

KOMUNIKASI REMAJA PENDERITA *SELF HARM* MELALUI PENDEKATAN PENETRASI SOSIAL DI KOTA PEKANBARU

Oleh: Deviani Fauzi

Pembimbing: Genny Gustina Sari, M.Si, M.I.Kom

Kosentrtrasi Manajemen Komunikasi – Jurusan Ilmu Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Riau

Kampus Bina Widya, Jl. HR. Soebrantas Km 12,5 Simp. Baru, Pekanbaru 28293

Telp/Fax. 0761-63277

Abstract

The phenomenon of self-injury or self-harm is an “iceberg” phenomenon, because basically there are more people with self-harm than there are concrete data. Many self-harm sufferers come from among adolescents, because during adolescence there are physical and psychological changes. This is because, when adolescence is confused in overcoming a problem, the teenager may do undesirable things such as self-harm, therefore effective interpersonal relationships are needed. The purposes of this study was to determine the process of social penetration of adolescents with self-harm in establishing communication in Pekanbaru City and to determine the communication process formed in adolescents with self-harm to their families and friends in Pekanbaru City.

This study uses a qualitative research method with a phenomenological approach. Where this approach is carried out with the experience of informants used as a source of data which usually comes from quite long interviews with individuals who have in-depth experience and knowledge regarding the phenomena being studied. To determine the informant, the writer uses the snowball technique by determining the key informant that will lead the author to find the next informant. There were 2 informants in the study and this research was conducted in Pekanbaru City. This research was conducted from January to August 2020.

Based on the findings of the results in the field, the social penetration process that exists in self-harm adolescents shows that self-harm adolescents tend to cover up their activities of doing self-harm to their family and friends. However, self-harm adolescents tend to tell friends what motivates or causes them to do self-harm. The self-harm adolescents that the authors found turned out to be doing self-harm due to ineffective relationships found in their families, which led to these teens engaging in self-harm activities.

Key words: self-harm; teenager; communication.

PENDAHULUAN

Suatu malam saat penulis memiliki waktu istirahat setelah beraktivitas di kampus, penulis membuka akun media sosial Twitter. Berbagai macam topik hangat yang diperbincangkan pada malam itu. Namun, ada satu *postingan* dari akun @rlthingy, berupa foto goresan pada tangan yang menimbulkan bekas merah. Kemudian penulis memperhatikan kolom komentar akun @rlthingy tersebut. Penulis menemukan bahwa banyak pengguna Twitter lain menyemangati pengirim berupa kalimat penyemangat, memberikan *support* dan sebagainya. Muncul berbagai pertanyaan di dalam kepala penulis. Kenapa pengirim pada akun @rlthingy tersebut mengirimkan foto sayatan tangannya ke Twitter?, kenapa ia melukai dirinya sendiri?, kemana lingkungan yang biasanya dijadikan tempat bercerita, hingga ia melukai dirinya sendiri?.

Gambar 1. Akun Base @rlthingy Twitter



Sumber: Akun Twitter @rlthingy, diakses pada 04 Maret 2020 pukul 11:08 WIB.

Fenomena tersebut menyebabkan penulis penasaran dan menelusuri media sosial Twitter dan penulis menemukan banyak akun yang menyakiti diri yang kemudian

membagikan aktivitas menyakiti diri pada akun Twitter. Penulis tidak hanya menemukan satu akun, tapi banyak akun lainnya yang melakukan hal serupa. Untuk menjawab rasa penasaran, penulis mencoba menggali lebih dalam kepada pengguna Twitter yang mengirimkan foto menyakiti diri pada akun Twitternya tersebut, dengan cara mengirim pesan melalui fitur *direct-message* (DM). Lebih dari 10 pengguna Twitter yang penulis DM, hanya 6 pengguna Twitter yang merespon. 5 diantara pengguna Twitter ini merespon penulis dengan baik, bahkan mereka bersedia menceritakan motif mereka menyakiti dirinya. Namun, ada salah satu pengguna Twitter yang menutup diri, dan enggan untuk menceritakan perihai ia menyakiti diri.

Setelah menggali lebih dalam kepada pengguna Twitter dengan inisial GFR yang mengirimkan foto menyakiti diri pada akun Twitter miliknya, penulis mendapatkan informasi. Bahwa GFR, pernah bercerita kepada teman terdekat dan respon yang di dapatkan tidak semuanya positif.

“Temen-temenku cuma bilang "ga deket sama Tuhan lo". Bahkan ada yang ngata ngatain aku "goblok lah ini lah itulah",” (Hasil Wawancara Online dengan GFR, pada tanggal 20 Januari 2020).

Penulis menemukan bahwa pengguna Twitter yang membagikan aktivitas menyakiti diri tersebut melalui Twitter memiliki interaksi yang tidak biasa. Pengguna twitter yang penulis temukan pada umumnya menyayat diri dengan cara menggores tangan hingga berdarah, adapun yang mengukir kata-kata pada lengannya menggunakan gunting. Aktivitas tersebut dalam ilmu

psikologi dikenal sebagai *self-harm* atau *self-injury*.

Berdasarkan hasil wawancara penulis pada tanggal 12 Juni 2020 dengan psikolog Alfath Hanifah Megawati, S.Psi, M.Psi, menjelaskan bahwa *self-harm* atau *self-injury* adalah perilaku yang dengan sengaja menyakiti diri sendiri secara fisik, tanpa intensi bunuh diri. Walaupun dilakukan secara sadar, seringnya dorongan untuk melakukan *self-harm* sulit di kendalikan, terutama saat seseorang mengalami emosi negatif. *Self-harm* digambarkan dengan menyayat, membakar, menggaruk, memukul dan mencongkel luka pada tangan, jari, dada atau bagian tubuh lainnya. Perilaku yang termasuk didalamnya bukanlah perilaku yang wajar atau diterima secara sosial.

Setelah penulis telusuri lebih dalam mengenai *self-harm*, penulis menemukan hal lain. Bahwa ternyata fenomena *self-harm* ini bukan hanya terdapat pada media sosial saja, melainkan ada kasus penderita *self-harm* lainnya yang diangkat oleh media online, yakni berita mengenai Mina Eks AOA. Pada bulan Juni 2020 sebuah foto idola asal Korea Selatan tersebut menunjukkan bahwa ia memiliki bekas luka sayatan pada pergelangan tangannya. Dilansir dari Nusantaratv.com Mina eks AOA mengatakan bahwa ia merupakan korban *bullying* dari member AOA lainnya, dan ia mengatakan kepada penggemarnya mengenai traumanya yang mengakibatkan ia menyakiti dirinya sendiri (<https://www.nusantaratv.com/showbiz/kpop/tangan-mina-eks-aoa-tampak-bekas-luka-reaksi-fans> diakses pada 27 Juli 2020 (Alamsyah, 2020). Selain Mina Eks AOA, penderita *self-harm* lainnya yang diangkat oleh media online Indonesia yakni Ariel Tatum.

Dilansir dari Tribunnews pada bulan Oktober 2019, Ariel Tatum mengidap *Borderline Personality Disdorder* dan ia pernah melakukan *self-harm* pada pergelangan tangannya. Artis asal Indonesia ini melakukan *self-harm* karena tekanan selama berada hiburan dan ia merupakan korban *body shaming*

(<https://m.tribunnews.com/amp/seleb/2019/10/20/tak-terekspose-ariel-tatum-idap-gangguan-mental-sejak-kecil-mantan-al-sempat-terpikir-bunuh-diri> diakses pada 27 Juli 2020 (Pertwi, 2019).

Berdasarkan temuan kasus pada media online tersebut, bahwa *self-harm* bukan sesuatu hal yang di rahasiakan lagi atau bukan sesuatu hal yang bersifat privasi yang artinya orang senang menunjukkan suatu hal yang tidak wajar ditunjukkan. Dilansir dari Alodokter penderita *self-harm* biasanya menyembunyikan luka akibat aktivitas *self-harm* menggunakan pakaian yang menutupi bekas luka tersebut. Berbeda dengan penderita *self-harm* yang penulis temukan di Twitter, karena pengguna Twitter tersebut membagikan foto sayatan pada tangannya dan dapat diketahui oleh pengguna Twitter lainnya (<https://www.alodokter.com/self-injury-gangguan-psikologis-menyakiti-diri-sendiri/> di akses pada 20 Juli 2020 (Alodokter, 2019). Berbeda dengan informan yang penulis temukan di Kota Pekanbaru karena remaja *self-harm* di Kota Pekanbaru tidak menampilkan aktivitas menyakiti diri pada media sosial, mereka cenderung menutupi aktivitas tersebut.

Menurut David Klonsky dan Jennifer Muehlancamp dalam penelitian *Self-Injury: A Research Review for the Practitioner self-harm* adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan oleh seseorang dengan cara menyakiti diri sendiri tanpa berniat untuk bunuh diri

untuk tujuan yang tidak disetujui oleh social (Klonsky and Muehlenkamp, 2010). *Self-harm* sering dilakukan sebagai mekanisme *coping* (mekanisme untuk mengatasi) emosi yang tidak nyaman atau menyakitkan yang dialami oleh seseorang. Alasan lain seseorang melakukan *self-harm* yakni menghilangkan perasaan kosong, mengecek realitas diri, menghentikan pikiran tidak nyaman, mendapatkan sensasi yang lebih yang memicu adrenalin, menghukum diri, dan untuk mendapatkan perhatian dari lingkungan sekitar.

Dalam penelitian ini penulis memfokuskan penelitian kepada remaja yang menyakiti dirinya dengan jenis *self-harm* yang sedang atau disebut juga dengan *Stereotypic self-injury*. Karena dari fenomena yang penulis dapatkan dari Twitter mereka cenderung membagikan aktivitas *self-harm* dengan bentuk menyayat diri, mengukir kata-kata dengan gunting yang kemudian secara sengaja dibagikan ke media sosial Twitter. Selain itu penulis menemukan *self-harm* jenis sedang juga dialami oleh remaja penderita *self-harm* di Kota Pekanbaru, namun perbedaan informan di Kota Pekanbaru adalah ia tidak membagikan kegiatan atau aktivitas *self-harm*nya pada media sosial.

Penderita *self-harm* cenderung agak agresif dan saat kondisinya cemas serta marah, hal itu merupakan suatu puncak perasaan yang mendasari ia menyakiti dirinya dalam jangka waktu yang panjang. Terdapat dua keadaan emosional yang sering dialami oleh pelaku saat melakukan *self-harm* yakni kemarahan dan kecemasan yang juga merupakan ciri kepribadian menetap dari pelaku *self-harm* (Rizqi, 2011).

Berdasarkan penelitian Lisa H. Glassman, dkk dengan judul *Child maltreatment, non-suicidal self-injury,*

and the mediating role of self-criticism remaja memiliki resiko paling tinggi dalam melakukan *self-harm* yakni sekitar 12-21% (Glassman et al., 2007). Adapun penyebab remaja melakukan *self-harm* karena adanya hubungan interpersonal yang tidak bermakna, sulit mempertahankan hubungan interpersonal, sebagai pelarian dan penganiayaan fisik, kehilangan seseorang yang dicintai dan depresi (Dermawan, 2013)

Banyak gangguan kesehatan mental pertama kali muncul pada akhir masa kanak-kanak dan remaja awal dan dapat berlanjut hingga dewasa. Hal ini akibat perubahan fisik, psikologis, dan perilaku yang terjadi selama masa remaja salah satunya *self-harm*. Menurut *Mental Health America* metode yang paling umum dilakukan oleh penderita *self-harm* adalah dengan menyayat tangan sebanyak 70%-90%, membenturkan kepala atau memukul diri sendiri sebanyak 21%-44% dan pembakaran ringan pada anggota tubuh secara sengaja sebanyak 15%-35% (<https://www.mhanational.org/condition/s/self-injury-cutting-self-harm-or-self-mutilation> di akses pada 02 Januari 2020 (Mhanataional.org, n.d.).

Biasanya para remaja akan bercerita dengan sahabat atau lingkungan terdekat. Menurut penelitian yang dilakukan David Klonsky dan Jennifer Muehlancamp dengan judul *Self-Injury: A Research Review for the Practitioner*, pada beberapa kasus kecenderungan menyakiti diri dapat menjadikan suatu sarana untuk menjalin ikatan dengan teman-temannya. Selain itu terdapat beberapa alasan yang mendukung penderita *self-harm* melukai dirinya yakni untuk mendapatkan bantuan dari orang lain dan untuk mencari perhatian dari orang lain. Penderita *self-harm* mungkin tidak menyadari bahwa tindakan melukai

dirinya di dorong atau diperkuat dari orang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Savitri Mega Salsabila dengan judul Hubungan Kualitas Pertemanan dan *Self Disclosure* dengan *Subjective Well-Being* pada Remaja Putri Kelas XII Di SMA Negeri 'X' Kota Bekasi, remaja kerap berkumpul dengan teman yang biasanya memiliki suatu kesamaan, sehingga mereka merasa memiliki keterikatan. Pertemanan yang berkualitas akan menghasilkan hubungan yang intim, dan menumbuhkan rasa percaya dan kemudian memungkinkan remaja untuk melakukan pengungkapan diri. Para remaja yang melakukan *self disclosure* dengan teman dekatnya, akan merasa lega bila bisa menemukan solusi dari suatu masalah ataupun hanya sekadar didengarkan (Salsabila Savitri & Anastasia, 2019).

Temuan kasus pada pengguna media sosial Twitter yang menyakiti dirinya, penulis mendapatkan bentuk interaksi yang tidak biasa yang dilakukan oleh orang pada umumnya. Ditandai dengan adanya ejekan seperti "Tidak dekat dengan Tuhan" hingga "Goblok". Interaksi yang efektif akan menimbulkan kebahagiaan dan kepuasan hati kedua belah pihak yang disebut juga dengan hubungan interpersonal dan setiap manusia melakukan komunikasi, baik dengan keluarga, sahabat, pacar, suami, isteri dan lainnya (Suranto, 2011). Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk mengamati seseorang yang senang menyakiti dirinya secara fisik dalam menjalin komunikasi dengan lingkungan terdekatnya yakni keluarga dan sahabat.

Proses komunikasi adalah proses komunikasi atau interaksi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih dalam proses pengiriman dan

penerimaan suatu pesan atau informasi. Proses komunikasi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih saat ini sudah berkembang seiring dengan perkembangan teknologi (Novialdi, 2019).

Perkembangan teknologi merubah proses komunikasi yang terjadi dimasyarakat. Hal ini terlihat dari adanya perubahan sifat khalayak. Pada era media lama, khalayak lebih pasif karena hanya menikmati informasi yang disajikan oleh media. Sedangkan di era media baru, khalayak lebih aktif, terbuka dan bebas. Khalayak bukan hanya sebagai penikmat konten, namun juga dapat mengisi konten pada media tersebut.

Menurut Vivian (2008) *new media* merupakan istilah yang dipakai untuk semua bentuk media komunikasi massa yang berbasis teknologi komunikasi informasi. *New media* identik dengan internet. *New media* saat ini dijadikan sebagai bentuk representatif diri. Khalayak cenderung senang membagikan kegiatan-kegiatan yang sebelumnya pada fungsi media lama tidak ditemukan (Norhabiba & Ragil Putri, 2018). Salah satunya yakni Penulis menemukan beberapa pengguna Twitter membagikan kisah pribadinya yakni foto sayatan pada lengannya.

Fenomena pengguna Twitter membagikan foto sayatan pada lengannya menyebabkan penulis tertarik untuk menelusuri hal tersebut. *Self-harm* bukanlah suatu fenomena yang baru. Namun yang penulis temui merupakan hal yang baru, karena penderita *self-harm* membagikan foto dan kisah *self-harm* menggunakan Twitter. Apakah ia melakukan secara sadar atau tidak, namun dalam penelitian ini penulis tidak akan membahas motif penderita *self-harm*, akan tetapi bagaimana orang yang menyakiti dirinya menjalin hubungan

interpersonal kepada orang terdekatnya, seperti keluarga dan sahabat.

Pada penelitian ini, penulis akan menggunakan teori penetrasi sosial. Dalam buku yang berjudul Teori Komunikasi oleh Yasir, teori ini menegaskan bahwa ketika hubungan antarpribadi menjadi berkembang, komunikasi bergeser dari yang awalnya dangkal dan tidak intim, berubah menjadi lebih personal dan intim (Yasir, 2011). Istilah penetrasi sosial, merujuk pada sebuah proses ikatan hubungan dimana individu bergerak dari tidak intim menjadi lebih intim. Penulis mengaitkan fenomena ini dengan proses komunikasi yang dilakukan oleh penderita *self-harm* dari komunikasi yang awalnya dangkal dan tidak intim, berubah menjadi lebih personal dan intim. Dengan menggunakan teori penetrasi sosial ini, penulis ingin melihat dan mengetahui hubungan yang dijalin oleh penderita *self-harm* ini sampai pada titik intimnya dan bagaimana titik intim menurut remaja penderita *self-harm* ini dalam proses komunikasinya.

Pada realitas yang ada, proses penetrasi sosial remaja penderita *self-harm* Kota Pekanbaru tidak memperoleh titik intimnya. Hal ini karena remaja *self-harm* tidak memberitahu kepada lingkungan terdekatnya mengenai aktivitas *self-harm* yang ia lakukan, hal tersebut terjadi karena adanya proses komunikasi yang tidak efektif terjalin antara keluarga serta sahabat dari remaja penderita *self-harm*. Ditandai dengan keluarga yang mendiamkan bahkan tidak memperdulikan permasalahan yang sedang dialami oleh remaja penderita *self-harm*. Sedangkan proses komunikasi remaja *self-harm* dengan sahabatnya terjalin kurang efektif, dimana sahabatnya bersikap tidak memperdulikan atau bahkan

menceritakan kembali permasalahan yang dialami oleh remaja *self-harm* ke orang lain, yang menyebabkan remaja *self-harm* cenderung memendam masalahnya sendiri.

Berdasarkan data dari YouGov Omnibus, lebih dari sepertiga atau 36% orang Indonesia memiliki kasus melukai diri sendiri, dan paling banyak ditemui dikalangan remaja Indonesia. Data menunjukkan bahwa 7% remaja Indonesia sering melukai dirinya sendiri (<https://id.yougov.com/id/news/2019/06/26/seperempat-orang-indonesia-pernah-memiliki-pikiran/> di akses pada 08 Januari 2020 (Ho, 2019). Penulis memfokuskan penelitian ini dengan menentukan lokasi penelitian di Kota Pekanbaru, karena dalam fenomena ini penulis dapat melakukan pengamatan langsung kepada remaja penderita *self-harm* di Kota Pekanbaru. Namun, belum ada perolehan data yang pasti mengenai penderita *self-harm* di Kota Pekanbaru. Berdasarkan data Badan Statistik Pusat Kota Pekanbaru Tahun 2018, jumlah remaja yang ada Kota Pekanbaru yang berusia 15-19 tahun sekitar 103.787 dan usia 20-24 tahun sebanyak 123.620 (Pekanbaru, 2018). *Self-harm* ini sendiri merupakan suatu fenomena “gunung es” yang sebenarnya jumlahnya lebih banyak daripada data konkret. Biasanya penderita *self-harm* ini tidak akan menampakkan dirinya atau secara terang-terangan mengatakan kepada lingkungannya bahwa ia menyakiti dirinya sendiri. Saat penulis melakukan pengambilan data di Rumah Sakit Jiwa Tampan Kota Pekanbaru, istilah *self-harm* ini masih asing bahkan banyak yang belum mengetahui mengenai penyakit ini. Hal ini ditandai dengan, minimnya penelitian ilmiah yang membahas mengenai *self-harm*.

Untuk menemukan informan di Kota Pekanbaru, awalnya penulis merasa kesulitan karena istilah *self-*

harm masih asing di telinga masyarakat Kota Pekanbaru. Saat penulis berbincang bersama teman-teman di kampus, penulis bertanya kepada teman-teman apakah mereka tau mengenai *self-harm*, dan memang teman-teman penulis masih asing dengan istilah tersebut. Hal itu kemudian penulis menjabarkan apa itu *self-harm*, setelah penulis jabarkan kemudian salah satu dari teman-teman mengungkapkan bahwa ia memiliki teman yang melakukan hal tersebut. Ia mengungkapkan bahwa temannya yang berinisial AS pernah melakukan *self-harm*. Setelah mengetahui bahwa AS pernah melakukan *self-harm* penulis mencoba mengakrabkan diri dengan AS agar pengamatan dan wawancara penulis lebih mudah dan tidak canggung saat melakukan wawancara maupun pengamatan.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara sederhana yang dilakukan oleh penulis kepada *key informan* yang berada di Kota Pekanbaru yang berinisial AS (20 tahun), motif AS melakukan *self-harm* karena kekecewaan terhadap pasangannya dan adanya hubungan yang tidak harmonis dengan keluarga. Bentuk *self-harm* yang dilakukan AS yakni *Binge Eating Disorder*, menjambak rambut, serta meninju pintu. *Binge eating disorder* ini merupakan pola perilaku makan yang tidak terkendali, sebagai cara untuk mengatasi emosi yang tidak nyaman. Dengan bentuk *self-harm* yang dilakukan AS tersebut, itu merupakan bentuk AS mencari perhatian dari keluarga serta sahabatnya dan sebagai penyaluran emosi negatif AS karena saat AS menyakiti dirinya ia merasa lega. Kemudian AS mengatakan bahwa sebenarnya banyak remaja yang menyakiti diri di Kota Pekanbaru, namun penderita *self-harm* ini biasanya menutupi diri dan seolah-olah

menampakkan dirinya dengan kondisi baik, akan tetapi sebaliknya.

Selain itu untuk mengerucutkan dalam proses komunikasi, penelitian ini difokuskan pada proses komunikasi antara penderita *self-harm* yang ada di Kota Pekanbaru dengan keluarga dan sahabatnya. Hal ini karena remaja kerap berkumpul dengan teman yang biasanya memiliki suatu kesamaan, sehingga mereka merasa memiliki keterikatan. Pertemanan yang berkualitas akan menghasilkan hubungan yang intim, dan menumbuhkan rasa percaya dan kemudian memungkinkan remaja untuk melakukan pengungkapan diri. Para remaja yang melakukan *self disclosure* dengan teman dekatnya, akan merasa lega bila bisa menemukan solusi dari suatu masalah ataupun hanya sekadar didengarkan. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengangkat permasalahan ini dalam suatu penelitian dengan judul “Komunikasi Remaja Penderita *Self-Harm* Melalui Pendekatan Penetrasi Sosial di Kota Pekanbaru.”

TINJAUAN PUSTAKA

Teori Penetrasi Sosial

Teori ini merupakan suatu kajian dari bidang psikologi dan komunikasi, yang menjelaskan bahwa komunikasi suatu kerangka pemikiran bahwasannya komunikasi memiliki peranan penting dalam perkembangan hubungan sosial. Teori ini mengkaji mengenai proses perkembangan kedekatan hubungan dalam level interpersonal.

Dalam bukunya Yasir yang berjudul Teori Komunikasi (2011: 62) Teori penetrasi sosial (*Social Penetration Theory*) berdasarkan pada penelitian Irwin Altman dan Dalmas Taylor (1973). Teori ini menegaskan bahwa ketika hubungan antarpribadi menjadi berkembang, komunikasi bergeser dari yang asalanya dangkal dan

tidak intim, berubah menjadi lebih personal dan intim. Istilah penetrasi sosial sendiri merujuk pada sebuah proses ikatan hubungan dimana individu bergerak dari tidak intim menjadi lebih intim. Sebagian alasan dari daya tarik teori ini adalah pendekatannya yang langsung pada perkembangan hubungan.

Secara ringkas, penetrasi sosial didasarkan pada asumsi-asumsi berikut. Pertama, hubungan mengalami kemajuan dari tidak intim menjadi intim. Kedua, perkembangan hubungan sistematis dan dapat diprediksi. Ketiga, perkembangan hubungan mencakup penarikan diri dan disolusi. Keempat, pembukaan diri adalah inti dari perkembangan hubungan.

Menurut West & Turner dalam jurnal Tine Agustin Wulandari yang berjudul Memahami Pengembangan Hubungan Antarpribadi Melalui Teori Penetrasi Sosial terdapat pembagian tingkat penetrasi sosial berdasarkan lapisan yang ada di bawah tersebut yakni: Orentasi, Pertukaran Penjajakan Afektif, Pertukaran Afektif, dan Pertukaran Stabil.

Komunikasi

Menurut Carl I. Hovland komunikasi adalah upaya yang sistematis untuk merumuskan secara tegas asas-asas penyampaian informasi serta pembentukan pendapat dan sikap. Akan tetapi, seseorang akan dapat merubah sikap, pendapat, atau perilaku orang lain apabila komunikasinya itu memang efektif. Berdasarkan paradigma mengandung arti, dan pengoperan perangsang untuk mengubah tingkah laku individu lain.

Dalam buku Effendy yakni Ilmu Komunikasi dan Praktek, dalam prosesnya komunikasi memiliki dua tahap yakni proses komunikasi secara primer dan secara sekunder. Proses

komunikasi merupakan rangkaian dari aktivitas menyampaikan pesan sehingga diperoleh feedback dari penerima pesan, dari proses komunikasi, akan timbul pola, model, bentuk dan juga bagian kecil yang berkaitan erat dengan proses komunikasi (Effendy, 2005). Proses komunikasi pada hakikatnya adalah proses penyampaian pikiran perasaan seseorang (komunikator) kepada orang lain (komunikan). Proses komunikasi primer dan sekunder yakni:

1) Proses komunikasi primer

Proses komunikasi primer merupakan penyampaian oleh komunikator kepada komunikan dengan menggunakan suatu simbol sebagai media atau saluran. Dalam proses ini terbagi menjadi dua lambang yakni lambang verbal dan lambang non verbal (Effendy, 2005).

2) Proses komunikasi secara sekunder

Proses komunikasi secara sekunder adalah proses penyampaian pesan oleh seseorang kepada orang lain dengan menggunakan alat atau sarana sebagai media kedua setelah memakai lambang sebagai media pertama. Karena proses komunikasi sekunder ini merupakan sambungan dari komunikasi primer untuk menembus dimensi ruang dan waktu, maka dalam menata lambang untuk memformulasikan isi pesan komunikasi, komunikator harus mempertimbangkan ciri atau sifat media yang akan digunakan. Penentuan media yang akan dipergunakan sebagai hasil dari sekian banyak alternatif perlu didasari pertimbangan mengenai siapa komunikan yang akan dituju (Effendy, 2005).

3) Proses komunikasi secara linear

Dalam buku Ilmu Komunikasi Ilmiah Dan Populer (Nurudin, 2019: 219) pola komunikasi secara linear diibaratkan kampanye politik. Penyebaran pesannya hanya satu arah

saja, dari pembicara kepada komunikan. Komunikasi umumnya tidak bisa memberikan reaksi spontan (umpan balik) sebagaimana komunikasi antara dua orang. Komunikan hanya bersifat pasif, hanya sebagai pendengar sementara yang aktif hanya komunikatornya (Nurudin, 2019: 219).

4) Proses komunikasi secara sirkuler

Nurudin dalam bukunya Ilmu Komunikasi Ilmiah Dan Populer, proses komunikasi secara sirkuler diibaratkan seperti dua orang yang sedang berbincang di suatu kafe. Mereka sedang berbicara di kafe itu salah satu bentuk komunikasi interpersonal, maka kedudukan komunikator dan komunikan itu sama. Artinya orang yang sedang berbincang di kafe itu tidak bisa dibedakan mana komunikator dan mana komunikan. Keduanya campur aduk, belum selesai seseorang berbicara sudah dipotong pasangan berbicara itu, begitu selanjutnya (Nurudin, 2019:224).

5) Proses komunikasi secara spiral

Proses komunikasi model spiral ini menggambarkan aspek komunikasi yang berbeda dari suatu proses komunikasi selalu berubah dari waktu ke waktu. Intinya bahwa proses komunikasi itu bergerak secara dinamis menuju suatu titik yang tidak ada ujungnya, sama persis dengan perkembangan teknologi komunikasi yang tidak bisa diprediksi perkembangannya di masa depan (Nurudin, 2019:238).

Menurut Djaaramah (Andirah, 2018), terdapat berbagai macam proses komunikasi yang terjadi pada orangtua dan anak yakni:

1) Proses komunikasi membebaskan (Permissive)

Proses komunikasi permisif atau membebaskan ditandai dengan adanya kebebasan tanpa batas kepada anak untuk berbuat dan berperilaku sesuai

dengan keinginan anak. Proses komunikasi jenis ini ditandai dengan orangtua yang mengalah, menuruti segala keinginan, melindungi secara berlebihan, dan memberikan serta memenuhi kehendak anak secara berlebihan.

2) Proses komunikasi otoriter

Proses komunikasi otoriter ditandai dengan orangtua yang melarang anak-anaknya dengan mengorbankan otonomi anak. Proses komunikasi otoriter memiliki aturan yang sangat kaku dari orangtua. Proses komunikasi ini ditandai dengan orangtua yang bersikap melakukan sesuatu tanpa melakukan kompromi, bersikap kaku, cenderung emosional, penerimaan yang rendah namun dengan kontrol yang tinggi. Dalam pola komunikasi ini anak akan merasa mudah untuk tersinggung, penakut, pemurung dan merasa tidak bahagia, sangat mudah terpengaruh, dan tidak bersahabat.

3) Proses komunikasi demokratis

Proses komunikasi demokratis ditandai dengan orangtua yang bersikap terbuka dengan anaknya. Orang tua dan anak akan membuat kesepakatan yang disetujui bersama. Orang tua pada jenis proses komunikasi demokratis akan cenderung lebih menghargai pendapat serta kemampuan anak-anaknya secara langsung.

Berdasarkan dari beberapa penjelasan diatas proses komunikasi adalah suatu penghubung antara remaja penderita *self-harm* saat ia melakukan proses komunikasi dengan orangtua atau sahabatnya, yang dilakukan baik secara verbal melalui tulisan, lisan, media, tatap muka, perilaku, dan sikap yang dilakukan secara rutin.

Remaja

Remaja menurut hukum di Indonesia berdasarkan UU

Kesejahteraan Anak (UU No. 4/1979) menganggap semua orang yang berada di bawah 21 tahun dan belum menikah sebagai anak-anak karena bergak untuk dapat perlakuan dan kemudahan-kemudahan yang diperuntukkan bagi anak (misalnya pendidikan, perlindungan dari orang tua dan; lain-lain) (Sarwono, 2000).

Self-Harm

Self-harm adalah suatu bentuk perilaku yang dilakukan oleh seseorang dengan cara menyakiti diri sendiri tanpa berniat untuk bunuh diri untuk tujuan yang tidak disetujui oleh sosial (Klonsky & Muehlenkamp, 2010). Menurut psikolog Alfath Hanifah Megawati, S.Psi, M.Psi, menjelaskan bahwa *self-harm* atau *self-injury* adalah perilaku yang dengan sengaja menyakiti diri sendiri secara fisik, tanpa intensi bunuh diri.

Hasil penelitian Lisa H. Glassman dkk yang berjudul *Child maltreatment, non-suicidal self-injury, and the mediating role of self-criticism* (2007: 2483) data menunjukkan sekitar 4% orang dewasa populasi Amerika Serikat melakukan *self-injury* (Briere & Gil, 1998; Klonsky, Oltmanns, & Turkheimer, 2003), dan remaja berada pada risiko yang lebih tinggi, sekitar 12–21% yang melaporkan telah melaksanakan *self-injury*.

Self-injury lebih sering terjadi pada remaja dibandingkan dengan orang dewasa, Hal ini akibat perubahan fisik, psikologis, dan perilaku yang terjadi selama masa remaja. Bentuk umum yang dilakukan individu dalam perilaku *self-injury* yakni pemotongan parah, menggaruk, membakar, sengaja meminum obat secara banyak dan memukul diri sendiri. Kebanyakan individu yang mengalami *Self-injury* telah menggunakan lebih dari satu

metode perilaku *self-injury*. Terdapat 3 jenis perilaku *self-harm* yakni:

1) *Moderate self-injury* atau *self-injury* ringan. Ditandai dengan mengopek luka yang akan kering serta memencet jerawat, *self-injury* ringan ini dapat diatasi. Tipe ini biasanya lebih kurang disadari oleh pelakunya dan biasanya bukan dilakukan untuk mencapai pelepasan namun sebagai bentuk kompulsi atau dorongan dan paksaan.

2) *Stereotypic self-injury* atau *self-injury* sedang. Ditandai dengan membenturkan kepalanya secara berulang-ulang, menggaruk kulit kepala hingga berdarah, mencakar diri, meninju, memukul, menyayat diri, serta binge eating disorder (BED) yakni gangguan dalam pola makan yang sangat banyak dan sulit untuk menahan dorongan untuk makan. Dampak yang ditimbulkan oleh BED ini berupa penyakit serius seperti obesitas, hipertensi, diabetes hingga penyakit jantung.

3) *Major self-motion* atau *self-injury* besar yakni menyakiti diri secara ekstrem dengan mencungkil mata, membakar tubuh dan memotong kaki. Perilaku ini biasanya dilakukan oleh individu yang melakukan depresi berat. (Caperton, 2004).

Orang-orang yang melakukan *self-harm* akan sulit mengendalikan gangguan makan, pernah menderita penyakit kronis saat kecil atau cacat, sangat tidak menyukai dirinya sendiri, memiliki kemarahan yang kronis pada diri sendiri, menyukai menekan kemarahan, dan umumnya depresi atau stres berat. Ada 3 faktor orang melakukan *self-harm* berdasarkan *Researchers At University Of Oxford Dalam Coping With Self-harm* (Oxford, n.d.) yakni:

1) Faktor diri sendiri: depresi, *anxiety*, harga diri yang rendah, putus asa, tidak dapat menyelesaikan masalah

dengan sendiri atau *bad problem solving*, memiliki *self-esteem* yang rendah impulsif, gangguan makan, penyalahgunaan narkoba atau alkohol, dan intimidasi.

- 2) Faktor Keluarga: kesehatan mental yang berbeda dalam keluarga, hubungan dengan orangtua buruk, penyalahgunaan narkoba / alkohol dalam keluarga, harapan orang tua yang tidak masuk akal terhadap anaknya, adanya konflik antara anak dan orang tua, adanya trauma, ketidakmampuan atau ketidakmauan untuk mengurus diri sendiri dengan baik, hukuman yang berlebihan, riwayat keluarga yang pernah *self-harm*, dan penelantaran.
- 3) Faktor Sosial: kesulitan dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya, intimidasi, penolakan dari teman sebaya, takut akan perubahan baik perubahan dalam kegiatan sehari-hari maupun pengalaman baru, ketersediaan metode *self-harm*, teman yang melakukan *self-harm*, media dan pengaruh internet.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Lokasi penelitian dilakukan di Kota Pekanbaru. Penelitian ini dilakukan dari bulan Januari 2020 – Agustus 2020. Teknik dalam penentuan informan menggunakan metode snowball, yakni pengambilan informan dengan bantuan *Key Informan*, dan dari key informan akan berkembang sesuai dengan petunjuknya. Dengan teknik snowball ini dipilih key informannya yakni, AS yang berusia 20 tahun di Kota Pekanbaru dan AS yang akan memberikan petunjuk informan selanjutnya yang melakukan *self-harm*.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara

mendalam, observasi dan dokumentasi. Teknis analisis data menerapkan model Miles dan Huberman dari tiga tahap kegiatan yakni, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Untuk teknik pemeriksaan keabsahan data menggunakan perpanjangan keikutsertaan dan triangulasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dengan psikolog Alfath Hanifah Megawati mengatakan bahwa *self-harm* adalah perilaku yang dengan sengaja menyakiti diri secara fisik. Bentuknya bisa macam-macam, mulai dari memukul tubuh, menyayat, menggaruk, dsb.

Berdasarkan hasil penelitian empat remaja penderita *self-harm* termasuk jenis *moderate self-mutilation* atau *self-harm* sedang yakni menyayat diri, membenturkan diri ke tembok secara berulang-ulang yang menimbulkan bekas pada tubuh mereka, dan tidak makan selama beberapa hari.

Berdasarkan temuan hasil observasi dan wawancara penulis menemukan bahwa proses komunikasi antara orangtua dan remaja penderita *self-harm* merupakan proses komunikasi jenis permisif. proses komunikasi permisif merupakan proses komunikasi yang ditandai dengan adanya kebebasan tanpa batas kepada anak untuk berbuat dan berperilaku, dan orang tua dengan proses komunikasi permisif akan cenderung mengalah dan menuruti segala keinginan anak secara berlebihan. Dengan sikap orang tua informan yang penulis temukan bahwa terlalu membebaskan anak-anaknya atau seakan-akan tidak memperdulikan anaknya. Ditandai dengan orang tua yang memiliki kesibukan dengan mereka sendiri sehingga anak tidak

mendapatkan arahan serta perhatian dalam menjalani masa remajanya yang menyebabkan ia melakukan *problem-solving* atau menyelesaikan masalahnya sendiri yang berujung pada ia melukai dirinya sendiri.

Dari temuan data di lapangan, dapat menjelaskan bahwa proses komunikasi yang terjalin diantara remaja penderita *self-harm* dan keluarganya tidak terjalin dengan baik, hal ini karena kurangnya komunikasi yang terjalin antara orang tua dan remaja. Yang menyebabkan remaja bingung untuk menyelesaikan masalahnya sendiri, karena pada masa remaja adalah masa-masa yang membutuhkan bantuan dan arahan dari lingkungan terdekat seperti keluarga. Jika proses komunikasi dalam keluarga tidak terjalin dengan baik maka, anak akan mengatasi masalahnya sendiri. Saat anak remaja diposisi bingung untuk mengatasi masalahnya sendiri dan memiliki beban yang terpendam dalam pikirannya, hal ini menyebabkan remaja tersebut menyakiti dirinya sendiri. Temuan kasus pada remaja yang melakukan *self-harm* dan membagikan foto sayatannya pada media sosial Twitter, bahwa remaja tersebut mengaku saat ia membagikan foto sayatannya ke media sosial dengan tujuan mencari perhatian dari teman-teman onlinenya. Hal ini terjadi karena adanya proses komunikasi yang tidak baik ditemukan pada keluarganya. Sedangkan proses komunikasi remaja *self-harm* dalam menjalin komunikasi dengan sahabatnya adalah jenis proses komunikasi linear, dimana saat informan ingin membagikan ceritanya dengan sahabatnya, komunikannya yang mendominasi percakapan.

Sedangkan untuk proses komunikasi jenis primer, yakni suatu proses penyampaian pesan oleh komunikator kepada komunikan dengan

menggunakan suatu simbol atau lambang, yaitu verbal dan nonverbal. Pada lambang verbal ditandai seperti bahasa yang sering digunakan oleh komunikator dan komunikan untuk mengungkapkan pikiran. Untuk lambang non-verbal yakni lambang yang digunakan dalam berkomunikasi seperti mimik wajah, anggota tubuh, kepala, bibir, tangan, dan gambar. Saat proses komunikasi menggunakan verbal dan nonverbal secara runut, maka proses komunikasi akan berjalan efektif. Namun berdasarkan hasil temuan di lapangan bahwa, proses komunikasi remaja penderita *self-harm* dengan sahabatnya tidak berjalan efektif. Hal ini ditandai dengan remaja *self-harm* merasa bahwa sahabatnya tidak begitu memperdulikan permasalahan yang dihadapi olehnya, selain itu sahabatnya merespon dengan olokan seperti “Tidak dekat dengan Tuhan” atau bahkan mengatakan kalimat ejekan seperti “Goblok” kepada remaja penderita *self-harm*. Hal tersebut menyebabkan pola komunikasi yang berlangsung antara remaja penderita *self-harm* dengan sahabatnya tidak berjalan efektif dan tidak memiliki feedback atau umpan balik dari sahabatnya. Berdasarkan temuan hasil observasi dan wawancara mendalam kepada informan penulis yakni AS dan RM, penulis menemukan bahwa dalam hubungan keluarga informan keluasan atau berhubungan dengan jumlah waktu yang dihabiskan oleh keluarga dan remaja sangat sedikit. Berdasarkan pengakuan dari informan, mereka cenderung memendam masalah sendiri, dan sangat jarang berkomunikasi dengan keluarganya yang menyebabkan keluasan dari suatu hubungan tidak tercapai. Sedangkan keluasan komunikasi yang terjalin pada persahabatan ke informan *self-harm* tercapai, karena pada dasarnya informan memiliki jumlah waktu yang dihabiskan

bersama sahabat cenderung banyak. Para remaja *self-harm* cenderung menceritakan masalah dengan sahabat. Selain itu untuk kedalaman atau merujuk pada tingkat keintiman yang mengarah pada diskusi suatu topik dalam keluarga remaja *self-harm*, penulis menemukan bahwa para remaja *self-harm* cenderung tidak dekat dengan keluarganya begitupun dengan sahabatnya yang menyebabkan kedalaman dalam teori penetrasi sosial tidak tercapai, hal ini karena tidak ada satupun dari keluarga ataupun sahabat yang mengetahui bahwa remaja *self-harm*. Saat remaja yang melakukan *self-harm* ini, memberitahu sahabatnya, respon yang diperoleh tidak sesuai dengan yang mereka harapkan. Sahabatnya tidak begitu memperdulikan yang terjadi pada remaja *self-harm* tersebut.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pola komunikasi remaja penderita *self-harm* dalam menjalin hubungan interpersonal di kota pekanbaru, penulis menyimpulkan bahwa, remaja melakukan *self-harm* dengan jenis *moderate self-mutilation* atau *self-harm* jenis sedang ini karena adanya pola komunikasi yang tidak efektif terjalin pada keluarga dan sahabatnya. Remaja penderita *self-harm* ini lebih cenderung memendam emosinya sendiri, yang menyebabkan ia melakukan *self-harm*.

Pola komunikasi yang penulis temukan dalam keluarga yang berjenis permisif, dimana adanya kebebasan tanpa batas kepada anak untuk berbuat dan berperilaku, dan orang tua dengan pola komunikasi permisif akan cenderung mengalah dan menuruti segala keinginan anak secara berlebihan. Dengan sikap orang tua informan yang penulis temukan bahwa

terlalu membebaskan anak-anaknya atau seakan-akan tidak memperdulikan anaknya. Ditandai dengan orang tua yang memiliki kesibukan dengan mereka sendiri sehingga anak tidak mendapatkan arahan serta perhatian dalam menjalani masa remajanya yang menyebabkan ia melakukan *problem-solving* atau menyelesaikan masalahnya sendiri yang berujung pada ia melukai dirinya sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah. (2020). *Tangan Mina Eks AOA Tampak Bekas Luka. Reaksi Fans?* Nusantarav.Com. <https://www.nusantarav.com/showbiz/kpop/tangan-mina-eks-aoa-tampak-bekas-luka-reaksi-fans>
- Alodokter. (2019). *Self-Injury, Gangguan Psikologis Menyakiti Diri Sendiri*. Alodokter.Com. <https://www.alodokter.com/self-injury-gangguan-psikologis-menyakiti-diri-sendiri>
- Andirah, ayu rahayu. (2018). *Pola Komunikasi Orang tua dengan anak remaja terhadap ketergantungan media Internet di BTN gowa Lestari Batangkaluku*. 105.
- Caperton, B. (2004). What school counselors should know about self injury among adolescents: A literature review. *A Research Paper*.
- Dermawan, D. (2013). *Keperawatan Jiwa: Konsep Dan Kerangka Kerja Asuhan Keperawatan Jiwa*. Gosyen Publishing.
- Effendy, O. U. (2005). *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*. PT Remaja Rosdakaya.
- Glassman, L. H., Weierich, M. R., Hooley, J. M., Deliberto, T. L., & Nock, M. K. (2007). Child maltreatment, non-suicidal self-

- injury, and the mediating role of self-criticism. *Behaviour Research and Therapy*, 45(10), 2483–2490. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.04.002>
- Ho, K. (2019). *Seperempat orang Indonesia pernah memiliki pikiran untuk bunuh diri*. YouGov Omnibus. <https://id.yougov.com/id/news/2019/06/26/seperempat-orang-indonesia-pernah-memiliki-pikiran/>
- Klonsky, E. D., & Muehlenkamp, J. J. (2010). Self-Injury: A Research Review for the Practitioner. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 430–441. <https://doi.org/10.1002/jclp>
- Mhanataional.org. (n.d.). *Self-Injury (Cutting, Self-Harm Or Self-Mutilation)*. Mental Health America. Retrieved January 2, 2020, from <https://www.mhanational.org/conditions/self-injury-cutting-self-harm-or-self-mutilation>
- Norhabiba, F., & Ragil Putri, S. A. (2018). Hubungan Intensitas Akses Media Baru Dan Kualitas Interaksi Lingkungan Sekitar Pada Mahasiswa Untag Surabaya. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 7(1), 8. <https://doi.org/10.14710/interaksi.7.1.8-15>
- Novialdi, R. (2019). Pola Komunikasi Orang Tua Dalam Keluarga Anak Putus Sekolah Di Desa Ladang Laweh Kabupaten Agam Sumatera Barat. *JOM FISIP Vol. 6: Edisi I Januari – Juni 2019*, 6, 1–15.
- Oxford, U. of. (n.d.). *Coping with A Guide for Parents and Carers*.
- Pekanbaru, B. P. S. K. (2018). *Kota Pekanbaru Dalam Angka: Pekanbaru Municipality In Figures*. BPS Kota Pekanbaru.
- Pertiwi, T. I. (2019). *Tak Terekspose, Ariel Tatum Idap Gangguan Mental Sejak Kecil, Mantan Al Sempat Terpikir Bunuh Diri*. Tribunnews.Com. <https://m.tribunnews.com/amp/seleb/2019/10/20/tak-terekspose-ariel-tatum-idap-gangguan-mental-sejak-kecil-mantan-al-sempat-terpikir-bunuh-diri>
- Rizqi, I. (2011). *Pengaruh kematangan emosi terhadap kecenderungan perilaku self injury pada remaja*. 1–116.
- Salsabila Savitri, & Anastasia, M. (2019). Hubungan Kualitas Pertemanan Dan Self Disclosure Dengan Subjective Well-Being Pada Remaja Putri Kelas XII Di SMA Negeri 'X' Kota Bekasi. *IKRA-ITH Humaniora*, 3(3), 71–82.
- Suranto, A. (2011). *Komunikasi Interpersonal* (Cet. 1). Graha Ilmu.
- Yasir. (2011). *Teori Komunikasi*. Pusat Pengembangan Pendidikan Universita Riau.

Sumber Online:

- <https://www.mhanational.org/conditions/self-injury-cutting-self-harm-or-self-mutilation>
- <https://www.nusantaratv.com/showbiz/pop/tangan-mina-eks-aoa-tampak-bekas-luka-reaksi-fans>
- <https://m.tribunnews.com/amp/seleb/2019/10/20/tak-terekspose-ariel-tatum-idap-gangguan-mental-sejak-kecil-mantan-al-sempat-terpikir-bunuh-diri>
- <https://www.alodokter.com/self-injury-gangguan-psikologis-menyakiti-diri-sendiri/>
- <https://id.yougov.com/id/news/2019/06/26/seperempat-orang-indonesia-pernah-memiliki-pikiran/>