

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menurut WHO atau World Health Organization, batasan usia pada remaja adalah 12-24 tahun. Menurut Sigmund Freud yang merupakan seorang neurologis berasal dari Austria, pada jangkauan umur tersebut, individu akan mengalami pubertas dan pematangan seksual yang dapat dilihat dari perubahan baik dalam bentuk fisik maupun psikis. Perubahan tersebut tentu membutuhkan adaptasi yang baik, masa pada jangkauan umur tersebut merupakan masa yang penuh dengan konflik yang diakibatkan karena individu tidak dapat beradaptasi dengan perubahan tersebut. Kemunculan konflik seperti salah contohnya finansial dapat menyebabkan individu menjadi stress dan tertekan, dan apabila individu tidak dapat mengatasi konflik tersebut akan menimbulkan sebuah efek *negative* yang tentu saja dapat memicu remaja untuk melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri, salah satunya adalah *self-harm*.

*Self-harm* atau perilaku menyakiti diri sendiri adalah kegiatan dimana seseorang melukai dirinya sendiri tanpa memikirkan adanya niat untuk bunuh diri (WHO, 2015). Perilaku *self-harm* sendiri sebenarnya bukan terhitung kasus gangguan jiwa, melainkan hanya individu yang gagal dalam melakukan  *coping* untuk menghadapi depresi. Individu yang melakukan kegiatan *self-harm* memiliki resiko 1.68 kali lipat untuk melakukan bunuh diri. Menurut WHO pada tahun 2018 perilaku *self-harm* dan bunuh diri adalah penyebab kematian terbesar nomor dua diseluruh dunia diantara usia 18-24 tahun, sedangkan di Indonesia sendiri, melalui survei yang dilakukan oleh Yougov Omnibus menyatakan bahwa dari 1.018 orang di Indonesia yang mengikuti survei tersebut, sebanyak 36,9% pernah melukai dirinya sendiri. Hal ini juga sesuai dengan data yang ditemukan oleh dokter spesialis kesehatan jiwa di RSUD dr. Soetomo, Dr. dr. Yunias Setiawati SpKJ., yang mendapati sepuluh pasien remaja berumur 13-15 tahun datang dalam keadaan

sudah melukai diri sendiri dalam bentuk menggores tangan, mencakar, maupun membenturkan diri (Ginanjar, 2019; dalam mainmain.id, 2020).

Melalui wawancara yang dilakukan dengan Fiona V. Damanik, M.Psi., Psikolog pengetahuan masyarakat mengenai perilaku *self-harm* dan bunuh diri masih sangatlah minim, stigma yang bermunculan dimasyarakat menyebabkan fenomena *self-harm* dan bunuh diri tidak ditanggapi dengan serius. Sehingga sedikit ditemukan sebuah solusi pencegahan *self-harm* yang ada di Indonesia. Salah satu kampanye adalah Butterfly Project yang sebenarnya merupakan kampanye yang diluncurkan melalui badan amal Inggris Ncompas oleh ayang merupakan sebuah *counsellors team* yang membantu remaja di daerah Lancashire, dari tidak adanya media informasi yang menyampaikan pesan mengenai *self-harm*.

Berdasarkan data yang sudah penulis temukan, penulis memutuskan untuk merancang sebuah kampanye sosial pencegahan *self-harm* agar remaja dapat menghindari resiko dari perilaku *self-harm*.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan data World Health Organization, penyebab kematian terbesar nomor dua adalah bunuh diri yang diawali dengan perilaku *self-harm* pada jangkauan umur 12-24 tahun.

Rumusan masalah yang didapatkan adalah “Perancangan apa yang cocok digunakan untuk mencegah remaja umur 12-24 dari perilaku *self-harm*?”

## **1.3 Batasan Masalah**

Berikut merupakan Batasan masalah yang akan digunakan dalam proses perancangan kampanye sosial pencegahan *self-harm* pada remaja:

### **1) Demografis:**

#### **1) Usia: 12-24 Tahun**

Melalui wawancara yang penulis lakukan dengan Fiona V. Damanik, M. Psi., Psikolog serta data yang didapatkan oleh WHO, kasus self-

harm dan bunuh diri rata-rata dilakukan oleh remaja dengan jangkauan umur 12-24.

2) Jenis Kelamin: Perempuan dan Laki – laki

Penulis menentukan perempuan sebagai target primer dan laki-laki sebagai target sekunder. Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Colman O'Driscoll yang merupakan mantan direktur operasi dan pengembangan di *Lifeline*, perempuan lebih sering melakukan *self-harm* maupun percobaan bunuh diri, namun percobaan bunuh diri yang dilakukan laki-laki memang lebih mematikan.

3) Kewarganegaraan: Indonesia

4) Bahasa: Indonesia

2) **Geografis:** Jabodetabek

Menurut Badan Pusat Statistik, Persentase pengguna internet terbesar dipegang oleh penduduk di DKI Jakarta, dengan angka sebesar 85,55%, hal itu menjadi alasan penulis dalam pemilihan target secara geografis kampanye *social* pencegahan *self-harm* pada remaja karena penulis dapat lebih efektif dalam menyampaikan pesan berbasis media digital.

3) **Psikografis:**

Kampanye ini ditujukan kepada remaja yang aktif dalam menggunakan *social* media sehingga efektif untuk dijadikan sebagai media penyampaian pesan, sulit menghadapi dan menyelesaikan konflik serta sering mengalami stres atau bahkan sudah melakukan *self-harm*.

#### 1.4 Tujuan Tugas Akhir

Tujuan dari tugas akhir ini adalah merancang sebuah kampanye *social* untuk mencegah perilaku *self-harm* pada remaja.

U N I V E R S I T A S  
M U L T I M E D I A  
N U S A N T A R A

## 1.5 Manfaat Tugas Akhir

Manfaat dari tugas akhir dibagi menjadi tiga bagian, yaitu manfaat bagi penulis, bagi orang lain, dan bagi universitas.

### 1) Manfaat bagi Penulis

Rancangan ini memberikan pemahaman baru kepada penulis terhadap kesehatan mental dan perilaku *self-harm* yang dialami oleh individu. Penulis juga memiliki kesempatan untuk melihat dari sisi korban yang memiliki keinginan untuk *self-harm*.

### 2) Manfaat bagi Orang Lain

Perancangan kampanye ini diharapkan dapat membantu pembaca dalam memahami perilaku *self-harm*, serta membantu Individu dalam mencegah perilaku *self-harm*.

### 3) Manfaat bagi Universitas

Rancangan ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa – mahasiswi Universitas Multimedia Nusantara dalam menempuh Tugas Akhir pada topik yang sama dengan penulis.

UMMN

UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA