan dari keluarga besar dan lingkungan tempat tinggalnya, informan ketiga telah menyadari adanya dukungan didapatkan dari lingkungan organisasi di SMA. Informan telah menyadari adanya perubahan positif yang didapatkan dari lingkungan tersebut dan mampu mengendalikan tindakannya ketika sedang emosi. Akhirnya informan ketiga mulai berhenti memukul benda keras. Saat ini, informan telah memahami potensi yang dapat dikembangkannya dan senantiasa mengingat bahwa setiap masalah akan ada hikmahnya.

Penelitian tentang kebermaknaan hidup pada remaja dengan perilaku menyakiti diri dilaksanakan dari bulan Juni hingga November 2022. Proses pengambilan data pada penelitian ini diawali dengan penelitian pendahuluan pada bulan Mei. Seluruh informan yang telah dicantumkan terpilih dalam penelitian ini karena memenuhi kriteria pemilihan subjek yang telah ditentukan oleh peneliti. Awalnya, peneliti memilih lima orang yang sesuai dengan kriteria, namun dua remaja lainnya tidak bersedia untuk menjadi informan dalam penelitian ini.

Pada bulan Juni dilakukan wawancara pertama dan bulan November peneliti melakukan wawancara lanjutan. Waktu dan tempat pengambilan data ditentukan dengan kesepakatan antara informan dan peneliti agar informan tidak merasa terganggu dan proses penelitian dapat berjalan lancar. Berikut kriteria yang terdapat pada informan dan jadwal penelitian lanjutan yang telah dilaksanakan:

Tabel 4.1. Kriteria Informan

Informan	Kriteria		
	15-17 tahun	Tinggal di Pemalang	Bersekolah di Comal
AZ	16 tahun	Comal, Pemalang	Siswi SMA, Comal
I	17 tahun	Comal, Pemalang	Siswi SMA, Comal
Ds	17 tahun	Ampelgading, Pemalang	Siswi SMA, Comal

Tabel 4.2. Jadwal penelitian

No.	Inisial	Tanggal	Agenda
1.	AZ	4 Juni 2022	Penyampaian <i>informed consent</i> melalui telepon
		10 Juni 2022	Wawancara pertama
		18 November 2022	Penandatanganan <i>informed consent</i> , wawancara lanjutan dan observasi
2.	I	4 Juni 2022	Penyampaian <i>informed consent</i> melalui telepon
		11 Juni 2022	Wawancara pertama
		18 November 2022	Penandatanganan <i>informed consent</i> , wawancara lanjutan dan observasi
3.	Ds	4 Juni 2022	Penyampaian <i>informed consent</i> melalui telepon
		13 Juni 2022	Wawancara pertama

		18 November 2022	Penandatanganan <i>informed consent</i> , wawancara lanjutan dan observasi
--	--	------------------	--

C. TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS

1. Temuan Penelitian

Setelah melakukan penelitian pendahuluan melalui wawancara, peneliti kemudian melakukan wawancara lanjutan dengan para informan. Data yang telah diperoleh selama proses wawancara tersebut telah ditranskrip. Selain itu, peneliti juga telah membuat tabel horionalisasi untuk memudahkan ketika meninjau kembali hasil yang telah didapatkan. Peneliti berupaya memaparkan data dan temuan terkait kebermaknaan hidup pada remaja dengan perilaku menyakiti diri.

Data yang telah didapatkan kemudian akan ditandai dengan kode tertentu agar dapat lebih mudah dipahami. Kode tersebut disesuaikan dengan sumber dan pengelompokan data saat pengkodean, contohnya PP.II.9 yang berarti PP adalah hasil dari wawancara pertama dengan I1 yaitu informan satu, yang dapat dilihat pada tabel verbatim wawancara pertama 1 baris nomor 9. Berikutnya, kode V.II.9 dengan V yang dapat dipahami sebagai verbatim wawancara lanjutan dengan I1 yang berarti informan satu, dapat dilihat pada baris nomor 9. Sementara V.SO1.9 yang berarti V merupakan verbatim, SO1 yaitu *significant others* satu, dan 9 menandakan bahwa kalimat tersebut terdapat pada baris dengan nomor 9.

a. Informan 1

Pencapaian tingkat kebermaknaan hidup individu dimulai dengan terpenuhinya aspek-aspek kebermaknaan hidup. Menurut Bastaman (1996), kebermaknaan hidup terdiri dari enam aspek. Keenam aspek tersebut terdiri dari pemahaman terhadap diri sendiri, pemahaman akan makna hidup, perubahan sikap, komitmen diri, kegiatan terarah, dan dukungan sosial.

Informan pertama merupakan anak ketiga dari empat bersaudara. Informan mengakui hubungan dengan ketiga saudara laki-lakinya tidak dekat karena kurang komunikasi. Meskipun sering merasa tertekan karena ibu, namun AZ memiliki komunikasi yang baik dengan ibunya. Ayah AZ juga mendukung apa yang diinginkan oleh anaknya selama itu diimbangi dengan rasa tanggung jawab. Selain bercerita dengan ibu, informan pertama mengakui sering menceritakan keluh kesahnya dengan teman dekat.

“Tergantung sama masalahnya yang lagi saya hadapi sih kak. Tapi kadang lebih ke temen. Kalau ke orang rumah paling sering ke ibuuu, ibu banget.” (PP.II.6)

“Sering. Sebenarnya kayak masalah dalam, terus masalah keluarga juga saya sering cerita ke temen.” (V.II.15)

“Saudara, enggak. Saya kurang... apa ya, kurang... akur. Enggak, bukan kurang akur, kurang sosialisasi” (V.II.33)

“...dia itu cewek sendiri makanya kayak kurang akrab sama saudara-saudaranya, terus sama ibu e juga agak dikekang gitu. Aturannya kan ketat ya. *Strict parents*, gitu sih. Jadi kalau pulang malam banget itu nggak boleh. Maghrib saja sudah dicari. Makanya kayak kurang akrab gitu sama keluarganya” (V.SO1.4)

Berikutnya, pada informan pertama peneliti menemukan adanya pemahaman informan terhadap dirinya sendiri. Ketika wawancara dimulai, awalnya AZ terlihat canggung dan malu-malu. Sejalan dengan hal tersebut, *significant others* yang merupakan teman AZ sejak SMP mengungkapkan bahwa AZ memiliki kepribadian yang tertutup dan kurang percaya diri. Meskipun demikian, AZ dinilai memiliki kepedulian terhadap orang lain, serta mampu bertanggung jawab terhadap tugas-tugas yang dimilikinya.

“...Kalau berteman sama orang baru itu susah. Soalnya dia tertutup kan” (V.SO1.5)

“Pas pertama kenal, kelas satu SMP, kan kita satu kelas ya kak. Pendiam banget. Pendiam. Kayak... dia tuh cuma duduk, diam *tok*. Diam *tok*, ngobrol sama sampingnya *tok*.” (V.SO1.28)

Rasa tanggung jawab yang dimiliki oleh AZ menandakan bahwa informan pertama memiliki kemampuan untuk berkomitmen. Selain mampu berkomitmen terhadap tugas yang didapatkannya, AZ juga turut serta dalam kegiatan terarah yang ada di sekolahnya. Hal ini dibuktikan dengan partisipasi informan dalam mengikuti organisasi rohis dan ekstrakurikuler taekwondo.

Kegiatan terarah yang diikuti di sekolah membuat informan merasakan beberapa perubahan. Temannya juga menyetujui bahwa AZ telah mengalami peningkatan kepercayaan diri dan kemampuan untuk berbicara di depan umum.

“Saya kan orangnya kayak susah ngomong gitu sih kalau di depan. Pas di organisasi saya sering ngomong-ngomong gitu jadinya saya ada kemajuan buat publik *speaking* saya gitu. Terutama kalau pas e... sekolahan ada tugas presentasi itu jadi saya PD gitu” (V.II.7)

“Jadi kayak sudah beda orang, dia tambah percaya diri, tambah... *public speaking*nya itu bagus, tambah positiflah intinya” (V.S01.28)

Pada aspek pemahaman akan makna hidup, AZ memandang bahwa hidupnya akan lebih bermakna ketika informan dapat menikmati waktunya dengan teman, merasa aman, tentram, dan bahagia.

“Bisa aman, tentram & bahagia...*spend time* bareng temen, pencapaian yang diinginkan bisa terwujud” (PP.II.24)

“Dikelilingi orang-orang yang baik...” (V.II.67)

Selain aspek-aspek kebermaknaan hidup, hasil rekaman wawancara juga mengungkapkan adanya alasan informan pertama untuk melakukan tindakan menyakiti diri. Menurut pernyataan AZ, awalnya tindakan tersebut dilakukan untuk melampiaskan rasa sakit hatinya karena lawan jenis. Informan merasakan kesedihan mendalam setelah hubungan dengan kekasihnya berakhir. Tindakan tersebut bermula saat informan kelas dua SMP dan berlanjut hingga SMA dengan permasalahan yang berbeda.

“SMP kak, gara-gara lawan jenis... terus kan sakit hati kan nah itu dulu saya sampai... nyakitin diri sendiri.” (PP.II.10)

“Paling kayak membodoh-bodohi diri sendiri itu sih kak. mukul pakai tangan...” (V.II.44)

Pada saat memasuki tingkat SMA, AZ sering memukul kepala untuk melampiaskan emosi karena merasa tertekan atas sikap orang tuanya. Aturan ketat yang diberikan oleh orang tua informan pertama dianggap membuatnya merasa menderita.

“Semakin kesini makin kayak dibatas-batasan gitu. Kayak apa ya... *strict parents* gitu.” (V.II.29)

“Merasa tertekan kan karena kan udah anak SMA kan wajar aja kalau pulangnya itu lebih telatan dikit kan... gitu.” (V.II.30)

Ketika membahas masalah penerimaan, informan menyatakan bahwa hingga saat ini dirinya belum sepenuhnya dapat menerima situasi tersebut. Hal ini juga menunjukkan kurangnya penerimaan dan komitmen diri informan pertama pada peraturan yang ada di lingkungan keluarga.

“Kadang nggak bisa terima kak. Kadang belum bisa terima, soalnya ya... saya juga butuh kebebasan, butuh waktu” (V.II.32)

Awalnya AZ melakukan tindakan menyakiti diri setiap bulan, namun sejak akhir kelas sebelas tindakan tersebut jarang dilakukannya. Informan menyadari adanya dampak buruk yang ditimbulkan karena terlalu larut dalam memikirkan masalah tersebut. AZ memercayai bahwa setiap masalah yang dialaminya merupakan ujian. Informan juga mampu meyakinkan diri untuk terus berusaha semampunya dalam meraih apa yang diinginkan.

“Nilai sekolah turun kak, gara-gara banyak masalah, mikirin yang enggak-enggak. Terus mikir, nggak ada gunanya juga kayak gitu, yang ada cuma nyakiti diri sendiri. Ya sudah mencoba untuk dewasa...” (PP.II.19)

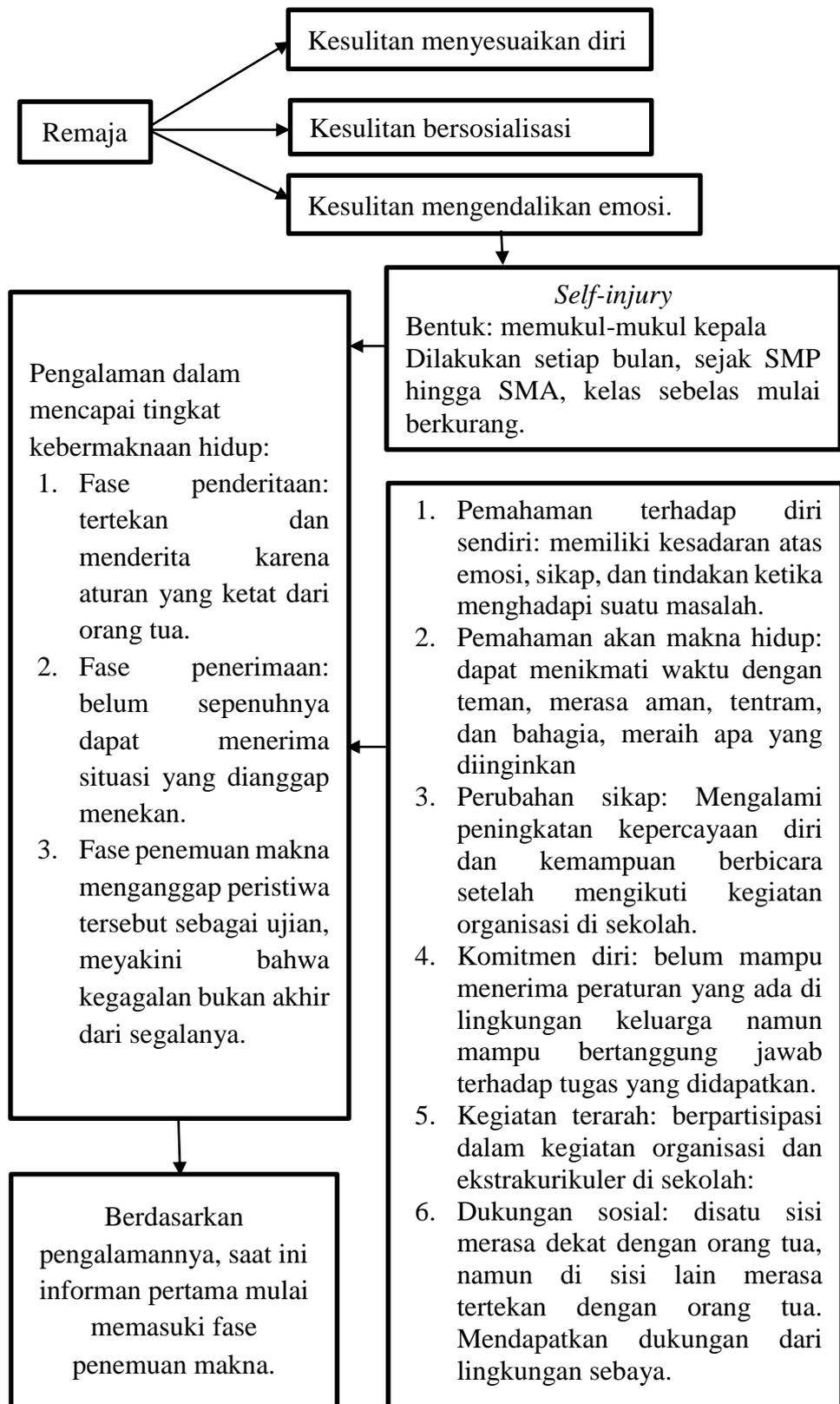
“Karena saya percaya kalau misalnya Tuhan ngasih masalah ke saya terus saya ini kayak ngerasa oh saya mungkin lagi dites saya ini, apa saya ini kuat atau enggak makanya mungkin Tuhan lagi nyiapin apa ya, nyiapin yang lebih baik lagi buat saya,

makanya saya percaya tiap masalah itu pasti ada hikmahnya”
(V.II.39)

“...kalau sudah gagal... kalau misal masih bisa coba lagi ya dicoba lagi. Kalau misal enggak, yaudah *let it go*” (V.II.37)

Berdasarkan hasil temuan selama proses penelitian dengan informan pertama, dapat disimpulkan bahwa informan mengalami kendala dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, kesulitan bersosialisasi, dan kesulitan mengendalikan emosi. Kesulitan-kesulitan tersebut kemudian mengakibatkan AZ mengalami kekacauan identitas dan memasuki fase penderitaan untuk meraih kebermaknaan hidup. Pada fase penderitaan, informan pertama melakukan tindakan menyakiti diri akibat masalah dengan teman sebaya dan merasa tertekan karena orang tuanya. Ketika penelitian berlangsung, informan pertama belum sepenuhnya mampu menerima situasi yang dianggap menekan dan membuatnya menderita, dengan demikian tingkat penerimaan untuk meraih kebermaknaan hidupnya masih kurang. Meskipun demikian, saat ini informan secara perlahan telah memasuki fase penemuan makna. Pada tingkat penemuan makna, AZ mulai meyakini bahwa kegagalan yang dialami bukan akhir dari segalanya dan menganggap peristiwa yang dialami sebagai ujian. Informan pertama menganggap hidupnya akan lebih bermakna jika dapat dikelilingi oleh orang-orang yang baik.

Peneliti telah menggambarkan temuan yang dihasilkan selama wawancara dengan informan pertama dalam skema berikut:



Bagan 4.1. Kebermaknaan Hidup Informan 1

b. Informan 2

Remaja yang menjadi informan kedua memiliki riwayat tindakan menyakiti diri yang dilakukan sejak awal masuk SMA hingga akhir kelas sebelas. Informan melakukan tindakan tersebut sebagai pelampiasan ketika terbawa emosi. Ketika merasa dirinya gagal dalam mencapai nilai yang diharapkan dan ditambah perdebatan yang terjadi antara informan dengan ibunya, informan kedua memukul tembok menggunakan tangan. Tingkah laku tersebut menimbulkan perasaan lega bagi informan.

“...Kalau sudah muncak banget ditambah kadang berantem sama ibu, kadang suka lempar bantal sama mukul tembok kalau nggak kadang emosinya nggak bisa dikontrol dan yang kena pasti orang sekitar aku” (PP.I2.7)

“Enggak ada kepikiran sih kak, kayak ngalir aja gitu kalau pingin mukul ya mukul gitu. Cuma kadang mikir, mungkin dengan cara aku mukul tembok atau lempar apa bikin emosi aku tuh reda gitu” (PP.I2.9)

“Jadi waktu itu tuh pernah hampir kayak yaa cuma megang *cutter* kayak gitu, sudah mau di eh...mungkin sudah mau disayat gitu tangannya cuma didiri aku itu bilang, yaa ya silakan kamu ngelakuin itu tapi nanti kamu yang ngerasain sakit sendiri nggak ada orang lain yang ngerasain sakit itu gitu” (V.I2.23)

“Kalau mukul pernah beberapa kali. Sama juga, itu pas waktu SMA mungkin aku nggak tahu gimana caranya biar hati aku jadi plong yaa mungkin lihat... lihat tembok atau lihat apa ya, dengan cara mukul itu aku lebih bisa tenang gitu aja sih. Ada yang buat dilampiasin itu kayak lebih tenang” (V.I2.26)

Selain menyadari tindakannya ketika sedang emosi, Informan juga memahami bahwa dirinya memiliki kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru. Pada awal pertemuan I dengan peneliti, informan terlihat sering menghindari kontak mata dan sedikit berbicara namun seiring berjalannya waktu I menunjukkan sikap yang lebih terbuka. I lebih tertutup dengan orang-orang yang baru. Meskipun demikian, informan memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugasnya dan peduli terhadap orang lain. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari *significant*

others yang merupakan teman sekolahnya. Teman I juga menyatakan bahwa informan kurang percaya diri, terutama dalam hal akademik.

“... kalau dari kekurangan itu orangnya, nggak enakan sama orang lain, gitu. Selalu... kayak nger... mungkin kalo susah beradaptasi dengan lingkungan baru, susah nyari teman... kelebihan kayak peduli sama orang lain gitu, lebih suka nolongin orang, kayak... suka sama kegiatan sosial” (V.I2.5)

“Dulu, pernah takut sama guru laki-laki sampai nggak mau masuk, terus... dilanjut waktu SMP kelas satu juga, setiap masuk ke kelas kalau enggak nangis itu nggak akan plong gitu. Takut aja beradaptasi sama orang-orangnya gitu” (V.I2.18)

“Iya, dia itu kurang sama itu mbak, apa... yang akademik. Lebih ke akademik. Dia itu nggak PD sama akademiknya” (V.SO2.8)

“kalau belum kenal dia pasti diam, kalau sudah nggak, nggak bakal” (V.SO2.9)

“pas pertama kenal ya itu, masih malu-malu gitu, tapi sekarang malu-maluin” (V.SO2.15)

Informan kedua mengaku sering merasa kesepian, terutama ketika di rumah. Informan hanya tinggal berdua dengan ibunya. Ayah informan meninggalkan keduanya sejak I masih bayi. Hal inilah yang menjadi salah satu penyebab rasa takut informan terhadap laki-laki.

“karena dari dulu emang nggak pernah lihat ayah aku gimana, kayak mungkin apa namanya yah, eee ayahnya sudah ninggalin dari umur... dari bayi, itu. Jadi nggak tahu. Jadi nggak pernah tahu *background* ayah aku seperti apa, kasih sayang seorang ayah itu kayak apa itu nggak pernah tahu, gitu aja. Makanya kalau dari sekarang itu hmm lebih takut aja gitu kalau misal mungkin kan anak-anak sekarang SMA tuh lebih banyak kayak yang pacaran itu juga ya aku nggak mau kayak gitu... Takut aja sama laki-laki” (V.I2.22)

Komunikasi I dan ibunya lebih sering terjadi setelah ibunya pulang bekerja. Meskipun memiliki teman dekat di sekolah, I jarang menceritakan ketika dirinya mengalami masalah keluarga. Teman informan kedua mengungkapkan bahwa I lebih sering menceritakan masalah sekolah, terutama organisasi.

“Enggak ada temen buat main, cerita-cerita sama curhat gitu. Soalnya kan ibu kerja, jadi cuma sendiri dirumah” (PP.I2.3)

“karena ibu kerja jadi ya paling kalau sama ibu tuh kadang malam doang, kadang bercanda” (V.I2.6)

“Kalau keluarga jarang, tapi kalau percintaan dia belum pernah” (V.SO2.12)

Setelah bergabung dengan kegiatan organisasi I merasakan dirinya mengalami peningkatan dari segi pengetahuan, tanggung jawab, dan perlahan mampu mengendalikan dorongan untuk menyakiti diri.

“sekarang itu tahu harus menjaga diri itu gimana. Kalau dari pencak silat itu ya juga belajar, kayak tanggung jawab gitu, gimana caranya menjaga diri” (V.I2.4)

“kadang ada masalah nangis sudah, itu nanti besoknya kayak ya lupa sendiri gitu, sama juga ya kadang kumpul sama orang lain jadi... jadi ya ketawa terus lupa, tapi habis itu biasanya ingat lagi gitu, tapi enggak sampai kayak gitu paling cuma nangis doang di rumah” (V.I2.28)

Terkait pengalaman meraih kebermaknaan hidup, informan menyatakan kehidupannya terasa sangat menyedihkan ketika tidak dapat mencapai apa yang diinginkan, terutama masalah akademik.

“Takut kalau nanti... kalau aku nggak bisa masuk ke perguruan tinggi atau nggak bisa kerja yang diharapin orang tua itu contohnya kayak malah jadi beban doang buat orang tua”

Informan kedua memahami sebuah masalah sebagai ujian menuju sesuatu yang lebih baik, oleh karenanya setelah mengalami kegagalan informan akan berusaha meyakinkan diri untuk melakukan yang lebih baik di kemudian hari. Informan melakukan hal tersebut bukan hanya untuk diri sendiri melainkan juga untuk membantu ibunya.

“kadang, eee nyalahin diri sendiri, kok kamu kayak gini sih, kok kenapa kamu bisa kayak gini gitu. Harusnya kamu bisa loh, kamu bisa tapi kenapa hasilnya kayak gini gitu. Tapi nanti ya mungkin seiring berjalannya waktu itu kadang ya, kadang itu menyalahkan diri sendiri. Disatu waktu menyalahkan diri sendiri tapi nanti seterusnya itu kayak, oh yaudah itu gagal tapi di... selanjutnya kamu harus lebih... baik lagi gitu” (V.I2.19)

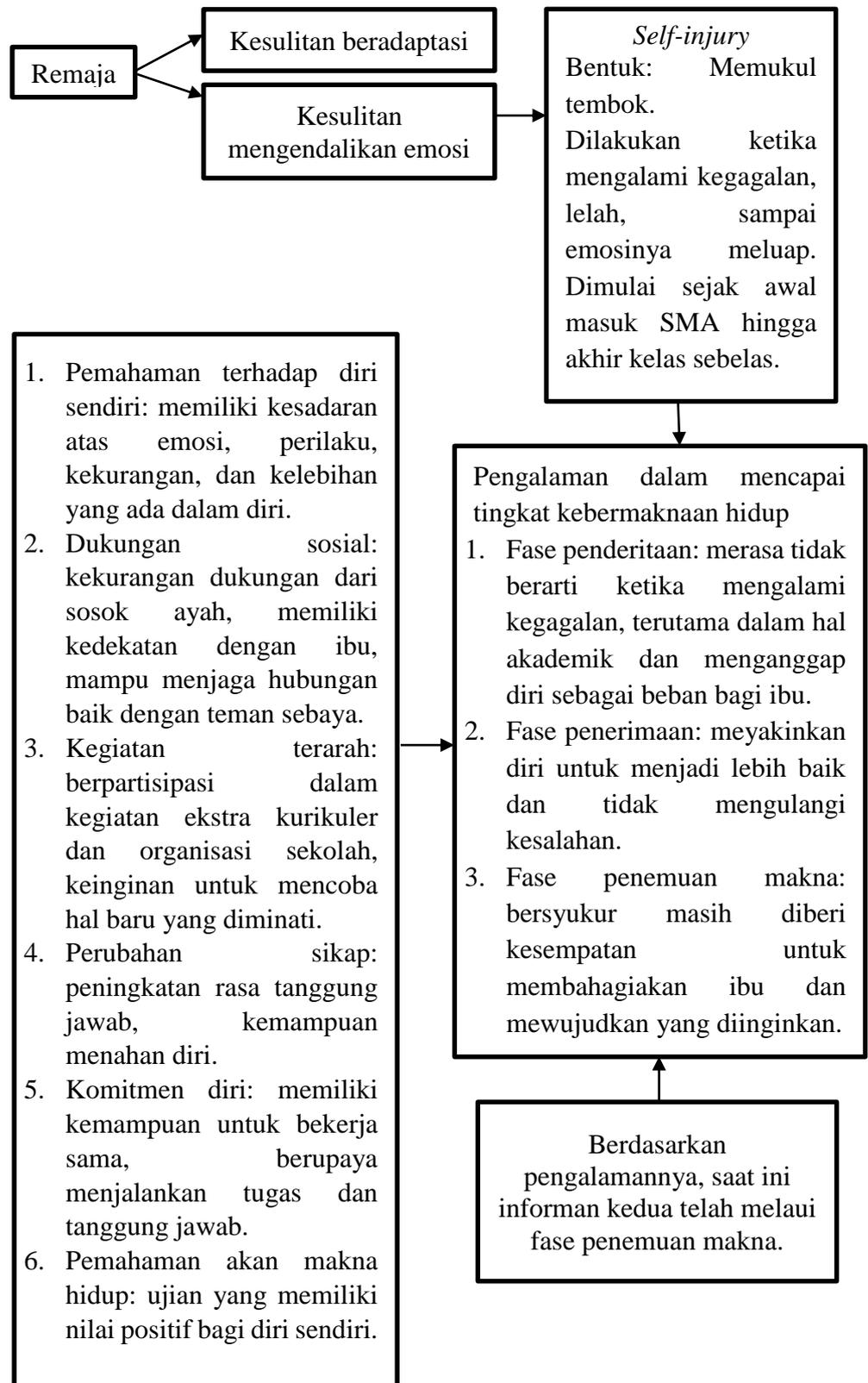
“...masalah yang aku alami itu kadang di balik itu semua itu kadang ada baiknya juga gitu. Jadi kadang mikir, oh iya aku

dikasih masalah kayak gini ya berarti eee lagi diuji aja gitu, terus ya ada baiknya juga dari masalah itu semua gitu” (V.I2.20)

“harapannya mau ke perguruan tinggi lagi, pingin ngambil jurusan keperawatan, hmm terus kerja... Biar bisa bantu ekonomi keluarga” (V.I2.33)

“...ngelihat ibu itu senang dan bangga...” (V.I2.36)

Berdasarkan keseluruhan hasil yang telah ditemukan dari wawancara dengan informan kedua dapat disimpulkan bahwa informan kedua mengalami kekacauan identitas yang ditandai dengan kesulitan beradaptasi dan kesulitan mengendalikan emosi. Kurangnya kemampuan untuk mengendalikan emosi yang dimiliki informan kedua mengakibatkan adanya tindakan menyakiti diri sendiri. Tindakan tersebut merupakan salah satu bentuk pelampiasan akibat dimulainya fase penderitaan untuk mencapai kebermaknaan hidup. Pada saat memasuki tingkat penderitaan, I merasa dirinya tidak berharga karena gagal dalam hal akademik dan merasa dirinya merupakan beban bagi ibu. Meskipun demikian secara perlahan informan kedua mampu meyakinkan diri untuk menjadi lebih baik dan tidak mengalami kesalahan yang sama sehingga telah melewati fase penerimaan. Saat penelitian berlangsung, informan kedua telah memasuki tingkat penemuan makna untuk mencapai kebermaknaan hidup. Pada fase ini informan mampu mensyukuri kesempatan yang dimilikinya untuk tidak mengulangi kegagalan dan dapat membahagiakan serta mewujudkan yang diinginkan ibunya. Keseluruhan data yang ditemukan dari proses wawancara dengan informan kedua digambarkan pada bagan berikut:



Bagan 4.2. Kebermaknaan Hidup Informan 2

c. Informan 3

Informan ketiga pada penelitian ini memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dari kedua informan sebelumnya. Hal tersebut dibuktikan dengan sikapnya yang santai selama sesi wawancara. Demikian pula dengan pernyataan dari *significant others*. Temannya menyatakan bahwa informan memiliki kepribadian yang percaya diri, peduli dengan teman-temannya, dan selalu bertanggung jawab dengan amanah yang didapatkan. Rasa tanggung jawab yang dimiliki informan menunjukkan bahwa Ds mampu berkomitmen.

“Kalau segi tanggung jawab dan tugasnya itu, dia termasuk orang yang bertanggung jawab” (V.SO3.14)

Menurut keterangan dari temannya, Ds jarang menceritakan masalah yang dialami selain masalah keluarga. Ketika ada masalah, Ds lebih banyak diam dan lebih suka menyendiri.

“Kalau aku ya lebih sendiri tapi nanti ujung-ujungnya juga aku keluarin unek-unek aku soalnya kalau dipikir-pikirin banget itu nanti akunya yang sakit. Maksudnya sakit secara fisik, lebih cepat sakit gitu” (V.I3.14)

“Diam... di kamar, sampai... sampai reda aja gitu marahnya, kecewanya” (V.I3.25)

Ds merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Informan merasa kedekatan dengan keluarganya telah berkurang sejak dirinya memilih untuk menarik diri dari keluarga besar. Situasi tersebut bermula sejak informan ketiga merasa ingin membantu melindungi keluarganya dari fitnah yang beredar di masyarakat, namun informan masih anak-anak sehingga dianggap tidak dapat melakukan sesuatu yang membantu.

“Dari SD... itu kan maksudnya kan masih dekat banget sama orang tua, terus kayak ada skandal-skandal gitu sih” (V.I3.16)

“Skandal keluarga gitu. Padahal kan itu kan fitnah, maksudnya lebih kefitnah gitu. Jadi kayak... dari itu sudah sakit banget mau... pingin ngelindungin orang tua tapi kok masih dianggap anak kecil gitu. Jadi dari situ sudah mulai... apa... menarik diri dari lingkungan keluarga besar gitu, dari semuanya” (V.I3.17)

Pernyataan tersebut menandakan pengalaman informan ketiga telah melalui fase penderitaan. Pada fase penderitaan informan menganggap hidupnya sangat menderita sampai merasa tidak menyukai dirinya sendiri. Di tahap wawancara terkait pembahasan tersebut Ds yang tadinya banyak tersenyum terlihat lebih datar dan tidak bersemangat. Ds mengaku tindakan memukul tembok yang dilakukannya terjadi sejak kelas dua SD.

“Biasalah kalo ditarik ke akar masalahnya ya *body shaming*”
PP.I3.11

“Dibully itu dari kelas dua” (V.I3.18)

“Paling mukul-mukul doang sih mbak, itupun akunya dalam kondisi nggak sadar. Maksudnya kayak nggak mikirin apa-apa gitu loh emang sudah pingin aja.” (V.I3.37)

“...ya itu gara-gara dibully gitu kan. Kan sempat benci banget sama diri sendiri kok kayak gini, pas itu kan belum bisa menerima aku yang sekarang, kayak kok gini sih ya, maksudnya banyak banget ejekan-ejekannya gitu kan. Jadinya buat pingin ngelampiasin itu aja” (V.I3.39)

“Sudah agak besar sedikit kayak-kayaknya sudah kelas empatan atau berapa gitu” (V.I3.41)

Meskipun demikian, Ds dapat melalui dan menerima kondisi yang dialaminya dengan bijak. Informan mengalami peningkatan kepercayaan dan penerimaan diri. selain itu, informan juga menemukan lingkungan organisasi sebaya yang lebih sehat dan membuatnya merasa nyaman.

“Sebenarnya baru nemuin pas masuk rohis ini sih mbak. Setelah jadi pengurus itu, *alhamdulillah* dipertemukan sama orang-orang baik yang bisa nuntun ke jalan yang lebih baik lagi. Benar-benar tulus membimbing gitu loh mbak. Kayak jadinya kepikiran, oh iya mau gimana lagi mau ada apapun yang bisa nyemangatin ya diri kita sendiri, yang bisa nenangin ya Allah” (PP.I3.16)

“Semakin sering digituin, maksudnya semakin sering dikucilkan, semakin sering... kan kemarin-kemarin benar-benar... apalagi pas COVID itu kerasa banget kan mbak. Maksudnya lebih ke *cyber* juga kan... jadi kan udah jarang ketemu sama orang-orang terus jadi kayak sendiri-sendiri gitu.

Cerita... apa, gimana ya jelasinnya? Lebih ke... diam diri, di kamar sendiri gitu, terus pas masuk SMA ketemu sama temen-temen yang lain juga tuh kayak... ada teman buat ngobrol, akhirnya jadi mending gitu, terus oke nggak apa-apa” (V.I3.22)
Informan menyadari telah mengalami beberapa perubahan dalam diri dan dapat mengendalikan dirinya sendiri. Perubahan tersebut tidak terlepas dari keikutsertaannya dalam organisasi di sekolah.

“Sekarang lebih ke... enggak gitu lagi. Kayak, sudah nangis, coba menahan diri soalnya aku kan segini kan tenaganya besar mbak, jadi kalau misal masih gitu pasti nanti... nanti ketahuan” (V.I3.42)

“Bisa lebih manajemen waktu terus e... apa... pertemanannya itu lebih luas, lebih kenal banyak orang, jadi bisa lihat karakter-karakter orang gitu, jadi bisa belajar banyak dari orang lain” (V.I3.6)

Berdasarkan keterangan tersebut, saat ini Ds telah memahami potensi diri yang dapat dikembangkan dan mampu memasuki tahap pencapaian kebermaknaan hidup pada fase penemuan makna.

“Sebenarnya itu... nemu kegiatan yang pas aja sih yang aku suka gitu. Oh ternyata aku bisa lho gini-gini, nggak selamanya aku itu buruk. Aku itu nggak harus memenuhi ekspektasi orang. Jadi aku, yaa aku bertahan demi diriku sendiri...toh juga masih dikasih umur sampai sekarang itu kan pasti ada maksudnya gitu biar...yaa harus menerima dong, kalau misal nggak bisa nerima mau ngelanjutin hidup itu gimana” (V.I3.52)

Ds memiliki pemahaman bahwa hidupnya akan lebih bermakna jika dapat meraih apa yang diinginkan dengan lingkungan yang sehat dan senantiasa dekat dengan Sang Pencipta.

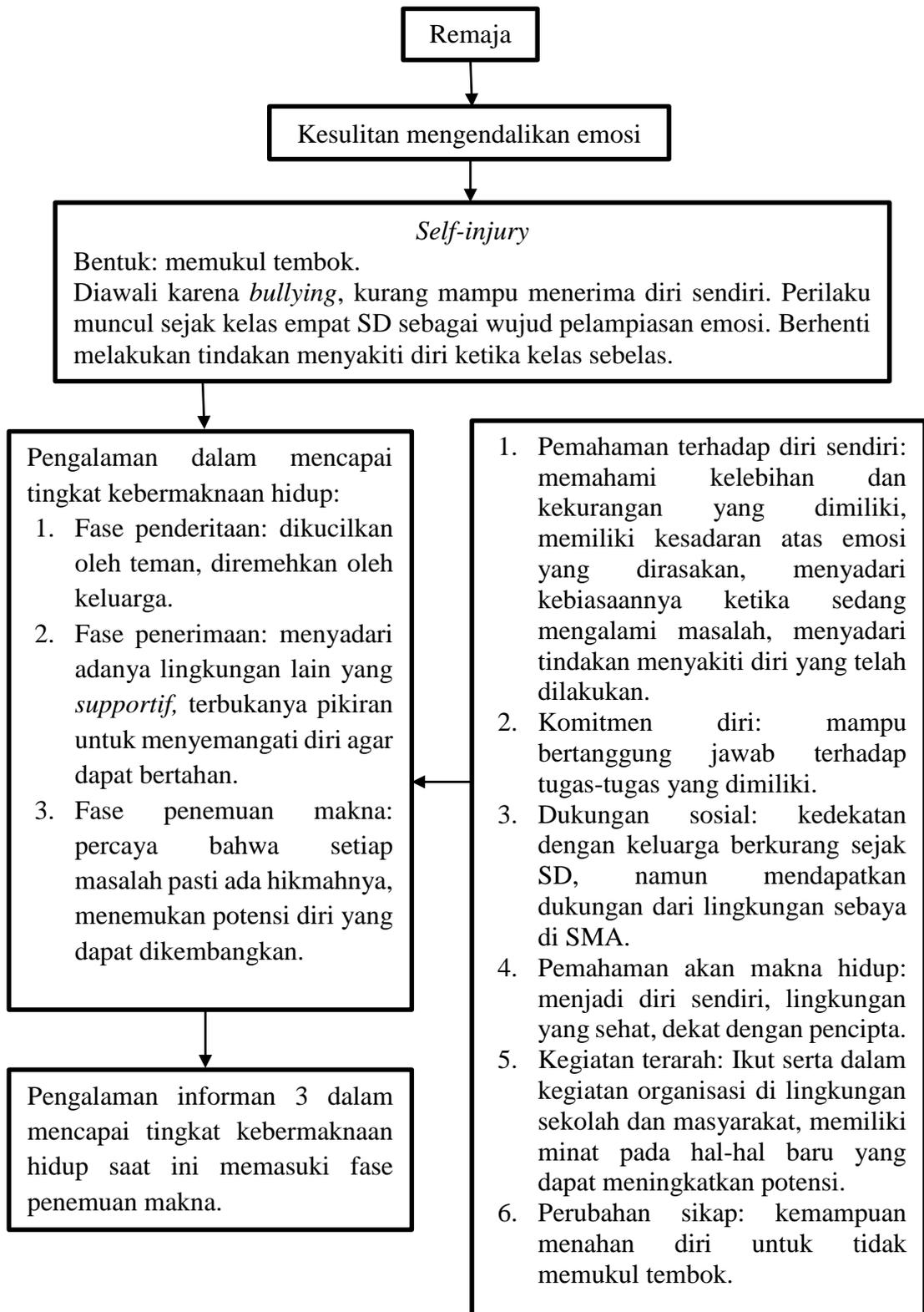
“Bisa jadi diri sendiri, terus hmm bisa jadi hafidhoh, aamiin. Yaa bisa lebih baik lagi” (V.I3.51)

“Lingkungan tempat tinggal...yang sehat, terus juga sama...dekat sama yang nyiptain, dekat sama Allah” (V.I3.53)

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa informan ketiga telah melalui fase penderitaan untuk mencapai kebermaknaan hidup. Pada fase tersebut awalnya Ds mengalami kekacauan identitas

dan kesulitan mengendalikan emosi sehingga melakukan tingkah laku menyakiti diri. Ds merasa penderitaannya muncul karena merasa dikucilkan dan diremehkan oleh lingkungan sekitarnya. Meskipun demikian informan ketiga perlahan telah menemukan adanya lingkungan lain yang lebih *supportif* dan mampu menyemangati dirinya untuk dapat bertahan. Selanjutnya, informan ketiga mulai memasuki tahap penemuan makna. Pada tingkat ini Ds mulai memercayai bahwa setiap masalah memiliki hikmah tersendiri. Selain itu informan ketiga juga telah menemukan potensi diri yang dapat dikembangkan. Informan ketiga menganggap hidupnya akan lebih bermakna apabila mampu mewujudkan keinginannya untuk meningkatkan pemahaman dan potensinya dalam hal agama serta tinggal di lingkungan yang lebih *supportif*.

Berikut skema gambaran kebermaknaan hidup informan 3:

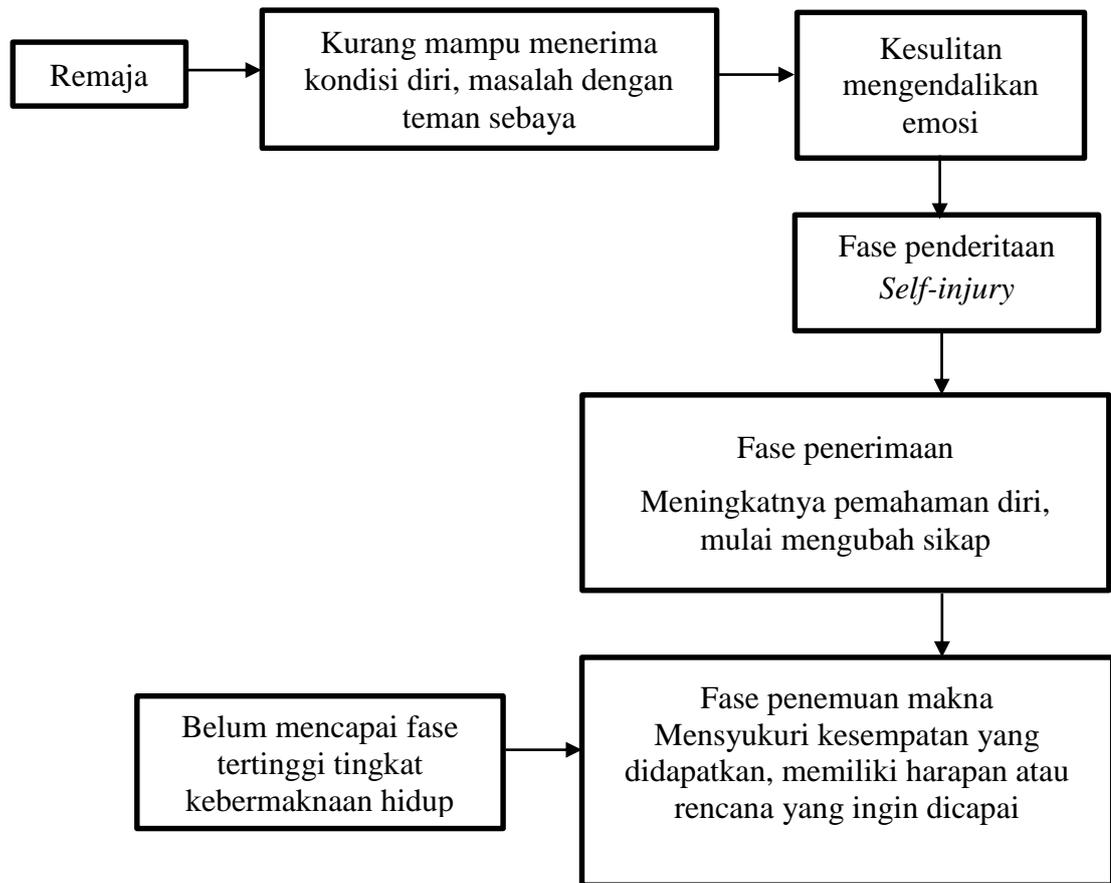


Bagan 4.3. Kebermaknaan Hidup Informan 3

Tabel 4.3. Tingkat Kebermaknaan Hidup Remaja *Self-Injury*

Tema	Informan 1	Informan 2	Informan 3
Nama	AZ	I	Ds
Jenis kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Usia	16 tahun	17 tahun	17 tahun
Alamat	Puri Asri, Comal	Purwosari, Comal	Ampelgading, Pematang
Pendidikan	SMA, Comal	SMA, Comal	SMA, Comal
Kekacauan Identitas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memukul-mukul kepala 2. Sejak SMP hingga saat ini terkadang masih melakukan 3. Awalnya karena masalah dengan lawan jenis, kemudian karena tertekan oleh sikap orang tua. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memukul-mukul tembok 2. Sejak kelas sepuluh hingga kelas sebelas 3. Merasa gagal dalam hal akademik. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memukul tembok menggunakan tangan. 2. Sejak kelas empat SD, hingga awal kelas sebelas. 3. <i>Bullying</i>, merasa tidak berharga.
Hal yang membuat hidup lebih bermakna	Lingkungan sosial yang baik.	Kebahagiaan orang tua.	Kedekatan dengan Sang Pencipta dan lingkungan tempat tinggal yang <i>supportif</i> .
Tingkat kebermaknaan hidup yang dicapai	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fase penderitaan: tertekan dan menderita karena aturan yang ketat dari orang tua. 2. Fase penerimaan: 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fase penderitaan: merasa tidak berarti ketika mengalami kegagalan, terutama dalam hal akademik dan menganggap 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fase penderitaan: dikucilkan oleh teman, diremehkan oleh keluarga. 2. Fase penerimaan: menyadari adanya

	<p>belum sepenuhnya dapat menerima situasi yang dianggap menekan, namun mulai memahami diri</p> <p>3. Fase penemuan makna: menganggap peristiwa tersebut sebagai ujian, meyakini bahwa kegagalan bukan akhir dari segalanya.</p>	<p>diri sebagai beban bagi ibu.</p> <p>2. Fase penerimaan: meyakinkan diri untuk menjadi lebih baik dan tidak mengulangi kesalahan.</p> <p>3. Fase penemuan makna: bersyukur masih diberi kesempatan untuk membahagiakan ibu dan mewujudkan yang diinginkan.</p>	<p>lingkungan lain yang <i>supportif</i>, terbukanya pikiran untuk menyemangati diri agar dapat bertahan.</p> <p>3. Fase penemuan makna: percaya bahwa setiap masalah ada hikmahnya, menemukan potensi diri yang dapat dikembangkan.</p>
--	--	--	--



Bagan 4.4. Model Empiris Kebermaknaan Hidup Remaja dengan Perilaku *Self-Injury*

2. Analisis Data

a. Kekacauan Identitas

Remaja menghadapi banyak perubahan yang dapat menimbulkan stres dan dampak negatif pada hubungan dan perilaku, seperti konflik dengan orang tua, perubahan emosi, dan munculnya perilaku berisiko (Aini, D., Stück, M., Sessiani, L., & Darmuin, D. , 2021, p. 104). Tindakan menyakiti diri yang dilakukan informan dalam penelitian ini merupakan salah satu tindakan berisiko yang dilakukan remaja ketika mengalami kekacauan identitas. Masing-masing informan memiliki alasan tersendiri yang membuat dirinya melakukan tindakan menyakiti diri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, informan pertama melakukan *self-injury* karena kesulitan mengendalikan emosi dan pikiran. Informan pertama mengaku sulit menerima peraturan ketat yang diterapkan orang tuanya. Selain itu, informan juga mengalami masalah dengan teman sebaya. Tingkah laku menyakiti diri yang dilakukan AZ adalah dengan memukul-mukul kepala.

Pada informan kedua, tindakan menyakiti diri yang dilakukan terjadi karena faktor internal. I sering melampiaskan emosinya dengan memukul benda keras seperti tembok. Selain itu, informan kedua juga pernah hampir menyayat tangannya dengan *cutter*. Informan kedua merasa rendah diri karena nilai sekolahnya yang turun. Informan kedua juga merasa kesulitan mengendalikan emosi dan merasa kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sosial.

Tidak jauh berbeda dengan informan kedua, informan ketiga juga melakukan tindakan menyakiti diri dengan memukul tembok menggunakan tangan. Tingkah laku ini dilakukan karena Ds merasa kesulitan mengendalikan emosinya. Informan merasa rendah diri akibat dikucilkan teman sebaya. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa remaja dalam penelitian ini melakukan tindakan melukai diri

akibat kegagalan, perasaan tidak dicintai, hingga stress karena tekanan yang dialami.

b. Hidup Bermakna

Krisis identitas dapat menyebabkan remaja mengalami kesulitan bersosialisasi, menyesuaikan diri, mengendalikan emosi, hingga kesulitan menjalankan tanggung jawab dengan baik. Pengalaman belajar, bersosialisasi, dan menjalankan peran dalam masyarakat, dapat membuat remaja menemukan tujuan hidup serta nilai yang bermakna. Ketiga informan dalam penelitian ini secara perlahan telah menemukan hal yang dianggap berharga dan tujuan yang ingin diraih dalam hidupnya.

Seluruh informan dalam penelitian ini memiliki konsep hidup bermakna dan tujuan hidup yang berbeda-beda. Informan pertama menganggap hidupnya akan lebih bermakna ketika dikelilingi oleh orang-orang yang baik. Informan kedua merasa yang paling bernilai dalam hidupnya adalah ketika dapat membahagiakan ibunya. Sedangkan informan ketiga menginginkan hal yang lebih religius dan tinggal di lingkungan yang lebih *supportif*.

c. Proses Kebermaknaan Hidup

Tahapan kebermaknaan hidup dapat dicapai melalui terpenuhinya aspek pemahaman diri, makna hidup, pengubahan sikap, komitmen diri, kegiatan terarah, dan dukungan sosial. Bastaman (1996) menyatakan bahwa tingkat pencapaian kebermaknaan hidup terdiri dari lima fase, yaitu fase penderitaan, fase penerimaan, fase penemuan makna, fase realisasi makna, dan fase hidup bermakna.

Pada penelitian ini, ketiga informan telah melalui fase penderitaan untuk mencapai kebermaknaan hidup. Fase penderitaan merupakan fase yang mengarah pada pribadi yang kehilangan rasa berharga dan menganggap kehidupannya dipenuhi kesedihan dan tidak berarti (Bastaman, 1996). Kurangnya penerimaan terhadap diri sendiri dan situasi yang dianggap menekan telah membuat AZ, I, dan Ds

merasa hidupnya sangat menderita dan merasa dirinya tidak berarti bagi siapapun. Peristiwa menyakitkan yang terjadi saat itu membuat informan merasa stress dan kesulitan mengendalikan diri. Pada akhirnya informan melakukan tindakan menyakiti diri sebagai wujud pelampiasan emosinya.

Selanjutnya fase terbukanya pikiran untuk menerima diri dan melakukan perubahan kearah yang lebih baik. Pikiran AZ, I, dan Ds mulai terbuka setelah merenung dan introspeksi diri. pemahaman diri informan mulai meningkat dan menimbulkan adanya keinginan untuk mengubah sikap dalam menghadapi masalah. Pada informan pertama, meskipun AZ belum sepenuhnya mampu menerima situasi yang menekan namun AZ telah memahami kemampuan yang dimiliki sehingga yakin dapat melaluinya.

Kemudian pada fase penemuan makna, ketiga informan telah memahami bahwa setiap masalah yang dialaminya merupakan ujian. Dibalik setiap ujian tersebut, ketiganya meyakini akan adanya suatu hal yang bermanfaat bagi kehidupannya di kemudian hari. AZ, I, dan Ds tidak segan untuk melakukan usaha semampunya untuk menghindari kegagalan dan mencapai apa yang diinginkan. Ketiganya telah menemukan tujuan hidup yang ingin dicapai. Meskipun demikian, para informan dalam penelitian ini belum mampu merealisasikan makna.

D. PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data yang telah dipaparkan, peneliti menemukan bahwa aspek dukungan sosial, pemahaman diri, dan pengubahan sikap sangat berpengaruh bagi remaja untuk menghadapi fase penderitaan yang dialaminya. Selain aspek dan tingkat kebermaknaan hidup yang dilalui remaja dengan perilaku *self-injury*, hasil dari penelitian ini juga mengungkapkan kekacauan identitas yang dialami, serta hal yang dapat membuat hidup remaja dengan tingkah laku *self-injury* menjadi lebih bermakna.

Menurut Frankl (dalam Khoirudin, 2021:65) kebermaknaan hidup didasari oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari pola pikir, sikap, kepercayaan, konsep diri, kepercayaan, dan kepribadian, sementara faktor eksternalnya terdiri dari pekerjaan, pengalaman, hubungan dengan keluarga, budaya, dan kondisi sosial. Sesuai dengan pernyataan tersebut, faktor yang mendasari pencapaian kebermaknaan hidup pada informan dalam penelitian ini terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal kebermaknaan hidup remaja dengan tingkah laku *self-injury* pada penelitian ini didasari oleh sikapnya ketika menghadapi suatu masalah dan kepercayaan individu terhadap takdir di balik suatu masalah. Sementara faktor eksternal yang memengaruhi pencapaian kebermaknaan hidup informan penelitian ini didasari oleh pengalaman dan hubungan dengan keluarga.

Berdasarkan sikapnya ketika dihadapkan pada masalah, seluruh remaja dalam penelitian ini memiliki kebiasaan untuk memendam masalahnya sendiri. Informan dalam penelitian ini juga memercayai bahwa terdapat hikmah dibalik setiap masalah yang dialami. Tujuan yang ingin diraih oleh masing-masing informan mulai muncul ketika ketiganya mengalami penderitaan dan menemukan makna dibalik pengalaman menyedihkan yang dialami. Informan pertama merasa orang tuanya terlalu menekan sehingga merasa hidupnya akan lebih bermakna jika tidak tertekan dan dikelilingi orang-orang yang baik. Informan kedua merasakan kurangnya kasih sayang dari sosok ayah, sehingga merasa hidupnya akan lebih bermakna jika mampu membuat ibunya merasa bangga. Sementara informan ketiga merasa dirinya tidak berarti karena diremehkan oleh keluarganya dan dikucilkan lingkungan sebayanya, sehingga menganggap hidupnya akan lebih bermakna jika dapat tinggal di lingkungan yang supportif serta mendekatkan diri dengan Sang Pencipta.

Pada aspek dukungan sosial, ketiga informan pada penelitian ini merasakan kurangnya dukungan dari orang tua. Aspek ini juga mendasari faktor eksternal remaja dengan perilaku *self-injury* dalam mencapai kebermaknaan hidup. Informan pertama merasa ibunya terlalu menekan dan informan merasa tidak memiliki kedekatan dengan saudara-saudaranya.

Informan kedua ditinggalkan dan tidak pernah mendapatkan dukungan dari ayah. Sementara informan ketiga, mulai menarik diri dari keluarganya sejak sekolah dasar. Ketiganya kekurangan dukungan dari pihak keluarga namun mendapatkan dukungan dari teman sebaya di lingkungan sekolah.

Hasil terkait aspek dukungan sosial dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian berjudul “Dampak Perceraian Orang Tua terhadap *Meaning of Life* Remaja”. Afdal, *et.al.*, (2021:195) dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa remaja sebetulnya membutuhkan peran orang tua untuk mengendalikan diri, apabila tidak terpenuhi maka teman sebaya akan berperan dalam pengendalian diri remaja. Penelitian ini mengungkapkan bahwa meskipun memiliki masa lalu yang kurang baik dan menyedihkan karena kurangnya dukungan dari keluarga, remaja dapat menemukan kebahagiaan dari orang terdekat lainnya dan belajar dari kesalahan yang dilakukan oleh keluarganya.

Penelitian lain dengan judul “Gambaran Kebermaknaan Hidup pada Remaja Putus Sekolah di Desa Tawangrejo” juga mengungkapkan bahwa peran teman sebaya sangat berpengaruh terhadap diri remaja (Ikhwal, 2017, p. 88). Remaja yang menyadari kesalahan di masa lalu merasa pesimis dengan masa depan. Meskipun demikian, Ikhwal (2017) dalam penelitiannya menyatakan bahwa setelah memahami dampak buruk atas tindakannya di masa lalu, maka remaja akan mulai berpikir positif dan menyadari adanya harapan untuk mencapai kehidupan yang lebih baik di masa depan.

Selanjutnya, aspek yang berpengaruh bagi remaja untuk menghadapi penderitaan yang dialaminya adalah aspek pemahaman diri. Pada penelitian berjudul “Pencarian Makna Hidup Siswa dari Keluarga Miskin di Kabupaten Wonosobo” dikatakan bahwa pemahaman diri awalnya ditandai dengan ungkapan perasaan terhadap situasi yang membawa derita (Musofa, M., Casmini, C., & Sutrisno, S., 2019, p. 94). Pada aspek pemahaman diri, remaja dengan perilaku *self-injury* pada penelitian ini telah mampu mengungkapkan perasaan terhadap situasi yang dianggap membuatnya tertekan dan menderita.

Ujian yang merupakan bagian dari fase penderitaan yang didapatkan oleh manusia telah disebutkan dalam Al-Quran. Salah satu ayat yang membahas tentang penderitaan manusia terdapat dalam Al Baqarah (2) ayat 155.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

“Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad), kabar gembira kepada orang-orang sabar”

Allah akan menguji hamba-Nya dengan berbagai ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan (bahan makanan). Melalui ujian yang didapatkan, kaum Muslimin akan menjadi umat yang kuat mentalnya, kukuh keyakinannya, tabah jiwanya, dan tahan menghadapi ujian dan cobaan. Mereka akan mendapat predikat sabar, dan merekalah orang-orang yang mendapat kabar gembira dari Allah.⁶

Ayat tersebut menjelaskan bahwa ujian dan cobaan yang diberikan bertujuan agar manusia memiliki mental yang kuat. Orang-orang yang mampu menjalankan setiap penderitaan yang dihadapi dengan penuh kesabaran dan mampu bangkit dari keterpurukan akan menemukan sesuatu yang berharga yang dapat membuat hidupnya terasa lebih bermakna. Ujian yang dialami oleh seluruh informan dalam penelitian ini membuat ketiganya memasuki tahap penderitaan untuk mencapai kebermaknaan hidup. Pada fase ini ketiganya mengalami kekacauan identitas, dimana informan merasa dirinya tidak berarti sehingga melakukan *self-injury*.

Pada tahap penderitaan, informan pertama merasa hidupnya menderita ketika mengalami putus cinta dan merasa tertekan karena peraturan ketat dari orang tuanya. Peraturan yang ketat dari orang tua terkait dengan aktivitasnya di luar rumah dan jam sekolah bertentangan dengan keinginan untuk bebas serta mandiri yang dimiliki pada saat individu memasuki usia remaja. Remaja pertengahan seringkali mengalami pertengkaran dengan orang tuanya karena mereka merasa tidak ingin diatur berlebihan. Menurut teori Erikson (1963)

⁶ Tafsir Tahlili, Surat Al-Baqarah ayat 155

perasaan tertekan karena orang tua dapat menyebabkan remaja mengalami kekacauan peran (*role confusion*) (Salkind, 2009, p. 200). Menurut teori ini, perasaan diabaikan dan tidak dihargai oleh orang dewasa disekitar dapat membuat remaja merasa kesulitan. Ketika menghadapi kebingungan atau kekacauan peran, pada saat itulah remaja merasa menderita dan mengalami krisis identitas (Yusuf & Nurihsan, 2007, pp. 108-109).

Pada informan kedua, penderitaan dirasakan karena merasa lelah akan kegagalan yang dialami dalam hal akademik sehingga menganggap diri tidak berarti. Sementara informan ketiga merasa menderita karena dikucilkan oleh teman sebaya dan kurang mampu menerima diri. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Neff dan McGehee (2010) dimana kinerja akademis, keinginan untuk diterima, *body image*, dan permasalahan dengan lawan jenis dapat menimbulkan tekanan tersendiri pada remaja (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019, pp. 148-149). Kurangnya kemampuan untuk mengendalikan emosi pada remaja-remaja yang bersangkutan kemudian mengakibatkan tindakan *self-injury*.

Menurut Llyod-Richardson, Perrine, Dierker, & Kelley 2007 *self-injury* dibagi menjadi dua jenis, yaitu *self-injury* minor dan berat. *Self-injury* berat merupakan perilaku berbahaya seperti menyayat kulit, membakar kulit, dan mengikis kulit. Sementara yang termasuk *self-injury* ringan diantaranya yaitu memukul diri, memukul benda keras, menyelipkan benda ke dalam kuku atau kulit, dan mencungkil bagian tubuh hingga mengeluarkan darah (Verenisa, A., Suryani, S., & Sriati, A., 2021, p. 44). Seluruh informan dalam penelitian ini memiliki riwayat melakukan tindakan *self-injury* ringan, yaitu dengan memukul diri atau memukul benda keras menggunakan tangan. Tindakan tersebut hanya meninggalkan bekas jangka pendek berupa kemerahan di bagian tubuh yang dipukul maupun digunakan untuk memukul.

Setiap individu bersifat dinamis. Peristiwa-peristiwa yang dianggap penuh tantangan dan hambatan mengantarkan remaja dalam proses pencarian makna hidup. Teori Erikson juga mempercayai bahwa kemampuan memotivasi dapat membantu perkembangan sikap dan perilaku seseorang menjadi lebih

positif (Fauzian, 2020, p. 87). Berdasarkan penelitian berjudul “Kebermaknaan Hidup Wanita Penyandang Disabilitas di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) DKI Jakarta” pada saat seseorang mengalami pengalaman yang menyedihkan dan dianggap membuatnya menderita maka akan terjadi perenungan atas apa yang dialami. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Septiani (2021) tersebut, setelah melalui perenungan individu akan mulai melakukan evaluasi, berpikir untuk mencari jalan keluar, menerima diri dan situasi yang dialami.

Self-compassion dapat membuat individu lebih berhati-hati dalam bertindak dan menghadapi suatu masalah. Neff (2003) menyampaikan bahwa *self-compassion* merupakan proses pemahaman tanpa kritik terhadap penderitaan, kegagalan, ketidakmampuan diri dengan cara memahami bahwa hal tersebut merupakan bagian dari pengalaman hidup yang harus dilalui (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019, p. 150). *Self-compassion* dapat membantu remaja untuk menghadapi, memahami, dan menyadari makna dari suatu masalah sebagai hal yang positif (Neff, Kirkpatrick, & Rude, 2007, pp. 139-154). *Self-compassion* dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menerima situasi dan mengatasi emosi negatif. Meningkatnya kemampuan untuk mengatasi emosi negatif dapat membuat individu mengalami perubahan sikap ketika menghadapi suatu masalah. Aspek perubahan sikap berperan penting pada pencapaian kebermaknaan hidup pada fase penerimaan dan tingkat-tingkat selanjutnya.

Di dalam ajaran Islam, terdapat salah satu contoh ayat yang berkaitan dengan tahap penerimaan yaitu surat Al-Araf ayat 23.

قَالَ رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ

Keduanya berkata, “Ya Tuhan kami, kami telah menzalimi diri kami sendiri. Jika Engkau tidak mengampuni kami dan tidak merahmati kami, niscaya kami termasuk orang-orang yang rugi.”

Setelah Nabi Adam dan istrinya menyadari kesalahan yang diperbuatnya, yaitu menuruti ajakan setan dan meninggalkan perintah Allah, beliau menyesali perbuatannya dan segera bertobat. Kemudian dengan segala

kerendahan hati dan penuh khusyuk, keduanya berdoa. Keduanya berkata, “Ya Tuhan kami, kami telah menzalimi diri kami sendiri. Jika Engkau tidak mengampuni kami dan memberi rahmat kepada kami, niscaya kami termasuk orang-orang yang rugi”. Berkat ucapan doa yang tulus, dengan penuh kesadaran dan disertai keikhlasan, maka Allah menerima tobatnya, mengampuni dosanya dan melimpahkan rahmat kepadanya. Sungguh, Allah Maha Penerima tobat.⁷

Menurut ayat ini, setiap manusia yang memiliki kesadaran akan mampu mengakui kesalahannya. Remaja yang sadar telah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri akan mengakuinya dan menerimanya. Hal ini dapat diwujudkan melalui ibadah, kemudian merenung, menceritakannya pada orang lain maupun konsultasi dengan profesional. Dua informan dalam penelitian ini telah berhasil melewati fase penerimaan. Sementara satu informan lainnya belum sepenuhnya mampu melewati tahap penerimaan.

Informan kedua dalam penelitian ini perlahan mampu menerima kondisi dirinya dan meyakinkan diri untuk menjadi lebih baik dengan tidak mengulangi kesalahan yang sama. Informan ketiga telah melalui tahap penerimaan dengan meningkatnya kemampuan untuk memahami situasi yang dialami, menyadari adanya lingkungan lain yang *supportif*, terbukanya pikiran untuk menyemangati diri untuk bertahan. Sementara informan pertama belum sepenuhnya mampu menerima situasi yang dianggap membuatnya merasa menderita, namun telah memahami dirinya.

Setelah menyesali tindakannya, keterbukaan pikiran akan membuat individu menemukan makna yang dapat diambil dari peristiwa maupun kesalahan yang telah dilaluinya. Penjelasan ini dapat dilihat pada firman Allah dalam surat Al-Insyirah ayat 5 dan 6.

لِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ — ٥ فَلَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ — ٦

“Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan”

⁷ Tafsir Tahlili, Surat Al-Araf ayat 23

Allah mengungkapkan bahwa sesungguhnya dibalik setiap kesempatan, terdapat kelapangan, dan akan selalu ada jalan keluar yang dapat dijadikan sarana untuk mencapai suatu keinginan. Hal inilah yang membuat manusia harus tetap bersabar dalam menghadapi kejahatan, tidak mengubah tujuan dan tetap bertawakal. Ayat tersebut seakan-akan menyatakan bahwa apabila keadaan terlalu berat, maka dengan sendirinya kita ingin keluar dengan selamat dari kesusahan tersebut dengan melalui segala jalan yang dapat ditempuh, sambil bertawakal kepada Allah. Kemenangan akan dapat dicapai meskipun banyak rintangan dan cobaan yang harus dihadapi. Apabila kesulitan itu dihadapi dengan tekad yang sungguh-sungguh dan berusaha dengan sekuat tenaga dan pikiran untuk melepaskan diri darinya, tekun dan sabar serta tidak mengeluh atas kelambatan datangnya kemudahan, pasti kemudahan itu akan tiba.⁸

Pada kedua ayat tersebut diterangkan bahwa saat menghadapi ujian dalam kehidupannya manusia akan mengalami fase penemuan makna. Apabila kesulitan itu dihadapi dengan keyakinan dan usaha yang sungguh-sungguh, tekun dan sabar, maka setiap manusia akan menemukan nilai-nilai berharga dari setiap peristiwa, ujian, dan cobaan yang telah dilaluinya. Nilai-nilai inilah yang kemudian perlu dipertahankan dengan melakukan hal-hal yang nyata dan terarah agar mencapai kehidupan yang lebih berkualitas dan penuh kebahagiaan. Tahap ini dikenal dengan fase penemuan makna. Sejalan dengan ayat tersebut, seluruh informan dalam penelitian ini telah belajar menerima situasi yang dialami. Remaja dengan perilaku *self-injury* pada penelitian ini telah mampu mengambil nilai positif dan mulai menemukan tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya.

Ketiga tahapan yang telah dipaparkan merupakan gambaran tingkat kebermaknaan hidup yang telah dicapai oleh remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pematang Jaya. Beberapa potongan surat yang telah disebutkan sebelumnya merupakan contoh ayat yang membahas terkait tingkat-tingkat

⁸ Tafsir Tahlili, Surat Al-Insyirah ayat 5-6

kebermaknaan hidup. Ujian kehidupan yang diberikan kepada manusia merupakan contoh tahap penderitaan. Kesadaran dan penyesalan yang dirasakan oleh remaja dengan perilaku *self-injury* termasuk dalam tingkat penerimaan. Adapun penemuan nilai-nilai di balik suatu peristiwa dimaksudkan sebagai contoh bagian dari fase penemuan makna dan akan menentukan bagaimana usaha remaja untuk mewujudkan tujuan yang dimilikinya.

Rasa syukur, keyakinan, penerimaan dan sikap remaja yang muncul ketika memasuki fase penerimaan dan penemuan makna termasuk salah satu contoh konsep *nerimo ing pandum*. Konsep yang terdapat dalam budaya Jawa tersebut mengajarkan manusia untuk menerima cobaan kehidupan, berserah, sekaligus berusaha untuk melalui segala situasi dengan kesabaran dan hati yang tenang. Selain itu budaya Jawa juga telah mengingatkan bahwa kebahagiaan maupun penderitaan yang dialami hanya sementara. Pandangan tersebut membuat individu menjadi lebih berhati-hati dalam menghadapi suatu masalah.

Ketiga remaja dengan perilaku *self-injury* pada penelitian ini telah menerima dan menganggap situasi penuh derita yang dialami sebagai sebuah ujian. Ketiganya mampu bersyukur atas situasinya saat ini. Selain itu, ketiganya juga telah menemukan keyakinan bahwa kegagalan bukanlah akhir dari segalanya. Seluruh informan telah menemukan potensi dan harapan baru yang membuatnya bangkit dan lebih bersemangat dalam melanjutkan kehidupan.

Informan pada penelitian ini memiliki perbedaan gambaran terkait hal-hal yang dianggap dapat membuat hidupnya lebih bermakna. Pada informan pertama, hal yang dianggap dapat membuat hidupnya bermakna adalah ketika dirinya dikelilingi oleh orang-orang yang baik sehingga tidak lagi merasa tertekan. Informan kedua menganggap hidupnya akan lebih bermakna apabila mampu membuat ibunya bangga dan bahagia. Sedangkan informan ketiga menggambarkan hidupnya akan lebih bermakna apabila dapat mendekatkan diri dengan Sang Pencipta dan tinggal di lingkungan yang lebih *supportif*.

Berdasarkan keseluruhan hasil analisis temuan yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa aspek dukungan sosial, pemahaman diri, dan perubahan sikap memengaruhi tingkat pencapaian kebermaknaan hidup pada informan dalam penelitian ini. Terdapat beberapa perbedaan terkait tingkatan kebermaknaan hidup yang dilalui masing-masing informan. Informan pertama telah melalui tahap penderitaan, namun belum sepenuhnya melewati fase penerimaan. Meskipun demikian, informan pertama saat ini mulai memasuki tingkat penemuan makna. Sementara informan kedua dan ketiga telah berhasil melewati tingkat penderitaan, penerimaan, dan mulai memasuki tingkat penemuan makna. Ketiganya telah menemukan hal-hal yang dianggap dapat membuat hidupnya lebih bermakna dan memiliki keinginan untuk mencapai hidup yang lebih bermakna.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dipaparkan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa pengalaman remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pematang Jaya dalam mencapai tingkat kebermaknaan hidup saat ini telah mencapai fase penemuan makna. Hasil penelitian menunjukkan terdapat tiga aspek yang paling menonjol bagi informan dalam mencapai setiap tingkat kebermaknaan hidupnya, yaitu aspek pemahaman terhadap diri sendiri, aspek dukungan sosial, dan aspek perubahan sikap.

Adapun gambaran pengalaman informan pada setiap tingkatan kebermaknaan hidup yang telah dilaluinya adalah sebagai berikut:

1. Fase penderitaan. Fase penderitaan pada remaja dengan *self-injury* diawali oleh kurangnya penerimaan terhadap diri sendiri. Ketika remaja mengalami masalah yang dianggap membuat diri menderita dan merasa tidak berarti remaja akan merasa stress hingga melakukan tindakan yang berisiko seperti memukul diri atau memukul benda keras dengan tangan. Tindakan tersebut dilakukan untuk melampiaskan emosi. Fase penderitaan tersebut membuat remaja mengalami kekacauan identitas. Informan pertama merasakan penderitaan karena belum sepenuhnya mampu menerima peraturan ketat yang diberikan orang tuanya. Sementara pada informan kedua, penderitaan terjadi karena informan merasa gagal dalam mencapai apa yang diinginkan dan menganggap dirinya sebagai beban. Pada informan ketiga, penderitaan yang dirasakan muncul akibat dikucilkan, diremehkan oleh orang-orang yang ada di lingkungan tempat tinggalnya sehingga merasa tidak mampu menerima kondisi diri seutuhnya.
2. Fase penerimaan. Setelah mengalami peristiwa menyedihkan, remaja mulai merenung. Melalui perenungan tersebut remaja akan belajar menerima diri dan situasi yang dianggap menjadi sumber derita. Pada

penelitian ini, terdapat beberapa perbedaan fase penerimaan yang dialami oleh informan. Informan pertama merasa dirinya belum sepenuhnya menerima situasi yang dianggap menjadi sumber penderitaan. Sementara itu, keterbukaan pikiran pada informan kedua membuatnya mampu menerima dan meyakinkan diri untuk menjadi lebih baik serta tidak mengulangi kesalahan sebelumnya. Terakhir, fase penerimaan pada informan ketiga ditandai dengan meningkatnya penerimaan terhadap diri sendiri, terbukanya pikiran untuk dapat bertahan dari setiap cobaan yang dilalui, serta kesadaran akan adanya lingkungan lain yang dapat menerima informan.

3. Fase penemuan makna. Setelah menemukan pemahaman akan diri sendiri, remaja akan mampu mengambil nilai positif dari situasi yang dialami dan menemukan harapan baru yang ingin dicapai dalam hidupnya. Pada fase penemuan makna, seluruh remaja dengan perilaku *self-injury* yang terlibat dalam penelitian ini telah meyakini bahwa setiap masalah akan ada hikmahnya.

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan, diketahui bahwa seluruh informan yang bersangkutan belum mencapai tingkat kebermaknaan hidup yang tertinggi. Meskipun demikian, ketiganya memiliki hal-hal yang dapat dijadikan sebagai tujuan dan dirasa dapat membuat hidupnya lebih bermakna sehingga tingkah laku menyakiti dirinya semakin jarang dilakukan.

B. KETERBATASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, berikut keterbatasan penelitian yang dapat dijadikan sebagai pembelajaran bagi peneliti dengan topik serupa:

1. Kriteria informan yang ditentukan peneliti terlalu sempit. Hal tersebut membuat peneliti kesulitan untuk mendapatkan partisipan yang dapat berpartisipasi dalam penelitian ini.
2. Beberapa pertanyaan yang diajukan dirasa terlalu pribadi sehingga informan tidak dapat memberikan informasi dengan lengkap.

C. SARAN

Adapun saran dari peneliti berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan yaitu:

1. Bagi masyarakat luas. Masyarakat diharapkan untuk lebih peduli terhadap kesehatan mental diri sendiri maupun orang lain, dan saling mengingatkan untuk tidak melakukan perundungan.
2. Bagi remaja. Diharapkan mampu meningkatkan pemahaman terhadap diri sendiri agar dapat melalui peristiwa buruk dengan cara yang lebih baik.
3. Bagi akademis lain yang ingin mengkaji topik *self-injury* untuk dapat mempertimbangkan pemilihan informan dengan kriteria yang tidak sulit untuk ditemukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdal, *et. al.*, (2021). Dampak Perceraian Orangtua Terhadap *Meaning of Life* Remaja. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 8(02), 186-198. <https://doi.org/10.21009/JKKP.082.07>
- Aini, D., Stück, M., Sessiani, L., & Darmuin, D. (2021). How do they deal with the Pandemic? The effect of secure attachment and mindfulness on adolescent resilience. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 103-116. doi:<https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i1.6857>
- American Psychological Association, & American Psychological Association. (2018). Stress in America: generation Z. *Stress in America Survey*, 11.
- Bastaman, H. D. (2007). Logoterapi. Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Braumeister, R. F., Hamilton, J. C., Tice, D. M. (1985). Public versus private expectancy of success: Confidence booster or performance pressure?. *Journal of personality and social psychology*, 48(6), 1447.
- Desmita (2015). Psikologi Perkembangan. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Estefan, G., & Wijaya, Y. D. (2014). Gambaran proses regulasi emosi pada pelaku self injury. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 126410.
- Fakhria, M., & Setiowati, E. (2017). Motivasi Berprestasi Siswa Ditinjau dari Fasilitasi Sosial dan Ketakutan akan Kegagalan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 29-42. doi: <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1279>
- Fauzian, R. (2020). Pengantar Psikologi Perkembangan. Sukabumi: CV Jejak.
- Firmantyo, T., & Alsa, A. (2016). Integritas Akademik dan Kecemasan Akademik dalam Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 1-11. doi: <https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.959>
- Guntur, A. I., Dewi, E. M. P., & Ridfah, A. (2021). Dinamika Perilaku Self-injury pada Remaja Laki-laki. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 1(1).
- Hidayat, V. (2019). Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 141-152. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1491>

- Hikmah, Siti. (2015). *PSIKOLOGI PERKEMBANGAN (Tinjauan dalam Perspective Islam)*. Semarang: CV Karya Abadi Jaya.
- <https://id.yougov.com/id/news/2019/06/26/seperempat-orang-indonesia-pernah-memiliki-pikiran/> diakses pada 16 Mei 2022.
- Ikhwal, F. (2017). *Gambaran Kebermaknaan Hidup Pada Remaja Putus Sekolah Di Desa Tawangrejo (Doctoral dissertation, Universitas Widya Dharma)*.
- Indirasari, D., Purba, D., & Anindita, R. (2019). Future time perspective and turnover intention: The mediating role of resilience. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1),1-12. doi: <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.31>
- Indiwara, A. P., Kasturi, T., & Psi, S. (2019). *Kebermaknaan Hidup Anak Korban Perceraian (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)*.
- Khoirudin, A. (2021). *Menemukan Makna Hidup. Model Aplikasi Logoterapi Pada Penderita Kejiwaan di PP. Asy-Syifa*. Sukabumi: CV. Jejak.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Musofa, M., Casmini, C., & Sutrisno, S. (2019). Pencarian Makna Hidup Siswa dari Keluarga Miskin di Kabupaten Wonosobo. *Psympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 85-98. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i1.4076>
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 139-154. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.03.004>
- Septiani, D. M. *Kebermaknaan Hidup Wanita Penyandang Disabilitas di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) DKI Jakarta* (Bachelor's thesis, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Walsh, B. (2007). *Clinical assessment of self-injury: A practical guide*. *Journal of clinical psychology*, 63(11), 1057-1068. <https://doi.org/10.1002/jclp.20413>
- World Health Organization. (2017). *Mental health status of adolescents in South-East Asia: Evidence for action*, ISBN: 978-92-9022-573-7.

LAMPIRAN 1
INFORMED CONSENT
PANDUAN WAWANCARA
TRIANGULASI SUMBER

LEMBAR INFORMASI PENELITIAN

Judul Penelitian : Kebermaknaan Hidup pada Remaja dengan Perilaku *Self Injury* di Kabupaten Pemalang

Peneliti : Murni Rusdiana

Instansi : Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang

Berikut beberapa informasi terkait rencana penelitian yang perlu diketahui oleh partisipan:

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini merupakan tugas akhir yang perlu dilaksanakan oleh peneliti selaku mahasiswa program studi Psikologi. Penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran terkait tingkat kebermaknaan hidup yang telah dicapai oleh remaja dengan perilaku *self-injury* di Kabupaten Pemalang.

2. Prosedur Penelitian

Proses pengambilan data pada penelitian ini dilakukan melalui wawancara dengan mengajukan beberapa pertanyaan mengenai tema yang sedang diteliti. Peneliti akan menggunakan ponsel sebagai alat bantu perekam untuk mempermudah penyusunan transkrip dan menganalisis data yang dihasilkan selama penelitian. Proses pengambilan data yang dilakukan memiliki kemungkinan dilakukan lebih dari satu kali, oleh karena itu apabila diperlukan wawancara lanjutan akan dilaksanakan dengan tempat dan waktu yang telah disepakati bersama.

3. Kerahasiaan

Keseluruhan informasi yang disampaikan selama wawancara akan dijaga kerahasiaannya. Data yang dihasilkan dari penelitian ini hanya akan digunakan untuk kepentingan ilmiah. Sehingga Anda memiliki kesempatan untuk menyampaikan perasaan, pengalaman, serta pemikiran yang dimiliki.

Kesediaan Anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini akan sangat dihargai. Apabila dikemudian hari anda ingin menanyakan hal-hal yang belum jelas terkait dengan penelitian, maka anda dapat menghubungi peneliti melalui: murni.runi09@gmail.com atau 087764245670.

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PARTISIPAN

Setelah mendapatkan keterangan secara rinci dan jelas mengenai penelitian yang akan dilakukan, dengan ini saya menyatakan bersedia/tidak bersedia (coret salah satu) untuk berpartisipasi dalam penelitian tersebut. Berikut identitas saya:

Nama (inisial) : AZ
Usia : 16 tahun
Jenis kelamin : Perempuan
Alamat : Perumahan Puri Asri Comal

Berdasarkan keterangan tersebut, maka:

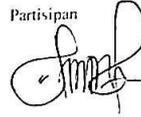
1. Saya menyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini dilakukan dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.
2. Saya akan memberikan informasi dengan sebenar-benarnya.
3. Saya menyadari bahwa keseluruhan data yang saya berikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian.

Peneliti,



Pemalang, 18 November 2022

Partisipan



LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PARTISIPAN

Setelah mendapatkan keterangan secara rinci dan jelas mengenai penelitian yang akan dilakukan, dengan ini saya menyatakan bersedia/tidak bersedia (coret salah satu) untuk berpartisipasi dalam penelitian tersebut. Berikut identitas saya:

Nama (inisial) : I
Usia : 17 tahun
Jenis kelamin : Perempuan
Alamat : Desa Purwosari

Berdasarkan keterangan tersebut, maka:

1. Saya menyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini dilakukan dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.
2. Saya akan memberikan informasi dengan sebenar-benarnya.
3. Saya menyadari bahwa keseluruhan data yang saya berikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian.

Peneliti,



Pemalang, 18 November 2022
Partisipan



LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PARTISIPAN

Setelah mendapatkan keterangan secara rinci dan jelas mengenai penelitian yang akan dilakukan, dengan ini saya menyatakan bersedia tidak bersedia (teoret salah satu) untuk berpartisipasi dalam penelitian tersebut. Berikut identitas saya:

Nama (inisial) : *DS*
Usia : *17 th*
Jenis kelamin : *Perempuan*
Alamat : *Desa Kebaguan, kec. Ampelgading*

Berdasarkan keterangan tersebut, maka:

1. Saya menyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini dilakukan dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.
2. Saya akan memberikan informasi dengan sebenar-benarnya.
3. Saya menyadari bahwa keseluruhan data yang saya berikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian.

Peneliti,



Pemalang, *18 November* 2022
Partisipan



PANDUAN WAWANCARA

II. Data Diri Informan

Nama :
Usia :
Alamat :

III. Pertanyaan

1. Kegiatan tambahan apa saja yang anda ikuti di lingkungan sekolah?
2. Bagaimana anda biasanya menghabiskan waktu luang di luar lingkungan sekolah?
3. Apakah anda merasakan adanya perubahan setelah mengikuti organisasi di dalam maupun di luar lingkungan sekolah? (Jika jawabannya “iya”) Perubahan apa yang anda rasakan setelah mengikuti kegiatan-kegiatan tersebut?
4. Apa kelebihan dan kelemahan yang ada dalam diri anda?
5. Bagaimana hubungan anda dengan keluarga?
6. Apakah anda memiliki teman dekat atau sahabat?
7. Apakah anda suka memendam masalah sendirian?
8. Bagaimana tindakan anda pada saat dihadapkan dengan banyak masalah?
9. Sejak kapan mulai melakukan tindakan menyakiti diri sendiri?
10. Bisa diceritakan peristiwa apa yang awalnya membuat anda melakukan *self injury*?
11. Bagaimana bentuk tindakan yang dilakukan untuk menyakiti diri sendiri?
12. Apakah anda masih melakukan tindakan yang dapat menyakiti diri sendiri?
13. Bisa diceritakan apa yang membuat anda memiliki keinginan untuk mengurangi tindakan *self injury* tersebut?
14. Kesibukan apa yang anda lakukan selama kegiatan sekolah dilakukan secara daring?
15. Bagaimana rencana anda setelah lulus SMA?
16. Apakah anda berani mencoba hal baru?

17. Bagaimana harapan anda tentang masa depan?
18. Bagaimana hidup yang bermakna menurut pandangan anda?
19. Hal apa yang dapat membuat anda merasakan hidup lebih bermakna?

TRIANGULASI SUMBER

1. Bagaimana hubungan anda dengan subjek?
2. Bagaimana subjek ketika di dalam kelas atau di lingkungan lainnya?
3. Bagaimana hubungan subjek dengan keluarga atau temannya yang lain?
4. Apakah subjek termasuk orang yang pendiam?
5. Apakah subjek sering menceritakan ketika dirinya menghadapi masalah?
6. Apakah yang biasanya dilakukan subjek ketika menghadapi masalah?
7. Apakah subjek termasuk orang yang peduli dengan temannya?
8. Apakah subjek termasuk pribadi yang bertanggung jawab dengan tugas dan kewajibannya?
9. Apakah subjek termasuk orang yang percaya diri?
10. Bagaimana tingkah laku subjek ketika menghadapi banyak masalah?
11. Apakah anda mengetahui bagaimana harapan atau rencana subjek kedepannya?

LAMPIRAN 2
VERBATIM WAWANCARA PERTAMA
HORIZONTALISASI VERBATIM WAWANCARA PERTAMA

VERBATIM WAWANCARA PERTAMA 1

Nama (inisial) : AZ
Usia : 16 tahun
Tanggal wawancara : 10 Juni 2022
Lokasi : Online, WhatsApp
Kode : P = Peneliti, I1 = Informan 1

Tabel
verbatim wawancara pertama 1

1.	P	Anak ke berapa dari berapa bersaudara kalau boleh tahu?
	I1	Anak ke 3, 4 bersaudara
2.	P	Kamu pernah merasa kesepian nggak dek?
	I1	Pastinya pernah kak... sering
3.	P	Karena apa biasanya?
	I1	Kadang kalau saya punya masalah, saya lebih sering nyimpan masalah sendiri. Nah padahal disekitar ada kak beberapa orang yang siap dengerin saya. Tapi sebagian masalah saya kayak lebih suka aja saya simpan sendiri. Karena saya emang susah bersosialisasi, saya kadang selalu takut kalo mau ngomong atau cerita kak, takut kalau ada perkataan saya salah, takut omongan saya tuh ada yang nyakitin. Bikin saya mikir kadang sampai semalaman. Makanya saya lebih suka ke nyimpan sendiri. Itu makannya saya sering ngerasa sepi
4.	P	Oke, berarti kamu tipe orang pendiam gitu ya dek?
	I1	Yesss
5.	P	Terus kalau lagi ada masalah selain disimpan sendiri gitu ya, apa yang biasanya kamu lakukan?

	I1	Nyari kegiatan lain sih kak, biar nggak kepikiran. Paling sering ndengerin musik habis itu tidur
6.	P	Oh iya, kalau semisal mau cerita gitu kamu biasanya lebih suka cerita sama temen atau sama orang rumah?
	I1	Tergantung sama masalahnya yang lagi saya hadapi sih kak. Tapi kadang lebih ke temen. Kalau ke orang rumah paling sering ke ibuuu, ibu banget
7.	P	Nah, kamu kan pernah melukai diri sendiri ya, masih inget nggak kapan pertama kali kamu melakukan itu?
	I1	Kalau melukai diri sendiri dulu pernah tapi sudah lama. Lama banget kak itu waktu pikirannya masih bocah hehe
8.	P	Apa yang membuat kamu memutuskan untuk melakukan itu?
	I1	Emosional, dibawa emosi
9.	P	Kalau boleh tahu emosional karena masalah dengan keluarga, tetangga, teman, atau lawan jenis?
	I1	Malu kak hahaha
10.	P	SMP atau SD kira-kira dek?
	I1	SMP kak, gara-gara lawan jenis hehe dulu lagi-lagi jatuh hati sama orang sampai bego', terus kan sakit hati kan nah itu dulu saya sampai bego'. Bego begoin diri sendiri, nyakitin diri sendiri. Bodoh banget kak dulu soalnya masih bocah
11.	P	Oh gitu... Memang bagaimana cara kamu melukai diri sendiri dek?
	I1	Mukul kepala kak sering dulu. Sekarang juga kadang masih.
12.	P	Ada orang yang tahukah, sampai akhirnya kamu bisa berhenti melakukan itu?
	I1	Nyadar sendiri kak

13.	P	Kalau yang sekarang-sekarang biasanya karena apa dek?
	I1	Karena capek kak, makin dewasa makin banyak beban nyaa
14.	P	Ini mukul kepalanya yang mukul pakai tangan gitu berarti ya, bukan jedotin kepala ke benda keras gitu kan?
	I1	Iyaa
15.	P	Pas ada masalah sama cowok dan tiap kamu menyakiti diri itu berarti kamu simpan sendiri, nggak ada orang lain yang tahu begitu ya?
	I1	Iya kak, aanuu ada kok beberapa temen yang tahu, beberapa temen yang aku percaya. Tapi kalo menyakiti diri sendiri ya diri sendiri doang yang tahu, ngapain ngomong ke orang-orang gitu
16.	P	Ada bekasnya nggak dek?
	I1	Enggak kak
17.	P	Apa yang kamu rasakan setelah memukul kepala gitu dek?
	I1	Legaa hatinya, sakit kepalanya haha.
18.	P	Dulu itu berarti kamu mukul kepala setiap hari tah dek?
	I1	Enggak tiap hari juga kak. Tiap stress, banyak masalah, bingung ngatasinya, capek secapek-capeknya
19.	P	Apa yang akhirnya membuat kamu sadar?
	I1	Nilai sekolah turun kak, gara-gara banyak masalah, mikirin yang enggak-enggak. Terus mikir, nggak ada gunanya juga kayak gitu, yang ada cuma nyakiti diri sendiri. Ya sudah mencoba untuk dewasa...
20.	P	Setiap bulan?
	I1	Pasti ada

21.	P	Kalau yang sekarang-sekarang masih setiap bulan?
	I1	Masih kak
22.	P	Oh iya, soal yang kamu pernah berpikiran untuk pergi dari rumah. Apa yang membuat kamu nggak nyaman sampai berpikir seperti itu?
	I1	Saya udah gede kak kelas 11 kan bukan bocah kayak SMP gitu. Bahkan saya pulang sekolah sore aja di tanya-tanyain sampai segitunya padahal sudah ijin pulang sore sudah bilang karena ada ini itu di sekolah. Cuma disekolah nggak kemana-mana. Terus kadang dirumah juga serba salah, nggak nyaman. Terus alasan yang lain maksudnya pingin pergi dari rumah itu biar saya juga bisa mandiri kak, kuliah jauh dari rumah gitu
23.	P	Sudah punya target belum nanti mau kuliah dimana atau ambil jurusan apa?
	I1	Tempatnya sudah, jurusannya yg masih nggak tahu
24.	P	Satu pertanyaan terakhir dek, hal apa yang menurut kamu bisa membuat hidup kamu terasa lebih bermakna?
	I1	Bisa aman, tentram & bahagia aja syukur banget sudah bermakna. Emm <i>spend time</i> bareng temen, pencapaian yang diinginkan bisa terwujud

VERBATIM WAWANCARA PERTAMA 2

Nama (inisial) : I
Usia : 17 tahun
Tanggal wawancara : 11 Juni 2022
Lokasi : Online, WhatsApp
Kode : P = Peneliti, I2 = Informan 2

Tabel
verbatim wawancara pertama 2

1.	P	Anak ke berapa dari berapa bersaudara kalau boleh tahu?
	I2	1 (Anak Tunggal)
2.	P	Sering merasa kesepian ngga dek?
	I2	Kadang-kadang kak
3.	P	Biasanya yang membuat kamu merasa kesepian itu karena apa dek?
	I2	Enggak ada temen buat main, cerita-cerita sama curhat gitu. Soalnya kan ibu kerja, jadi cuma sendiri dirumah
4.	P	Tinggalnya cuma berdua sama ibu?
	I2	Iya
5.	P	Berarti kamu termasuk tipe yang pendiem juga ya dek?
	I2	Kalau sama orang baru iya, tapi kalo yang sudah deket itu enggak
6.	P	Oh begitu... Kalau lagi ada masalah berarti kamu lebih suka cerita ke temen atau disimpan sendiri?
	I2	Disimpan sendiri
7.	P	Selain disimpan sendiri biasanya apa yang kamu lakukan pas lagi ada masalah?

	I2	Enggak ngapa-ngapain sih kak, kecuali kalo sudah muncak banget ditambah kadang berantem sama ibu, kadang suka lempar bantal sama mukul tembok kalo nggak kadang emosinya nggak bisa dikontrol dan yang kena pasti orang sekitar aku.
8.	P	Mukul tembok pakai tangan kosong begitu ya?
	I2	Iya
9.	P	Kapan pertama kali kamu kepikiran buat melukai diri sendiri dek?
	I2	Enggak ada kepikiran sih kak, kayak ngalir aja gitu kalau pingin mukul ya mukul gitu. Cuma kadang mikir, mungkin dengan cara aku mukul tembok atau lempar apa bikin emosi aku tuh reda gitu
10.	P	Berarti setelah kamu mukul tembok gitu biasanya merasa lebih nyaman dan lega gitu ya?
	I2	Ya lumayan lega sih kak
11.	P	Kapan kamu mulai mukul-mukul tembok gitu dek?
	I2	Baru-baru ini waktu SMA saja kak
12.	P	Ada bekasnya kah?
	I2	Enggak ada kak. Mukul paling 1 kali sampe 2 kali pukul doang, bekasnya paling merah-merah doang
13.	P	Tiap bulan kah?
	I2	Enggak tiap bulan sih kak. Cuma tiap lagi ada masalah terus dibikin capek ya bakalan gitu
14.	P	Ada yang tahu atau pernah lihat kamu memukul tembok?
	I2	Enggak ada
15.	P	Berarti kalau masalahnya lagi numpuk dan banyak tekanan begitu ya
	I2	Iya mbak

16.	P	Oh iya, kamu kan pernah bilang merasa gagal dan tidak pantas, boleh diceritain nggak itu kenapa?
	I2	Kalau merasa gagal tuh sering, kayak misal tugas atau nilai yang gak sesuai sama yang aku pengenin pasti kayak bakalan nyalahin diri sendiri kayak... Ya nilai segini gara-gara kamu nggak belajar, terus kayak sering <i>ngejudge</i> diri sendiri, kayak gini aja nggak bisa, terus bisanya apa? Enggak bisa apa-apa.
17.	P	Sudah punya target nanti mau ambil kuliah dimana atau jurusan apa dek?
	I2	Sudah sih kak... Keperawatan Poltekkes semarang
18.	P	Wah semoga terwujud yaa. Terakhir dek, hal apa yang menurut kamu bisa membuat hidup kamu terasa lebih bermakna?
	I2	Keluarga yang harmonis, lengkap dan apa yang aku impikan bisa menjadi nyata. Kebahagiaan orang tua, terutama ibu

VERBATIM WAWANCARA PERTAMA 3

Nama (inisial) : Ds
Usia : 17 tahun
Tanggal wawancara : 13 Juni 2022
Lokasi : Online, WhatsApp
Kode : P = Peneliti, I3 = Informan 3

Tabel
verbatim wawancara pertama 3

1.	P	Anak ke berapa dari berapa bersaudara kalau boleh tahu?
	I3	Anak pertama dari dua bersaudara
2.	P	Sering merasa kesepian nggak dek?
	I3	Sering kak
3.	P	Biasanya yang membuat kamu merasa kesepian itu karena apa dek?
	I3	Banyak hal sih kak... Tapi paling sering itu ya awalnya karena dicuekin
4.	P	Dicuekin yang bagaimana dek?
	I3	Ya gitu
5.	P	Lebih ke merasa nggak dianggap keberadaannya atau kalau cerita nggak didengerin?
	I3	Nggak dianggap keberadaannya, kan otomatis mau ngapain juga nggak bakal dianggep mbak
6.	P	Kalau di luar, misal di sekolah, apakah kamu termasuk pendiam?
	I3	Tergantung sama siapa mbak

7.	P	Kalau ada masalah gitu kamu lebih suka pendem sendiri atau cerita ke temen deket?
	I3	Cerita ke temen deket
8.	P	Selain cerita ke temen, apa yang biasa kamu lakuin kalau lagi banyak masalah?
	I3	Meratapi nasib, diem aja di kamar, tidur, nanti kalau sudah enakan ngelakuin ibadah
9.	P	Oke... terus kamu kan pernah punya pikiran buat menyakiti diri ya, kapan pertama kali pikiran itu muncul dek?
	I3	Pas lagi <i>down-downnya</i> sih mbak
10.	P	<i>Down</i> yang karena <i>bullying</i> kah?
	I3	Ya itu salah satunya
11.	P	Kamu ngerasain trauma karena <i>bullying</i> atau hal lain gitu kah?
	I3	Iyaaa. Biasalah kalo ditarik ke akar masalahnya ya <i>body shaming</i>
12.	P	Bagaimana cara kamu melampiaskan itu dek?
	I3	Ya nonjok-nonjok aja sih mbak hehe
13.	P	Apa yang kamu rasakan setelah melakukan itu?
	I3	Nggak ngerasain apa-apa, ya gimana ya orang lebih sakit mentalnya
14.	P	Masih sampai sekarang dek?
	I3	Sekarang sudah enggak sih mbak <i>alhamdulillah</i>
15.	P	Membekas enggak itu ditangan?
	I3	<i>Alhamdulillah</i> ndak mbak

16.	P	Apa yang akhirnya membuat kamu sadar dan nggak ngelakuin itu lagi dek?
	I3	Sebenarnya baru nemuin pas masuk rohis ini si mbak. Setelah jadi pengurus itu, <i>alhamdulillah</i> dipertemukan sama orang-orang baik yang bisa nuntun ke jalan yang lebih baik lagi. Benar-benar tulus membimbing gitu loh mbak. Kayak jadinya kepikiran, oh iya mau gimana lagi mau ada apapun yang bisa nyemangatin ya diri kita sendiri, yang bisa nenangin ya Allah, gitu mbak
17.	P	Berarti kamu baru berhenti pas masuk kelas sepuluh kemarin apa kelas sebelas?
	I3	Kelas sebelas
18.	P	Apa karena itu juga kamu sempat berpikiran buat putus sekolah?
	I3	Kalau putus sekolah sih ndak, tapi pingin pindah ke <i>home schooling</i>
19.	P	Oh iya, kalau soal kepikiran pingin pergi dari rumah itu karena apa?
	I3	Nggak nyaman
20.	P	Nggak nyaman sama lingkungan dan keluarga, atau salah satunya?
	I3	Semuanya
21.	P	Berarti kamu sudah punya rencana mau lanjut kemana?
	I3	Kemana aja yang penting jauh dari rumah
22.	P	Oke... Satu pertanyaan terakhir dek, hal apa yang menurut kamu bisa membuat hidup kamu terasa lebih bermakna?
	I3	Dengan mendekatkan diri kepada Allah

HORIZONTALISASI WAWANCARA PERTAMA 1

Ucapan	Nomor Jawaban	Satuan Makna	Deskripsi psikologis
<p>Kadang kalau saya punya masalah, saya lebih sering nyimpan masalah sendiri. Nah padahal disekitar ada kak beberapa orang yang siap dengerin saya. Tapi sebagian masalah saya kayak lebih suka aja saya simpan sendiri. Karena saya emang susah bersosialisasi, saya kadang selalu takut kalo mau ngomong atau cerita kak, takut kalau ada perkataan saya saalah, takut omongan saya tuh ada yang nyakitin. Bikin saya mikir kadang sampai semalaman. Makanya saya lebih suka ke nyimpan sendiri. Itu makannya saya sering ngerasa sepi</p>	3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kesadaran akan emosi yang dirasakan. 2. Tindakan yang dilakukan ketika mengalami suatu masalah. 3. Kesadaran atas emosi yang dirasakan setelah menyakiti diri sendiri. 	Pemahaman terhadap diri sendiri
<p>Nyari kegiatan lain sih kak, biar nggak kepikiran. Paling sering dengerin musik habis itu tidur.</p>	5		
<p>Kalau melukai diri sendiri dulu pernah tapi sudah lama. Lama</p>	7		

banget kak itu waktu pikirannya masih bocah. Legaa hatinya, sakit kepalanya.	17		
Tergantung sama masalahnya yang lagi saya hadapi sih kak. Tapi kadang lebih ke temen. Kalau ke orang rumah paling sering ke ibuuu, ibu banget.	6	Kedekatan dengan keluarga dan teman	Dukungan sosial
SMP kak, gara-gara lawan jenis hehe dulu lagi-lagi jatuh hati sama orang sampai bego', terus kan sakit hati kan nah itu dulu saya sampai bego'. Bego begoin diri sendiri, nyakitin diri sendiri. Bodoh banget kak dulu soalnya masih bocah	10	Menyakiti diri karena sakit hati dengan lawan jenis.	Faktor <i>self-injury</i>
Nilai sekolah turun kak, gara-gara banyak masalah, mikirin yang enggak-enggak. Terus mikir, nggak ada gunanya juga kayak gitu, yang ada cuma nyakiti diri sendiri. Ya sudah mencoba untuk dewasa...	19	Kesadaran untuk melakukan perubahan kearah yang lebih baik.	Perubahan sikap

<p>Bisa aman, tenang & bahagia aja syukur banget sudah bermakna. Emm <i>spend time</i> bareng temen, pencapaian yang diinginkan bisa terwujud.</p>	<p>24</p>	<p>Hal-hal yang dianggap dapat membuat hidup lebih bermakna</p>	<p>Pemahaman akan makna hidup</p>
--	-----------	---	---

HORIZONTALISASI WAWANCARA PERTAMA 2

Ucapan	Nomor Jawaban	Satuan Makna	Deskripsi psikologis
<p>Eenggak ada temen buat main, cerita-cerita sama curhat gitu. Soalnya kan ibu kerja, jadi cuma sendiri dirumah.</p>	3	1. Kesadaran akan perasaan kesepian.	Pemahaman terhadap diri sendiri.
<p>...kalau sudah muncak banget ditambah kadang berantem sama ibu, kadang suka lempar bantal sama mukul tembok kalo nggak kadang emosinya nggak bisa dikontrol dan yang kena pasti orang sekitar aku.</p>	7	2. Kesadaran atas tindakan yang dilakukan ketika mengalami suatu masalah.	
<p>Eenggak ada kepikiran sih kak, kayak ngalir aja gitu kalau pingin mukul ya mukul gitu. Cuma kadang mikir, mungkin dengan cara aku mukul tembok atau lempar apa bikin emosi aku tuh reda gitu.</p>	9	3. Kesadaran pikiran saat menyakiti diri.	
<p>Keluarga yang harmonis, lengkap dan apa yang aku impikan bisa menjadi nyata. Kebahagiaan orang tua, terutama ibu</p>	18	Hal-hal yang dianggap dapat membuat hidup menjadi lebih bermakna.	Pemahaman akan makna hidup

HORIZONTALISASI WAWANCARA PERTAMA 3

Ucapan	Nomor Jawaban	Satuan Makna	Deskripsi psikologis
<p>Banyak hal sih kak... Tapi paling sering itu ya awalnya karena dicuekin.</p> <p>Meratapi nasib, diem aja di kamar, tidur, nanti kalau sudah enakan ngelakuin ibadah</p> <p>Ya nonjok-nonjok aja sih mbak</p>	3	1. Kesadaran atas hal-hal yang membuat diri merasa	Pemahaman terhadap diri sendiri.
	8	keseريان.	
	12	2. Kesadaran atas tindakan yang dilakukan pada saat mengalami masalah 3. Tindakan yang dilakukan untuk menyakiti diri	
Cerita ke temen dekat	7	Kedekatan dengan teman.	Dukungan sosial
Biasalah kalo ditarik ke akar masalahnya ya <i>body shaming</i>	11	Peristiwa yang membuat hidup terasa dipenuhi kesedihan.	Tahap kebermaknaan hidup pada fase penderitaan.

<p>Sebenarnya baru nemuin pas masuk rohis ini si mbak. Setelah jadi pengurus itu, <i>alhamdulillah</i> dipertemukan sama orang-orang baik yang bisa nuntun ke jalan yang lebih baik lagi. Benar-benar tulus membimbing gitu loh mbak. Kayak jadinya kepikiran, oh iya mau gimana lagi mau ada apapun yang bisa nyemangatin ya diri kita sendiri, yang bisa nenangin ya Allah.</p>	<p>16</p>	<p>Terbukanya pikiran melalui kegiatan merenung dan beribadah sehingga mampu menerima hal-hal yang dianggap membuat menderita.</p>	<p>Tahap kebermaknaan hidup pada fase penerimaan</p>
<p>Dengan mendekatkan diri kepada Allah</p>	<p>22</p>	<p>Hal-hal yang dianggap dapat membuat hidup lebih bermakna.</p>	<p>Pemahaman akan makna hidup</p>

LAMPIRAN 3
VERBATIM WAWANCARA LANJUTAN
TABEL HORIZONTALISASI
VERBATIM *SIGNIFICANT OTHERS*
CATATAN OBSERVASI
DOKUMENTASI

VERBATIM WAWANCARA LANJUTAN 1

Nama (inisial) : AZ
Usia : 16 tahun
Tanggal wawancara : 18 November 2022
Lokasi : Red Dragon, Comal
Kode : P = Peneliti, I1 = Informan 1

Tabel
verbatim informan 1

1.	P	Di sekolah kamu ikut kegiatan tambahan apa saja?
	I1	Kegiatan... ekstrakurikuler maksudnya kak?
2.	P	Iya
	I1	Kalau ekstrakurikuler saya ikut taekwondo
3.	P	Adalagi?
	I1	Terus organisasi dulu kelas sepuluh, sebelas itu ikut ISC
4.	P	Biasanya kalau di luar sekolah itu kamu ikut kegiatan lain nggak?
	I1	Nggak ada. Paling kayak, misal taekwondo itu pun latihan di luar jam ekstrakurikuler itu
5.	P	Kalau di rumah ikut organisasi?
	I1	Enggak
6.	P	Kalau dari taekwondo sama organisasi yang di sekolah itu, kamu pernah merasakan ada perubahan gitu nggak?
	I1	Ada. Iya..
7.	P	Apa perubahannya?

	I1	E... kalau di organisasi ya kak. Pas itu saya kan orangnya kayak susah ngomong gitu sih kalau di depan. Pas di organisasi saya sering ngomong-ngomong gitu jadinya saya ada kemajuan buat publik speaking saya gitu. Terutama kalau pas e... sekolahan ada tugas presentasi itu jadi saya PD gitu
8.	P	Apakah kamu mengetahui kelemahan dan kelebihan yang ada di diri kamu?
	I1	Eng... ada. Tahu.
9.	P	Apa tuh?
	I1	Kelemahannya... apa ya... mikir dulu kak. Kelebihannya... apa ya kak. Bingung kak.
10.	P	Lalu, bagaimana hubungan kamu dengan keluarga?
	I1	Hubungan sama keluarga, biasa aja.
11.	P	Sama orang tua dekat?
	I1	Enggak, tapi kalau dekat itu dekat sama ibu.
12.	P	Berarti lebih dekat sama ibu daripada...
	I1	<i>Ho'oh</i> , iya.
13.	P	Sama saudara?
	I1	Saudara... jauh.
14.	P	Kalau sama ibu sering cerita-cerita?
	I1	Iya, cerita tapi nggak cerita kayak masalah serius, itu jarang tak ceritain ke ibu. Paling kayak... sederhana aja, kegiatan-kegiatan gitu
15.	P	Kalau sama temen?

	I1	Sering. Sebenarnya kayak masalah dalem, terus masalah keluarga juga saya sering cerita ke temen.
16.	P	Berarti lebih terbuka sama temen gitu ya.
	I1	Ho'oh. Betul.
17.	P	Temen sekolah atau temen main?
	I1	Temen sekolah, temen main, temen... temen.
18.	P	Satu orang, atau beda-beda?
	I1	Iya, satu.
19.	P	Berarti satu temen itu, dia satu sekolah bareng, biasa main bareng juga?
	I1	He'eng.
20.	P	Berarti yang lain tidak ada ya, paling sering cerita sama dia <i>tok</i> ?
	I1	Kalau di kelas, ada si cerita tapi nggak cerita sampai kesitu-situ, ke dalem-dalem gitu.
21.	P	Kalau ada masalah, kamu suka memendam atau cerita?
	I1	Dua-duanya si, kadang tergantung masalahnya
22.	P	Tergantung bagaimana?
	I1	Ya, kalau misalnya nggak perlu diceritain, ya nggak perlu. Kalau misal masalah terus masalahnya itu butuh solusi atau apa, atau bener-bener pingin cerita ya cerita.
23.	P	Apa yang biasanya dilakukan ketika banyak masalah?
	I1	Em... cari kegiatan.
24.	P	Kegiatan yang..?

	I1	Kegiatan... nggak. Nggak, bukan kegiatan sih kayak misal ada masalah kalau masalahnya berat ya tak bikin rileks aja nggak perlu diseriusin.
25.	P	Biasanya dengerin musik atau ngapain?
	I1	Iya, ho'oh. Dengerin musik, nonton film gitu kak. Memang sukanya kayak gitu.
26.	P	Apakah pernah merasa hidup kamu sangat menderita?
	I1	Ya pasti pernah kak.
27.	P	Boleh tahu, kapan?
	I1	Kapan ya... kalau kapan si, nggak inget, cuma ya pernah.
28.	P	Baru-baru ini?
	I1	Baru-baru ini sih pernah. Itu masalah e... sekolah. Jam pulang sekolah itu si kak
29.	P	Jam pulang sekolahnya kenapa dek?
	I1	Maksudnya kayak e... semakin kesini makin kayak dibatas-batasin gitu. Kayak apa ya... <i>strict parents</i> gitu
30.	P	Apakah kamu merasa tertekan diperlakukan seperti itu?
	I1	Iya, pasti kak. Merasa tertekan kan karena kan udah anak SMA kan wajar aja kalau pulangnyanya itu lebih telatan dikit kan... gitu.
31.	P	Kalau pergi-pergi sama temen gitu berarti ditanyain pulangnyanya jam berapa?
	I1	Emm... oh, iya.
32.	P	Lalu bagaimana akhirnya kamu bisa menerima perilaku orang tua kamu yang seperti itu?

	I1	Nerima... Kadang nggak bisa terima kak. Kadang belum bisa terima, soalnya ya... saya juga butuh kebebasan, butuh waktu.
33.	P	Kalau dari saudara ada yang tahu kamu diatur seperti itu?
	I1	Saudara, enggak. Saya kurang... apa ya, kurang... akur. Enggak, bukan kurang akur, kurang sosialisasi juga si maksudnya.
34.	P	Berarti komunikasinya kurang?
	I1	Heem. Kurang, iya.
35.	P	Apakah kamu pernah mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri?
	I1	Pernah... kadang, kayak... menyesuaikan diri sama orang lain gitu kak? Iya, pernah. E, kayak... lagi kumpul atau berdiri diantara orang-orang yang menurut saya itu hebat-hebat, kayak pintar gitu kak, terus sayanya sendiri nggak bisa menyesuaikan sama mereka, jadi kayak merasa paling... bodoh gitu itu sulit, itu sulit banget.
36.	P	Berarti kamu termasuk orang yang tidak percaya diri?
	I1	Enggak.
37.	P	Apa yang kamu lakukan jika mengalami kegagalan?
	I1	Gagal... ya kalau sudah gagal... kalau misal masih bisa coba lagi ya dicoba lagi. Kalau misal enggak, yaudah <i>let it go</i> .
38.	P	Apakah kamu percaya bahwa setiap masalah pasti ada hikmahnya?
	I1	Percaya
39.	P	Apa yang membuat percaya kalau masalah pasti ada hikmahnya?
	I1	Karena saya percaya kalau misalnya Tuhan ngasih masalah ke saya terus saya ini kayak ngerasa oh saya mungkin lagi dites saya ini, apa saya ini kuat atau enggak makanya mungkin Tuhan lagi nyiapin apa

		ya, nyiapin yang lebih baik lagi buat saya, makanya saya percaya tiap masalah itu pasti ada hikmahnya.
40.	P	Apakah kamu pernah mengalami peristiwa traumatis?
	I1	Traumatis...enggak. Nggak ada sih kayaknya kak.
41.	P	Apakah ada kejadian yang kalau diingat membuat sedih atau marah?
	I1	Apa ya... kayaknya nggak ada kak.
42.	P	Bisa diceritakan peristiwa apa yang aalnya membuat kamu menyakiti diri?
	I1	Menyakiti diri yang... mungkin waktu yang pernah saya bilang ke kakak, itu waktu SMP apa ya. Waktu pikiran saya itu belum... belum dewasa gitu, masih bocah. Paling kan gara-gara apa ya, gara-gara lawan jenis.
43.	P	Karena patah hati?
	I1	Iya kan kalau... orang kalau sudah patah hati kan emang lebih bego' gitu kan kak, terus saya juga waktu itu kurang percaya diri, terus saya kurang... kayak dulu itu merasa... kayak kurang adil. Itu. Gitu kak. Semuanya itu, kok gagal di dalam diri saya gitu. Makanya saya gitu. Putus asa. Kayak semuanya kok diambil dari saya. Gitu.
44.	P	Bagaimana cara kamu menyakiti diri saat itu?
	I1	Paling kayak membodoh-bodohi diri sendiri itu sih kak. mukul pakai tangan, tapi nggak sampai segitunya lah kak.
45.	P	Apakah kamu masih melakukan tindakan tersebut?
	I1	Pokoknya kalau, mungkin kalau ada masalah yang berat, berat banget gitu... apalagi ini kan nambah, e... nambah dewasa kan masalahnya nambah banyak. Nambah... ruwet gitu.

46.	P	Sampai sekarang masih?
	I1	Enggak juga.
47.	P	Tapi kadang masih?
	I1	Ho'oh. Kadang ngeluapin gitu.
48.	P	Bagaimana perasaan kamu setelah melakukan tindakan tersebut?
	I1	Apa ya... biasa aja gitu kak. Lega. Iya, lega. Kadang kalau keingat masalah itu lagi ya benci sendiri gitu. Kenapa sih harus... harus kejadian, harus terjadi sama saya gitu kak.
49.	P	Ada bekasnya?
	I1	Enggak.
50.	P	Apakah kamu memiliki riwayat penyakit yang mengharuskan konsumsi obat secara rutin?
	I1	Enggak... tapi paling dulu. Dulu pernah kak. Katanya, kata dokter itu... ya paling penyakit... apa ya, enggakk penyakit. Kayak lambung. Asam lambungnya suka naik. Soalnya sering... dulu sering... jarang... makan, tapi telat.
51.	P	Boleh tahu kapan?
	I1	SMA. Pas, e... COVID-COVID itu.
52.	P	Kamu masuk SMA pas awal-awal COVID itu ya?
	I1	Jadi masuk itu, sampai kelas sebelas itu <i>online</i> , terus kelas sebelas mau kenaikan itu baru berangkat di sesi-sesi
53.	P	Pas masuk langsung dapat temen dekat gitu?
	I1	Enggak langsung. Adaptasi dulu.
54.	P	Apakah kamu sering merasa kesepian?

	I1	Sering kak. e... karena mungkin, sebenarnya aslinya itu nggak sepi, ada temen, ada keluarga cuma sayanya aja yang kayak malas gitu kak.
55.	P	Berarti lebih merasa kesepian pas di rumah?
	I1	He'em. Aslinya itu emang nggak kesepian, kan ada ibu yang apa ya kak... siap dengerin saya. Walaupun kadang juga orang tua saya suka batas-batasin gitu sih kak.
56.	P	Kesibukan apa yang kamu lakukan selama kegiatan sekolah dilakukan secara daring?
	I1	Emm... nugas. Sama apa ya, marathon sih kak. Iya kak. Saya sering. Malah kayaknya lebih sering marathon ketimbang ngerjain tugas, terus pas berangkatnya nyesel.
57.	P	Kenapa?
	I1	Iya itu karena ternyata banyak pelajaran yang saya... apa ya... nggak benar-benar saya <i>emat</i> gitu pas daring ternyata berguna juga di kelas sebelas sama dua belas. Jadinya saya harus mulai dari awal lagi kalau misal ada ulangan gitu ternyata nyambung-nyambung aja gitu sama materi kelas sepuluh.
58.	P	Kamu kalau ada ulangan gitu lebih suka belajar dari jauh-jauh hari apa mepet-mepet?
	I1	Sistem kebut.
59.	P	Kalau mengerjakan tugas juga seperti itu?
	I1	Kalau ngerjain tugas itu... apa... mipil, kadang juga sks.
60.	P	Bisa diceritakan bagaimana rencana atau harapannya setelah lulus SMA?

	I1	Kalau sayanya, saya pinginnya ke universitas yang di Solo itu. UNS apa ya... Saya pengen ke situ soalnya nggak tahu, kayak udah yakin banget disitu.
61.	P	Berarti sudah mulai belajar dari sekarang?
	I1	Kalau belajar sih... kan nanti kan kalau mau masuk itu saya berarti kan ada beberapa jalur ya kak. Saya rencananya ikut jalur yang tes, soalnya kalau rapor saya nggak yakin. Iya itu karena nilai saya kan kelas sepuluh udah amblas banget sih jadi nggak yakin.
62.	P	Sudah ada pandangan jurusanannya?
	I1	Sudah. Pingin... pinginnya masuk ke biologi murni, itu pilihan pertamanya kak.
63.	P	Apakah ada alasan khusus dalam memilih Solo?
	I1	Nggak ada alasan. Pinginnya ke situ.
64.	P	Tidak ingin yang dekat-dekat?
	I1	Pingin jauh. Pingin mandiri. Cuma ya itu ada pro sama kontranya juga. Kalau si bapak ya terserah saya, terserah pinginnya mau kemana, mau jauh-jauh juga nggak apa-apa yang penting sayanya benar-benar serius. Tapi kalau mamah, pinginnya saya di... yang dekat-dekat, contohnya UNIKAL. Kayak kurang setuju aja sih kak
65.	P	Lalu bagaimana cara kamu menjelaskan atau membujuk agar disetujui oleh mamah kamu?
	I1	Iya itu, saya mau kayak, nanti misal pas saya ujian tulis itu buat masuk perguruan ya saya buktikan saja dulu. Kalau misal saya diterima di... yang tempat jauh, ya mungkin orang tua saya setuju, mungkin.
66.	P	Apakah kamu berani mencoba hal-hal baru?

	I1	Enggak
67.	P	Bagaimana hidup bermakna menurut kamu?
	I1	Hidup yang bermakna... e... dikelilingi orang-orang yang baik, orang-orang yang nggak munafik terus ya... itu cukup buat saya.

VERBATIM WAWANCARA LANJUTAN 2

Nama (inisial) : II
Usia : 17 tahun
Tanggal wawancara : 18 November 2022
Lokasi : Moga Indah, Comal
Kode : P = Peneliti, I2 = Informan 2

Tabel
verbatim informan 2

1.	P	Kegiatan tambahan apa saja yang diikuti di sekolah?
	I2	Kalau organisasi aku ikutnya ISC, tapi dulu pernah ikut ekskul pencak silat itu sempat cuma beberapa bulan <i>tok</i> .
2.	P	Sewaktu awal masuk itu?
	I2	Pas kelas sepuluh
3.	P	Kalau di luar sekolah, ikut kegiatan organisasi juga?
	I2	Enggak ada sih kak.
4.	P	Setelah mengikuti organisasi-organisasi itu, apakah kamu merasakan ada perubahan?
	I2	Ada sih sedikit. Kalau mungkin dari ISC itu lebih... yang tadinya nggak tahu tentang agama, kayak kita sebagai perempuan harus gimana itu gimana caranya kita menutup aurat, gimana caranya kita berperilaku itu tadinya nggak tahu, benar-benar nggak tahu itu jadi kayak bebas aja gitu kayak nggak ada aturan, jadi sekarang itu tahu harus menjaga diri itu gimana. Kalau dari pencak silat itu ya juga belajar, kayak tanggung jawab gitu, gimana caranya menjaga diri.
5.	P	Apa kelebihan dan kelemahan yang kamu miliki?
	I2	Apa ya... mungkin kalau dari kekurangan itu orangnya, nggak enakan sama orang lain, gitu. Selalu...kayak nger... mungkin kalo susah beradaptasi dengan lingkungan baru, susah nyari teman, gitu. Terus kalau

		kelebihannya...ya mungkin, kelebihanya kayak peduli sama orang lain gitu, lebih suka nolongin orang, kayak... suka sama kegiatan sosial gitu
6.	P	Bagaimana hubungan kamu dengan keluarga?
	I2	Hm... kalau sama ibu sih... kan karena ibu kerja jadi ya paling kalau sama ibu tuh kadang malam doang, kadang bercanda. Dekat itu, itu doang deket sama ibu.
7.	P	Komunikasinya berarti bagus ya, sering cerita-cerita sama ibu?
	I2	<i>Alhamdulillah.</i>
8.	P	Lebih dekat dengan ibu atau teman?
	I2	Teman.
9.	P	Apakah kamu sering memendam masalah sendirian?
	I2	Iya.
10.	P	Lalu, masalah apa yang lebih sering diceritakan dengan teman?
	I2	Paling cuma masalah sekolah, terus nanti habis sekolah ke depannya mau gimana lagi, itu doang sih kak.
11.	P	Apakah yang biasanya dilakukan ketika ada masalah?
	I2	Diam. Iya, tetap bersosialisasi sama orang cuma kadang kalau mungkin ada masalah di rumah atau di sekolah, kayak... nyelesaiannya ya diam. Karena semisal nanti lagi ada masalah terus ngomong takut nyanyakitin hati orang lain. Jadi aku malah milih diam.
12.	P	Kapan kamu merasa bahwa hidup kamu sangat menderita?
	I2	Sering... pas SMA. Takut kalau nanti... kalau aku nggak bisa masuk ke perguruan tinggi atau nggak bisa kerja yang diharapin orang tua itu contohnya kayak malah jadi beban doang buat orang tua.
13.	P	Lalu bagaimana akhirnya kamu bisa menerima (keadaan tersebut)?
	I2	Akhirnya bisa... nerima mungkin dulu juga sebenarnya pernah kayak dikucil... pas waktu kelas satu. Jadi pernah dikucilkan sama satu kelas dan cuma punya teman satu doang... jadi ya mulai nerima itu ya kayak enjoyin biasa aja, kayak... yaudah, itu <i>toh</i> sudah berlalu, ngapain diingatingat kan, jadi yaudah bergaul aja sama orang-orang yang... yang

		<p> mungkin yang mau bergaul sama aku gitu apapun keadaannya ya, mau bergaul sama aku dengan keadaan aku yang sekarang mungkin dengan... dengan... ya, mungkin kayak dengan aku yang nggak terlalu pintar atau yang gimana gitu.</p>
14.	P	Kamu pernah mengalami <i>bullying</i> ?
	I2	<p> Kalau <i>bullying</i> itu... e pernah, cuma dulu kan kayak e... waktu SD itu cuma pernah kayaak apa ya... ejek-ejekan pekerjaan orang tua kan, dan itu aja sih paling, yang paling aku nggak suka itu kalau bercanda cuma bawa-bawa orang tua gitu, tapi cuma sampai itu aja sih, kadang didiemin orang, itu, doang.</p>
15.	P	Berarti sampai sekarang sudah tidak ya?
	I2	(mengangguk)
16.	P	Tapi masih suka kesal kalau ingat kejadian-kejadian itu?
	I2	(mengangguk)
17.	P	Apakah pernah mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri?
	I2	Pernah
18.	P	Boleh tahu, kapannya?
	I2	<p> Hmm waktu kelas... waktu kelas satu SMP, karena memang dari kelas satu SD itu anaknya memang penakut, kan kadang kalau kayak anak kelas satu SD itu kan diantar sama orang tuanya, yang lain sudah nggak diantar, tapi aku masih harus ditungguin karena takut. Dulu, pernah takut sama guru laki-laki sampai nggak mau masuk, terus wak... dilanjut waktu SMP kelas satu juga, setiap masuk ke kelas kalau enggak nangis itu nggak akan plong gitu. Pokoknya kayak sering nangis, terus gurunya kayak sering bilang “ini kenapa ya anaknya” gitu, “kok setiap pagi atau setiap hari itu sering nangis” gitu. Takut aja beradaptasi sama orang-orangnya gitu.</p>
19.	P	Lalu, apa yang biasanya dilakukan ketika mengalami kegagalan?
	I2	<p> Kalau gagal, sebenarnya itu kayak... kadang, eee nyalahin diri sendiri, kok kamu kayak gini sih, kok kenapa kamu bisa kayak gini gitu.</p>

		Harusnya kamu bisa loh, kamu bisa tapi kenapa hasilnya kayak gini gitu. Tapi nanti ya mungkin seiring berjalannya waktu itu kadang ya, kadang itu menyalahkan diri sendiri. Disatu waktu menyalahkan diri sendiri tapi nanti seterusnya itu kayak, oh yaudah itu gagal tapi di... selanjutnya kamu harus lebih... baik lagi gitu, nggak boleh kayak gitu lagi.
20.	P	Apakah kamu percaya kalau setiap masalah pasti ada hikmahnya?
	I2	(mengangguk) karena menurutku kalau setiap ada masalah misal kayak... soalnya setiap masalah, kalau setiap masalah aku yang masalah yang aku alami itu kadang di balik itu semua itu kadang ada baiknya juga gitu. Jadi kadang mikir, oh iya aku dikasih masalah kayak gini ya berarti eee lagi diuji aja gitu, terus ya ada baiknya juga dari masalah itu semua gitu.
21.	P	Apa yang biasanya dilakukan ketika sedang ada masalah?
	I2	Kalau ada masalah nggak pernah ngobrol sama siapa-siapa, lebih diam.
22.	P	Lalu, apakah kamu pernah mengalami peristiwa traumatis?
	I2	Kalau aku sih... peristiwa traumatis itu mungkin... karena dari dulu emang nggak pernah lihat ayah aku gimana, kayak mungkin apa namanya yah, eee ayahnya sudah ninggalin dari umur... dari bayi, itu. Jadi nggak tahu. Jadi nggak pernah tahu <i>background</i> ayah aku seperti apa, kasih sayang seorang ayah itu kayak apa itu nggak pernah tahu, gitu aja. Makanya kalau dari sekarang itu hmm lebih takut aja gitu kalau misal mungkin kan anak-anak sekarang SMA tuh lebih banyak kayak yang pacaran itu juga ya aku nggak mau kayak gitu karena yang pertama dosa, yang kedua juga yang kedua memang fokus belajar, terus ya juga yang ketiga itu ya karena takut. Takut aja sama laki-laki.
23.	P	Lalu, waktu itu kan pernah bercerita tentang menyakiti diri ya, bisa diceritakan bagaimana awalnya kamu bisa melakukan tindakan menyakiti diri?
	I2	Itu kak, jadi aku kadang nggak tahu kenapa misal kalau... kalau kayak pulang sekolah nggak tahu gimana kadang <i>capek</i> juga sama diri sendiri

		<p>gitu. Kadang yaa nggak tahu masalahnya apa tapi didiri aku itu kayak ada, ada satu beban, ada satu masalah tapi aku nggak tahu itu apa sampai... yaa mungkin, pernah sewaktu-waktu berpikir kayak mungkin kayak kalau aku ngelupain diri aku akan plong, cuma nanti ya didiri aku ada yang bilang, tapi kalau kamu ngelakuin itu ya kamu akan ngerasa sakit gitu. Jadi waktu itu tuh pernah hampir kayak yaa cuma megang <i>cutter</i> kayak gitu, sudah mau di eh...mungkin sudah mau disayat gitu tangannya cuma didiri aku itu bilang, yaa ya silakan kamu ngelakuin itu tapi nanti kamu yang ngerasain sakit sendiri nggak ada orang lain yang ngerasain sakit itu gitu.</p>
24.	P	Kapan awal tindakan itu dilakukan?
	I2	Hmm kalau kayak gitu itu awalnya pas SMA kemarin waktu kelas sebelas kayaknya, kalau enggak kelas dua belas semester awal.
25.	P	Sampai sekarang masih?
	I2	Kalau sekarang sudah enggak.
26.	P	Kalau mukul-mukul pernah?
	I2	Kalau mukul pernah beberapa kali. Sama juga, itu pas waktu SMA mungkin aku nggak tahu gimana caranya biar hati aku jadi plong yaa mungkin lihat... lihat tembok atau lihat apa ya, dengan cara mukul itu aku lebih bisa tenang gitu aja sih. Ada yang buat dilampiasin itu kayak lebih tenang gitu
27.	P	Ada bekasnya?
	I2	Itu cuma merah-merah doang.
28.	P	Lalu, bagaimana akhirnya kamu bisa mengurangi atau berhenti melakukan tindakan tersebut?
	I2	Kalau cara berhentinya itu mungkin... kadang ada masalah nangis sudah, itu nanti besoknya kayak ya lupa sendiri gitu, sama juga ya kadang kumpul sama orang lain jadi... jadi ya ketawa terus lupa, tapi habis itu biasanya ingat lagi gitu, tapi enggak sampai kayak gitu paling cuma nangis doang di rumah, gitu mbak.

29.	P	Apakah kamu pernah merasa kesepian?
	I2	Kalau kesepian, ya mungkin bisa dibilang kesepian mbak. Sering. Bahkan mungkin setiap hari itu.
30.	P	Karena apa biasanya?
	I2	Mungkin karena ibu kan di... ibu kan kerja sendiri, terus setiap pulang sekolah itu ya aku nggak ada temen buat main, temen buat cerita, cuma sama HP gitu. Kadang lihat HP doang, kadang lihat TV doang kayak... ya hidup aku monoton gitu <i>tok</i> nggak ada yang lain gitu. Kalau misal nanya-nanya tentang apa kek, tentang dunia luar ya aku nggak tahu karena aku ya hidupnya cuma disitu <i>tok</i> di rumah <i>tok ngono</i> . Nggak pernah... nggak pernah keluar-keluar kemana-mana, kecuali kalau disuruh doang baru keluar gitu.
31.	P	Lalu kemarin kan sempat sekolah daring, kesibukan apa yang dilakukan untuk mengisi waktu luang?
	I2	Paling kebanyakan tidur sama main HP doang, sudah nggak ada yang lain.
32.	P	Tidak ikut kegiatan di luar rumah begitu ya?
	I2	Nggak ada.
33.	P	Nah, sebentar lagi kan lulus SMA ya, boleh diceritakan bagaimana rencana atau harapannya setelah lulus?
	I2	Kalau rencananya mau lulus ya...iya mungkin harapannya mau ke perguruan tinggi lagi, pingin ngambil jurusan keperawatan, hmm terus kerja...kerja juga di rumah sakit mungkin ya. Biar bisa bantu ekonomi keluarga, biar apa namanya...ngebantu beban ibu di rumah gitu. Mungkin ada harapan ibu buat renovasi rumah tapi... cuma... kayak belum ada dananya. Jadi semoga bisa ngebantu atau ya impian ibu yang renovasi rumah itu bisa tercapai.
34.	P	Apakah kamu suka mencoba hal baru?
	I2	Mencoba hal baru...kalau misal tertarik banget sama hal itu ya bakalan aku coba gitu, tapi kalau nggak menarik di... kalau menurut aku itu aku

		nggak menarik walaupun itu hal baru dan aku belum tahu aku nggak akan melakukan.
35.	P	Bagaimana harapan kamu tentang masa depan?
	I2	Hmm mungkin harapannya bisa... bisa sukses, terus jadi orang yang lebih sabar, bisa ngontrol emosi diri sendiri gitu. Pokoknya bisa lebih baik lagi dari yang sekarang, terus juga nggak terlalu cuek-cuek banget sama diri sendiri.
36.	P	Lalu menurut kamu, hal apa yang bisa membuat hidup kamu lebih bermakna?
	I2	Hal yang bisa membuat hidup aku lebih bermakna itu ya mungkin cuma tadi doang lihat kayak ya... ngelihat ibu itu senang dan bangga, kalau ibu itu senang dan bangga punya aku mbak.
37.	P	Oh iya, satu lagi... apakah kamu punya riwayat penyakit yang mengharuskan konsumsi obat secara rutin?
	I2	Nggak ada.

VERBATIM WAWANCARA LANJUTAN 3

Nama (inisial) : Ds
Usia : 17 tahun
Tanggal wawancara : 18 November 2022
Lokasi : Moga Indah, Comal
Kode : P = Peneliti, I3 = Informan 3

Tabel
verbatim informan 3

1.	P	Kegiatan tambahan apa saja yang diikuti di sekolah?
	I3	Organisasinya PMR sama ISC
2.	P	Apakah di rumah juga mengikuti kegiatan organisasi?
	I3	Aku tadinya ikut mbak, tapi udah keluar.
3.	P	Boleh tahu, kenapa?
	I3	Nggak nyaman sama orang-orangnya.
4.	P	Sama orangnya, bukan sama kegiatannya?
	I3	Bukan. Nyaman banget sama kegiatannya tapi... sayang orangnya nggak buat nyaman.
5.	P	Tidak nyamannya karena apa, boleh tahu?
	I3	Kalau... aku kan, kalau ngobrol gini sukanya itu, gimana ya... lihat ekspresi orangnya gitu, ya kalau mereka nggak suka sama aku itu kelihatan gitu mbak. Jadi ya, gitu. Menurutku mereka nggak nyaman sama aku. Aku juga jadinya kan nggak nyaman sama mereka gitu.
6.	P	Apakah ada perubahan yang dirasakan setelah mengikuti organisasi?
	I3	Bisa lebih manajemen waktu terus e... apa... pertemanannya itu lebih luas, lebih kenal banyak orang, jadi bisa lihat karakter-karakter orang gitu, jadi bisa belajar banyak dari orang lain.
7.	P	Apa kelebihan dan kelemahan yang kamu miliki?

	I3	Kalau aku, sukanya itu moodyan itu kekurangannya. Kalau pingin apa-apa itu tergantung mood, terus ya gitu sering apa ya... kalau berpikir itu, berpikirnya itu pasti beda dari yang lain sendiri gitu lho mbak. Pandangannya aku itu pasti beda sendiri gitu, belum ada yang... seringnya itu belum ada yang sama itu. Udah.
8.	P	Apakah kamu sering bercerita dengan orang tua?
	I3	Sekarang jarang.
9.	P	Lebih dekat dengan siapa?
	I3	Nggak dekat sama siapa-siapa.
10.	P	Diantara keluarga kamu, orang tua atau saudara yang lebih dekat?
	I3	(menggelengkan kepala)
11.	P	Berarti lebih dekat sama teman?
	I3	(mengangguk sembari tersenyum)
12.	P	Kalau dengan teman lebih suka menceritakan masalah apa?
	I3	Random-random aja sih... tergantung situasi pada saat itu, ngikutin aja.
13.	P	Tergantung lagi ada masalah apa gitu ya?
	I3	Iya
14.	P	Apakah yang biasanya dilakukan ketika ada masalah?
	I3	Hmm... kalau aku ya lebih sendiri tapi nanti ujung-ujungnya juga aku keluarin unek-unek aku soalnya kalau dipikir-pikirin banget itu nanti akunya yang sakit. Maksudnya sakit secara fisik, lebih cepat sakit gitu.
15.	P	Bagaimana cara kamu mengeluarkannya?
	I3	Ya... ngobrol-ngobrol gitu kak.
16.	P	Apakah kamu pernah merasa bahwa hidup kamu sangat menderita?
	I3	Dari SD... itu kan maksudnya kan masih dekat banget sama orang tua, terus kayak ada skandal-skandal gitu sih.
17.	P	Skandal keluarga?
	I3	He'em. Skandal keluarga gitu. Padahal kan itu kan fitnah, maksudnya lebih kefitnah gitu. Jadi kayak... dari itu sudah sakit banget mau... pingin ngelindungin orang tua tapi kok masih dianggap anak kecil gitu.

		Jadi dari situ sudah mulai... apa... menarik diri dari lingkungan keluarga besar gitu, dari semuanya.
18.	P	Lalu apakah ada <i>bullying</i> akibat peristiwa tersebut?
	I3	Kalau dibully itu dari kelas dua
19.	P	Dua SD?
	I3	(mengangguk)
20.	P	Fisik atau yang lain?
	I3	(mengangguk)
21.	P	Masih sampai sekarang?
	I3	Sekarang... bukan, kalau fisik iya kadang masih cuma akunya sudah <i>enjoy</i> , sudah mulai <i>enjoy</i> . Sekarang malah lebih ke... apa ya... yaa gitu. Kayaknya lebih sering gara-gara cara pikir aku yang beda itu, itu lebih sering kena.
22.	P	Lalu bagaimana akhirnya kamu bisa menerima dan terbiasa?
	I3	Semakin...semakin sering digituin, maksudnya semakin sering dikucilkan, semakin sering... kan kemarin-kemarin benar-benar... apalagi pas COVID itu kerasa banget kan mbak. Maksudnya lebih ke <i>cyber</i> juga kan... jadi kan udah jarang ketemu sama orang-orang terus jadi kayak sendiri-sendiri gitu. Cerita... apa, gimana ya jelasinnya? Lebih ke... diam diri, di kamar sendiri gitu, terus pas masuk SMA ketemu sama temen-temen yang lain juga tuh kayak... ada teman buat ngobrol, akhirnya jadi mending gitu, terus oke nggak apa-apa.
23.	P	Apakah pernah mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri?
	I3	Enggak sih. <i>Alhamdulillah</i> enggak.
24.	P	Berarti gampang beradaptasi begitu ya?
	I3	Gampang, tapi nanti akhir-akhirnya juga mereka ketahuan kalau dekatin aku itu cuma ada maunya aja kayak gitu. Jadi nanti akunya yang... apa, aku yang menarik diri gitu mbak. Kalau masalah berbaur memang lebih gampang, cuma... nanti tapi ujung-ujungnya aku yang menarik diri

		sendiri gitu. Soalnya aku tahu, aku itu sudah sampai... aku itu memang kayak seringnya buat jembatan orang buat kenal gitu sih mbak.
25.	P	Lalu, apa yang biasanya dilakukan ketika mengalami kegagalan?
	I3	Diam... di kamar, sampai... sampai reda aja gitu marahnya, kecewanya.
26.	P	Sambil dengerin lagu, atau apa?
	I3	Enggak ngapa-ngapain.
27.	P	Apakah kamu percaya kalau setiap masalah pasti ada hikmahnya?
	I3	(mengangguk) Iya. Ya... ho'oh. Lah mau nggak percaya gimana orang nyatanya setiap ada masalah ya pasti ada hikmahnya gitu.
28.	P	Berarti lebih melihat ke nyatanya aja begitu ya?
	I3	Iya, hehe. Lah iya, bener kan? Hehehe kan pasti setiap ada masalah ya pasti ada hikmahnya sendiri.
29.	P	Iya, benar-benar. Kalau peristiwa traumatis, apakah kamu pernah mengalaminya?
	I3	Kalau trauma secara fisik sih iya.
30.	P	Karena?
	I3	Dipukul.
31.	P	Sama keluarga sendiri?
	I3	(mengangguk)
32.	P	Boleh tahu, siapa?
	I3	Ibu
33.	P	Berarti menurut kamu ibu kamu...maaf, lebih keras?
	I3	Enggak, sebenarnya dia itu malah lebih kerasnya omongannya mbak, cuma enggak tahu pas itu tiba-tiba kok dia mukul gitu.
34.	P	Itu sewaktu kamu SD atau kapan?
	I3	Pas TK kayaknya.
35.	P	Sekali itu saja kan?
	I3	He'em
36.	P	Ada yang lain?

	I3	Hm... kalau yang... yang buat sekarang itu lebih ke... trauma gini mbak, misal kan aku diberi amanah sama orang gitu, itu orang lain itu kayak ngalangin aku buat ngejalanin amanah itu jadi kesannya aku itu menyepelekan, aku itu nggak mau menjalankan amanah yang dikasih sama orang ke aku gitu. Lebih ke itu, trauma banget.
37.	P	Lalu waktu itu kan pernah bercerita tentang menyakiti diri ya, bisa diceritakan bagaimana awalnya kamu bisa melakukan tindakan menyakiti diri?
	I3	Paling mukul-mukul doang sih mbak, itupun akunya dalam kondisi nggak sadar. Maksudnya kayak nggak mikirin apa-apa gitu loh emang sudah pingin aja.
38.	P	Memang terbawa emosi begitu ya?
	I3	He'em.
39.	P	Boleh tahu awalnya kapan?
	I3	Masalah... ya itu gara-gara dibully gitu kan. Kan sempat benci banget sama diri sendiri kok kayak gini, pas itu kan belum bisa menerima aku yang sekarang, kayak kok gini sih ya, maksudnya banyak banget ejekan-ejekannya gitu kan. Jadinya buat pingin ngelampiasin itu aja.
40.	P	Apakah masih sampai sekarang?
	I3	<i>Alhamdulillah</i> sudah enggak.
41.	P	Berarti itu dari pas awal-awal kamu dibully itu?
	I3	Enggak, sudah agak besar sedikit kayak-kayaknya sudah kelas empatan atau berapa gitu.
42.	P	Lalu, bagaimana akhirnya kamu bisa mengurangi atau berhenti melakukan tindakan tersebut?
	I3	Sekarang lebih ke... enggak gitu lagi. Kayak, sudah nangis, coba menahan diri soalnya aku kan segini kan tenaganya besar mbak, jadi kalau misal masih gitu pasti nanti... nanti ketahuan gitu lho.
43.	P	Tapi dari dulu pernah ketahuan?
	I3	(menggelengkan kepala)

44.	P	Pernah merasa kesepian dek?
	I3	Setiap hari.
45.	P	Boleh tahu, kenapa?
	I3	Yaa kadang-kadang kok... kok benar-benar nggak ada teman yang... hm kayak bingung gitu sih mbak, kayak misal cuma sekedar mau ke kantin aja haduh ngajak siapa ya, ngajak siapa ya... gitu. Harus mikir-mikir dulu kok gini banget, kayak... yaa kadang ada yang ngajak lawakan, maksudnya misal ada tugas kelompokan gitu tapi kayak e tetep kayak tetep nggak dianggap ada gitu.
46.	P	Lalu kegiatan apa yang dilakukan untuk mengisi waktu luang ketika sekolah daring?
	I3	Bantu-bantu pekerjaan rumah, terus main sama ponakan... udah, terus main HP gitu, belajar sudah.
47.	P	Nah, sebentar lagi kan lulus SMA ya, boleh diceritakan bagaimana rencananya setelah lulus?
	I3	Palingan kalau misalnya bisa, insya Allah bisa ya ke PTN. Cuma kalau sama sekali nggak bisa insya Allah mau mondok.
48.	P	Mondok di?
	I3	Belum tahu juga, masih bingung-bingung, masih pilih-pilih.
49.	P	Apakah kamu suka mencoba hal baru?
	I3	Suka. Yaa nyoba-nyoba aja gitu, nggak apa-apa.
50.	P	Memang buat menambah <i>skill</i> begitu ya?
	I3	Iya.
51.	P	Bagaimana harapan kamu tentang masa depan?
	I3	Bisa jadi diri sendiri, terus hmm bisa jadi hafidhoh, aamiin. Yaa bisa lebih baik lagi.
52.	P	Oh iya, tadi kan kamu bilang kalau kamu sempat nggak suka sama diri kamu sendiri, lalu akhirnya kamu bisa suka, menerima diri kamu sendiri itu bagaimana ceritanya?

	I3	Sebenarnya itu... nemu kegiatan yang pas aja sih yang aku suka gitu. Oh ternyata aku bisa lho gini-gini, nggak selamanya aku itu buruk. Aku itu nggak harus memenuhi ekspektasi orang. Jadi aku, yaa aku bertahan demi diriku sendiri...toh juga masih dikasih umur sampai sekarang itu kan pasti ada maksudnya gitu biar...yaa harus menerima dong, kalau misal nggak bisa nerima mau ngelanjutin hidup itu gimana
53.	P	Lalu menurut kamu, hal apa yang bisa membuat hidup kamu lebih bermakna?
	I3	Sebenarnya itu, menurutku lingkungan tempat tinggal...yang sehat, terus juga sama... dekat sama yang nyiptain, dekat sama Allah.
54.	P	Oh iya, terakhir... apakah kamu punya riwayat penyakit yang mengharuskan konsumsi obat secara rutin?
	I3	Nggak ada.

HORIZONTALISASI WAWANCARA LANJUTAN 1

Ucapan	Nomor Jawaban	Satuan Makna	Deskripsi psikologis
... saya kan orangnya kayak susah ngomong gitu sih kalau di depan. Pas di organisasi saya sering ngomong-ngomong gitu jadinya saya ada kemajuan buat publik speaking saya gitu. Terutama kalau pas e... sekolahan ada tugas presentasi itu jadi saya PD gitu.	7	Peningkatan yang dirasakan setelah mengikuti kegiatan organisasi dan ekstrakurikuler di sekolah.	Kegiatan terarah.
...kayak misal ada masalah kalau masalahnya berat ya tak bikin rileks aja...	24	1. Sikap dalam menghadapi suatu masalah.	Pemahaman terhadap diri sendiri.
Dengerin musik, nonton film gitu kak. Memang sukanya kayak gitu.	25	2. Kesadaran pikiran ketika melakukan tindakan menyakiti diri.	
...kayak... lagi kumpul atau berdiri diantara orang-orang yang menurut saya itu hebat-hebat, kayak pintar gitu kak, terus sayanya sendiri nggak bisa menyesuaikan sama mereka, jadi kayak merasa	35	3. Tindakan yang dilakukan untuk menyakiti diri 4. Kesadaran atas emosi yang dirasakan setelah	

<p>paling... bodoh gitu itu sulit, itu sulit banget.</p>	<p>43</p>	<p>melakukan tindakan <i>self injury</i>.</p>	
<p>Iya kan kalau... orang kalau sudah patah hati kan emang lebih bego' gitu kan kak, terus saya juga waktu itu kurang percaya diri, terus saya kurang... kayak dulu itu merasa... kayak kurang adil. Itu. Gitu kak. Semuanya itu, kok gagal di dalam diri saya gitu. Makanya saya gitu. Putus asa. Kayak semuanya kok diambil dari saya. Gitu.</p>	<p>44</p>	<p>5. Kesadaran atas perasaan kesepian.</p>	
<p>Paling kayak membodoh-bodohi diri sendiri itu sih kak. mukul pakai tangan, tapi nggak sampai segitunya lah kak.</p>	<p>48</p>		
<p>Lega. Iya, lega. Kadang kalau keingat masalah itu lagi ya benci sendiri gitu. Kenapa sih harus... harus kejadian, harus terjadi sama saya gitu kak.</p>	<p>54</p>		

<p>Sering kak. e... karena mungkin, sebenarnya aslinya itu nggak sepi, ada temen, ada keluarga cuma sayanya aja yang kayak malas gitu kak.</p>			
<p>Hubungan sama keluarga, biasa aja.</p> <p>...tapi kalau dekat itu dekat sama ibu.</p> <p>Iya, cerita tapi nggak cerita kayak masalah serius, itu jarang <i>tak</i> ceritain ke ibu. Paling kayak... sederhana aja, kegiatan-kegiatan gitu</p> <p>Saudara, enggak. Saya kurang... apa ya, kurang... akur. Enggak, bukan kurang akur, kurang sosialisasi juga si maksudnya.</p> <p>Sering. Sebenarnya kayak masalah dalem, terus masalah keluarga juga saya sering cerita ke temen.</p>	<p>10</p> <p>11</p> <p>14</p> <p>33</p> <p>15</p>	<p>1. Kesadaran akan hubungan dengan keluarga.</p> <p>2. Kedekatan dengan teman sebaya.</p>	<p>Dukungan sosial.</p>

<p>Semakin kesini makin kayak dibatas-batasin gitu. Kayak apa ya... <i>strict parents</i> gitu.</p> <p>Merasa tertekan kan karena kan udah anak SMA kan wajar aja kalau pulangnya itu lebih telatan dikit kan... gitu.</p>	<p>29</p> <p>30</p>	<p>Situasi yang dianggap menderita.</p>	<p>Pencapaian kebermaknaan hidup pada fase penderitaan.</p>
<p>Nerima... Kadang nggak bisa terima kak. Kadang belum bisa terima, soalnya ya... saya juga butuh kebebasan, butuh waktu.</p>	<p>32</p>	<p>Kesadaran pikiran untuk menerima kondisi yang dialami.</p>	<p>Tahap pencapaian kebermaknaan hidup pada fase penerimaan.</p>
<p>Gagal... ya kalau sudah gagal... kalau misal masih bisa coba lagi ya dicoba lagi. Kalau misal enggak, yaudah <i>let it go</i>.</p> <p>Karena saya percaya kalau misalnya Tuhan ngasih masalah ke saya terus saya ini kayak ngerasa oh saya mungkin lagi dites saya ini, apa saya ini kuat atau enggak makanya mungkin Tuhan lagi nyiapin apa ya, nyiapin yang lebih baik lagi buat saya,</p>	<p>37</p> <p>39</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemikiran tentang kegagalan yang dialami. 2. Pemaknaan akan peristiwa menyakitkan yang dialami. 3. Hal-hal yang dianggap dapat membuat hidup lebih bermakna. 	<p>Pemahaman akan makna hidup</p>

<p>makanya saya percaya tiap masalah itu pasti ada hikmahnya.</p> <p>Dikelilingi orang-orang yang baik, orang-orang yang nggak munafik...</p>	67		
<p>Waktu pikiran saya itu belum... belum dewasa gitu, masih bocah. Paling kan gara-gara apa ya, gara-gara lawan jenis.</p>	42	<p>Tindakan menyakiti diri dilakukan karena masalah dengan lawan jenis.</p>	<p>Faktor yang menyebabkan tindakan menyakiti diri</p>
<p>Iya itu, saya mau kayak, nanti misal pas saya ujian tulis itu buat masuk perguruan ya saya buktikan saja dulu. Kalau misal saya diterima di. yang tempat jauh, ya mungkin orang tua saya setuju, mungkin.</p>	65	<p>Adanya keinginan dan usaha untuk meraih apa yang diinginkan.</p>	<p>Komitmen diri</p>

HORIZONTALISASI WAWANCARA LANJUTAN 2

Ucapan	Nomor Jawaban	Satuan Makna	Deskripsi psikologis
<p>... yang tadinya nggak tahu tentang agama, kayak kita sebagai perempuan harus gimana itu gimana caranya kita menutup aurat, gimana caranya kita berperilaku itu tadinya nggak tahu, benar-benar nggak tahu itu jadi kayak bebas aja gitu kayak nggak ada aturan, jadi sekarang itu tahu harus menjaga diri itu gimana. Kalau dari pencak silat itu ya juga belajar, kayak tanggung jawab gitu, gimana caranya menjaga diri.</p>	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan dalam mengambil dan menerapkan nilai positif dari aktivitas tertentu. 2. Kesadaran untuk melakukan perubahan kearah yang lebih baik. 3. Kemampuan dalam mengendalikan dorongan untuk menyakiti diri. 	Perubahan sikap
<p>Kalau cara berhentinya itu mungkin... kadang ada masalah nangis sudah, itu nanti besoknya kayak ya lupa sendiri gitu, sama juga ya kadang kumpul sama orang lain jadi... jadi ya ketawa terus lupa, tapi habis itu biasanya ingat lagi gitu, tapi enggak</p>	28		

sampai kayak gitu paling cuma nangis doang di rumah			
... kalau dari kekurangan itu orangnya, nggak enakan sama orang lain, gitu. Selalu...kayak nger... mungkin kalo susah beradaptasi dengan lingkungan baru, susah nyari teman... kelebihannya kayak peduli sama orang lain gitu, lebih suka nolongin orang, kayak... suka sama kegiatan sosial gitu	5	1. Kesadaran atas kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. 2. Kesadaran atas sikap ketika sedang ada masalah. 3. Kesadaran atas emosi dalam diri.	Pemahaman terhadap diri sendiri
Diam. Iya, tetap bersosialisasi sama orang cuma kadang kalau mungkin ada masalah di rumah atau di sekolah, kayak... nyelesaiannya ya diam. Karena semisal nanti lagi ada masalah terus ngomong takut nyanyakitin hati orang lain. Jadi aku malah milih diam.	11	4. Kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. 5. Tindakan yang dilakukan untuk menyakiti diri sendiri.	
karena memang dari kelas satu SD itu anaknya memang penakut, kan kadang kalau kayak anak kelas satu SD itu kan diantar sama orang tuanya, yang lain sudah nggak diantar,	18		

<p>tapi aku masih harus ditungguin karena takut. Dulu, pernah takut sama guru laki-laki sampai nggak mau masuk, terus wak... dilanjut waktu SMP kelas satu juga, setiap masuk ke kelas kalau enggak nangis itu nggak akan plong gitu. Pokoknya kayak sering nangis, terus gurunya kayak sering bilang “ini kenapa ya anaknya” gitu, “kok setiap pagi atau setiap hari itu sering nangis” gitu. Takut aja beradaptasi sama orang-orangnya gitu.</p>			
<p>Kalau ada masalah nggak pernah ngobrol sama siapa-siapa, lebih diam.</p>	21		
<p>... kalau kayak pulang sekolah nggak tahu gimana kadang <i>capek</i> juga sama diri sendiri gitu. Kadang yaa nggak tahu masalahnya apa tapi didiri aku itu kayak ada, ada satu beban, ada satu masalah tapi aku nggak tahu itu apa sampai... yaa mungkin, pernah sewaktu-waktu berpikir kayak mungkin</p>	23		

<p>kayak kalau aku ngelupain diri aku akan plong, cuma nanti ya didiri aku ada yang bilang, tapi kalau kamu ngelakuin itu ya kamu akan ngerasa sakit gitu. Jadi waktu itu tuh pernah hampir kayak yaa cuma memegang <i>cutter</i> kayak gitu, sudah mau di eh... mungkin sudah mau disayat gitu tangannya cuma didiri aku itu bilang, yaa ya silakan kamu ngelakuin itu tapi nanti kamu yang ngerasain sakit sendiri nggak ada orang lain yang ngerasain sakit itu gitu.</p> <p>Kalau mukul pernah beberapa kali. Sama juga, itu pas waktu SMA mungkin aku nggak tahu gimana caranya biar hati aku jadi plong yaa mungkin lihat... lihat tembok atau lihat apa ya, dengan cara mukul itu aku lebih bisa tenang gitu aja sih. Ada yang buat dilampiasin itu kayak lebih tenang gitu.</p> <p>Kalau kesepian, ya mungkin bisa dibilang kesepian mbak.</p>	<p>26</p>		
--	-----------	--	--

Sering. Bahkan mungkin setiap hari itu.	29		
... karena ibu kerja jadi ya paling kalau sama ibu tuh kadang malam doang, kadang bercanda. Dekat itu, itu doang dekat sama ibu.	6	Kedekatan dengan keluarga	Dukungan sosial
Sering... pas SMA. Takut kalau nanti... kalau aku nggak bisa masuk ke perguruan tinggi atau nggak bisa kerja yang diharapin orang tua itu contohnya kayak malah jadi beban doang buat orang tua.	12	Hal-hal yang dianggap membuat kehidupan penuh dengan perasaan tidak berarti.	Pencapaian kebermaknaan hidup pada fase penderitaan
...masalah yang aku alami itu kadang di balik itu semua itu kadang ada baiknya juga gitu. Jadi kadang mikir, oh iya aku dikasih masalah kayak gini ya berarti eee lagi diuji aja gitu, terus ya ada baiknya juga dari masalah itu semua gitu.	20	Pemaknaan akan masalah yang dialami.	Pemahaman akan makna hidup
Kalau gagal, sebenarnya itu kayak... kadang, eee nyalahin diri sendiri, kok kamu kayak gini sih, kok kenapa kamu bisa	19	Terbukanya pikiran untuk mempersiapkan diri dalam	Tahap pencapaian kebermaknaan hidup pada

<p>kayak gini gitu. Harusnya kamu bisa loh, kamu bisa tapi kenapa hasilnya kayak gini gitu. Tapi nanti ya mungkin seiring berjalannya waktu itu kadang ya, kadang itu menyalahkan diri sendiri. Disatu waktu menyalahkan diri sendiri tapi nanti seterusnya itu kayak, oh yaudah itu gagal tapi di... selanjutnya kamu harus lebih... baik lagi gitu, nggak boleh kayak gitu lagi.</p>		<p>mengurangi risiko kegagalan.</p>	<p>fase penerimaan.</p>
<p>Kalau misal tertarik banget sama hal itu ya bakalan aku coba gitu, tapi kalau nggak menarik di... kalau menurut aku itu nggak menarik walaupun itu hal baru dan aku belum tahu aku nggak akan melakukan.</p>	<p>34</p>	<p>Adanya keinginan untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang dapat meningkatkan potensi diri</p>	<p>Kegiatan terarah</p>
<p>Kalau rencananya mau lulus ya...iya mungkin harapannya mau ke perguruan tinggi lagi, pingin ngambil jurusan keperawatan, hmm terus kerja...kerja juga di rumah sakit mungkin ya. Biar bisa</p>	<p>33</p>	<p>Hal-hal yang dianggap berharga dalam kehidupan dan ingin diwujudkan.</p>	<p>Pencapaian kebermaknaan hidup pada fase penemuan makna</p>

bantu ekonomi keluarga, biar apa namanya...ngebantu beban ibu di rumah gitu. ...ngelihat ibu itu senang dan bangga...	36		
--	----	--	--

HORIZONTALISASI WAWANCARA LANJUTAN 3

Ucapan	Nomor Jawaban	Satuan Makna	Deskripsi psikologis
Nggak nyaman sama orang-orangnya.	3	1. Mampu memahami kekurangan dan kelebihan yang dimiliki.	Pemahaman terhadap diri sendiri
Nyaman banget sama kegiatannya tapi... sayang orangnya nggak buat nyaman.	4	2. Kesadaran atas emosi yang dirasakan.	
Kalau... aku kan, kalau ngobrol gini sukanya itu, gimana ya... lihat ekspresi orangnya gitu, ya kalau mereka nggak suka sama aku itu kelihatan gitu mbak. Jadi ya, gitu. Menurutku mereka nggak nyaman sama aku. Aku juga jadinya kan nggak nyaman sama mereka gitu.	5	3. Tingkah laku ketika sedang ada masalah. 4. Kesadaran pikiran ketika melakukan tindakan menyakiti diri.	
Bisa lebih manajemen waktu terus e... apa... pertemanannya itu lebih luas, lebih kenal banyak orang, jadi bisa lihat karakter-karakter orang gitu, jadi bisa belajar banyak dari orang lain.	6	5. Bentuk tindakan yang dilakukan untuk menyakiti diri.	
	7		

<p>Kalau aku, sukanya itu moodyan itu kekurangannya. Kalau pingin apa-apa itu tergantung mood, terus ya gitu sering apa ya... kalau berpikir itu, berpikirnya itu pasti beda dari yang lain sendiri gitu lho mbak.</p>	<p>14</p>		
<p>Kalau aku ya lebih sendiri tapi nanti ujung-ujungnya juga aku keluarin unek-unek aku soalnya kalau dipikir-pikirin banget itu nanti akunya yang sakit. Maksudnya sakit secara fisik, lebih cepat sakit gitu.</p>	<p>15</p>		
<p>Ya... ngobrol-ngobrol gitu kak.</p>	<p>25</p>		
<p>Diam... di kamar, sampai... sampai reda aja gitu marahnya, kecewanya.</p>	<p>30</p>		
<p>Kalau trauma secara fisik sih iya.</p>	<p>37</p>		
<p>Paling mukul-mukul doang sih mbak, itupun akunya dalam kondisi nggak sadar. Maksudnya kayak nggak</p>			

mikiran apa-apa gitu loh emang sudah pingin aja.			
Dari SD... itu kan maksudnya kan masih dekat banget sama orang tua, terus kayak ada skandal-skandal gitu sih.	16	1. Situasi yang membuat subjek merasa menderita dan tidak berarti.	Tahap pencapaian kebermaknaan hidup pada fase
Skandal keluarga gitu. Padahal kan itu kan fitnah, maksudnya lebih kefitnah gitu. Jadi kayak... dari itu sudah sakit banget mau... pingin ngelindungin orang tua tapi kok masih dianggap anak kecil gitu. Jadi dari situ sudah mulai... apa... menarik diri dari lingkungan keluarga besar gitu, dari semuanya.	17	2. Pengalaman traumatis yang dialami.	penderitaan.
Kalau dibully itu dari kelas dua	18		
...ya itu gara-gara dibully gitu kan. Kan sempat benci banget sama diri sendiri kok kayak gini, pas itu kan belum bisa menerima aku yang sekarang, kayak kok gini sih ya, maksudnya banyak banget ejekan-ejekannya gitu kan.	39		

Jadinya buat pingin ngelampiasin itu aja.			
Semakin...semakin sering digituin, maksudnya semakin sering dikucilkan, semakin sering... kan kemarin-kemarin benar-benar... apalagi pas COVID itu kerasa banget kan mbak. Maksudnya lebih ke <i>cyber</i> juga kan... jadi kan udah jarang ketemu sama orang-orang terus jadi kayak sendiri-sendiri gitu. Cerita... apa, gimana ya jelasinnya? Lebih ke... diam diri, di kamar sendiri gitu, terus pas masuk SMA ketemu sama temen-temen yang lain juga tuh kayak... ada teman buat ngobrol, akhirnya jadi mending gitu, terus oke nggak apa-apa.	22	Keterbukaan pikiran dalam menghadapi peristiwa menyakitkan dalam hidup.	Tahap pencapaian kebermaknaan hidup pada fase penerimaan.
Sebenarnya itu... nemu kegiatan yang pas aja sih yang aku suka gitu. Oh ternyata aku bisa lho gini-gini, nggak selamanya aku itu buruk. Aku itu nggak harus memenuhi	52	Munculnya kesadaran akan potensi dalam diri dan keinginan untuk bertahan.	Tahap pencapaian kebermaknaan hidup pada fase

<p>ekspektasi orang. Jadi aku, yaa aku bertahan demi diriku sendiri...toh juga masih dikasih umur sampai sekarang itu kan pasti ada maksudnya gitu biar...yaa harus menerima dong, kalau misal nggak bisa nerima mau ngelanjutin hidup itu gimana...</p>			<p>penemuan makna.</p>
<p>Bisa jadi diri sendiri, terus hmm bisa jadi hafidhoh, aamiin. Yaa bisa lebih baik lagi.</p> <p>Lingkungan tempat tinggal...yang sehat, terus juga sama... dekat sama yang nyiptain, dekat sama Allah.</p>	<p>51</p> <p>53</p>	<p>Dorongan yang dijadikan sebagai harapan dalam menjalani kehidupan.</p>	<p>Pemahaman akan makna hidup</p>
<p>Sekarang lebih ke... enggak gitu lagi. Kayak, sudah nangis, coba menahan diri soalnya aku kan segini kan tenaganya besar mbak, jadi kalau misal masih gitu pasti nanti... nanti ketahuan gitu lho.</p>	<p>42</p>	<p>Kemampuan mengendalikan dorongan untuk menyakiti diri sendiri.</p>	<p>Perubahan sikap</p>

VERBATIM SIGNIFICANT OTHERS 1

Nama (inisial) : FA

Status : Teman informan 1

Kode : P = Peneliti, FA = *significant others* 1

Tabel

Verbatim *significant others* 1

1.	P	Bagaimana hubungan anda dengan subjek?
	FA	Teman
2.	P	Teman rumah, atau teman sekolah?
	FA	Teman sekolah
3.	P	Bagaimana hubungan subjek dengan keluarganya?
	FA	Kayak kurang akrab gitu lho kak.
4.	P	Bisa dijelaskan kurang akrab bagaimana?
	FA	Soalnya, kan... dia kan berapa bersaudara sih...empat ya? Empat bersaudara, dia itu cewek sendiri makanya kayak kurang akrab sama saudara-saudaranya, terus sama ibu e juga agak dikekang gitu. Aturannya kan ketat ya. <i>Strict parents</i> , gitu sih. Jadi kalau pulang malam banget itu nggak boleh. Maghrib saja sudah dicari. Makanya kayak kurang akrab gitu sama keluarganya.
5.	P	Lalu bagaimana hubungannya dengan teman yang lain?
	FA	Kalau sama teman yang lain... dia itu kalau sama teman, kalau berteman sama orang baru itu susah. Soalnya dia tertutup kan.
6.	P	Berarti dia termasuk orang yang pendiam begitu ya?
	FA	Iya, he'em.

7.	P	Bagaimana dengan kepercayaan dirinya?
	FA	Kalau sekarang sih sudah mending daripada dulu.
8.	P	Daripada pas?
	FA	Pas SMP.
9.	P	Oh kalian satu SMP?
	FA	Iya, satu SMP.
10.	P	Satu kelas berarti?
	FA	Iya, pernah satu kelas.
11.	P	Berarti kalian mulai dekat pas SMA atau SMP?
	FA	SMP kelas dua baru dekat.
12.	P	Sebangku?
	FA	Iya, sebangku.
13.	P	Kalian ada ikut organisasi yang sama di SMA?
	FA	Ekskul ada.
14.	P	Taekwondo?
	FA	Iya, taekwondo.
15.	P	Bagaimana perilaku subjek ketika berada di kegiatan taekwondo?
	FA	Iya, kalau sama yang baru tertutup sih mbak.
16.	P	Apakah subjek termasuk orang yang peduli dengan temannya?
	FA	Iya.
17.	P	Apakah dia termasuk orang yang bertanggung jawab dengan tugasnya?
	FA	Iya.

18.	P	Kalau mengumpulkan tugas berarti tepat waktu ya?
	FA	Kalau ngumpulin tugas, iya... kayaknya sih tepat waktu.
19.	P	Waktu SMP?
	FA	Waktu SMP, iya, tepat waktu.
20.	P	Apakah subjek sering bercerita ketika sedang mengalami masalah?
	FA	Sering.
21.	P	Kalau boleh tahu, masalah apa yang biasanya diceritakan?
	FA	Sama keluarganya sih.
22.	P	Berarti paling sering masalah keluarga...sama masalah sekolah?
	FA	Sekolah, iya, ada.
23.	P	Percintaan?
	FA	Oh, ya ada hahaha.
24.	P	Bagaimana perilakunya ketika sedang banyak masalah?
	FA	Nangis mungkin...
25.	P	Yang terlihat bagaimana?
	FA	Yang kelihatan...kalau banyak masalah...diam tok sih. Diam tok.
26.	P	Biasanya cerita sendiri atau nunggu ditanya?
	FA	Nanti cerita sendiri.
27.	P	Apakah sebelumnya mengetahui bagaimana rencana subjek setelah lulus?
	FA	Sudah sedikit. Soalnya cerita juga sih.

28.	P	Bagaimana perbedaan kesan pertama kamu mengenal subjek dengan subjek yang sekarang?
	FA	Beda banget. Pas pertama kenal, kelas satu SMP, kan kita satu kelas ya kak. Pendiam banget. Pendiam. Kayak... dia tuh cuma duduk, diam <i>tok</i> . Diam <i>tok</i> , ngobrol sama sampingnya <i>tok</i> . Kalau sama aku, tak ajak ngobrol, judes. Ya aku males ya. Ini orang judes banget, ngapain gitu. Ternyata malah (akhirnya) dekat. SMA sekarang dia ikut organisasi, dia ikut ekskul bareng. Jadi kayak sudah beda orang, dia tambah percaya diri, tambah... <i>public speakingnya</i> itu bagus, tambah positiflah intinya.

VERBATIM SIGNIFICANT OTHERS 2

Nama (inisial) : D

Status : Teman informan 2

Kode : P = Peneliti, D = *significant others 2*

Tabel

Verbatim *significant others 2*

1.	P	Bagaimana hubungan kamu dengan subjek?
	D	Baik. Menurut aku, dia itu salah satu teman dekat aku.
2.	P	Apakah kamu mengetahui bagaimana kedekatan subjek dengan keluarganya?
	D	Tidak.
3.	P	Bagaimana dengan hubungannya dengan teman sekolah atau organisasi?
	D	Hmm...enggak tahu.
4.	P	Bagaimana dengan perilakunya ketika di organisasi?
	D	Dia itu berusaha tanggung jawab banget sih pastinya.
5.	P	Berarti dia termasuk orang yang bertanggung jawab gitu ya...
	D	Iya.
6.	P	Apakah dia termasuk orang yang peduli dengan teman-temannya?
	D	Iya...
7.	P	Bagaimana dengan kepercayaan dirinya?
	D	Agak kurang sih
8.	P	Kurang?
	D	Iya, dia itu kurang sama itu mbak, apa...yang akademik. Lebih keakademik. Dia itu nggak PD sama akademiknya.
9.	P	Lalu...apakah dia termasuk orang yang pendiam?
	D	Iya kalau belum kenal dia pasti diam, kalau sudah nggak, nggak bakal. Menurutku dia ekstrovert, sama orang yang tepat, gitu.

10.	P	Bagaimana sikapnya ketika sedang mengalami masalah?
	D	Kadang-kadang cerita.
11.	P	Biasanya kalau cerita lebih sering tentang apa?
	D	Tentang...yaa masalah di organisasi itu.
12.	P	Kalau masalah keluarga atau yang lainnya?
	D	Kalau keluarga jarang, tapi kalau percintaan dia belum pernah.
13.	P	Apakah sebelumnya kamu sudah mengetahui bagaimana rencana atau harapannya kedepannya?
	D	(mengangguk)
14.	P	Bagaimana?
	D	Iya itu, dia pingin ngebahagiain ibunya gitu..
15.	P	Terakhir, bagaimana perbedaan kesan pertama kamu mengenal subjek dengan subjek yang sekarang?
	D	Hahaha...pas pertama kenal ya itu, masih malu-malu gitu, tapi sekarang malu-maluin. Kita sama-sama suka malu-maluin.

VERBATIM SIGNIFICANT OTHERS 3

Nama (inisial) : I

Status : Teman informan 3

Kode : P = Peneliti, I = *significant others* 3

Tabel

Verbatim *significant others* 3

1.	P	Bagaimana hubungan kamu dengan subjek?
2.	I	Baik. Teman. Teman. Teman dekat sih.
3.	P	Apakah kamu mengetahui bagaimana hubungannya dengan keluarga?
4.	I	Eee lumayan sih, tahu.
5.	P	Berarti sering cerita tentang keluarganya?
6.	I	(mengangguk)
7.	P	Bagaimana hubungannya dengan teman-teman yang lain?
8.	I	Enggak tahu.
9.	P	Bagaimana kedekatannya dengan teman-teman di organisasi yang lain?
10.	I	Biasa aja.
11.	P	Apakah dia termasuk orang yang peduli dengan teman-temannya?
12.	I	Peduli banget.
13.	P	Bagaimana sikapnya dari segi tanggung jawab dan tugas?

14.	I	Hmm kalau segi tanggung jawab dan tugasnya itu, dia termasuk orang yang bertanggung jawab dan ya dia berusaha banget sama apa yang sudah jadi tanggung jawabnya dia.
15.	P	Apakah dia termasuk orang yang pendiam?
16.	I	Enggak.
17.	P	Bagaimana dengan kepercayaan dirinya?
18.	I	Percaya diri.
19.	P	Apakah dia sering bercerita ketika banyak masalah?
20.	I	Jarang. Eh, nggak... iya, jarang. Hampir nggak pernah. Jarang. Intinya jarang.
21.	P	Biasanya yang diceritakan lebih sering tentang apa?
22.	I	Tentang keluarganya dia.
23.	P	Bagaimana dengan perilakunya ketika sedang ada masalah?
24.	I	Diam. Diam <i>tok</i> .
25.	P	Nah, tadi kan katanya kalau sedang ada masalah kadang cerita...itu dia cerita sendiri atau bagaimana?
26.	I	Dia.
27.	P	Berarti awalnya diam dulu, terus baru cerita, begitu ya?
28.	I	Iya, gitu.
29.	P	Apakah sebelumnya kamu sudah mengetahui bagaimana rencana atau harapannya setelah lulus?
30.	I	Enggak. Hahaha. Sangat tidak peduli sekali saya.

31.	P	Lalu... bagaimana perbedaan kesan pertama kamu tentang subjek sewaktu awal kenal, dengan subjek yang sekarang?
32.	I	Perbedaannya...kayaknya nggak ada bedanya deh kak.
33.	P	Berarti memang dia yang sekarang ya seperti dia yang dulu kamu kenal itu?
34.	I	Iya.

CATATAN OBSERVASI 1

Nama (inisial) : AZ

Umur : 16 tahun

Tanggal : 18 November 2022

Tujuan : Mengamati perilaku yang muncul saat wawancara

Data hasil observasi	Keterangan
AZ terlebih dahulu menyapa sambil berdiri namun terlihat menghindari kontak mata dengan peneliti. AZ baru duduk setelah dipersilakan oleh peneliti. Sebelum wawancara dimulai, AZ menanyakan terkait topik pertanyaan yang akan ditanyakan. Peneliti menyampaikan kembali lembar informasi penelitian yang sudah disampaikan sebelumnya melalui WhatsApp.	Gambaran situasi
AZ memiliki kulit sawo matang dengan tinggi dan berat yang terlihat proporsional	Ciri fisik
Saat datang wawancara, AZ menggunakan seragam pramuka lengkap dengan kerudung, membawa ransel sekolah, mengenakan masker, serta aksesoris yang dipasang di kerudung bagian leher.	Penampilan
Awalnya, AZ terlihat menjaga jarak dengan duduk diseberang posisi duduk peneliti. Setelah peneliti berpindah posisi duduk ke samping AZ, AZ terlihat sedikit canggung dan duduk dengan posisi badan tidak ke arah peneliti. Pada saat wawancara dimulai, AZ kemudian mulai terlihat lebih santai, tidak ragu melakukan kontak mata dengan	Awalnya terlihat kurang nyaman, namun kemudian terlihat lebih santai.

<p>peneliti, dan menyerongkan posisi duduk ke arah peneliti. Ditengah sesi wawancara AZ juga menyempatkan diri untuk memasang jepitan rambut pada sudut atas kerudungnya.</p>	
<p>Selama wawancara berlangsung, AZ melakukan kontak mata dengan peneliti namun sesekali melihat ke arah teman yang menyusul dan menunggu di meja seberang. AZ menjawab sebagian besar pertanyaan dengan tenang. Pada saat peneliti menanyakan terkait kelebihan dan kelemahan yang dimiliki, AZ membutuhkan waktu lebih lama untuk menjawabnya.</p>	Bingung
<p>Pada saat membahas kedekatan dengan keluarganya, AZ terlihat tidak menunjukkan ekspresi apapun dan lebih sering tersenyum ketika membahas kedekatan dengan teman.</p>	Biasa saja kemudian senang
<p>Ketika membahas terkait tindakan menyakiti diri, AZ menundukkan kepalanya, salah satu tangannya beberapa kali menarik-narik ujung kaus kaki kiri. Intonasi suara AZ saat membahas tindakan tersebut juga melemah.</p>	Malu dan menyesal

CATATAN OBSERVASI 2

Nama (inisial) : I

Umur : 17 tahun

Tanggal : 18 November 2022

Tujuan : Mengamati perilaku yang muncul saat wawancara

Data hasil observasi	Keterangan
Sesampainya dilokasi, I langsung duduk di seberang peneliti dan tidak mengatakan apapun. Kemudian peneliti menjelaskan kembali apa yang akan ditanyakan selama wawancara berlangsung.	Gambaran situasi
I memiliki tinggi dan berat badan yang terlihat ideal.	Ciri fisik
I datang menemui peneliti menggunakan setelan rok dan pakaian lengan panjang serta jilbab <i>instant</i> .	Penampilan santai
Awalnya I terlihat jarang melakukan kontak mata dengan peneliti dan sering menatap jauh kearah tembok di belakang peneliti sembari memikirkan dengan serius kalimat untuk menjawab pertanyaan yang diajukan. Jawaban yang diberikan oleh I cenderung panjang dan lengkap. Setelah memasuki pertanyaan terkait I mulai sering melakukan kontak mata dengan	Awalnya terlihat malu dan sangat serius namun kemudian lebih santai.

peneliti dan menjawab disertai gerakan tangan yang bebas.	
Suara terdengar sedikit bergetar ketika menjelaskan tentang ketakutannya pada laki-laki dan kesulitan beradaptasi yang pernah dialami terlihat seperti menahan kesedihan.	Takut dan sedih.

CATATAN OBSERVASI 3

Nama (inisial) : Ds

Umur : 17 tahun

Tanggal : 18 November 2022

Tujuan : Mengamati perilaku yang muncul saat wawancara

Data hasil observasi	Keterangan
Ketika sampai dilokasi Ds langsung menghampiri dan duduk di hadapan peneliti. Pada saat peneliti menjelaskan terkait informasi penelitian, Ds hanya menjawab singkat dan tidak menanyakan apapun dengan posisi duduk yang tegak.	Gambaran situasi
Ds memiliki tinggi badan normal dengan berat yang terlihat lebih besar dari informan lainnya.	Ciri fisik
Ds datang menggunakan seragam pramuka lengkap dengan kerudung segi empat membawa tas sekolah.	Penampilan rapi
Selama wawancara berlangsung, Ds tidak segan melakukan kontak mata dengan peneliti, sering menjawab pertanyaan sambil tersenyum serta posisi duduk dan tangannya sering bergerak bebas. Ds menjawab pertanyaan dengan jawaban yang lugas dan tidak terlalu singkat.	Terlihat tenang dan santai

Ketika membahas penderitaan, <i>bullying</i> , dan trauma fisik, Ds terlihat menundukkan kepala. Terlihat lebih murung	Murung
--	--------

DOKUMENTASI



Gambar 1. Penandatanganan *informed consent* informan 1



Gambar 2. Penandatanganan *informed consent* informan 2



Gambar 3. Penandatanganan *informed consent* informan 3

RIWAYAT HIDUP

A. IDENTITAS DIRI

1. Nama lengkap : Murni Rusdiana
2. Tempat, tanggal lahir : Pemalang, 9 November 1998
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Alamat rumah : Mojo, Kec. Ulujami, Kab. Pemalang, Jawa Tengah
5. Nomor *handphone* : +6287764245670
6. E-mail : murni.runi09@gmail.com

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD Negeri 03 Mojo lulus tahun 2011
2. SMP Negeri 3 Ulujami lulus tahun 2014
3. SMA Negeri 1 Comal lulus tahun 2017
4. S1 Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang

Semarang, 29 November 2022

Murni Rusdiana
NIM: 1707016050