

PERANAN SEKOLAH RAMAH ANAK DALAM RANGKA MENGURANGI TENDENSI SELF-HARM PADA ANAK USIA SD/MI

Fakhintan Ilza Karengga, Marno

Pascasarjana Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah,

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

fakhintan23@gmail.com

ABSTRACT

Case self-harm in children is believed to be caused by trauma which triggers stress, and the lack of safe and comfortable conditions for children, one of which is in the school environment. This research aims to explore cases of self-harm in elementary school-aged children so that we can understand the triggering factors and the role of child-friendly schools in reducing this tendency. The method used is a case-study in qualitative research. The results of the research stated that cases of self-harm at the Rumah Belajar Cendekia Surabaya were generally caused by psychosocial factors. Due to the urge to conform to what his friends are doing, the child injures his wrist to prove that he is brave enough to feel pain so that he is not considered weak because he succeeds in following the trend. The child's social environment, especially the group of school friends, is the main trigger for self-harm in this case. Therefore, through it, schools can create a safe and comfortable school environment, so that children can grow and develop well, remembering that schools also ensure that children's rights are fulfilled and protect them from acts of violence, discrimination, or mistreatment. Not only does it affect children's academic achievement, but it also has a positive impact on children's mental health at school because the risk of self-harm behavior as a child's coping mechanism for dealing with emotional stress decreases. So it can be concluded that child-friendly schools have an important role in reducing self-harm tendencies in elementary children.

Keywords: Self Harm; Child-Friendly School; Elementary School

ABSTRAK

Kasus perusakan diri atau menyakiti diri (*self-harm*) pada anak diyakini disebabkan oleh trauma yang memicu stress, dan belum terciptanya kondisi yang aman dan nyaman bagi anak salah satunya di lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mendalami kasus *self-harm* pada anak usia SD/MI, sehingga dapat memahami faktor-faktor yang memicu tendensi *self-harm* pada anak dan peranan Sekolah Ramah Anak dalam mengurangi tendensi *self-harm* pada anak. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dalam penelitian kualitatif. Hasil penelitian menyebutkan bahwa kasus *self-harm* di Rumah Belajar Cendekia Surabaya secara garis besar disebabkan oleh faktor psikososial. Dikarenakan adanya dorongan untuk menyesuaikan diri dengan apa yang dilakukan oleh teman-temannya, anak melukai pergelangan tangannya untuk membuktikan bahwa dirinya berani untuk merasakan rasa sakit, sehingga dia tidak dianggap lemah karena berhasil mengikuti tren. Lingkungan sosial anak terutama kelompok teman sekolah menjadi pemicu utama terjadinya *self-harm* dalam kasus ini. Maka dari itu, melalui Sekolah Ramah Anak, pihak sekolah dapat menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan nyaman, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, mengingat sekolah juga memastikan terpenuhinya hak-hak anak dan melindunginya dari tindak kekerasan,

diskriminasi maupun perlakuan yang salah. Tidak hanya berpengaruh pada prestasi akademik anak, hal tersebut juga berdampak baik terhadap kesehatan mental anak di sekolah karena resiko munculnya perilaku *self-harm* sebagai mekanisme coping anak untuk mengatasi tekanan emosi menurun. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa Sekolah Ramah Anak memiliki peran penting dalam rangka mengurangi tendensi *self-harm* pada anak usia SD/MI

Kata-Kata Kunci: Self Harm; Sekolah Ramah Anak; Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Perilaku merusak diri atau menyakiti diri sendiri (*self-harm*) telah menjadi *tren* selama beberapa tahun terakhir di kalangan masyarakat Indonesia tanpa mengenal batasan usia. Bahkan sebagian besar fenomena *self-harm* tersebut sering dialami oleh anak-anak. Hal tersebut selaras dengan hasil survei yang diselenggarakan oleh YouGov Omnibus pada 1.018 orang Indonesia, sekitar 36,9% atau lebih dari sepertiga penduduk Indonesia pernah melukai diri sendiri, yang mana perilaku tersebut banyak ditemukan di kalangan anak muda (Thesalonika & Apsari, 2021). Fenomena terkait *self-harm* tersebut juga ditemukan di dunia pendidikan, hal itu tentu berbanding terbalik dengan anggapan bahwa dunia pendidikan merupakan dunia yang aman bagi anak. Menurut hasil *screening* Dinas Kesehatan Kabupaten Magetan, diketahui bahwa sebanyak 870 siswa yang terdiri dari siswa pada tingkat SD, SMP maupun SMA di Kabupaten Magetan melakukan aksi *self-harm* (Adhitama, 2023). Faktanya, aksi tersebut dilakukan dengan cara melukai pergelangan tangannya sendiri dikarenakan pengaruh teman maupun hanya mengikuti *tren* di media sosial. Adapun sebanyak 11 siswa Sekolah Dasar Negeri (SDN) Dawuhan 2 Kecamatan Situbondo melukai tangannya sendiri menggunakan alat pengukur gula darah acak yakni GDA Stick akibat mengikuti tren di media sosial TikTok. (Hartono, 2023). Selain itu, uji sampling yang dilakukan oleh Dinas Pendidikan Kabupaten Blitar pada 1.000 siswa SD di empat kecamatan menunjukkan bahwa sebanyak 25 siswa memiliki sayatan di lengannya yang membentuk *barcode* akibat pengaruh video di media sosial TikTok (Winanto, 2023).

Pada dasarnya, sulit untuk mengukur secara akurat terkait jumlah data perilaku *self-harm* dikarenakan perilaku tersebut tergolong dalam masalah individual yang hanya terdeteksi jika mereka menjalani perawatan karena adanya gangguan kesehatan mental (Kandar, Cahyaningrum, & Dewi, 2024). Adapun *self-harm* menjadi salah satu fenomena kesehatan mental yang terjadi yang merupakan mekanisme *coping* maladaptif melalui rasa sakit secara fisik untuk mengatasi stressor atau tekanan emosional (Insani, 2023). Hal tersebut berarti bahwa perilaku *self-harm* adalah suatu kecenderungan yang kurang efektif untuk mengatasi masalah, sumber stress maupun menurunkan kondisi tertekan. *Self-harm* juga diartikan sebagai suatu bentuk perilaku yang dilakukan untuk mengatasi tekanan emosional atau rasa sakit secara emosional dengan cara menyakiti atau merugikan diri sendiri tanpa adanya maksud untuk melakukan bunuh diri (Thesalonika & Apsari, 2021). Menurut Knipe, bentuk-bentuk perilaku *self-harm* diantaranya seperti memotong atau menggores bagian tubuh tertentu, memukul diri sendiri, memukul tembok atau benda keras lainnya, membakar bagian tubuh tertentu, mematahkan tulang, dan mengganggu penyembuhan luka (Insani, 2023). Sehingga dapat dikatakan bahwa perilaku *self-harm* tergolong dalam masalah individual yang kompleks dan seringkali tersembunyi karena tidak dilaporkan atau tidak terdeteksi. Walaupun dilakukan dengan tujuan untuk mengatasi

tekanan emosional, perilaku ini kurang adaptif dalam menyelesaikan masalah yang mendasarinya dan dapat membahayakan pelaku *self-harm*. Maka dari itu, peningkatan kesadaran dan pemahaman tentang *self-harm* sangat diperlukan, untuk mendeteksi dan mengatasi kasus ini dengan lebih efektif.

Perilaku *self-harm* tidak hanya mempengaruhi anak sebagai pelaku yang melakukannya, tetapi hal tersebut juga memiliki dampak yang luas karena mempengaruhi berbagai aspek kehidupan anak. Sehingga perilaku *self-harm* yang merupakan masalah yang kompleks bagi anak, kini menjadi perhatian yang serius tidak hanya bagi anak itu sendiri tetapi juga orang tua, keluarga dan lingkungan sekitarnya termasuk lingkungan sekolah. Dai lingkup sekolah, selain dengan menyediakan layanan bimbingan dan konseling untuk menangani perilaku *self-harm* yang dimiliki oleh anak di sekolah, kondisi lingkungan sekolah juga perlu diperhatikan. Hal tersebut merupakan upaya yang dapat dilakukan oleh sekolah dalam mencegah dan menangani perilaku *self-harm* pada anak. Dalam hal ini, Sutton menyatakan beberapa faktor psikologis yang dapat menyebabkan anak melakukan perilaku *self-harm* yakni diantaranya munculnya perasaan tidak mampu menahan emosi; stress; rendah diri; tidak mampu mengekspresikan diri dengan baik; sering merasa hampa; depresi dan frustasi; ingin mendapatkan perhatian orang lain; putus asa; sulit menerima kenyataan; serta merasa tidak berguna (Bidayah, Netrawati, & Karneli, 2023). Perundungan (*bullying*) juga berdampak negatif bagi kesehatan mental anak, hal tersebut dapat memicu timbulnya perilaku merusak diri pada anak (Utami, Sari, Dahlia, & Sari, 2023). Oleh karena itu, diperlukan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, sehat, jauh dari diskriminasi dan tindak kekerasan agar siswa dapat mengekspresikan dirinya dengan baik sehingga tidak terus berada di bawah tekanan maupun stress.

Melalui kebijakan Sekolah Ramah Anak, hak-hak asasi anak terlindungi dengan terciptanya lingkungan sekolah yang aman, nyaman dan bebas dari diskriminasi dan tindak kekerasan (Maharani, Mulyono, & Istiyati, 2021). Sekolah Ramah Anak (SRA) merupakan program yang diterapkan baik dalam satuan pendidikan formal, nonformal maupun informal yang mana menciptakan lingkungan sekolah yang aman; bersih dan sehat; peduli dan berbudaya lingkungan hidup; mampu menjamin, memenuhi, dan menghargai hak-hak anak; melindungi anak dari kekerasan, diskriminasi dan perlakuan salah lainnya; serta mendukung partisipasi anak terutama dalam perencanaan, kebijakan, pembelajaran, pengawasan, dan mekanisme pengaduan terkait pemenuhan hak dan perlindungan anak di lingkup pendidikan (Yosada & Kurniati, 2019). Hal tersebut dianggap sebagai sebuah pendekatan holistik yang berupaya memastikan bahwa setiap aspek kehidupan anak di sekolah mendukung kesejahteraannya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aiman Faiz, Imas Kurniawaty dan Purwati (Faiz, Kurniawaty, & Purwati, 2023) menunjukkan bahwa Sekolah Ramah Anak merupakan salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk mencegah terjadinya *bullying* dan kekerasan pada siswa. Hal tersebut berarti Sekolah Ramah Anak juga memiliki potensi untuk mencegah dan mengurangi perilaku *self-harm*, mengingat *bullying juga* merupakan salah satu faktor pemicu timbulnya perilaku *self-harm* pada anak. Maka dari itu, peneliti berusaha meneliti isu dan membahas lebih lanjut terkait *self-harm* pada anak usia SD/MI, faktor-faktor yang memicu tendensi *self-harm* pada anak, serta peranan Sekolah Ramah Anak dalam mengurangi tendensi *self-harm* tersebut.

KAJIAN LITERATUR

Definisi Anak dan Hak-Hak Anak

UU No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan, menyebutkan bahwa anak adalah seseorang yang belum berusia 18 tahun, termasuk anak yang masih berada dalam kandungan. UNICEF juga mendefinisikan anak sebagai penduduk yang berusia 0 sampai dengan 18 tahun (Chairiyah, Nadziroh, & Pratomo, 2021). Hal tersebut berarti bahwa anak merupakan seseorang yang berusia 18 tahun kebawah atau belum dewasa. Setiap anak memiliki hak yang diatur dalam perundang-undangan. Sehingga dapat dikatakan bahwa hingga mereka mencapai usia dewasa, hak-haknya sebagai anak harus dilindungi. Adapun menurut UU No. 39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia, Hak Anak diatur dalam Bab III bagian kesepuluh, pasal 52-66, yang meliputi: (1) Hak atas perlindungan; (2) Hak untuk hidup, mempertahankan hidup, dan meningkatkan taraf kehidupannya; (3) Hak atas suatu nama dan status kewarganegaraan; (4) Bagi anak yang cacat fisik dan atau mental, memiliki hak: (a) memperoleh perawatan, pendidikan, pelatihan, dan bantuan khusus. (b) untuk menjamin kehidupannya sesuai dengan martabat kemanusiaan, dan (c) berpartisipasi dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara; (5) Hak untuk beribadah menurut agamanya; (6) Hak untuk dibesarkan, dipelihara, dirawat, dididik, diarahkan, dan dibimbing; (7) Hak untuk mendapatkan perlindungan hukum; (8) Hak memperoleh pendidikan dan pengajaran; (9) Hak memperoleh pelayanan kesehatan dan jaminan sosial; serta (10) Hak untuk tidak dirampas kebebasannya secara melawan hukum (Chairiyah, Nadziroh, & Pratomo, 2021). Berdasarkan hal tersebut, dapat dikatakan bahwa anak memiliki hak yang merupakan bagian dari hak asasi manusia yang harus dijamin, dilindungi dan dipenuhi baik itu oleh orang tua, keluarga, masyarakat maupun pemerintah. Kolaborasi dari ketiganya sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang dan kesejahteraan anak.

Dalam hal ini, pendidikan sekolah dasar atau madrasah ibtidaiyah (SD/MI) diperuntukkan bagi anak usia 7 sampai 12 tahun. Pada usia ini, anak harus diarahkan, dikembangkan dan dijembatani proses perkembangannya secara utuh dengan berbagai kepribadian yang sangat unik baik sikap, gerak maupun intelelegensinya (Tusriyanto, 2020). Adapun anak usia sekolah dasar telah diharuskan untuk mendapat kebebasan dalam berpartisipasi, berekspresi, bertanya, serta memberikan ide maupun pendapat selama proses pembelajaran berlangsung dalam rangka membentuk kepribadiannya (Senowarsito & Ulumuddin, 2012). Selain itu, anak berhak mendapatkan perlindungan dari tindakan kekerasan yang dilakukan oleh guru, staff maupun teman sebaya saat berada di sekolah. Action Aid menyatakan bahwa terdapat 10 hak anak yang harus dipenuhi yang meliputi : (1) hak untuk wajib belajar dan pendidikan gratis; (2) non diskriminasi; (3) memperoleh infrastruktur yang memadai; (4) kualitas guru-guru yang terlatih; (5) lingkungan yang aman dan jauh dari tindak kekerasan; (6) mendapatkan pendidikan yang relevan; (7) memiliki hak untuk mengetahui apa saja hak-hak yang dimilikinya; (8) hak untuk berpartisipasi; (9) sekolah yang transparan dan akuntabel; serta (10) memperoleh pembelajaran yang berkualitas (Ambarsari & Harun, 2018). Dapat dikatakan bahwa anak pada usia SD/MI tengah berada dalam tahap perkembangan yang penting yakni anak mulai mengembangkan kepribadian, intelelegensi dan keterampilan sosial maupun emosionalnya. Untuk mendukung hal tersebut, hak-hak yang dimiliki oleh anak harus dipenuhi dan dilindungi.

Definisi dan Bentuk-Bentuk Self-Harm pada Anak

NICE dan WHO menyebutkan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*) memiliki definisi yakni perilaku yang dilakukan untuk melukai diri sendiri dengan berbagai macam cara tanpa memandang ada atau tidaknya niat serta keinginan untuk mati (Thesalonika & Apsari, 2021). Menurut Larsen, perilaku melukai diri (*self-injury*) adalah perilaku yang disengaja yang tidak termasuk dalam bunuh diri yang menyebabkan luka pada tubuh dengan tujuan untuk melepaskan penderitaan emosional, salah satunya seperti menyayat diri menggunakan suatu objek benda tajam (Wibisono & Gunatirin, 2018). Sutton mengartikan *self-harm* sebagai mekanisme coping atau cara untuk mengatasi kecemasan yang menimbulkan banyak dampak buruk (Guntur, Dewi, & Ridfah, 2021). Sehingga dapat disimpulkan bahwa *self-harm* merupakan perilaku melukai diri sendiri dengan sengaja untuk melampiaskan penderitaan emosional namun tanpa diikuti dengan keinginan untuk mati.

Dalam hal ini, Knipe menjelaskan terkait bentuk-bentuk perilaku *self-harm* yakni diantaranya seperti memotong atau menggores bagian tubuh tertentu, memukul diri sendiri, memukul tembok atau benda keras lainnya, membakar bagian tubuh tertentu, mematahkan tulang, dan mengganggu penyembuhan luka (Insani, 2023). Adapun Hinggins menyatakan bahwa terdapat berbagai macam bentuk perilaku *self-harm* yakni diantaranya membuat sayatan pada bagian tubuh tertentu, menggigit, membakar, mematahkan tulang, mengukir tulisan maupun simbol di kulit, menanamkan benda di kulit, menarik rambut, membenturkan kepala ke benda keras, meninjau diri sendiri, menusuk kulit dengan benda tajam, mengganggu penyembuhan luka agar tidak segera sembuh, menjepit tubuh, hingga meracuni diri sendiri (Guntur, Dewi, & Ridfah, 2021). Berbagai tindakan yang dilakukan secara sengaja baik mulai dari tindakan yang tampak sepele seperti menggores kulit hingga tindakan ekstrim seperti mematahkan tulang dan meracuni diri, nyatanya secara signifikan sangat merugikan diri sendiri. Dikarenakan perilaku *self-harm* dapat merusak fisik dan mempengaruhi mental anak sebagai pelaku.

Faktor-Faktor Pemicu Self-Harm pada Anak

Pada umumnya, alasan yang mendasari perilaku *self-harm* diantaranya yakni : (1) untuk meringankan ketegangan dan menghentikan pikiran buruk; (2) untuk membuktikan bahwa dirinya masih bisa merasakan rasa walaupun itu rasa sakit; serta (3) untuk memberitahukan kepada orang lain bahwa dirinya sedang sakit atau merasa tidak baik-baik saja (Azzahrah & Hamid, 2023). Adapun menurut studi yang dilakukan oleh M. Fardi Anugrah, Khaula Karima, Ni, Made Sri Padma Puspita, Nurul Aulia Binti Amir dan Agustine Mahardika (2023), terdapat tiga faktor utama yang memicu timbulnya perilaku *self-harm* pada anak yakni sebagai berikut :

1. Faktor psikologis

Faktor psikologis ini berkaitan dengan kesehatan mental, pikiran maupun perilaku pada diri anak itu sendiri. Terdapat tiga faktor resiko yang berkaitan dengan kondisi psikologis yang dapat menyebabkan timbulnya perilaku *self-harm* pada anak (Anugrah, Karima, Puspita, Amir, & Mahardika, 2023). Pertama, anak telah memiliki pengalaman *self-harm* sebelumnya. Kondisi tersebut memungkinkan anak memiliki keinginan yang besar untuk melakukan hal yang sama lagi yakni *self-harm* dikarenakan tidak adanya dorongan untuk berhenti. Kedua, anak memiliki *psychological distress*. Dalam hal ini, *psychological*

distress merupakan kondisi emosional yang biasa ditandai dengan gejala seperti depresi, stress dan kecemasan (Anugrah, Karima, Puspita, Amir, & Mahardika, 2023). Jika anak tidak dapat mengatasi gejala-gejala tersebut dengan baik, mereka dapat melampiaskan penderitaan emosional tersebut dengan melukai diri sendiri secara terus-menerus. Ketiga, anak pernah melakukan perawatan psikiatri sebelumnya seperti mengkonsumsi obat-obatan juga dapat menimbulkan munculnya perilaku *self-harm* yang berulang. Dalam hal ini, Sutton menyatakan beberapa faktor psikologis yang dapat menyebabkan anak melakukan perilaku *self-harm* yakni diantaranya munculnya perasaan tidak mampu menahan emosi; stress; rendah diri; tidak mampu mengekspresikan diri dengan baik; sering merasa hampa; depresi dan frustasi; ingin mendapatkan perhatian orang lain; putus asa; sulit menerima kenyataan; serta merasa tidak berguna (Bidayah, Netrawati, & Karneli, 2023).

2. Faktor psikososial

Faktor psikososial ini berhubungan dengan kesehatan mental, pikiran maupun perilaku anak dalam menjalani kehidupan sosial, seperti interaksinya dengan orang tua, keluarga, teman sebaya, guru, dan lainnya. Di lingkungan rumah keluarga, pola asuh seperti campur tangan berlebihan oleh orang tua; harapan yang terlampaui tinggi terhadap anak; hukuman berat pada anak; perlindungan ketat; serta penolakan keras dari orang tua memicu munculnya perilaku *self-harm* pada anak (Anugrah, Karima, Puspita, Amir, & Mahardika, 2023). Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Larsen, munculnya perilaku *self-harm* pada anak disebabkan kurangnya komunikasi orang tua dan anak yang menyebabkan anak merasa sedih yang membuatnya berpikir telah melakukan kesalahan; kurangnya validasi orang tua pada anak sehingga anak merasa kurang berguna; serta kurang tepatnya pola asuh yang diterapkan pada anak akibat kondisi keluarga yang buruk seperti tekanan finansial, memiliki masalah dalam pekerjaan maupun pengangguran, ketidakmampuan, gangguan emosional, orang tua yang memiliki kecanduan alkohol maupun narkoba, perceraian serta kematian orang yang disayangi (Wibisono & Gunatirin, 2018). Hal tersebut berarti bahwa hubungan yang kurang baik antara anak dengan orang tua maupun keluarga berdampak negatif bagi kesehatan mental anak, akibatnya fenomena *self-harm* akan terus meningkat.

Di lingkungan sekolah juga terdapat beberapa kondisi yang memicu timbulnya perilaku *self-harm* pada anak. Pertama, menurut penelitian yang dilakukan oleh Anat Brunstein Klomenk, dkk. (2011), anak yang sering mengalami *bullying* maupun pelecehan di sekolah berisiko lebih tinggi mengalami depresi dan melakukan perilaku menyakiti diri. Kedua, menurut penelitian yang dilakukan oleh Nicola Madge, dkk. (2011), kehidupan sekolah yang cenderung penuh tekanan karena persaingan yang sangat ketat dapat menimbulkan stress dan memicu perilaku *self-harm* pada anak sebagai mekanisme *coping* maladaptif.

3. Faktor sosiodemografi

Menurut Philip dan Dunddley, sosiodemografi merupakan ilmu yang mempelajari tentang masyarakat dan perilaku sosial dengan mengamati perilaku yang dibangunnya (Ovillia, 2014). Berdasarkan definisi tersebut, faktor sosiodemografi berarti berhubungan dengan pikiran dan perilaku sosial anak yang dipengaruhi oleh dinamika masyarakat. Adapun contohnya seperti : (a) cara perempuan dalam memecahkan masalah yang cenderung lebih sulit daripada laki-laki dan kurangnya dukungan sosial dari orang sekitar, membuat *self-harm* pada remaja perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki; (b)

orang berkulit putih lebih sering mengalami *self-harm* daripada orang berkulit hitam, hal tersebut menunjukkan bahwa faktor etnis juga dapat memicu terjadinya *self-harm*; serta (c) kematangan diri juga dapat menyebabkan *self-harm* yang mana diketahui bahwa fenomena *self-harm* lebih rendah terjadi sebelum remaja mengalami pubertas dan akan meningkat secara signifikan selama masa pubertas berlangsung (Anugrah, Karima, Puspita, Amir, & Mahardika, 2023).

Dampak Self-Harm terhadap Anak

Higgins menyatakan bahwa *self-harm* memiliki dampak yang bersifat jangka panjang (Guntur, Dewi, & Ridfah, 2021). Perilaku *self-harm* menyebabkan timbulnya bekas luka; mengiris bagian tubuh (*cutting*) dapat menyebabkan kehilangan darah serta merusak tendon, saraf dan jaringan otot pada tubuh. Jika objek yang digunakan bersifat korosif maupun beracun, hal tersebut dapat merusak kulit. Perilaku *self-harm* dapat menimbulkan ketagihan (kecanduan) hingga kematian, hal tersebut juga dipandang buruk di lingkungan masyarakat (Azzahrah & Hamid, 2023). Maidah memaparkan bahwa perilaku *self-harm* menyebabkan timbulnya kepuasan diri (Qonita, Shidiqoh, Ramadhani, Wulandari, & Agustanti, 2023). Dengan menyakiti dirinya sendiri, anak merasa lega dan tenang karena seolah-olah bebannya terangkat bersamaan dengan rasa sakit yang timbul dari perlakunya sendiri. Selain kepuasan diri, perilaku *self-harm* juga memiliki dampak psikologi lainnya yakni kecanduan dan kecemasan (Qonita, Shidiqoh, Ramadhani, Wulandari, & Agustanti, 2023). Kecanduan akan timbul karena anak merasa puas setelah menyakiti dirinya sendiri, sehingga hal tersebut beresiko terjadi secara berulang atau saat anak merasa dalam masalah dan tidak mampu mengendalikan emosi dalam dirinya. Sedangkan rasa cemas muncul pada anak setelah menyakiti diri sendiri karena ia mencemaskan penilaian orang lain terhadap apa yang telah dilakukannya.

METODE

Peneliti menggunakan penelitian jenis kualitatif dengan metode studi kasus untuk mendalami kasus *self-harm* pada anak usia SD/MI. Stake menyatakan bahwa penelitian studi kasus bertujuan untuk mengidentifikasi dan memahami kekhasan atau keunikan dari karakteristik yang terdapat dalam kasus yang diteliti (Assyakurrohim, Ihkram, Sirodj, & Afgani, 2023). Melalui studi kasus, suatu kasus akan dipelajari secara menyeluruh dan komprehensif. Sehingga peneliti berusaha untuk melihat kasus *self-harm* dari berbagai sudut pandang dan mengkaji berbagai aspek yang terkait dengan kasus tersebut untuk mendapatkan gambaran yang lebih lengkap dan mendalam terkait kasus yang diteliti, baik itu faktor-faktor yang memicu tendensi *self-harm* pada anak, serta peranan Sekolah Ramah Anak dalam mengurangi tendensi *self-harm* tersebut. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara secara mendalam, dokumentasi dan studi literatur. Peneliti melakukan wawancara secara mendalam untuk mengetahui pandangannya terkait perilaku *self-harm*, mempelajari dokumen-dokumen terkait program sekolah dan meninjau beberapa literatur terkait kesehatan mental anak serta program Sekolah Ramah Anak di Indonesia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peran Sekolah Ramah Anak dalam Rangka Mengurangi Tendensi Self-Harm pada Anak Usia SD/MI

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan Paramitha Aisyah Salsabila Putri selaku guru kelas 5 di Lembaga Bimbingan Belajar "Rumah Belajar Cendekia Surabaya" diketahui bahwa 1 dari 5 anak kelasnya berperilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*). Kasus *self-harm* tersebut dapat terdeteksi guru melakukan pengecekan kondisi fisik pada anak, yang mana pengecekan tersebut menunjukkan bahwa terdapat luka sayatan yang telah mulai mongering yang membentuk *barcode* pada salah satu pergelangan tangan anak perempuan dengan inisial "R" di kelas yang diampunya. Setelah ditelusuri lebih lanjut, anak berinisial "R" yang merupakan pelaku *self-harm* mengatakan bahwa alasan dirinya melukai pergelangan tangannya dengan membuat beberapa sayatan lurus sehingga membentuk *barcode* dikarenakan mengikuti tren di sosial media. Anak tersebut juga menambahkan bahwa banyak anak perempuan di sekolahnya yang juga membuat sayatan di pergelangan tangannya, sehingga ia melakukan hal yang sama agar dianggap tidak ketinggalan tren.

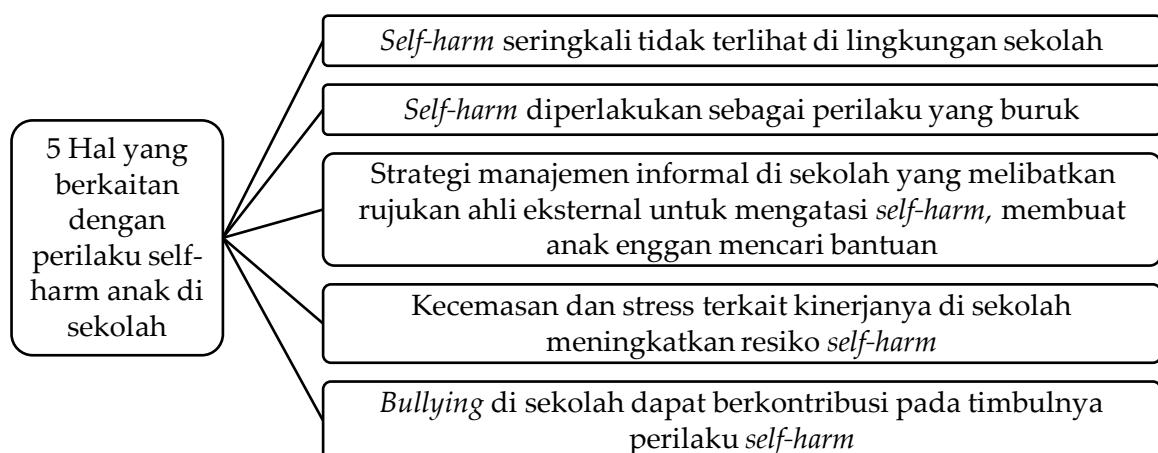
Jika dianalisis lebih lanjut, pelaku pada kasus *self-harm* yang terjadi di Rumah Belajar Surabaya adalah anak perempuan kelas 5 SD. Hal tersebut berarti bahwa ia telah memasuki masa pubertas. Mengingat pubertas pada anak perempuan terjadi lebih awal daripada anak laki-laki yakni biasanya dimulai dari rentang usia 8-12 tahun, yang ditandai dengan terjadi menstruasi pertama (Gulton & Sari, 2022). Dalam hal ini, masa pubertas merupakan masa dimana anak-anak mengalami perubahan fisik, hormonal dan seksual, yang mana pada anak perempuan hal ini ditandai dengan mulai mengalami menstruasi, tumbuh rambut di bagian kemaluan, payudara membesar, suara melengking, dan lain sebagainya.

Pada masa pubertas, anak selain mengalami perubahan fisik dan seksualitas juga mengalami perubahan emosional. Hal tersebut dikarenakan terjadinya peningkatan hormon estrogen pada anak perempuan dan testosteron pada anak laki-laki. Perubahan emosi pada anak perempuan dan laki-laki sebenarnya sama, tetapi wujud ekspresinya yang berbeda yang mana anak perempuan cenderung lebih ekspresif daripada anak laki-laki, contohnya seperti menangis, curhat, merajuk, dan lain sebagainya (Gulton & Sari, 2022). Hal tersebut berarti bahwa anak perempuan mampu mengekspresikan emosi yang mereka rasakan secara verbal maupun non-verbal. Pada kondisi ini yang perlu diwaspadai adalah adanya kemungkinan bahwa perubahan emosional yang signifikan pada anak dapat membawanya pada tindakan yang dapat menyakiti dirinya sendiri maupun orang lain. Selain itu, anak sering kali mengalami krisis identitas pada masa pubertas. Hal tersebut membuat anak terus mencoba banyak peran, mencari cara untuk mengekspresikan diri maupun mencari penerimaan dari kelompok teman sebaya untuk memastikan identitasnya sendiri. Jika hal tersebut tidak terselesaikan dengan baik, maka dapat menimbulkan perilaku beresiko salah satunya seperti *self-harm* tersebut.

Pada kasus ini, anak tersebut melakukan *self-harm* karena adanya dorongan untuk menyesuaikan diri dengan apa yang dilakukan oleh teman-temannya. Melalui *self-harm*, anak tersebut juga membuktikan bahwa dirinya berani untuk merasakan rasa sakit, sehingga dia tidak dianggap lemah karena berhasil mengikuti tren. Hal tersebut menunjukkan dengan jelas bahwa perilaku anak sangat dipengaruhi oleh hasil observasinya terhadap lingkungan

sosial, terutama teman sebaya. Maka dari itu, faktor psikososial merupakan pemicu utama dalam kasus *self-harm* ini.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rhiannon Evans dan Chloe Hurrell (2016), diketahui bahwa lingkungan sekolah dapat mempengaruhi perilaku kesehatan mental anak seperti *self-harm* dan bunuh diri. Adapun dari hasil penelitian yang dilakukan oleh keduanya, dapat dipetakan lima tema yang berkaitan dengan perilaku *self-harm* anak di sekolah, yakni sebagai berikut :



1. *Self-harm* seringkali tidak terlihat di lingkungan sekolah

Dalam hal ini, dapat diketahui bahwa perilaku *self-harm* kurang terdeteksi oleh pihak sekolah dikarenakan hal tersebut dilakukan secara sembuni-sembunyi oleh anak. Sekolah juga kurang memprioritaskan untuk mengatasi perilaku *self-harm* pada anak. Mengingat, hal tersebut tidak termuat dalam kurikulum sekolah yang mana kurikulum sekolah sering kali lebih fokus pada aspek akademik dan kurang memperhatikan aspek kesehatan mental anak. Padahal anak membutuhkan dukungan dan bantuan untuk menekan emosi dan perilaku *self-harm* tersebut. Namun dikarenakan kurangnya kepedulian kurikulum sekolah terhadap perilaku *self-harm* pada anak, hal tersebut dapat membuat anak merasa diabaikan. Selain itu, tanpa adanya penanganan yang tepat, hal tersebut dapat memperburuk kondisi mental anak sehingga menghambatnya dalam mencari bantuan dan dukungan sosial akan masalah yang sedang dihadapinya.

2. *Self-harm* diperlakukan sebagai perilaku yang buruk

Dikarenakan perilaku *self-harm* tergolong pelanggaran pada norma yang berlaku di sekolah, anak yang tersebut cenderung dipandang buruk karena memiliki masalah disiplin. Sehingga besar kemungkinan anak akan menerima hukuman atau sanksi daripada menerima dukungan, bantuan dan pemahaman yang lebih dibutuhkannya untuk mengatasi masalah emosional yang dialaminya. Jika pendekatan disipliner terus diberikan pada anak yang memiliki perilaku *self-harm*, hal tersebut akan memperburuk kondisi anak, stress dan rasa putus asa akan meningkat karena anak tidak memiliki dukungan. *Self-harm* bukan tindakan pembangkangan atau kenakalan pada anak, melainkan hal tersebut muncul karena adanya masalah emosional sehingga anak sangat membutuhkan adanya dukungan emosional dan psikologis.

3. Strategi manajemen informal di sekolah yang melibatkan rujukan ahli eksternal untuk mengatasi *self-harm*, membuat anak enggan mencari bantuan

Dengan melibatkan ahli eksternal seperti psikolog atau konselor yang berasal dari luar dalam mengatasi *self-harm*, siswa yang menginginkan dukungan rahasia dari guru menjadi merasa takut untuk mencari bantuan. Anak mungkin akan merasa lebih percaya dan nyaman untuk menyampaikan permasalahannya kepada guru maupun staff sekolah, karena mereka telah saling mengenal dan biasa berinteraksi. Anak cenderung takut jika masalahnya diketahui oleh banyak orang dan hal tersebut akan membuatnya diberi label karena mereka tahu bahwa ia telah berkonsultasi dengan ahli eksternal untuk mengatasi perilaku *self-harm*. Oleh karena itu, pihak sekolah perlu menyediakan dukungan tersebut di dalam lingkungan sekolah itu sendiri seperti melatih guru agar mampu memberikan bantuan awal yang efektif untuk mengatasi *self-harm* dan menciptakan lingkungan yang aman serta nyaman bagi anak.

4. Kecemasan dan stress terkait kinerjanya di sekolah meningkatkan resiko *self-harm*

Di sisi lain, rasa cemas dan gelisah yang berlebihan terhadap tugas sekolah, ujian maupun pencapaian akademik; serta stress yang timbul karena anak berusaha untuk memenuhi tuntutan akademik dapat meningkatkan resiko munculnya perilaku *self-harm*. Anak yang kewalahan menghadapi rasa cemas dan stress, besar kemungkinan menggunakan *self-harm* sebagai mekanisme coping untuk dirinya sendiri. Hal ini sesuai dengan definisi *self-harm* yang telah dipaparkan sebelumnya, yang mana Sutton mengartikan bahwa *self-harm* adalah mekanisme coping atau cara untuk mengatasi kecemasan yang menimbulkan banyak dampak buruk (Guntur, Dewi, & Ridfah, 2021). Dengan menyakiti dirinya sendiri tanpa ada niat untuk menghilangkan nyawa, anak beranggapan bahwa hal tersebut dapat membuatnya merasa lebih lega. Selain itu, anak juga merasa memperoleh kembali kontrol terhadap situasi yang dihadapinya.

5. Bullying di sekolah dapat berkontribusi pada timbulnya perilaku *self-harm*

Adapun kasus *bullying* di sekolah dapat menjadi salah satu faktor yang memicu munculnya perilaku *self-harm* pada anak. Tekanan, stress dan penderitaan yang muncul akibat *bullying* dapat mendorong anak untuk melukai dirinya sendiri. Hal tersebut merupakan upayanya untuk mengekspresikan rasa sakit emosional yang sudah tidak dapat ditahan lagi. Ada kalanya, perilaku *self-harm* dilakukan sebagai bentuk inisiasi sosial (Evans & Hurrell, 2016). Jika dianalisis lebih lanjut, hal tersebut berarti bahwa anak dengan sengaja menyakiti dirinya sendiri dengan beragam tujuan, diantaranya untuk: (1) membuktikan keberaniannya; (2) menunjukkan solidaritas; dan (3) memenuhi ekspektasi individu lain maupun kelompok tertentu agar diterima atau tidak dirundung.

Berdasarkan paparan di atas dapat diketahui bahwa sekolah memiliki pengaruh yang besar dalam membentuk perilaku anak, mengingat sekolah merupakan salah satu tempat anak untuk menghabiskan sebagian besar waktunya. Pada kasus *self-harm* yang terjadi di Rumah Belajar Surabaya ini, Paramitha selaku guru kelas memberikan dukungan emosional kepada anak berinisial "R" yang berperilaku *self-harm* tersebut. Selain itu, setelah dirasa anak tersebut dalam kondisi emosional yang stabil, guru memberikan edukasi terkait perilaku *self-harm* dan dampaknya dengan harapan anak tersebut tidak mengulangi untuk menyakiti dirinya sendiri. Menurut Paramitha, seluruh guru di Rumah Belajar Cendekia secara aktif

berusaha untuk menjalin hubungan yang baik dengan anak didiknya. Hal tersebut perlu agar muncul rasa percaya anak kepada guru, dengan begitu mereka juga akan merasa bahwa mereka diperhatikan, didengar dan dihargai oleh guru. Selain itu, meskipun Rumah Belajar Cendekia tergolong sekolah nonformal, akan tetapi lembaga tersebut selalu berusaha memenuhi kebutuhan anak didiknya dan berupaya menciptakan lingkungan belajar yang aman dan nyaman. Mengingat tidak hanya dapat mendukung proses belajar lebih efektif, hal tersebut juga baik untuk meningkatkan kesejahteraan emosional dan psikologi anak, mendorong anak agar dapat terlibat aktif di kelas, serta memfasilitasi timbulnya interaksi sosial yang positif antar anak maupun anak dengan guru.

Dalam hal ini, menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan nyaman merupakan salah satu hal yang dapat dilakukan oleh pihak sekolah untuk mengurangi tendensi perilaku *self-harm* pada anak yang sedang marak terjadi beberapa waktu terakhir. Adapun kondisi lingkungan sekolah yang bersih, asri, ramah, indah, inklusif, sehat, aman dan nyaman, merupakan kondisi yang diharapkan dalam pelaksanaan kebijakan Sekolah Ramah Anak (SRA) (Rosalin, et al., 2020). Kebijakan Sekolah Ramah Anak merupakan komitmen negara untuk menjamin pemenuhan hak dan perlindungan anak khususnya di bidang pendidikan, sebagaimana yang termuat dalam Konvensi Hak Anak yang telah diratifikasi Indonesia pada Tahun 1990, serta tuntutan dari Undang-undang Nomor 23 Tahun 2003 tentang Perlindungan Anak dan Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2003 tentang Perlindungan Anak yang jelas pada pasal 54 (Kemen PPPA , 2015). Selain itu, adanya proses pendidikan yang masih menjadikan anak sebagai objek dan guru sebagai pihak yang selalu benar sehingga mudah menimbulkan kejadian *bullying* di sekolah/madrassa merupakan salah satu hal yang melatarbelakangi munculnya kebijakan Sekolah Ramah Anak (Kemen PPPA , 2015).

Menurut Misnatun (2016), terdapat beberapa cara untuk mengimplementasikan Sekolah Ramah Anak yakni : (1) menciptakan kelompok belajar untuk anak sehingga anak dapat bertukar pikiran; (2) seluruh kegiatan pembelajaran berpedoman pada kebutuhan anak; (3) memberikan kebebasan pada anak untuk berpikir kreatif dan menyampaikan pendapatnya; (4) guru tidak melakukan tindakan diskriminasi kepada anak didiknya; (5) melatih anak untuk saling memiliki rasa toleransi; (6) memberi hukuman yang bersifat edukatif pada anak yang melanggar peraturan; serta (7) mengimplementasikan strategi belajar PAIKEM (Pembelajaran Aktif, Interaktif, Inspiratif, Inovatif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan). Berdasarkan paparan tersebut, berarti Sekolah Ramah Anak dapat membantu anak dalam : (1) meningkatkan kemampuan sosial dan komunikasinya; (2) memperoleh pendidikan yang relevan dan bermakna baginya; (3) meningkatkan kemandirian, kepercayaan diri dan keterbukaannya dalam menyampaikan gagasannya; (6) memperoleh lingkungan belajar yang inklusif dan menghargai keberagaman (5) mengembangkan sikap toleransi dan menghargai terhadap sesama; (6) memberi pemahaman akan kesalahan yang telah dilakukannya sehingga anak bisa belajar dari pengalamannya; serta (7) meningkatkan minat dan motivasinya dalam belajar.

Dalam hal ini terdapat ciri-ciri yang menandakan bahwa implementasi Sekolah Ramah Anak dikatakan berjalan dengan baik yakni : (1) seluruh warga sekolah anti terhadap segala bentuk kekerasan verbal maupun nonverbal; (2) anak tidak pernah mendapatkan perlakuan tidak mengenakan (seperti kekerasan) selama berada di sekolah; (3) anak mendapatkan perlakuan adil tanpa melihat latar belakang, suku, ras, agama, warna kulit,

dan sebagainya; (4) anak merasa *enjoy*, aman serta nyaman ketika berada di sekolah; (5) Anak tidak pernah dipermalukan oleh guru; (6) makanan dan minuman di kantin sekolah terjaga kebersihannya; (7) tingkat kepedulian anak terhadap lingkungan sekitar semakin meningkat sejak masuk ke sekolah; serta (8) tata tertib sekolah dijalankan secara terbuka atau transparan dan anti diskriminasi (Chairiyah, Nadziroh, & Pratomo, 2021). Sehingga dapat dikatakan bahwa keberhasilan dari implementasi tersebut terlihat dari terciptanya lingkungan sekolah yang aman, nyaman, inklusif serta mendukung agar anak terlibat aktif dalam proses pembelajaran.

Agnes Anggi Dian Winei, Ekowati, Asep Setiawan, Jenuri, Pius Weraman dan Rosa Zulfikhar (2023) berpendapat bahwa lingkungan sekolah yang kondusif selain membantu siswa dalam memaksimalkan potensi akademiknya, juga dapat mendukung kesehatan mental anak. Mengingat dalam lingkungan sosial, hubungan positif antara anak dengan guru dan staff sekolah; dukungan sosial dari teman sebaya; serta lingkungan sekolah yang inklusif serta aman dapat meredakan tekanan emosi yang mungkin dialami oleh anak, sehingga kesejahteraan mental anak tetap terjaga. Dukungan sosial, kehangatan dan rasa aman dari lingkungan sekolah juga dapat memberikan pondasi yang stabil bagi perkembangan pribadi dan emosional anak (Hanurawan, 2012). Hal tersebut selaras dengan salah satu peran dari Sekolah Ramah Anak yakni peduli terhadap kesehatan mental dengan mendampingi perkembangan psikososial anak (Aziz, Wijayanti, & Wantini, 2022).

Dengan demikian, kebijakan Sekolah Ramah Anak tidak hanya berkaitan dengan peningkatan prestasi akademik anak di sekolah, tetapi juga berkaitan dengan penciptaan lingkungan yang mendukung tumbuh dan kembang anak secara menyeluruh. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara memenuhi, menjamin dan melindungi hak-hak anak di sekolah; mengembangkan keterampilan sosial serta memberikan penguatan terkait nilai-nilai spiritual kepada anak. Melalui implementasi kebijakan tersebut, diharapkan anak dapat tumbuh dan berkembang menjadi individu yang bertanggung jawab, beretika, dan memiliki kontribusi yang positif dalam kehidupan bermasyarakat. Oleh karena itu, satuan pendidikan berperan dalam mencetak generasi tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga siap dalam menghadapi tantangan kehidupan secara emosional dan spiritual.

SIMPULAN

Kasus *self-harm* yang terjadi di Rumah Belajar Surabaya, secara garis besar disebabkan oleh faktor psikososial. Lingkungan sosial anak terutama kelompok teman sekolah sangat mempengaruhi anak dalam melakukan perilaku *self-harm*, mengingat anak melakukan hal tersebut karena adanya dorongan untuk menyesuaikan diri dengan apa yang dilakukan oleh teman-temannya; serta sebagai pembuktiannya bahwa dirinya berani untuk merasakan rasa sakit, sehingga dia tidak dianggap lemah karena berhasil mengikuti tren. Dalam hal ini, selain orang tua dan keluarga, pihak sekolah juga memiliki peran penting dalam rangka mengurangi tendensi *self-harm* pada anak usia SD/MI. Melalui kebijakan Sekolah Ramah Anak, sekolah dapat menyediakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi anak, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik, mengingat sekolah juga memastikan terpenuhinya hak-hak anak dan melindunginya dari tindak kekerasan, diskriminasi maupun perlakuan yang salah. Hal tersebut menandakan bahwa sekolah memberikan dukungan emosional serta berupaya meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental anak. Kebijakan tersebut juga

memungkinkan terjalinnya hubungan yang positif antara anak dengan pihak sekolah, sehingga sekolah dapat membantu siswa mengembangkan strategi yang sehat untuk mengatasi tekanan dan mencegah perilaku *self-harm* tersebut.

REFERENSI

- Adhitama, Y. (2023, November 2). *SOLOPOS JATIM*. Diambil kembali dari Mengejutkan! 870 Siswa Magetan Lakukan Self Harm, Alasannya Ikut-ikutan Teman: <https://jatim.solopos.com/mengejutkan-870-siswa-magetan-lakukan-self-harm-alasannya-ikut-ikutan-teman-1784388>
- Ambarsari, L., & Harun. (2018). Sekolah Ramah Anak Berbasis Hak Anak di Sekolah Dasar. *Jurnal Profesi Pendidikan Dasar Vol. 5 No. 1*, 10-19.
- Anugrah, M. F., Karima, K., Puspita, N. M., Amir, N. A., & Mahardika, A. (2023). Self Harm and Suicide in Adolescents. *Jurnal Biologi Tropis Vol. 23 No. 1*, 200-207.
- Assyakurrohim, D., Ihkram, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer, Vol. 3, No. 1*, 1-9.
- Aziz, A., Wijayanti, C. S., & Wantini. (2022). Pengaruh Peran Guru di Sekolah Ramah Anak dalam Pendampingan Psikososial Siswa Sekolah Dasar di Yogyakarta Indonesia. *International Proceedings : The 1st Annual Conference on Islam, Education, and Humanities (ACIEH)*, 233-244.
- Azzahrah, F., & Hamid, A. N. (2023). Pencegahan Self-Injury melalui Kegiatan Webinar "Self-Harm : What Should We Do ". *Jurnal Kebajikan : Jurnal Pengabdian Masyarakat Vol. 1 No. 2*, 27-30.
- Bidayah, A., Netrawati, & Karneli, Y. (2023). Konseling Kelompok dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy dalam Mengatasi Perilaku Self Injury Remaja : Literature Review. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial (JIPSI) Vol. 1 No. 4*, 398-401.
- Chairiyah, Nadziroh, & Pratomo, W. (2021). Sekolah Ramah Anak sebagai Wujud Perlindungan Terhadap Hak Anak di Sekolah. *Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-an Vol. 7, No. 3*, 1213-1218.
- Evans, R., & Hurrell, C. (2016). The role of schools in children and young people's self-harm and suicide: systematic review and meta-ethnography of qualitative research. *BMC Public Health Vol. 16 No. 401*, 1-16.
- Faiz, A., Kurniawaty, I., & Purwati. (2023). Sekolah Ramah Anak Sebagai Upaya Pencegahan Bullying dan Kekerasan Pada Peserta Didik. *Jurnal PGSD Vol. 9 No. 2*, 62-68.
- Gulton, D. M., & Sari, E. (2022). Penyuluhan Kesehatan tentang Perubahan Hormon Masa Pubertas pada Usia Remaja. *Jurnal Law of Deli Sumatera, Vol. 1, No. 1*, 27-32.

- Guntur, A. I., Dewi, E. M., & Ridfah, A. (2021). Dinamika Perilaku Self-injury pada Remaja Laki-laki. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* Vol. 1, No. 1, 42-54.
- Hanurawan, F. (2012). Strategi Pengembangan Kesehatan Mental di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling "PSIKOPEDAGOGIA"*, Vol. 1, No. 1, 1-7.
- Hartono, I. (2023, Oktober 3). *11 Siswa SD di Situbondo Sayat Tangan Sendiri Diduga Ikuti Tren Viral, Pihak Sekolah Bertindak*. Diambil kembali dari TRIBUN JATIM.COM: <https://jatim.tribunnews.com/2023/10/03/nasib-11-siswa-sd-situbondo-sayat-tangan-sendiri-terinsiprasi-tiktok-penjelasan-disdik-patah-hati>
- Insani, S. M. (2023). Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku Self-Harm pada Remaja Perempuan (Case Study : CAusative Factor Sef-Harm Behavior in Adolescent Female). *Character : Jurnal Penelitian Psikologi* Vol. 10 No. 2, 439-454.
- Kandar, Cahyaningrum, D. D., & Dewi, R. K. (2024). Manajemen Individu dengan Resiko Self-Harm : Mengelola Resiko dan Bahayanya pada Diri Sendiri. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia* Vol. 12 No. 1, 1-8.
- Kemen PPPA . (2015). *Panduan Sekolah Ramah Anak*. Jakarta: Deputi Menteri Bidang Tumbuh Kembang Anak.
- Klomek, A. B., Kleinman, M., Altschuler, E., Marrocco, F., Amakawa, L., & Gould, M. S. (2011). High school Bullying as a Risk for Later Depression and Suicidality. *Suicide Life Threat Behav* Vol. 45 No. 5, 501-516.
- Madge, N., Hawton, K., McMahon, E. M., Corcoran, P., De Leo, D., De Wilde, E. J., . . . Arensman, E. (2011). Psychological characteristics, stressful life events and deliberate self-harm: findings from the Child & Adolescent Self-harm in Europe (CASE) Study. *European Child & Adolescent Psychiatry* Vol. 20 No. 10, 499-508.
- Maharani, S., Mulyono, H., & Istiyati, S. (2021). Analisis Penerapan Sekolah Ramah Anak Dalam Membentuk Kenyamanan Sekolah Di SD Negeri Soropadan Surakarta. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia) : Jurnal Ilmiah* Vol. 7 No. 4, 1-6.
- Misnatun. (2016). Pola Pembentukan Karakter Anak melalui Pendidikan Ramah Anak dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Tadarus : Jurnal Pendidikan Islam* Vol. 5 No. 2, 1-19.
- Ovillia, P. A. (2014). *Skripsi : Hubungan Karakteristik Sosiodemografi dengan Tingkat Depresi yang Dialami Mahasiswa Semester I, III, dan V di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2014*. Palembang: Universitas Muhammadiyah Palembang.
- Qonita, A. A., Shidiqoh, A., Ramadhani, R. S., Wulandari, W. C., & Agustanti, A. (2023). Faktor-Faktor Pendorong Self Harm pada Santri Remaja Putri (Factors that Driving Self Harm for Adolescent Students Girl). *Islamic Education and Counseling Journal*, 1-8.
- Rosalin, L. N., Hendrani, E., Husni, C., Rachma, A. N., Setiawan, I., Ursilawati, . . . Fitriana, W. (2020). *Pedoman Sekolah Ramah Anak*. Jakarta: Deputi Menteri Bidang Tumbuh Kembang Anak.

- Senowarsito, & Ulumuddin, A. (2012). Implementasi Pendidikan Ramah Anak dalam Konteks Membangun Sekolah Dasar Negeri di Kota Semarang. *Media Penelitian Pendidikan : Jurnal Penelitian dalam Bidang pendidikan dan Pengajaran Vol. 6 N0. 1, 1-15.*
- Thesalonika, & Apsari, N. C. (2021). Perilaku Self-Harm atau Melukai Diri Sendiri yang Dilakukan oleh Remaja (Self-Harm or Self Injuring Behavior by Adolescents). *Jurnal Pekerjaan Sosial Vol. 4 No. 2, 213-224.*
- Tusriyanto. (2020). Pemenuhan Hak dan Perlindungan Peserta Didik Melalui Sekolah Ramah Anak di SD Kota Metro. *Prosiding Seminar dan Diskusi Nasional Pendidikan Dasar 2020 : Transformasi Pendidikan Menyongsong SDM di Era Society 5.0, 1-12.*
- Tusriyanto. (2020). Pengembangan Sekolah Ramah Anak di Tingkat Pendidikan Anak Usia Dini. *RI'AYAH, Vol. 5, No. 1, 12-25.*
- Utami, G., Sari, N., Dahlia, & Sari, K. (2023). Self-Injury Behavior pada Remaja Korban Perundungan dan Kaitannya dengan Kelekatan Orang Tua. *Seurune, Jurnal Psikologi Unsyiah Vol. 6. No. 2, 198-220.*
- Wibisono, B. K., & Gunatirin, Y. (2018). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Melukai Diri pada Remaja Perempuan. *Calyptre: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.7 No.2, 3675-3690.*
- Winanto. (2023, November 18). 25 Siswa SD di Blitar Terpengaruuh Tren Barcode TikTok. Diambil kembali dari BERITAJATIM.COM.
- Winei, A. A., Ekowati, Setiawan, A., Jenuri, Weraman, P., & Zulfikhar, R. (2023). Dampak Lingkungan Sekolah terhadap Hasil Belajar dan Kesehatan Mental Siswa. *Journal on Education Vol. 6, No. 1, 317-327.*
- Yosada, K. R., & Kurniati, A. (2019). Menciptakan Sekolah Ramah Anak. *Jurnal Pendidikan Dasar Perkhasa (JPDP) Vol. 5 No. 2, 145-154.*