

**PERBEDAAN POTENSI *SELF HARM* ANTARA PESERTA DIDIK
LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN SMA NEGERI 1 SENDANG AGUNG
LAMPUNG TENGAH**

Uswatun Hasanah¹, Agus Wibowo²
Universitas Muhammadiyah Metro ¹²

e-mail:

uswatunk631@gmail.com¹, bowokhoirunnas_khairunnasgcc@rocketmail.com²

Abstract

This study aimed to determine the difference in the potential self harm between male and female students of SMAN 1 Sendang Agung in the 2023/2024. The sample of research amount 27 students from SMAN 1 Sendang Agung. Research method is comparative research. Technique Sampling using proportional random sampling. Data collected using Self harm Inventory (SHI). Data analysis was carried out with a comparative type quantitative approach. Result of research show mean value of self harm for male students was 7.3333 and female students was 9.6667. It is known that the average value of self harm for female students was higher than the average value of self harm for men, and shows that there was a difference in the potential for self harm between male and female students, this was reinforced by the results of the analysis calculation using the T test which shows that $t_{score} > t_{table}$ ($3.236 > 2.060$) with a significance level of 5%. Thus it is which means there was a difference in the potential for self harm between male and female students. And which means that the potential for self harm committed by female students was higher than the potential for self harm committed by male students of SMA Negeri 1 Sendang Agung.

Keywords: Potential for self harm, Male Learners, Female Learners

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan potensi *selfharm* siswa putra dan putri SMAN 1 Sendang Agung tahun pelajaran 2023/2024. Sampel penelitian berjumlah 27 siswa SMAN 1 Sendang Agung. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian komparatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan proporsional random sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan *Self Harm Inventory* (SHI). Analisis data dilakukan dengan pendekatan kuantitatif tipe komparatif. Hasil penelitian menunjukkan nilai mean *selfharm* pada siswa laki-laki sebesar 7,3333 dan siswa perempuan sebesar 9,6667. Diketahui bahwa nilai rata-rata *selfharm* siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata *selfharm* siswa laki-laki, dan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan potensi *selfharm* antara siswa laki-laki dan perempuan, hal ini diperkuat dengan hasil yang diperoleh. perhitungan analisis menggunakan uji T yang menunjukkan nilai thitung > ttabel ($3,236 > 2,060$) dengan taraf signifikansi 5%. Dengan demikian berarti terdapat perbedaan potensi menyakiti diri sendiri antara siswa laki-laki dan perempuan. Artinya potensi menyakiti diri sendiri yang dilakukan siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan potensi menyakiti diri sendiri yang dilakukan siswa laki-laki SMA Negeri 1 Sendang Agung.

Kata Kunci : Potensi *Selfharm*, Peserta Didik Laki-Laki, Peserta Didik Perempuan

PENDAHULUAN

Masa-masa remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan masa dimana seorang remaja berada pada masa yang penuh dengan segala masalah tentang hidup, hal ini dikarenakan adanya tekanan dari internal maupun eksternal. Hal ini sangat beresiko membuat peserta didik tertekan dan mengalami *stress* yang cukup berat. Peserta didik yang memiliki tugas sangat berat, serta memiliki tuntutan untuk berprestasi baik dari keluarga maupun dari sekolah sangat beresiko memiliki tekanan mental dan kondisi emosional yang tidak stabil. Kondisi tekanan mental dan ketidakstabilan emosi pada peserta didik akibat dari tugas dan tuntutan yang sangat berat berpotensi perilaku *self harm* pada peserta didik.

Perilaku *self harm* berpotensi dilakukan oleh siapa saja. Kondisi mental tertekan, depresi, dan juga ketidakmampuan dalam mengelola emosi menjadi pemicu individu melakukan perilaku *self harm*. Individu yang melakukan perilaku *self harm* mungkin menghadapi tekan emosional dan rasa sakit yang sulit untuk diungkapkan. Melakukan *self harm* dapat dianggap sebagai cara untuk mengalihkan perhatian dari rasa sakit emosional yang lebih

mendalam, dengan melakukan *self harm* mungkin dapat memberikan rasa kenyamanan sementara dan menjadi bentuk pelarian sejenak dari masalah yang dihadapi oleh Individu.

Isnawati (2020:29) yang mengutip dari NICE dan WHO menjelaskan bahwa “Perilaku menyakiti diri sendiri (*self harm*) adalah perilaku seseorang untuk melukai diri sendiri dengan berbagai cara tanpa memandang ada/tidak adanya niat dan keinginan untuk mati”. *Self harm* merupakan perilaku yang menyakiti atau melukai diri sendiri dengan sengaja secara fisik dengan segala macam cara tanpa ada atau tidak adanya niat dan keinginan untuk mengakhiri hidupnya. Menurut Insani, 2023:441 “*self harm* merupakan sebuah Tindakan menyakiti atau melukai diri sendiri yang dilakukan seseorang secara sengaja sebagai bentuk reaksi dari emosi yang dirasakan individu”. Kemudian menurut Rehi (2021:255) “*Self harm* adalah suatu tindakan penyiksaan diri sendiri”. *Self harm* adalah segala macam cara dengan ada atau tidak adanya niat dan keinginan untuk mengakhiri hidupnya melalui sebuah tindakan yang dilakukan diri sendiri untuk menyiksa diri secara fisik.

Potensinya perilaku *self harm* dapat terjadi oleh peserta didik laki-laki maupun perempuan. Banyak dijumpai perilaku *self harm* terjadi pada peserta didik perempuan. Peserta didik perempuan yang mengalami tekanan yang cukup berat dan sedang dihadapkan dengan permasalahan hidup yang berat banyak terlibat dalam perilaku melukai diri, namun umumnya masih memiliki harapan terkait hubungan sosial. Maka dari itu peserta didik perempuan mengekspresikan sakit dan tekan yang sedang dihadapi dengan melakukan *self harm* daripada mencoba untuk bunuh diri.

Peserta didik laki-laki cenderung mengalami kesulitan dalam menyatakan emosi yang sedang dialami, dan umumnya baru menyadari keadaan emosional ketika situasinya mencapai tingkat yang parah. Maka dari itu, potensi tingkat keparahan perilaku *self harm* banyak terjadi pada peserta didik perempuan, karena ketika peserta didik perempuan menghadapi suatu masalah yang cukup berat maka tidak sedikit peserta didik perempuan melarikan diri dengan cara melakukan perilaku *self harm*. Perilaku *self harm* dapat menjadi cara untuk mengekspresikan emosi yang tidak dapat diungkapkan secara verbal.

Mauder dan Cameron, (2023:8) Bentuk perilaku *self harm* yang dilakukan seseorang seperti memotong atau membakar diri, mencabuti rambut, memukul diri sendiri, menggigit diri sendiri, meracuni diri sendiri, mencabut dan menggaruk kulit, dan menempatkan diri dalam keadaan yang beresiko. Bentuk-bentuk perilaku *self harm* menurut pendapat di atas terlihat cukup variatif, dari perilaku yang tidak terlalu berbahaya seperti menjambak, sampai ke perilaku yang membahayakan diri pelaku seperti membakar kulit, memotong bagian tubuh dan lain-lain.

Prasurvey yang dilakukan tanggal 3 November 2023 dengan wawancara bersama guru BK SMA Negeri 1 Sendang Agung, sehingga dapat diperoleh keterangan bahwa terdapat beberapa kasus yang berpotensi sebagai bentuk perilaku *self harm* yang dilakukan oleh peserta didik. *Self harm* di SMA Negeri 1 Sendang Agung dilakukan oleh peserta didik laki-laki maupun perempuan. Perilaku *self harm* yang dilakukan oleh peserta didik beragam, mulai dari menyayat tangan, menusuk tangan dengan jarum, membenturkan kepala, dan meminum minuman keras. Hasil dari *prasurvey* dengan mewawancarai guru BK

mendapatkan data yaitu pada peserta didik laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Sendang Agung pernah melakukan bentuk perilaku yang berpotensi *self harm*. Perilaku *self harm* yang dilakukan peserta didik dilatar belakangi beberapa faktor seperti tekanan keluarga, percintaan, dan *stress* yang dialami peserta didik.

Berdasarkan permasalahan serta hasil *prasurvey* di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul perbedaan potensi *self harm* antara peserta didik laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Sendang Agung Lampung Tengah tahun ajaran 2023/2024.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis komparatif, karena disesuaikan dengan tujuan penelitian ini yaitu untuk membandingkan keadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda, atau dua waktu yang berbeda. Utomo (2023:21) “penelitian komparatif merupakan suatu jenis penelitian yang dilaksanakan untuk membandingkan antara beberapa kelompok terhadap suatu variabel tertentu”.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 107 peserta didik, diantaranya 36 peserta didik laki-laki dan 71 peserta didik perempuan yang berpotensi melakukan *self harm*. Menurut Arikunto (dalam, Firdaus 2021:16) “Apabila subjek kurang dari 100 lebih baik diambil semua. Namun apabila subjeknya lebih besar dari 100 dapat diambil antara 10%-25%”. Berdasarkan pendapat di atas maka pengambilan sampel dapat diambil masing-masing 25% dari jumlah populasi laki-laki dan perempuan. Peserta didik laki-laki berjumlah 36, $36 \times 25\% = 9$. Sedangkan peserta didik perempuan berjumlah 71, $71 \times 25\% = 17,75$ maka dibulatkan menjadi 18 peserta didik. Sampel penelitian ini yaitu sebanyak 9 peserta didik laki-laki dan 18 peserta didik perempuan, jadi jumlahnya yaitu 27 peserta didik.

Untuk menentukan sampel maka perlu menggunakan teknik-teknik tertentu. Menurut Sholihah (2020:96) “Teknik *sampling* merupakan teknik penarikan sampel dari populasi”. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *proportional random sampling* (pengambilan sampel acak secara proporsional). Penentuan sampel dilakukan dengan cara pengundian. Pengundian sampel

menggunakan metode undian nomor, setiap anggota populasi diberikan 1 nomor kemudian setelah itu nomor dipilih secara acak sejumlah sampel yang dibutuhkan.

Angket yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket *self harm inventory* (SHI) versi bahasa Indonesia yang disusun oleh Kusumadewi, dkk (2019) yang di kelompokkan menjadi lima kelompok “perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung ringan, perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung berat, perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung, perilaku berisiko, dan kognisi”. Pernyataan-pernyataan *self harm* dijawab dengan pilihan jawaban “ya” atau “tidak”.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Potensi *self harm* peserta didik laki-laki diketahui melalui penyebaran instrument *self harm inventory* yang dilakukan kepada 9 peserta didik laki-laki. Data potensi *self harm* peserta didik laki-laki sebagai berikut:

Tabel 1.
 Distribusi Frekuensi Potensi Terjad *Self Harm*
 Peserta Didik Laki-laki.

Skor	Frekuensi	Frekuensi Relatif	Frekuensi Komulatif
4	1	11.11%	11.11%
5	1	11.11%	22.22%

7	3	33.34%	55.56%
8	2	22.22%	77.78%
9	1	11.11%	88.89%
11	1	11.11%	100%

Potensi *self harm* peserta didik perempuan diketahui melalui penyebaran instrument *self harm inventory* yang dilakukan kepada 18 peserta didik perempuan. Data skor potensi *self harm* peserta didik perempuan sebagai berikut:

Tabel 2.
 Distribusi Frekuensi Skor Potensi *Self Harm*
 Peserta Didik Perempuan

Skor	Frekuensi	Frekuensi Relatif	Frekuensi Komulatif
7	2	11.11%	11.11%
8	2	11.11%	22.22%
9	5	27.77%	49.99%
10	3	16.67%	66.66%
11	3	16.67%	83.33%
12	3	16.67%	100%

Setelah mengetahui frekuensi skor potensi *self harm* masing masing variabel selanjutnya yaitu pengujian kenormalan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak, pengujian normalitas menggunakan rumus *shapiro-wilk*.

Tabel 3.
 Uji Normalitas

Jenis kelamin	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Hasil laki laki Self	.214	9	.200*	.959	9	.791
Harm perempuan	.161	18	.200*	.932	18	.213

*. This is a lower bound of the true significance.
 a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan bantuan *soft ware* SPSS 23, maka diperoleh hasil nilai Sig. *Shapiro-wilk* 0.791 untuk peserta didik laki-laki dan nilai Sig. *Shapiro-wilk* 0.213 untuk peserta didik perempuan. Hasil nilai Sig. *Shapiro-wilk* > 0,05 yang berarti bahwa variabel peserta didik laki-laki dan peserta didik perempuan berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukannya pengujian homogenitas untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi sama atau tidak. Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan *levene statistic* > 0,05 dengan bantuan pengitungan menggunakan SPSS 23.

Tabel 4.
 Uji Homogenitas

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil self harm Based on Mean	.125	1	25	.726
Based on Median	.064	1	25	.802
Based on Median and with adjusted df	.064	1	19.602	.802

Based on trimmed mean	.122	1	25	.730
-----------------------	------	---	----	------

Berdasarkan hasil nilai sig. yang diperoleh dari hasil perhitungan uji homogenitas yaitu sig. 0.726, yang berarti lebih besar dari pada tingkat yang digunakan yaitu 0.05 atau 0.726 > 0.05. Artinya data penelitian menyebar secara homogen. Setelah uji prasyarat analisis terpenuhi, selanjutnya adalah menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisa data *t-test independent sample* dan untuk penghitungannya dibantu menggunakan SPSS 23.

Tabel 5.
 Uji Hipotesis I

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means						
		F		Sig.		95% Confidence Interval of the Difference		
						Lower	Upper	
Hasil self harm	Equal variances assumed	.125	1	25	.726	-3.818	3.818	
	Equal variances not assumed	.125	1	19.602	.726	-3.818	3.818	

Berdasarkan tabel perhitungan di atas diketahui bahwa nilai sig. 0.003. nilai sig. tersebut lebih kecil dari 0.05 ($0.003 < 0.05$). jika berdasarkan nilai t maka diperoleh $t_{hitung} 3.236 > t_{tabel} 2.060$. maka hipotesis yang menyatakan tidak terdapat perbedaan potensi *self harm* antara peserta didik laki-laki dan Perempuan di SMA Negeri 1 Sendang Agung (H_0) ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan potensi *self harm* antara peserta didik laki-laki dan peserta didik Perempuan di SMA Negeri 1 Sendang Agung.

Tabel 6.
 Uji Hipotesis II

	Jenis kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil skor potensi <i>self harm</i>	laki laki	9	7.3333	2.06155	.68718
	perempuan	18	9.6667	1.60880	.37920

Berdasarkan tabel analisis data di atas diketahui bahwa nilai rata-rata skor potensi *self harm* laki-laki adalah 7.3333 dan nilai rata-rata skor potensi *self harm* perempuan adalah 9.6667. maka hipotesis yang menyatakan bahwa rata-rata laki-laki memiliki potensi *self harm* lebih tinggi dari pada perempuan (H_0) ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa potensi *self harm* yang lebih tinggi adalah peserta didik perempuan. Dalam

penelitian ini menunjukkan bahwa hasil rata-rata potensi *self harm* peserta didik SMA Negeri 1 Sendang Agung yang berjenis kelamin perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan peserta didik laki-laki.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikutip Thesalonika (2021:219) dari Beautrais menyatakan bahwa “remaja putri cenderung lebih tinggi melakukan *self harm* dibandingkan dengan remaja putra”. Perempuan memiliki tingkat potensi *self-harm* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki karena beberapa hal yang kompleks. Salah satunya adalah perbedaan dalam cara individu menanggapi stres dan mengatasi masalah. Perempuan cenderung lebih terbuka dalam mengekspresikan emosi dan mencari dukungan dari orang lain ketika menghadapi tekanan psikologis, sementara laki-laki mungkin lebih cenderung menekan emosi mereka atau mencari solusi yang bersifat praktis. Hal ini sepadan dengan teori Iqbal (2020:4) yang mengatakan bahwa “Perempuan cenderung lebih sensitif dan mempunyai perasaan yang halus, sedangkan laki-laki cenderung lebih tidak acuh (cuek) dan kurang peka”. Berdasarkan teori Iqbal perempuan cenderung lebih sensitif dan

memiliki perasaan yang halus, sehingga mungkin lebih rentan terhadap pengalaman emosional yang mendalam. Hal ini dapat mempengaruhi cara individu menanggapi stres dan tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Di sisi lain, laki-laki sering kali terlihat lebih cuek dan kurang peka terhadap situasi emosional, yang bisa menyebabkan individu kurang sadar akan bahaya perilaku *self-harm* dan dampak negatifnya.

PENUTUP

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pengolahan data telah menjawab hipotesis bahwa. Hasil perhitungan analisis menggunakan uji T dihasilkan t_{hitung} sebesar 3.236 dan t_{tabel} 2.060 yang berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$, dengan taraf signifikansi 5%. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan potensi *self harm* antara peserta didik laki-laki dan perempuan SMA Negeri 1 Sendang Agung Lampung Tengah tahun ajaran 2023/2024.

Hasil perhitungan rata-rata skor potensinya *self harm* peserta didik laki-laki sebesar 7.3333 dan peserta didik Perempuan sebesar 9.6667. Maka dapat di kesimpulan bahwa rata-rata potensinya *self harm* pada peserta didik perempuan

lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata potensinya *self harm* pada peserta didik laki-laki SMA Negeri 1 Sendang Agung.

Adapun Saran dalam temuan ini yaitu

1. Bagi peserta didik
Bagi laki-laki maupun perempuan, supaya dapat lebih mengontrol emosinya dan mengurangi potensi *self harm* atau melukai diri sendiri ketika sedang mengalami stress dan tekan, dan lebih baik menceritakan apa yang sedang dialami kepada orang yang dipercaya.
2. Bagi orang tua,
Bagi orang tua supaya lebih memperhatikan dan sebisa mungkin ada untuk anak agar anak tidak merasa sendiri sehingga mengurangi potensi *self harm*.
3. Bagi pihak sekolah
Bagi pihak sekolah supaya lebih memperhatikan, mengenali karakteristik, dan merangkul peserta didik, agar potensi *self harm* pada peserta didik dapat dideteksi dan dicegah.
4. Saran yang ditujukan kepada peneliti selanjutnya, diharapkan untuk lebih memperhatikan faktor

yang mempengaruhi dan karakteristik *self harm* agar dapat mengembangkan dan memfokuskan penelitian tentang *self harm*.

DAFTAR PUSTAKA

- Firdaus. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Riau: Dotplus Publisher.
- Insani, Saridewi, M. (2023). Studi Kasus: Faktor Penyebab Potensi *self harm* Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 10(2), 439-454.
- Iqbal, M., dan Fawzea, K. (2020). *Psikologi Pasangan*. Jakarta: Gema Insani.
- Isnawati, Ruslia. (2020). *Pentingnya Problem Solving Bagi Seorang Remaja*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing.
- Kusumadewi, A.F., dkk. (2019). *Self harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self harm*. *Jurnal Psikiatri Surabaya*. 8(1), 20-25.
- Maunder, L., and Cameron, L. (2023). *Self harm*. England: Cumbria, Northumberland, Tyne dan Wear NHS Foundation Trust.
- Rehi. (2021). *Hidden Tightness*. Indonesia: Guepedia.
- Sholihah, Qomariatus. (2020). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Edisi Pertama. Malang: UB Press.
- Thesalonika., dan Apsari, N.C. (2021). Potensi *self harm* atau Melukai Diri Sendiri Yang Dilakukan Oleh Remaja. *Jurnal Pekerjaan Sosial*. 4(2),213-224.
- Utomo, Prio. (2023). *Metode Penelitian Bagi Pemula*. Edisi Pertama. Bandung: Widina Bhakti Persada Bandung.