

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan bermasyarakat, remaja merupakan salah satu kalangan yang memiliki peran penting.<sup>1</sup> Masa remaja merupakan masa peralihan usia yang sangat berpengaruh dalam kehidupan.<sup>2</sup> Masa remaja adalah fase pergantian dari anak-anak menuju dewasa yang penuh dengan perubahan signifikan, baik secara biologis, psikologis, maupun sosial.<sup>3</sup> Secara biologis, perubahan ini ditandai oleh perkembangan organ reproduksi (seks primer) dan ciri-ciri fisik akibat perubahan hormon (seks sekunder) yang terjadi selama pubertas. Dari sisi psikologis, remaja sering mengalami gejolak emosi, perasaan yang labil, serta kesulitan dalam mengambil keputusan.<sup>4</sup>

Menurut Sofia dan Adiyanti, masa remaja merupakan masa transformasi yang mencakup berbagai perubahan penting dalam kehidupan seseorang.<sup>5</sup> King menambahkan bahwa masa ini berlangsung dari usia 12 hingga 18 atau 21 tahun, sebagai tahap perkembangan antara masa kanak-

---

<sup>1</sup>Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2022), 99-109

<sup>2</sup>Khoirul Bariyyah Hidayati and . M Farid, "Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja," *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 5, no. 02 (2016), 137.

<sup>3</sup>Ibid., 137

<sup>4</sup>Ibid., 138

<sup>5</sup>Threesje Tolukun, "Penyuluhan Dampak Minuman Alkohol Pada Remaja Di Kelurahan Koya Kecamatan Tondano Selatan," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 6, no. 4 (2020): 1141.

kanak dan dewasa.<sup>6</sup> Sementara itu, Monks menyebut remaja sebagai fase transisi yang menangkap cara berpikir yang mulai berkembang, meskipun belum sepenuhnya stabil. Proses pendewasaan yang terjadi pada masa ini seringkali menjadi sumber berbagai permasalahan yang dihadapi remaja.<sup>7</sup>

Permasalahan yang dihadapi remaja seringkali disebabkan oleh sifat mereka yang masih labil, di mana mereka kadang mengambil keputusan yang salah dengan berpikir pendek tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjang dari tindakan yang dilakukan. Akibat ketidakstabilan emosional dan psikologis ini, banyak remaja yang tidak sadar bahwa tindakan mereka dapat menyakiti diri sendiri. Oleh karena itu, pada fase ini, orang tua, gereja, dan masyarakat sekitar perlu memberikan perhatian lebih terhadap kegiatan dan perilaku yang dilakukan oleh remaja agar mereka dapat mendapatkan bimbingan yang tepat dan menghindari masalah yang lebih serius di kemudian hari.

Permasalahan yang sering ditemui di kalangan remaja saat ini adalah *self harm*, yaitu tindakan menyakiti diri sendiri dengan sengaja.<sup>8</sup> Hawton dan Rodham mendefinisikan *self harm* sebagai perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan secara sengaja namun tidak berakibat fatal, seperti melakukan *self cutting* atau melompat dari ketinggian untuk menyebabkan

---

<sup>6</sup>Ibid.,1142

<sup>7</sup> F.J. Monks, Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagian (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2002), 203

<sup>8</sup>Keith Hawton and Karen Rodham, *By Their Own Young Hand : Deliberate Self-Ham and Suicidal Ideas in Adolescents* (London: Jessica Kingsley, 2006),30

luka pada tubuh.<sup>9</sup> Beberapa ciri-ciri perilaku *self harm* antara lain munculnya luka yang sering kali memiliki pola tertentu, kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain, serta perubahan emosi dan perilaku yang cepat.<sup>10</sup> Selain itu, remaja yang melakukan *self harm* seringkali menyimpan benda tajam, mengenakan pakaian lengan panjang dan celana panjang, bahkan di cuaca panas, untuk menyembunyikan luka-luka yang mereka buat pada tubuh mereka.<sup>11</sup>

Menurut pengamatan penulis ada dua anak remaja khususnya di Gereja Toraja Jemaat Hermon Manggasa' yang melakukan perilaku *self harm* atau melukai dirinya sendiri. Perilaku *self harm* yang dilakukan oleh kedua remaja putri ini ialah *self cutting* atau dengan kata lain menyayat dirinya sendiri pada bagian pergelangan tangan menggunakan benda-benda tajam. Dari hasil wawancara, remaja putri ini melakukan *self harm* setiap kali mendapatkan masalah, dan setiap melakukan *self harm* tersebut remaja ini menyayat pergelangan tangannya sampai remaja ini merasakan kepuasan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan O (20) dan I (20), mereka melakukan *self harm*, tidak sesering itu mereka hanya melakukan *self harm* ketika mendapatkan masalah, merasa banyak tekanan pada dirinya, dan ketika suasana hati mereka tidak baik, masalah perkuliahan dan juga

---

<sup>9</sup>Ibid,30-31

<sup>10</sup>Mayo Clinic, "Self-Injury/Cutting," last modified 2017, accessed September 21, 2024, <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/self-injury/symptoms-causes/syc-20350950>.

<sup>11</sup>Walsh Barent W, *Treating Self-Injury : A Practical Guide* (New York: The Guilford Press, 2012),4

hubungan dengan orang lain.<sup>12</sup> Gereja juga seharusnya mampu memahami kebutuhan para generasi muda saat ini. Keberadaan gereja sangat penting karena dapat membantu kebutuhan remaja dalam meluapkan masalah yang mereka alami dengan memberi ruang sebagai tempat remaja bercerita akan membuat mereka terjauh dari hal-hal yang tidak seharusnya mereka lakukan yang dapat merugikan diri mereka sendiri, apalagi sampai menyakiti diri mereka sendiri. Saat ini Jemaat Hermon Manggasa' sudah menyikapi hal ini, dengan melakukan pendampingan pastoral. Keluarga remaja putri ini hanya memberi nasehat kepada sang remaja, supaya tidak melakukannya lagi, dan melaporkan perilaku sang anak kepada Pendeta.

Penelitian ini memiliki keunikan sendiri terletak pada fenomena pada remaja yang melakukan *self harm* untuk melampiaskan emosi dan cara penanganannya. Fenomena pada penelitian ini ada remaja putri berusia 20 tahun yang melakukan *self harm*. Penulis menemukan beberapa peneliti terdahulu yang mengkaji sekaitan dengan *Self harm*.

Hasil penelitian skripsi "*Self Harm Pada Remaja Putri di Kota Medan*", yang dilakukan oleh Anggi Desfrilia Septia Putri menunjukkan perilaku *self harm* yang dilakukan oleh remaja putri yang berusia 15 tahun, Anggi menjelaskan bahwa *self harm* merupakan sebuah tindakan mengalihkan rasa sakit batin yang dirasakan oleh sang remaja, dan memaparkan cara mengatasi atau mencegah *self harm* yaitu menulis puisi

---

<sup>12</sup>Oliv dan Iren, wawancara oleh Penulis, Manggasa', Toraja, 21 Mei 2024.

ataupun novel, menjalankan hobi, memelihara binatang kesukaan, mendengarkan musik yang membuat suasana hati membaik, menulis dibuku *diary*, membaca buku, dan nonton bioskop.<sup>13</sup>

Kemudian hasil penelitian “Fenomena Mahasiswa Pelaku *Self Harm* di Kota Pekanbaru”, yang dilakukan oleh Nadya Asyafina, dan Noor Efni Salam menunjukkan bahwa perilaku *self harm* di lakukan oleh mahasiswa karena memiliki masalah yang tidak bisa diceritakan, memiliki pengalaman *traumatic* dan pola komunikasi yang kurang baik dengan keluarga, hal tersebut yang mendorong mereka melakukan perilaku *self harm*, hal ini dilakukan dengan tujuan untuk menghukum diri sendiri dan pelampiasan emosi dari masalah yang mereka rasakan, dan memaparkan cara penanganan atau cara mengatasi *self harm* dengan cara memperbaiki pola komunikasi orang tua dan anak.<sup>14</sup>

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu penelitian tentang perilaku *self harm* pada remaja telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya, di antaranya Anggi Desfrilia Septia Putri yang meneliti *self harm* pada remaja putri di Kota Medan dengan subjek berusia sekitar 15 tahun, dan Nadya Asyafina bersama Noor Efni Salam yang mengkaji fenomena mahasiswa pelaku *self harm* di Kota Pekanbaru. Hasil penelitian tersebut lebih banyak memaparkan faktor penyebab serta

---

<sup>13</sup>Anggi Desfrilia Septis Putri, “*Self - Harm* Pada Remaja Putri Di Kota Medan,” *Skripsi*. (2022)

<sup>14</sup>Nadya Asyafina and Noor Efni Salam, “Fenomena Mahasiswa Pelaku *Self Harm* Di Kota Pekanbaru,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6, no. 3 (2022), 13930–13936.

cara mengatasi *self harm* melalui aktivitas positif seperti menulis, menyalurkan hobi, atau memperbaiki komunikasi antara anak dan orang tua. Namun, kedua penelitian tersebut belum mengkaji secara khusus perilaku *self harm* pada remaja akhir (usia 20 tahun) dalam konteks komunitas gereja.

Selain itu, penelitian terdahulu belum menyoroti bagaimana strategi penanganan berbasis konseling pastoral dapat diterapkan untuk mendampingi remaja pelaku *self harm*, khususnya di lingkungan gereja lokal seperti Gereja Toraja Jemaat Hermon Manggasa'. Dengan demikian, penelitian ini hadir untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji strategi penanganan *self harm* melalui pendekatan pastoral yang lebih terarah dan kontekstual.

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokus kajian yang mengangkat strategi penanganan perilaku *self harm* pada remaja putri usia 20 tahun melalui pendekatan konseling pastoral di Gereja Toraja Jemaat Hermon Manggasa'. Penelitian ini tidak hanya menyoroti faktor penyebab dan upaya umum dalam menangani *self harm*, tetapi juga menawarkan strategi konkret berbasis pastoral yang melibatkan gereja sebagai ruang aman dan tempat remaja berbagi cerita serta mendapatkan pendampingan rohani. Pendekatan ini menjadi penting karena hingga saat ini belum banyak penelitian yang mengkaji peran gereja secara langsung dalam menangani perilaku *self harm* di kalangan remaja akhir, khususnya dalam konteks gereja

lokal di daerah seperti Makale Tengah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan strategi pastoral yang relevan dengan kebutuhan remaja masa kini.

#### **B. Fokus Masalah**

Studi ini difokuskan untuk menelaah menyangkut tindakan *self harm* pada remaja putri. Subjek pada penelitian ini yakni remaja akhir berusia 19-20 tahun.

#### **C. Rumusan Masalah**

Merujuk pada penjabaran latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang hendak peneliti ajukan yakni “bagaimana strategi penanganan pastoral terhadap di kalangan remaja putri yang melakukan *self harm* di Gereja Toraja Jemaat Hermon Manggasa’, Klasis Makale Tengah?”.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari studi ini adalah dalam menjelaskan strategi penanganan pastoral di kalangan remaja putri yang melakukan *self harm* di Gereja Toraja Jemaat Hermon Manggasa’, Klasis Makale Tengah.

## E. Manfaat Penelitian

### 1. Teoritis

Temuan dari studi ini diproyeksikan mampu memperkaya pengetahuan pada aspek psikologi terlebih khusus mata kuliah Pastoral, Konseling, dan Psikologi Kepribadian.

### 2. Praktis

- a. Bagi Remaja, penelitian ini diharapkan dapat membantu remaja, khususnya yang mengalami *self harm*, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai cara meluapkan emosi secara positif. Penelitian ini juga mendorong remaja agar mau mencari bantuan melalui konseling pastoral dan menjauhi tindakan yang merugikan diri sendiri.
- b. Bagi Orang Tua, temuan penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk meningkatkan kepekaan terhadap keadaan emosi anak-anak, memberikan perhatian serta dukungan yang sesuai, dan menciptakan suasana yang aman dan nyaman bagi anak agar dapat terbuka dalam menyampaikan permasalahannya.
- c. Bagi Gereja, Penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi gereja dalam merumuskan strategi pendampingan pastoral yang lebih terstruktur, agar gereja dapat hadir sebagai ruang aman bagi remaja yang mengalami masalah, serta berperan aktif dalam mendampingi dan membina generasi muda.

## F. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika penulisan dalam penelitian ini terdiri dari III

BAB yaitu sebagai berikut:

- BAB I** : Yaitu pendahuluan yang menjabarkan mengenai; latar belakang, fokus masalah, tujuan, manfaat, serta sistematika penulisan.
- BAB II** : Berisi tentang Landasan teori di mana penulis akan menguraikan tentang penjelasan mengenai *self harm*, kemudian menguraikan penjelasan tentang remaja, membahas konseling pastoral, dan juga teori dari Anthony Yeo yaitu *problem solving approach*.
- BAB III** : Metodologi penelitian yang meliputi: setting, rancangan tindakan, indikator capaian, instrument yang dimanfaatkan, metode pengumpulan data, dan metode analisis data.
- BAB IV** : Temuan penelitian dan analisis, pada bab ini berisi tentang pemaparan hasil penelitian dan analisis hasil penelitian.
- BAB V** : Pada bab ini berisi kesimpulan hasil penelitian dan saran-saran.