

Efektivitas Layanan Informasi Menggunakan Film Imperfect Untuk Mereduksi *Self Harm*



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License

CC-BY-NC-4.0 ©2020 by author (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).

(*Received:* January-2021; *Reviewed:* February-2021; *Accepted:* April-2021;
Available online: April-2021; *Published:* April-2021)

Maulina Indah Cahyani¹,
Maghfirotul Lathifah²

¹Universitas PGRI Adi Buana
Surabaya

Email:

maulinaindah91@gmail.com

²Universitas PGRI Adi Buana
Surabaya

Email:

maghfirotul@unipasby.ac.id

Abstract. *This study aims to determine the effectiveness of information services using imperfect films to reduce self-harm. This research approach is quantitative. This type of research used a pre-experimental research design one group pre-test post-test design. This study has two variables, namely the dependent variable or variable X (information services using imperfect film media) and also the independent variable or variable Y (self harm). The population in this study were students of BK a1 class 2017, Universitas PGRI AdiBuana Surabaya. The sample in this study were 5 students who had the highest self-harm scores using purposive sampling. The results of this study indicate that there is a decrease in the pre-test mean value of 64.60 to the mean post-test value of 53.40. So it can be concluded that the use of information services using imperfect films is significantly effective in reducing self harm.*

Key words: *Film, Information service, Self harm*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan informasi dengan menggunakan film imperfect dapat mereduksi *self harm*. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan penelitian pra-eksperimen one group pre-test post-test design. Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu terdiri dari variabel terikat atau variabel X (layanan informasi dengan media film imperfect) dan juga variabel bebas atau variabel Y (*self harm*). Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa BK a1 angkatan 2017 Universitas PGRI AdiBuana Surabaya. Sampel dalam penelitian ini yaitu 5 mahasiswa yang memiliki skor *self harm* tertinggi dengan menggunakan purposive sampling.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat penurunan nilai mean pre-test 64,60 menjadi nilai mean post-test 53,40. Sehingga dapat disimpulkan penggunaan layanan informasi dengan menggunakan film imperfect secara signifikan efektif dalam mereduksi *self harm*.

Kata kunci: Film, Layanan informasi, *Self harm*

PENDAHULUAN

Mahasiswa UNIPA surabaya ditemukan banyak mahasiswa yang memiliki kebiasaan saat banyak pikiran seperti stres karena tugas, putus cinta, masalah dengan orang tua atau keluarga, permasalahan dengan teman, merasakan kesedihan yang mendalam yang disebabkan oleh *insecure* dan patah hati, frustrasi dan lain-lain yang mereka tidak bisa ungkapkan maka dari itu mereka meluapkan atau mengekspresikan dengan banyak makan, menahan lapar seharian bahkan bisa lebih. Hal ini yang banyak ditemukan di lingkungan mahasiswa UNIPA Surabaya.

Mahasiswi yang mengalami stres karena tugas, putus cinta, permasalahan dengan teman, masalah dengan orangtua atau keluarga, masalah perekonomian, frustrasi, kesedihan yang mendalam yang mereka tidak bisa ceritakan kepada orang lain. Hal yang mereka lakukan untuk mengungkapkan atau mengekspresikan yaitu dengan makan-makanan secara berlebihan, tidak makan seharian bahkan bisa lebih dari sehari. Dari permasalahan yang ditemukan oleh peneliti di lapangan menunjukkan bahwa hal tersebut merupakan *self harm*.

Self harm atau melukai diri sendiri merupakan masalah kesehatan mental yang sering terjadi di masyarakat terutama diusia remaja kemudian dari masalah *self harm* ini ditemukan lebih banyak yang melakukannya adalah perempuan daripada laki-laki (Hawton et al., 2012). Seseorang yang melakukan *self harm* sering kali tidak memahami apa yang terjadi pada diri mereka dan mereka tidak tahu mengapa mereka melakukan hal itu, kebanyakan seseorang yang melakukan *self harm* merasa kesendirian (Taylor et al., 2009). Banyak peneliti mempelajari tindakan *self harm* yang disengaja sebagai fenomena perilaku, bukan sebagai gejala gangguan kepribadian ambang (Klonsky et al., 2003). *Self harm* merupakan Perilaku melukai diri sendiri yang tidak mengakibatkan kerusakan jaringan tubuh misalnya makan berlebihan, tidak makan seharian hal tersebut berada di bawah definisi menyakiti *self harm* yang biasa (Skegg, 2005).

Pengertian *self harm* menurut para ahli dapat disimpulkan *Self harm* ialah perilaku seseorang yang sengaja menyakiti dirinya sendiri tetapi masih bisa bertahan hidup meliputi; berfikir negatif, perilaku negatif, interaksi sosial, emosional contohnya makan berlebihan, tidak makan seharian bahkan bisa lebih. Hal tersebut sebagai ungkapan rasa stress yang dirasakan karena tugas, patah hati, masalah dengan orangtua atau keluarga, masalah dengan teman, frustrasi yang tidak bisa diungkapkan dengan

lisan. Akibatnya bila *self harm* tidak segera ditangani, maka individu tersebut akan susah mengontrol emosinya dan akan selalu melampiaskan ke hal yang negatif seperti fenomena *self harm* yang ditemukan peneliti di lapangan seperti makan secara berlebihan, tidak makan seharian, menggoreskan tangan, meminum obat-obatan, membenturkan kepala ke tembok. Akibat lainnya mereka akan terus-menerus memendam perasaan yang dia alami tanpa mau menceritakan hal yang dialami ke orang lain dan akan susah berkomunikasi dengan baik kepada orang lain disekitarnya. Dampak negatif lainnya. Jika individu yang mengalami *self harm* tidak segera ditangani maka hal yang paling berbahaya bisa jadi mereka melakukan percobaan bunuh diri karena *self harm* disebabkan oleh emosi yang sudah lama dipendam, depresi, stres, frustrasi.

Faktor-faktor *self harm* menurut (Hawton et al., 2012); a. Gangguan mental contohnya depresi, kecemasan, b. Kesulitan interpersonal, c. Penyalahgunaan narkoba dan alcohol, d. Tingkat percaya diri yang rendah, e. Pemecahan masalah sosial yang buruk, f. Perfeksionis, g Keputusan, h. Pemisahan atau perceraian orang tua, i. Kematian orang tua. Dampak negatif lainnya jika individu yang mengalami *self harm* tidak segera ditangani maka hal yang paling berbahaya bisa jadi mereka melakukan percobaan bunuh diri karena *self harm* disebabkan oleh emosi yang sudah lama dipendam, depresi, stres, dan frustrasi. Mereka juga akan terus berfikir negatif terhadap orang disekitarnya mudah tersinggung dan juga pertahanan diri dalam strategi coping yang negatif.

Komponen program BK yaitu terdapat layanan responsif. Berdasarkan permendikbud nomer 111 tahun 2014 layanan responsif yaitu memberikan bantuan kepada siswa yang memiliki masalah khusus yang harus segera ditangani. Kemudian layanan informasi yaitu teknik pemberian informasi atau layanan informasi sering juga disebut dengan metode ceramah, yaitu pemberian penjelasan oleh seorang pembicara kepada sekelompok pendengar. Pelaksanaan layanan informasi yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian (Permendikbud, 2014).

Layanan informasi merupakan layanan yang berusaha membekali individu dengan pengetahuan tentang data dan fakta di bidang pendidikan sekolah, bidang pekerjaan, dan bidang perkembangan pribadi sosial (Fitri et al., 2016). Layanan informasi yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan mahasiswa dan pihak-pihak lain yang dapat memberikan pengaruh yang besar kepada mahasiswa dalam menerima dan memahami informasi-informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan sehari-hari sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat (Kursi, 2016).

Penggunaan film imperfect karena didalam film tersebut memiliki masalah yang *complicated*, pertama terjadinya perbedaan perhatian, kasih sayang yang diberikan ibu terhadap anak pertama dan kedua, yang kedua adanya *bullying* secara nonverbal yang didapatkan pemeran utama yang dilakukan oleh teman-teman ditempat dia berkerja. Hal-hal tersebut yang membuat pemeran utama dalam film imperfect ini tanpa dia sadari melakukan *self harm* karena emosi, sakit hati, kesedihan yang mendalam yang dia rasakan dilampiaskan dengan memakan coklat dengan jumlah yang banyak. Kemudian

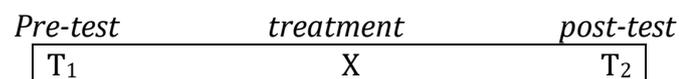
karena persaingan kantor dia mau melakukan diet namun diet yang dilakukan sangatlah berbahaya sampai menyebabkan dia masuk Rumah Sakit.

Kerucut pengalaman yang dikemukakan oleh Edgar Dale menyatakan bahwa pengetahuan itu diperoleh melalui pengalaman langsung dan pengalaman tidak langsung. Semakin nyata objek yang dipelajari, maka semakin konkret pengetahuan diperoleh dan semakin tidak langsung pengetahuan itu diperoleh maka semakin abstrak pengetahuan mahasiswa, maka dari pengertian yang dinyatakan oleh Edgar Dale (Sanjaya, 2009).

Peneliti menggunakan film imperfect karena peneliti melihat banyak sekali faktor-faktor yang sama yang bisa menyebabkan seseorang melakukan *self harm*. Dari penggunaan film imperfect peneliti berharap mahasiswi menyadari bahwa yang mereka lakukan merupakan *self harm* yang bisa saja membahayakan dirinya jika tidak segera disadari dan ditangani. Jika mahasiswi menyadari dan mau memperbaiki dirinya maka hal yang akan terjadi mereka akan mudah bergaul dilingkungan sosialnya, kemudian mudah berkomunikasi dengan orang lain tanpa ada yang ditutup-tutupi seperti mulai mau menceritakan dengan jelas apa yang dia rasakan kepada orangtua, saudara, teman dan guru.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian quasi-eksperimental *pre-test and post test design* (Alan, Clarke & Ruth, n.d.) yang diuraikan pada gambar 3.1 di bawah ini



Gambar 3.1 Rancangan Penelitian One Group Pre-Test-Post-Test Design

Keterangan:

1. T₁ adalah *pretest* (pengukuran variabel terikat yaitu *self harm* dengan menggunakan skala pengukuran yang dikembangkan oleh peneliti)
2. X adalah *treatment* (pemberian layanan informasi dengan menggunakan film imperfect 3 kali dengan alokasi waktu 45 menit)
3. T₂ adalah *posttest* (pengukuran variabel terikat yaitu *self harm* dengan menggunakan skala pengukuran setelah kelompok subjek diberi layanan informasi dengan menggunakan film imperfect)

Penelitian ini menggunakan populasi mahasiswa UNIPA Surabaya sebanyak 32 orang mahasiswa. pengambilan data adalah dengan menggunakan *purposive sampling* peneliti menetapkan 5 mahasiswi terpilih yang memenuhi kriteria dan memperoleh skor tinggi terhadap *self harm*. Metode pengumpulan data penelitian ini yaitu dengan instrumen penelitian yang menggunakan skala pengukuran yaitu skala likert. Skala

pengukuran self harm sudah diuji cobakan kepada 33 mahasiswa 2019 kemudian hasilnya dianalisis dengan korelasi item soal untuk menguji validitas butir item dengan menggunakan r-tabel dengan nilai validitas 0,34. Kemudian analisis data pada penelitian ini adalah uji hipotesis menggunakan uji wilcoxon pada SPSS Versi 24.0

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada penelitian ini data yang diperoleh setelah dilakukan *pre-test*, yang mana dari *pre-test* tersebut akan diketahui berapa subyek yang akan mendapatkan treatment layanan informasi dengan media film imperfect. Rentang penelitian pada skala pengukuran *self harm* mahasiswa dalam penelitaian ini menggunakan rentang skor 1 sampai 3 dengan banyak item 17 butir pernyataan, sehingga interval kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

Skor tertinggi - skor terrendah

3

Maka, untuk menentukan 3 katagori tersebut adalah:

68 - 39

3

9,6 = 10

Tinggi : 68 - 59

Sedang : 58 - 49

Rendah : 48 - 39

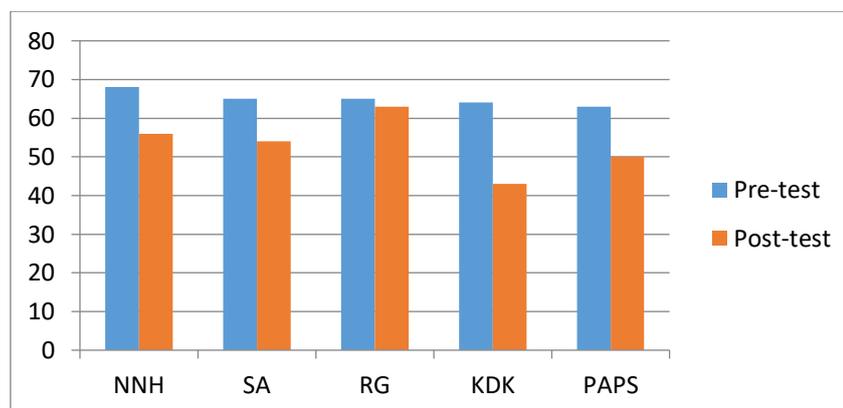
Sebelum melakukan treatment layanan informasi menggunakan film imperfect peneliti memberikan *pre-test* kepada 32 mahasiswa, kemudian mendapatkan hasil 5 mahasiswa yang mengalami *self harm* dengan skor tinggi. Berikut 5 mahasiswa yang menjadi sampel penelitian yang mengalami *self harm* tinggi. *Self harm* yang terjadi pada mahasiswa dari hasil treatment yang telah dilakukan peneliti sebanyak 5 kali pertemuan. Pada bagian ini peneliti akan menyajiakan hasil *pre-test* dan *post-test* yang telah diperoleh di tabel berikut.

Tabel 1 pre-test dan post-test *self harm*

No	Nama mahasiswa	Pre-test	Katagori	Post-test	Katagori	Perbedaan skor
1	NNH	68	Tinggi	43	Rendah	25
2	SA	65	Tinggi	56	Sedang	9

3	PAPS	63	Tinggi	54	Sedang	9
4	RG	65	Tinggi	63	Tinggi	2
5	KDK	64	Tinggi	50	Sedang	14

Gambar 1. Penurunan *Self Harm*



Penurunan variabel *self harm* pada mahasiswa yang terjadi pada 5 subjek penelitian, sebelum dan setelah diberikan *treatment* layanan informasi dengan menggunakan media film imperfect terjadi penurunan pada setiap subjeknya.

Pembahasan

Perubahan dari katagori tinggi menjadi rendah dan sedang. Kondisi setiap mahasiswa mempengaruhi hasil perubahan yang terjadi setelah dilakukan *treatment* layanan informasi dengan menggunakan film imperfect untuk mereduksi *self harm*. Perubahan pada penelitian ini juga dilihat dari penurunan nilai *self harm* pada hasil post-test setelah diberikan *treatment* layanan informasi dengan menggunakan film imperfect untuk mereduksi *self harm*, nilai *pre-test* sebelum dilakukan *treatment* yaitu 68, sedangkan nilai post-test yaitu setelah dilakukan *treatment* mendapatkan hasil 43 disini dapat dilihat terdapat penurunan *self harm* dengan itu penggunaan layanan informasi dengan menggunakan film imperfect secara signifikan efektif dalam mereduksi *self harm*.

Analisis data untuk mengetahui efektivitas layanan informasi dengan menggunakan film imperfect dapat mereduksi *self harm* dilakukan dengan analisis non parametric dengan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa rendahnya skor dengan dilakukannya *treatment* layanan informasi dengan menggunakan film imperfect untuk mereduksi *self harm* lebih menurun daripada sebelum dilakukan *treatment*. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $Asymp. Sig = 0,042 < \alpha = 0,05$ maka H_a di

terima artinya penggunaan layanan informasi dengan menggunakan film imperfect secara signifikan efektif dalam mereduksi *self harm*.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian bahwa penggunaan layanan informasi dengan menggunakan film imperfect secara signifikan efektif dalam mereduksi *self harm*. hal tersebut dapat dilihat dari hasil tabel-tabel diatas yang sesuai dengan tujuan dan proses *treatment*. Selain itu, dapat dilihat dari hasil *treatment* bahwa kelima mahasiswa mengalami penurunan *self harm*. Kemudian juga hasil perhitungan diperoleh Asymp. Sig = 0,042 < α = 0,05 maka H_a di terima artinya penggunaan layanan informasi dengan menggunakan film imperfect secara signifikan efektif dalam mereduksi *self harm*.

Adapun saran yang dari penelitian adalah:

1. Bagi Mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana Surabaya diharapkan mampu mengurangi tingkat *self harm* setelah mendapatkan treatment dari peneliti.
2. Bagi orang tua mahasiswa universitas PGRI Adi Buana Surabaya seharusnya dapat memperhatikan tingkat *self harm* di dalam kondisi apapun.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk memperkuat penelitian ini, dapat melakukan penelitian dengan menambahkan sampel dan obyek penelitian serta dapat memperhatikan pada proses pemberian treatment di dalam penelitian ini. Selain itu, diharapkan penelitian ini lebih dipelajari lagi apabila ingin dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian yang hampir sama.

DAFTAR RUJUKAN

- Alan, clarke & ruth, D. (n.d.). *Evaluation Research: An Introduction to Principles, Methods and Practice* - Alan Clarke, Ruth Dawson - Google Buku. https://books.google.co.id/books?id=4_FTxEbSbwC&printsec=frontcover&dq=evaluation+research&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwj8sK-z7vTrAhU4IbcAHcvxB2gQ6AEwAXoECAyQAg#v=onepage&q=evaluation+research&f=false
- Fitri, E., Ifdil, I., & S., N. (2016). Efektivitas layanan informasi dengan menggunakan metode blended learning untuk meningkatkan motivasi belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 2(2), 84. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v2i2.2250>
- Hawton, K., Saunders, K. E. A., & Connor, R. C. O. (2012). Suicide 1 Self-harm and suicide in adolescents. *The Lancet*, 379(9834), 2373–2382. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60322-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60322-5)
- Klonsky, E. D., Oltmanns, T. F., & Turkheimer, E. (2003). Deliberate self-harm in a

nonclinical population: Prevalence and psychological correlates. *American Journal of Psychiatry*, 160(8), 1501–1508. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.8.1501>

Kursi, A. M. (2016). Pengaruh layanan informasi peminatan terhadap kemantapan pilihan sekolah lanjutan. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 49. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v2i1.2063>

Permendikbud. (2014). Permendikbud tahun 2014 no. 111 tentang bimbingan dan konseling. *Kementerian*.

Sanjaya, W. (2009). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan* (Kencana (ed.)).

Skegg, K. (2005). *Seminar Self-harm*. 366.

Taylor, T. L., Hawton, K., Fortune, S., & Kapur, N. (2009). Attitudes towards clinical services among people who self-harm: Systematic review. *British Journal of Psychiatry*, 194(2), 104–110. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.107.046425>