

HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH *NEGLECTFUL* IBU DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* PADA REMAJA PUTRI DI JAKARTA

Janet Fidela Noviandani¹, Novi Qonitatin¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

Janet.fidelan@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh *neglectful* ibu dengan perilaku *self-harm* pada remaja putri di Jakarta. Self-harm merupakan perilaku menyakiti diri secara sengaja untuk meredakan tekanan psikologis, yang dapat muncul dalam bentuk perilaku langsung, tidak langsung. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam munculnya perilaku ini adalah pola asuh *neglectful*, metode pengasuhan yang digunakan oleh orang tua yang menunjukkan sedikit maupun tidak ada perhatian, dukungan, dan keterlibatan dalam kehidupan anak, khususnya ibu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik survei, melibatkan 123 remaja putri berusia 18–21 tahun yang berdomisili di Jakarta dan memiliki riwayat self-harm dalam 12 bulan terakhir. Sampel diperoleh dengan teknik *convenience sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu Skala Self-Harm Inventory (20 aitem, $\alpha = 0,878$) dan Skala Pola Asuh Neglectful Ibu (36 aitem, $\alpha = 0,963$). Analisis data dilakukan dengan regresi linier sederhana menggunakan JASP versi 19. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa pola asuh *neglectful* ibu memberikan kontribusi sebesar 20,3% terhadap perilaku *self-harm* pada remaja putri ($R^2 = .203$, $F(1, 121) = 30.85$, $p < .001$), dengan arah hubungan positif ($\beta = .45$, $p < .001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pola asuh neglectful ibu, semakin tinggi perilaku self-harm pada remaja putri. Implikasi dari temuan ini menekankan pentingnya perhatian dan keterlibatan emosional ibu dalam pengasuhan remaja sebagai salah satu upaya preventif untuk menurunkan perilaku menyakiti diri sendiri.

Kata kunci: pola asuh *neglectful*; perilaku *self-harm*; remaja putri

RELATIONSHIP BETWEEN NEGLECTFUL PARENTING PATTERNS OF MOTHERS AND SELF-HARM BEHAVIOR IN ADOLESCENT GIRLS IN JAKARTA

Janet Fidela Noviandani¹, Novi Qonitatin¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, Central Java 50725

Janet.fidelan@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between maternal neglectful parenting and self-harm behavior among adolescent girls in Jakarta. Self-harm refers to the deliberate act of injuring oneself to alleviate psychological distress, which can manifest in both direct and indirect forms. One factor suspected to contribute to this behavior is neglectful parenting—a parenting style characterized by little to no attention, support, or involvement in the child's life, particularly from the mother. This research employed a quantitative approach with a survey method, involving 123 adolescent girls aged 18–21 years who resided in Jakarta and had engaged in self-harm within the past 12 months. The sample was obtained through convenience sampling. The instruments used were the Self-Harm Inventory Scale (20 items, $\alpha = 0.878$) and the Maternal Neglectful Parenting Scale (36 items, $\alpha = 0.963$). Data were analyzed using simple linear regression via JASP version 19. The results indicated that maternal neglectful parenting contributed 20.3% to self-harm behavior among adolescent girls ($R^2 = .203$, $F(1, 121) = 30.85$, $p < .001$), with a positive correlation ($\beta = .45$, $p < .001$). These findings suggest that the higher the maternal neglectful parenting, the higher the self-harm behavior in adolescent girls. The implications highlight the importance of maternal emotional attention and involvement in parenting adolescents as a preventive effort to reduce self-harming behavior.

Keywords: neglectful parenting; self-harm behaviour; adolescent girls

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja termasuk salah satu kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan mental. Hal ini dibuktikan oleh laporan *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* yang disusun oleh Center for Reproductive Health Universitas Gadjah Mada bersama mitra internasional, yang menemukan bahwa 34,9% atau sekitar 1 dari 3 remaja di Indonesia setara dengan 15,5 juta remaja mengalami masalah kesehatan mental dalam kurun waktu 12 bulan terakhir (Center for Reproductive Health dkk, 2022). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengidentifikasi remaja sebagai kelompok rentan terhadap berbagai masalah kesehatan mental. (World Health Organization, 2019)

Menurut Helmaliah dkk (2024) , masa remaja menuju dewasa merupakan fase kritis di mana individu berupaya untuk memahami dan menemukan jati dirinya. Penelitian oleh Cipta Apsari dan Thesalonika (2021) juga menegaskan bahwa periode ini ditandai oleh banyak konflik dan perubahan, yang membuat remaja lebih rentan terhadap tekanan emosional. Pada masa remaja individu mengalami serangkaian transformasi secara bertahap. Mengingat pola pikir merekabelum sepenuhnya dewasa, hal ini dapat menyebabkan munculnya tindakan menyimpang di kalangan remaja (Karimah, 2021).

Sejalan dengan hal tersebut, Diananda (2019) menekankan bahwa masa remaja merupakan periode yang penuh perubahan, termasuk tekanan dari lingkungan sosial yang sering kali memicu konflik internal dan pemberontakan.

Kondisi ini menjadi bagian alami dari proses pencarian jati diri dan upaya remaja untuk mencapai kemandirian emosional. Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuan individu untuk beradaptasi dengan perubahan tersebut, yang dapat memicu masalah atau konflik. Ketidakmampuan para remaja dalam menghadapi tantangan menyebabkan munculnya emosi negatif yang berdampak merugikan. Ketidakmampuan para remaja dalam menghadapi tantangan menyebabkan munculnya emosi negatif yang berdampak merugikan. Ketika emosi ini tidak dapat dikendalikan, para remaja cenderung mengambil langkah-langkah yang merugikan diri mereka, seperti menyakiti diri sendiri atau terlibat dalam perilaku menyimpang sosial (Latipun Latipun & Notoedirdjo Moeljono, 2014).

Setiap individu memiliki cara berbeda dalam mengekspresikan emosi negatif. Jika tekanan psikologis yang berat disalurkan dengan cara yang salah, ini bisa menjadi berisiko karena bisa mendorong individu untuk melakukan tindakan menyakiti diri atau membahayakan dirinya sendiri (Angel Lalenoh dkk, 2021). Menurut Baiden dkk (2020) tindakan ini sering kali timbul sebagai respons terhadap perasaan putus asa atau tekanan yang tidak tertahankan. Dengan demikian, masalah emosional yang tidak ditangani dapat memicu perilaku *self-harm* sebagai bentuk pelarian.

Perilaku melukai diri pada umumnya dilakukan individu sebagai cara agar dapat mengurangi *psychological distress* yang muncul akibat situasi stres menggunakan pendekatan yang maladaptif (Grandclerc dkk, 2016). Menurut Fox dkk (2015), Perilaku ini bertujuan untuk menurunkan pemikiran atau perasaan yang kurang baik, memunculkan pemikiran atau afeksi yang diinginkan,

membatasi diri dari interaksi yang tidak diharapkan, serta menata situasi sosial yang diinginkan.

World Health Organization (2018) memperkirakan sekitar 20% dari total 179,13 juta orang berisiko terlibat dalam perilaku melukai diri sendiri. Mereka mungkin melakukannya dengan cara menggaruk, memotong, menggigit tangan, atau bahkan membenturkan kepala; semua ini dilakukan sebagai upaya untuk meredakan rasa sakit psikologis yang mereka alami. Survei yang pernah dibuat oleh YouGov Omnibus (2019) menemukan bahwa sebanyak 36,9% penduduk Indonesia dilaporkan pernah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri, yang berarti lebih dari sepertiga dari mereka mengalami hal ini. Tingginya angka ini mendorong pentingnya pemahaman lebih dalam mengenai siapa saja yang paling rentan terhadap perilaku ini, terutama berdasarkan kelompok usia. Jika dikontraskan dengan fase perkembangan yang lain, masa remaja merupakan periode di mana perilaku menyakiti diri sendiri paling sering terjadi, mewakili 17,2% dari keseluruhan kelompok umur (Swannell dkk, 2014). Temuan ini diperkuat oleh penelitian kuantitatif yang dilakukan pada remaja di Jakarta, yang menunjukkan bahwa lebih dari 30% responden mengaku pernah melakukan *self-harm* (Puspitasari, 2020). Jakarta dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan ibu kota dengan populasi remaja yang tinggi dan beragam secara sosial, sehingga dianggap representatif untuk melihat fenomena *self-harm* pada remaja secara lebih luas.

Penelitian Faradiba dan Abidin (2022) mencatat bahwa 93% dari remaja yang melakukan *self-harm* adalah perempuan, di mana perempuan sering kali

mengalami tekanan emosional lebih tinggi akibat perubahan fisik, sosial, dan kepribadian selama masa. Seorang perempuan cenderung lebih rentan terhadap stres psikologis yang lebih berat daripada laki laki. Temuan ini didukung oleh berbagai penelitian yang telah dilakukan Lutz dkk (2022) yang mengungkapkan bahwa wanita menyatakan mengalami tingkat stres psikologis yang jauh lebih tinggi dibandingkan pria, serta memiliki keinginan yang jauh lebih rendah terhadap sensasi dan urgensi positif. Analisis menunjukkan level *self-harm* yang lebih tinggi pada perempuan dapat sebagian dijelaskan oleh tingkat tekanan psikologis yang mereka alami, yang umumnya lebih besar dibandingkan dengan laki-laki. Namun, perbedaan ini tidak disebabkan oleh cara laki-laki dan perempuan merespons tekanan tersebut. Studi longitudinal oleh (Nolen-Hoeksema & Hilt, 2009) menemukan bahwa remaja putri lebih rentan terhadap isu kesehatan mental, termasuk perilaku *self-harm*, dibandingkan dengan remaja laki-laki.

Perilaku menyakiti diri sendiri sering kali terpengaruh sejumlah faktor salah satunya faktor psikologis, seperti depresi dan kecemasan, yang mampu mendorong individu mencari cara untuk meredakan rasa sakit emosional yang mereka alami (Baiden dkk, 2020). Rendahnya harga diri pun dapat membuat remaja merasa tidak berharga, sehingga mereka melakukan *self-harm* sebagai bentuk pelampiasan (Ferrey dkk, 2016). Faktor sosial juga berperan penting, tekanan dari teman sebaya dapat memicu perilaku ini, terutama jika individu merasa perlu untuk diterima dalam kelompok (Nolen-Hoeksema & Hilt, 2009). Stigma dan perasaan kesepian sering kali membuat remaja merasa terisolasi, yang dapat memperburuk keinginan untuk melakukan *self-harm* (Awalinni & Harsono,

2023).

Faktor keluarga juga memainkan peran signifikan dalam perilaku *self-harm*. Pengabaian emosional dalam keluarga dapat menyebabkan remaja merasa tidak dicintai dan terabaikan, mendorong mereka untuk mencari cara lain untuk mengekspresikan rasa sakit mereka (Hou dkk, 2023). Dinamika keluarga yang buruk dapat menyebabkan anak merasa tidak aman dan tidak dicintai. Ketika seorang remaja tidak mendapatkan dukungan emosional yang diperlukan dari keluarganya, mereka dapat mencari cara lain untuk mengekspresikan rasa sakit yang mereka alami (Saleem dkk, 2021). Penelitian oleh Yudiyasiwi dan Anganthi (2024) menunjukkan adanya hubungan antara perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan oleh remaja dengan keharmonisan dalam keluarga. Penelitian ini menegaskan bahwa keluarga yang tidak harmonis dapat berkontribusi pada munculnya perilaku menyakiti diri sendiri. Dalam penelitian lain, Brockie dkk (2024) mengungkapkan bahwa lingkungan keluarga yang tidak mendukung, termasuk pola asuh yang tidak efektif, merupakan salah satu faktor risiko utama terjadinya perilaku *self-harm*. Dari berbagai penelitian menunjukkan faktor keluarga adalah salah satu penyebab utama dari perilaku *self-harm* pada remaja.

Faktor keluarga erat kaitannya dengan pola asuh. Pola pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua merupakan metode yang digunakan untuk membimbing, merawat, dan membesarkan anak. Ini adalah bagian dari tanggung jawab dan peran mereka dalam kehidupan anak. Sebagai orang tua, membimbing anak melalui pola asuh sangatlah penting. Temuan ini sejalan dengan kajian yang telah dilakukan Azizah (2022) menyoroti pentingnya peran orang tua dalam memberikan

dukungan emosional yang memadai sebagai upaya pencegahan *self-harm*. Salah satu pola asuh yang kurang optimal, seperti pola asuh *neglectful*, dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap kesehatan mental anak. Menurut teori pengasuhan, Pola asuh *neglectful* dicirikan oleh kurangnya partisipasi, afeksi, dan kepedulian orang tua dalam kehidupan keseharian anak (Baumrind, 1991).

Studi mengindikasikan bahwa Anak-anak yang tumbuh tanpa cukup perhatian dari lingkungan sekitarnya cenderung merasa diabaikan dan kurang dihargai, yang dapat meningkatkan risiko mengalami gangguan emosional seperti kecemasan dan depresi (Grummitt dkk, 2022). Pola asuh ini mengabaikan kebutuhan dasar remaja akan perhatian dan dukungan emosional, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap tekanan emosional dan perilaku destruktif sebagai bentuk coping yang tidak sehat (Cantika Noorsyarifa & Santoso, 2023). Dampak jangka panjang dari pola asuh *neglectful* tidak hanya terlihat dalam perilaku *self-harm*, tetapi juga dapat mempengaruhi hubungan interpersonal remaja di masa depan. Remaja yang mengalami pengabaian mungkin kesulitan membangun hubungan yang sehat, karena mereka membawa pengalaman negatif dari masa lalu ke dalam interaksi baru (Haslam & Taylor, 2022). Hal ini menciptakan siklus yang sulit diputus, di mana remaja terjebak dalam pola hubungan yang merugikan.

Dalam menjalankan tanggung jawab pola asuh, baik ibu maupun ayah memiliki peran masing-masing dalam perkembangan anak remaja mereka. Secara umum, ibu lebih sering bertanggung jawab atas pengasuhan utama, termasuk dalam membesarkan anak. Pentingnya peran ibu dalam pola asuh sangat krusial,

karena ibu sering kali menjadi figur yang paling dekat dan berpengaruh dalam kehidupan anak. Dalam konteks ini, ibu yang menerapkan pola asuh *neglectful* dapat meningkatkan risiko perilaku *self-harm* pada remaja putri. Gade (2012) menyebutkan bahwa ibu adalah figur kelekatan utama bagi anak, khususnya dalam memberikan perhatian dan dukungan emosional. Penelitian oleh Tao dkk (2020) menunjukkan bahwa remaja yang mengalami pengabaian emosional dari ibu lebih mungkin terlibat dalam perilaku *self-harm* sebagai bentuk pelampiasan rasa sakit batin.

Rosentahl dan Kobak (2010) menambahkan bahwa persepsi penerimaan dari ibu memiliki pengaruh besar terhadap kestabilan emosional remaja. Namun, dalam konteks pola asuh *neglectful*, ibu sering kali gagal memberikan peran ini, baik karena kesibukan, tekanan pribadi, maupun ketidakmampuan memahami kebutuhan emosional anak. Kondisi ini memperburuk risiko perilaku destruktif, seperti *self-harm*, pada remaja putri.

Meskipun berbagai studi telah mengkaji hubungan antara pola asuh orang tua dan perilaku *self-harm* pada remaja, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada jenis pola asuh secara umum tanpa mengkhususkan pada dimensi *neglectful*, serta tidak secara eksplisit membedakan peran ibu sebagai pengasuh utama. Di sisi lain, remaja putri merupakan kelompok yang secara empiris terbukti memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap perilaku *self-harm* dibandingkan remaja laki-laki. Namun demikian, kajian yang secara spesifik meneliti kontribusi pola asuh *neglectful* ibu terhadap perilaku *self-harm* pada remaja putri, khususnya dalam konteks Indonesia, masih sangat terbatas. Kekosongan kajian ini

menunjukkan adanya kebutuhan untuk melakukan penelitian yang lebih terarah dan mendalam guna memperkaya literatur ilmiah di bidang psikologi perkembangan dan kesehatan mental remaja. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi celah tersebut dengan mengkaji hubungan antara pola asuh *neglectful* ibu dan perilaku *self-harm* pada remaja putri di Jakarta.

Penelitian ini penting dilakukan mengingat minimnya kajian di Indonesia yang secara spesifik mengkaji hubungan antara pola asuh *neglectful* ibu dengan perilaku *self-harm* pada remaja putri. Penelitian ini menawarkan keaslian yang signifikan dalam konteks kajian sosial dan psikologis di Indonesia, terutama dalam memahami perilaku *self-harm* di kalangan remaja putri. Meskipun isu *self-harm* semakin mendapat perhatian di berbagai negara, kajian yang secara spesifik mengaitkan pola asuh *neglectful* dari ibu dengan perilaku ini masih sangat terbatas di Indonesia. Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti tertarik untuk meneliti hubungan pola asuh *neglectful* ibu dengan perilaku *selfharm* remaja putri di Jakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, penulis merumuskan permasalahan, yaitu “Apakah terdapat hubungan antara pola asuh *neglectful* ibu dengan perilaku *self-harm* pada remaja putri di Jakarta?”

C. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara pola asuh *neglectful* ibu dengan perilaku *self-harm* remaja pada remaja putri di Jakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini dalam kajian ilmu Psikologi Klinis, khususnya mengenai hubungan antara pola asuh *neglectful* ibu dengan perilaku *self-harm* pada remaja putri di Jakarta

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa menambah informasi bagi subjek penelitian tentang kaitan antara pola asuh *neglectful* dengan perilaku *self-harm*

b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi orang tua mengenai hubungan pola asuh *neglectful* ibu dengan perilaku *self-harm* pada remaja

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau rujukan bagi peneliti lainnya yang tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang topik pola asuh *neglectful* dan dampaknya terhadap perilaku *self-harm*.