



**“CURHAT” SEBAGAI BENTUK PENDAMPINGAN SEBAYA KEPADA REMAJA
PUTRI PELAKU “NGEBARCODE”**

Atikah Maryam Harahap, Ratu Zaskia Imara

Drajat Kuncoro, M.Pd

MTsN 1 Lampung Selatan

Jl. Soekarno Hatta KM.50. No.54. Kalianda, Lampung Selatan

drajatkuncoro6@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran curhat sebagai bentuk pendampingan sebaya kepada siswi pelaku ngebarcode. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif, dengan pendekatan studi kasus. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan jumlah informan sebanyak lima orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan catatan anekdot. Teknik analisis data menggunakan tematik analisis dan triangulasi data. Hasil penelitian menemukan bahwa curhat dapat digunakan sebagai salah satu alternatif bentuk pendampingan sebaya pada kasus tertentu untuk remaja putri yang ngebarcode. Namun curhat tidak efektif untuk remaja putri lain terutama yang pernah mengalami pelecehan seksual. Curhat sebagai pendampingan sebaya membutuhkan keterbukaan antara peneliti dan informan. Kesimpulan yang diperoleh adalah, (1) Melalui curhat sebanyak 4 responden tidak mengulangi ngebarcode dan satu responden mengulangi ngebarcode, (2) Seorang informan mulai ngebarcode sejak usia lima tahun (2) alat yang digunakan beragam mulai dari pisau *cutter*, kaca, hingga jarum pentol, (3) latar belakang masalah yang dihadapi meliputi kekerasan emosional dari orang terdekat terutama ibu, kesepian, perceraian orang tua, dan pelecehan seksual.

Kata kunci : curhat, ngebarcode, remaja putri

A. Pendahuluan

Curhat atau curahan hati merupakan upaya menyampaikan isi hati kepada orang lain. Bagi remaja tidak mudah untuk dapat bebas melakukan curhat. Pada tahun 2021 ditemukan bahwa dikalangan remaja Indonesia sebanyak 9 dari 100 remaja laki-laki dan 12 dari 100 remaja putri usia 13-17 tahun tidak dapat membicarakan masalah yang dihadapinya kepada keluarga (SNPHR, 2021). Komunikasi yang rendah antara remaja dengan orangtuanya tidak terlepas dari rendahnya persepsi keamanan dan kepercayaan remaja kepada orangtua dan lingkungan sekitar. Survey yang sama memperlihatkan tingkat kepercayaan remaja putri terhadap orang sekitar hanya 89,27 persen, lebih rendah dari remaja laki-laki (94,07 persen), Secara umum remaja lebih mempercayai teman sebaya untuk curhat. Terlebih bagi remaja yang mengalami trauma (kekerasan fisik).

Pengaruh teman sebaya yang besar terjadi karena mereka mampu sepenuhnya memahami bahasa yang digunakan di antara mereka, apa yang dipikirkan, perasaan, kesedihan, tanda atau kode tertentu, gengguan yang mereka rasakan, serta kata sandi yang mereka pahami (McKenzie dalam Davison, 2006). Kedekatan ini membuat seringkali remaja mudah menerima pengaruh dari temannya. Pengaruh yang diberikan dapat berupa pengaruh yang baik ataupun yang buruk. Sehingga teman sebaya dapat memberikan pendampingan kepada remaja yang mengalami permasalahan dan melakukan upaya menyakiti diri sendiri.melalui mendengarkan curahan hati terutama pada remaja putri.

Melalui Survey Nasional Pengalammn Hidup Remaja/SNPHR (2021) diperoleh fakta bahwa remaja putri usia 13-17 tahun sebanyak 86,34 persen berbagi suka dan duka kepada teman sebaya. Hal ini karena sebanyak 65,14 persen menyatakan mendapat dukungan dari teman-temannya. Dukungan sosial tersebut berupa rasa percaya, bantuan, berbagi suka dan duka, serta tempat membicarakan masalah. Curahan hati menjadi salah satu mekanisme dalam mengatasi (*coping*) stress (Mulati, 2022). Beberapa remaja putri menyimpan sendiri masalahnya dan melakukan *coping* stress dengan cara menyakiti diri sendiri seperti ngebarcode. Ngebarcode merupakan istilah yang digunakan sebagai bahasa gaul bagi remaja untuk menyebut kegiatan menyayat lengan. Menyayat lengan menjadi alternatif upaya melepaskan ketegangan emosi dikalangan remaja. Kegiatan ini tergolong sebagai *self-harm* (upaya menyakiti diri sendiri) tanpa adanya keinginan bunuh diri.

Ngebarcode merupakan salahsatu bentuk *self-harm* yang merupakan *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI) yaitu perilaku melukai diri sendiri dengan sengaja sehingga dapat mengakibatkan memar, pendarahan, rasa sakit dan terjadi kerusakan tubuh yang ringan tanpa niat untuk bunuh diri (*American Psychiatric Association*, 2013). Namun demikian *Self-harm* teridentifikasi sebagai prediktor dari kasus bunuh diri dikalangan remaja di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah.(Liem, 2022)

Secara gender, perempuan lebih rentan untuk menyakiti diri sendiri (*self-harm*) dibandingkan laki- laki. Beberapa kasus ngebarcode di kalangan remaja putri diduga terjadi karena masalah kesepian akibat ditinggal pergi oleh orang yang dicintai. kesepian dan pengalaman kekerasan diduga menjadi pemicu potensi untuk melakukan *self-harm* khususnya ngebarcode di kalangan remaja putri..

Hal ini sejalan dengan survey yang dilakukan pasca pandemi terhadap perempuan pada usia remaja akhir (18 tahun) bahwa ide untuk melakukan *self-harm* adalah sebanyak 44,1

persen dengan 98,5 persen memiliki pengalaman kesepian (Liem, 2022) Perasaan Fenomena kasus ngebarcode pada remaja putri telah ditemukan di Kalianda dalam sebuah razia di sekolah lanjutan tingkat pertama. Beberapa siswi ditemukan memiliki bekas sayatan dilengannya yang dilakukan secara sengaja. Melalui wawancara awal terhadap dua orang siswi yang ngebarcode, terungkaplah sedikit latar belakang masalah yang mereka hadapi. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji curhat sebagai bentuk pendampingan sebaya kepada siswi pelaku ngebarcode.

Permasalahan

Berdasarkan latar belakang tersebut maka permasalahan dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah peran curhat sebagai bentuk pendampingan sebaya kepada remaja putri pelaku ngebarcode?

Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: untuk mengetahui peran curhat sebagai bentuk pendampingan sebaya kepada remaja putri pelaku ngebarcode.

B. Kajian Teori dan Tinjauan Pustaka

Kajian Teori

Adapun untuk mengkaji remaja putri yang melakukan ngebarcode kami menggunakan teori tentang remaja (*adolescence*). Istilah remaja digunakan untuk menyebut suatu fase kehidupan antara masa anak-anak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun (WHO, 2023). Remaja memiliki masalahnya sendiri terutama terkait dengan proses perkembangan, baik masalah internal maupun eksternal. perkembangan fisik berakibat munculnya tuntutan sosial pada fase pubertas Sesuai dengan fokus penelitian kami tentang curhat sebagai bentuk pendampingan sebaya kepada remaja putri pelaku ngebarcode, maka teori yang kami gunakan dalam penelitian ini adalah teori tentang curahan hati (*self-disclosure*), teori tentang pendampingan sebaya, teori tentang remaja, dan teori tentang menyakiti diri sendiri (*self-harm*).

Menurut teori curahan hati (*self-disclosure*) merupakan proses ketika seseorang secara lisan mengungkapkan perasaan, keyakinan, pikiran atau sikap terhadap orang lain (Derlega dalam Demuthova, 2020). Keterbukaan untuk melakukan curhat memegang peran penting dalam mengembangkan hubungan yang dekat antar individu (Septiani, 2019). Hubungan yang dekat diantara remaja terjadi karena adanya kepercayaan yang tumbuh dari perasaan bahwa mereka memiliki masalah yang sama sehingga lebih mampu memahami satu sama lain. .

Remaja membutuhkan tempat untuk mencurahkan apa yang dirasakan melalui bercerita, menangis, hingga meminta pertolongan. Curhat dapat menjadi alternatif pertolongan pertama yang dibutuhkan oleh remaja yang melakukan ngebarcode. Sebagaimana dikemukakan Demuthova (2020) bahwa curhat dapat membantu memperbaiki upaya (*coping*) stress dan mengurangi tendensi menyakiti diri sendiri bahkan bunuh diri. Aspek positif dari curhat kepada teman sebaya adalah remaja dapat menyampaikan kepada temannya untuk menghindari ngebarcode.

Selanjutnya untuk mengkaji pendampingan sebaya kami menggunakan teori pendampingan sebaya (*peer support*). Pendampingan sebaya merupakan bagian dari

kegiatan konseling yang dilakukan oleh teman sebaya dengan bimbingan dari guru atau konselor.. Pendampingan sebaya dalam penelitian ini dilakukan dengan pendekatan berpusat pada konseli (*nondirective counselling*), dimana fungsi konselor hanya menampung, mendengarkan atau mengiyakan konseli (Aqib, 2012). Sehingga pendampingan sebaya dapat membantu remaja untuk mencurahkan isi hatinya sekaligus membantu remaja untuk menghindari perilaku menyakiti diri sendiri terutama ngebarcode yang dapat menyebabkan frustrasi pada remaja karena kegagalan memenuhi tuntutan tersebut

Hal ini akan mendorong remaja menjadi kelompok yang rentan untuk menyakiti diri sendiri. Sebagaimana menurut teori menyakiti diri (*self-harm*) resiko tinggi pada perilaku menyakiti diri sendiri terutama terjadi pada remaja. Remaja sering mencederai diri secara serius serta mengekspos diri mereka sendiri. Remaja yang melukai diri sendiri memiliki resiko kesehatan yang signifikan dan cenderung mengulangi perilaku tersebut (Demuthova, 2020). Mengulangi perilaku ngebarcode dapat membawa remaja pada masalah yang lebih serius kepada merusak diri sendiri baik secara jasmani maupun rohani.

Tinjauan Pustaka

a. Curhat

Curhat atau curahan hati merupakan saat ketika seseorang menceritakan sesuatu kepada orang lain yang dianggap dekat, dan biasanya yang diceritakan itu merupakan masalah bersifat pribadi (Widodo, 2020). Curhat merupakan bentuk komunikasi interpersonal, yang akan efektif bila terdapat *self disclosure* (keterbukaan) antara konseling dengan konselii. *Self disclosure* dapat dimaknai sebagai curhat. Jourard (Jacquelyn, 2018) mengemukakan bahwa *self disclosure* merupakan proses ketika seseorang mengekspresikan perasaan serta fakta tentang pengalaman mereka. Selanjutnya Ramadhana (2018) mengemukakan keterbukaan diri memiliki beberapa dimensi, meliputi: 1) ukuran keterbukaan, 2) valensi, 3) kecemasan dan kejujuran, 4) maksud dan tujuan, 5) keintiman.

Ukuran keterbukaan merupakan frekuensi ketika sikap terbuka dilakukan serta durasi komunikasinya. Valensi menunjukkan kualitas dari pengungkapan diri baik negatif maupun positif. Adapun kecemasan dan kejujuran merupakan kecemasan yang terjadi pada individu ketika melakukan curhat. Maksud dan tujuan berupa untuk apa individu melakukan curhat. Sedangkan Keintiman dimaknai sebagai kemauan individu menyingkap hal-hal yang bersifat pribadi.

Keterbukaan menurut Rizki (2015) memiliki dua jenis konsepsi yaitu: a) berbagi pengalaman, dimana interviewer berbagi pengalaman dengan klien, b) melakukan hal yang sama dan menerima perbedaan yaitu interviewer bercerita tentang pengalaman yang sama dengan klien sehingga klien akan lebih terbuka. sekaligus juga dapat menerima perbedaan pengalaman dalam menghadapi suatu masalah.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa curhat merupakan suatu bentuk komunikasi yang bersifat terbuka untuk menyampaikan masalah pribadi kepada orang lain. Curhat akan berjalan efektif bila terdapat keterbukaan diantara kedua belah pihak.

b. Pendampingan Sebaya

Pendampingan sebaya merupakan pendekatan konseling yang melibatkan teman sebaya untuk membantu melakukan proses konseling. Sebagaimana dikemukakan Davidson (2006) bahwa remaja yang pernah menghadapi, dan mampu bertahan dalam mengatasi kesulitan dapat memberikan dukungan, motivasi bahkan bimbingan yang bermanfaat bagi remaja lain dalam menghadapi situasi yang sama. Hal ini tidak terlepas dari kenyataan bahwa remaja lebih menyukai curhat dengan teman sebaya dibandingkan menemui guru bimbingan dan konseling (Salmiati, 2018).

Terdapat berbagai pendekatan konseling yang digunakan dalam pendampingan sebaya. Salahudin (2012) mengemukakan konselor dapat membina hubungan dengan konseli menggunakan pendekatan berpusat pada klien (*client-centered counseling*). Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan berpusat pada klien atau konseli yang disebut juga *non directive counseling*. Melalui pendekatan ini konseli lebih banyak aktif sedangkan konselor sebagai fasilitator atau reflector (*cermin*) bagi konseli.

Cara yang tidak mengarahkan (*Non directive counseling*) merupakan pendekatan yang memandang manusia memiliki kecenderungan berfungsi penuh. Konseli mengaktualkan potensi menuju peningkatan kesadaran dan kepercayaan kepada diri sendiri yang terarah (Salahudin, 2012). Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pendampingan sebaya merupakan kegiatan pendampingan konseling yang dilakukan seorang remaja kepada teman sebaya dengan menggunakan pendekatan konseling tertentu.

c. Remaja Putri

Istilah remaja digunakan untuk menyebut suatu fase kehidupan antara masa anak-anak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun (WHO, 2023). Adapun siswi adalah pelajar berjenis kelamin putri yang aktif mengikuti pelajaran di sekolah atau madrasah. Pada usia tersebut remaja mengalami pubertas yaitu proses perubahan dari fase anak menjadi dewasa secara anatomis, fisiologis serta psikologis. Khusus pada remaja putri terjadi penambahan jaringan lemak yang menyebabkan perubahan bentuk tubuh khas wanita dengan munculnya tanda seksual primer dan sekunder.

Perubahan yang terjadi ketika remaja mengalami pubertas. Perubahan bentuk tubuh seringkali menyebabkan remaja diharapkan dapat memenuhi tanggung jawab orang dewasa. Kegagalan memenuhi tuntutan ini seringkali menyebabkan remaja mengalami frustrasi (Monks, 2006). Sebagaimana Prayitno (2004) mengemukakan lebih jauh tugas perkembangan remaja antara lain antara lain: 1) mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik yang sejenis maupun tidak, 2) mencapai peranan sosial, 3) menerima kesatuan tubuh sebagaimana adanya, 4) mencapai kemerdekaan emosional, 5) menguasai seperangkat nilai dan sistem etika

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja putri merupakan seseorang yang berada pada fase antara anak-anak dan dewasa yang diiringi dengan terjadinya perubahan baik secara anatomi, fisiologi dan psikologis.

d. Ngebarcode

Ngebarcode merupakan bahasa dikalangan remaja untuk menyebut aktifitas menyayat lengan. Aktifitas ini dilakukan dengan cara menyakiti diri namun tidak dengan tujuan untuk bunuh diri, sehingga merupakan bentuk dari aktifitas *self-harming* atau menyakiti diri sendiri. *Self-harming* tergolong perilaku *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI) yaitu perilaku melukai diri sendiri dengan sengaja sehingga dapat mengakibatkan memar, pendarahan, rasa sakit dan terjadi kerusakan tubuh yang ringan tanpa niat untuk bunuh diri (*American Psychiatric Association*, 2013).

Ngebarcode merupakan tindakan pelarian dari perasaan tertekan (stress). Kondisi psikologis remaja yang labil rentan dengan upaya menyakiti diri sendiri. Salahsatu perbedaan psikologis antara remaja pria dan wanita terdapat dalam cara menghadapi (coping) stress. Cara remaja putri menghadapi stress menggunakan pendekatan *emotion focused coping*, sedangkan remaja putra menggunakan *problem focused coping* (Mulati, 2022). Hal ini membuat remaja putri lebih suka memendam perasaan, bersedih serta meluapkan emosinya pada ngebarcode.

Penelitian Yang Relevan

Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini diuraikan pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Penelitian yang Relevan

No	Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	<p>Judul Penelitian: <i>Self Disclosure</i> dalam Komunikasi Interpersonal: Kesetiaan, Cinta dan Kasih Sayang. Nama Peneliti: Dila Septiani, dkk. Di publikasikan pada: . Jurnal: Fokus. Tahun 2019. Vol.2.Edisi 6 November 2019. Hasil Penelitian: Keterbukaan akan mempermudah seseorang mendapatkan cinta dan kasih sayang. manusia yang terlibat dalam komunikasi interpersonal akan merasa lebih dihormati.</p>	<p>Keterbukaan (<i>self disclosure</i>) melalui curhat dapat membantu seseorang lebih merasakan cinta dan kasih sayang serta dihargai.</p>	<p>Keterbukaan digunakan sebagai cara untuk melakukan pendampingan sebaya kepada pelaku ngebarcode</p>
2	<p>Judul Penelitian: Perilaku Self-Harm atau Melukai Diri Sendiri yang Dilakukan Oleh Remaja Nama Peneliti:Thesalonika dkk Di publikasikan pada: Jurnal: Pekerjaan Sosial Tahun 2021. Vol 4 No.2 Hasil Penelitian Beberapa fakta self haram dikaji berdasarkan pendekatan sosial dan teori Personality Freud</p>	<p>Sama-sama mengkaji tentang self harm pada remaja</p>	<p>Berfokus pada pendampingan sebaya kepada remaja putri dengan pendekatan humanistik</p>

3	<p>Judul Penelitian:The Problem of Self-Disclosure Of Self Harming Behavior in Adolescence Nama Peneliti:Slavka Demuthova dkk Di publikasikan pada: Jurnal: PostModern Openings. Tahun 2020. Vol 11 Issue 4 Hasil Penelitian Penelitian ini mengkaji tentang remaja yang telah menerima intervensi psikologi dan berperilaku resiko</p>	<p>Adanya persamaan penelitian tentang keterbukaan atau curhat pada remaja yang melakukan <i>self harming</i> secara</p>	<p>Penelitian yang dilakukan oleh peneliti lebih spesifik memusatkan perhatian pada curhat remaja putri yang menyayat lengan (ngebarcode)</p>
4	<p>Judul Penelitian:Self-Disclosure and Psychological Resilience: The Mediating Roles of Self-Esteem and Self- Compassion Nama Peneliti:Jacquelyn Harvey dkk Di publikasikan pada: Jurnal Interpersona Tahun 2021 Vol 15(1) 90-104 Hasil Penelitian Ada hubungan antara keterbukaan (curhat) dengan resiliensi psikologis Karakteristik diri (terutama penghargaan diri dan arah diri) memediasi antara keterbukaan dengan resiliensi psikologis, sehingga terjadi dampak positif yang mengiringi keterbukaan..</p>	<p>Pentingnya curhat (keterbukaan) sebagai bagian dari upaya meningkatkan kepercayaan diri dan arah diri</p>	<p>Fokus kajian pada curhat untuk membantu pelaku ngebarcode</p>

Berdasarkan tabel tersebut, penelitian yang relevan dengan penelitian kami tersebut akan bermanfaat untuk saling melengkapi hasil penelitian tentang curhat sebagai bentuk pendampingan sebaya kepada remaja putri yang melakukan ngebarcode.

A. Metode Penelitian

Penelitian dilakukan di Kalianda, Kecamatan Lampung Selatan Propinsi Lampung pada kurun waktu bulan September hingga November 2023 terhadap remaja putri yang melakukan ngebarcode atau menyayat lengan. Adapun metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian Kualitatif merupakan metode yang dilakukan dengan cara mengeksplorasi serta memahami makna yang oleh sebagian orang atau kelompok dianggap berasal dari masalah sosial dan kemanusiaan (Creswell, 2012). Metode kualitatif dilakukan dengan cara berusaha mengkontruksi realitas serta memahami maknanya, sehingga sangat memperhatikan otensitas, proses serta peristiwa.(Somantri, 2005). Sehingga rancang bangun konseptual metode kualitatif terbentuk di lapangan setelah melakukan studi lapangan awal (Firman, 2021).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Prihatsanti (2018) mengemukakan, studi kasus digunakan untuk menyelidiki suatu peristiwa, situasi,

kondisi sosial serta memberi wawasan bagaimana suatu peristiwa terjadi. Creswell (2012) mengemukakan bahwa strategi studi kasus merupakan suatu strategi dimana peneliti menyelidiki suatu peristiwa, program, proses atau aktifitas yang dilakukan sekelompok individu. Adapun batasan suatu kasus adalah waktu dan aktifitas, peneliti mengumpulkan informasi berdasarkan prosedur pada waktu tertentu (Shake, dalam Creswell, 2012)

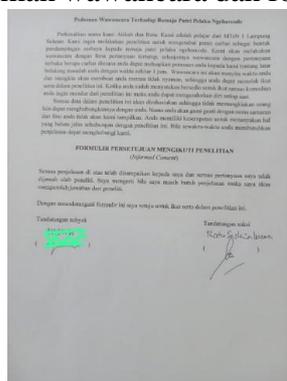
Subyek Penelitian

Subyek penelitian atau Informan dalam penelitian ini adalah remaja putri usia 14-15 tahun yang sedang bersekolah di SMP dan Madrasah di Kalianda, Lampung Selatan. Key person yang akan diteliti adalah remaja putri yang menyayat lengannya. Teknik sampel yang akan digunakan adalah sampel bertujuan (purposive sampling). Sebagaimana dikemukakan Sumargo (2021) bahwa purposive sampling merupakan metode yang digunakan untuk mengambil sampel dimana anggota sampel dari populasi telah ditentukan.. Adapun Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 5 orang remaja putri yang pernah melakukan ngebarcode dan terjaring dalam razia di sekolah.

Untuk mengambil data melalui responden maka kami terlebih dahulu menyampaikan formulir kesediaan kepada para responden. Isi dari formulir kesediaan responden dalam penelitian ini meliputi:

- a) Penjelasan tentang latar belakang penelitian serta tujuan penelitian.
- b) Penjelasan mengenai prosedur dalam melakukan wawancara terhadap responden.
- c) Penjelasan kemungkinan risiko serta ketidaknyamanan yang mungkin dapat timbul serta penjelasan bagaimana menangani efek samping dari perlakuan yang diberikan kepada subjek.
- d) Penjelasan manfaat yang akan didapatkan oleh subyek dari penelitian ini.
- e) Persetujuan bahwa peneliti dapat menjawab setiap pertanyaan yang diajukan subyek berkaitan dengan prosedur penelitian.
- f) Persetujuan responden dapat mengundurkan diri kapan saja.
- g) Jaminan penulisan data anonim dan kerahasiaan data bersangkutan tidak akan ditampilkan atau dipublikasikan.

Berikut adalah salah satu pedoman wawancara dan formulir persetujuan mengikuti penelitian.



Gambar 1. Pedoman Wawancara dan Formulir Persetujuan Mengikuti Penelitian

Dalam penelitian ini identitas informan dirahasiakan menggunakan nama bunga untuk melindungi privasi dan keselamatan informan mengingat ngebarcode merupakan sesuatu yang dianggap tabu dilakukan dikalangan orangtua dan guru bahkan masyarakat, sehingga

informan khawatir akan mendapatkan stigma negatif. Adapun data informan yang telah disamarkan namanya dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel.2 Identitas Informan / Partisipan

No	Nama Samaran informan	Usia	Domisili
1	Mawar	14 tahun	Kalianda
2	Melati	15 tahun	Kalianda
3	Matahari	14 tahun	Kalianda
4	Bunga	14 tahun	Kalianda
5	Tulip	14 tahun	Kalianda

Sumber: data primer

Adapun penyebutan subyek yang memberi informasi dalam penelitian kualitatif sebagaimana dikemukakan Zamili (2015), dapat diklasifikasikan sebagai berikut: a) native, yaitu penduduk pribumi, kemudian menjadi b) informan ; yaitu orang yang memberi informasi atau berita. Selanjutnya peneliti menjalin keakraban dalam konteks riset sehingga statusnya menjadi c) partisipan, yaitu orang yang berperan dan bekerjasama dalam penelitian.

Teknik dan Alat Pengumpul Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan catatan anekdot. Creswell (2012), mengemukakan prosedur pengumpulan data wawancara dapat dilakukan secara berhadapan, wawancara melalui telepon, media sosial atau focus group interview. Dalam penelitian ini wawancara dilakukan secara langsung berhadapan dengan informan. Pertanyaan yang akan diajukan bersifat tidak terstruktur dan terbuka, yang dirancang agar opini informan muncul dan diperoleh informasi yang lebih mendalam.

Hal ini sebagaimana dikemukakan Creswell (2012) Wawancara seperti ini tentu memerlukan pertanyaan yang secara umum tidak terstruktur dan terbuka untuk mendapatkan pandangan dan opini partisipan. Rekaman anekdot merupakan catatan kejadian siswa tentang tingkah laku siswa selama proses belajar berlangsung (Aqib, 2012). Catatan anekdot diambil melalui catatan yang ada pada bagian bimbingan dan konseling..

Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tematik analisis. Menurut Hartati (2020). pendekatan tematik analisis bertujuan untuk mencari esensi makna serta konsep pada data sehingga menghasilkan tema yang ringkas. Analisis data juga dilakukan menggunakan analisis Miles dan Hubberman (Alhojailan, 2012), yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Selanjutnya untuk meminimalkan hasil penelitian yang mengandung bias (subyektivitas peneliti) maka subyektivitas hasil penelitian direduksi menggunakan prinsip intersubyektivitas antar peneliti, Ilmuwan lain serta peneliti dan partisipan penelitian (Hanurawan, 2016). Sehingga dalam penelitian kualitatif untuk keterpercayaan (trustworthiness) dan kemampuannya dipertahankannya hasil penelitian (defensible) dapat menggunakan triangulasi data.

Menurut Creswell (2012) salahsatu strategi untuk memeriksa akurasi data adalah mentriangulasi (triangulate) sumber data yang berbeda melalui memeriksa bukti dari sumber berbeda yang akan digunakan untuk membangun justifikasi tema secara koheren. Triangulasi data menurut Denzin (dalam Zamili, 2015) terbagi pada empat aspek:

- 1) triangulasi data, yaitu gambaran data yang dikombinasikan dari beragam sumber dalam waktu yang berbeda
- 2) triangulasi investigator, yaitu menggunakan pewawancara atau observer lain c. triangulasi teori yaitu teori digunakan untuk memperkuat riset
- 3) triangulasi metodologi, yaitu menriangualsi metode yang sama dalam situasi berbeda dan menriangulasi metode yang berbeda untuk menghubungkan obyek yang sama.

Hasil analisis data selanjutnya akan dinarasikan dengan cara membuat deskripsi dan tema dari data penelitian.

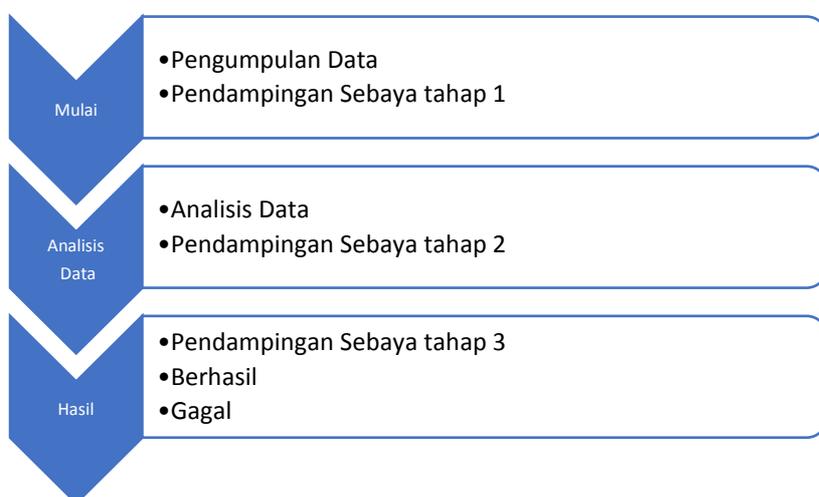
Sebagaimana dikemukakan Creswell (2012) tema yang mengandung keragaman perspektif dari para partisipan atau gambaran detail, setting serta para individu. Selanjutnya Creswell menguraikan strategi menuliskan hasil penelitian dan interpretasi data dengan teknik berikut:

- 1) gunakan cuplikan sertan variasi panjang dan pendek cuplikan dengan tepat
- 2) Catat percakapan yang terjadi selama penelitian dan sajikan percakapan tersebut dalam bahasa yang merefleksikan sensitivitas kultural
- 3) Sajikan informasi tekstual dalam bentuk tabel
- 4) Gunakan pernyataan dari partisipan untuk melabeli tema
- 5) Campurkan kutipan dengan penafsiran penulis
- 6) Gunakan inden untuk menuliskan kutiupan dari partisipan
- 7) Gunakan kata ganti :pertama ”saya” atau “kita” dalam bentuk naratif
- 8) Gunakan metafora dan analogi
- 9) Gunakan pendekatan naratif yang biasa digunakan dalam strategi kualitatif
- 10) Deskripsikan komparasi hasil penelitian dengan literatur pada topic serupa.
- 11) Sehingga narasi melalui deskripsi dan tema akan memperlihatkan hasil penelitian kualitatif dengan interpretasi yang lengkap.

Melalui langkah strategi tersebut dapat diperoleh interpretasi data yang mampu mengungkapkan hasil dari sebuah penelitian secara lengkap dan jelas.

Alur Penelitian

Adapun alur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. Alur Penelitian.

Keterangan:

- a. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara terhadap remaja putri yang melakukan ngebarcode.
- b. Pendampingan sebaya tahap 1 dilakukan secara langsung setelah diperoleh data sebagai bentuk mendengarkan curhat.
- c. Analisis Data dilakukan menggunakan tematik analisis dan triangulasi data.
- d. Pendampingan sebaya tahap 2 dilakukan sebagai bagian dari triangulasi data.
- e. Pendampingan sebaya tahap 3 dilakukan untuk mengetahui hasil dari pendampingan sebelumnya.
- f. Berhasil, bila pendampingan sebaya dapat membantu responden untuk tidak mengulangi ngebarcode.
- g. Gagal, bila pendampingan sebaya tidak berhasil membantu responden dan membuat responden mengulangi ngebarcode.

1. Hasil Dan Pembahasan (Times New Roman 12)

Hasil Penelitian

Fenomena ngebarcode atau menyayat lengan dikalangan remaja putri memperlihatkan kian beragamnya latar belakang masalah, cara melakukan ngebarcode hingga penggunaan alat untuk ngebarcode. Fenomena ini merupakan bagian dari perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*). *Self-harm* merupakan *Non-Suicidal Self Injury* (NSSI) ialah perilaku melukai diri sendiri yang dilakukan secara sengaja sehingga dapat mengakibatkan pendarahan, sakit, memar dan terjadi kerusakan tubuh tanpa niat untuk bunuh diri (*American Psychiatric Association*, 2013). Kerusakan tubuh tersebut berupa alur sayatan pada kulit yang menimbulkan garis-garis sayatan berwarna merah, terkadang hanya berupa memar bahkan pada beberapa responden menimbulkan luka.

Hasil penelitian selanjutnya dianalisis menggunakan analisis Miles dan Hubberman (dalam Alhojailan, 2012), yang meliputi reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan berfokus pada data yang berhubungan dengan tujuan penelitian. Mereduksi data juga bermakna merangkum serta memilih hal-hal pokok, berfokus pada hal yang penting untuk dicari tema dan polanya (Thalib, 2022).

Reduksi data berfokus pada hal-hal pokok terkait curhat pada remaja putri pelaku ngebarcode. Permasalahan yang dihadapi remaja tidak saja masalah yang berhubungan langsung sebagai latar belakang kekecewaan yang menyebabkan mereka ngebarcode tapi juga permasalahan kepada siapa mereka dapat mempercayai orang lain untuk menyampaikan permasalahan yang mereka hadapi (curhat).

Setelah dilakukan reduksi data dapat dilakukan analisis hasil penelitian yang dilakukan menggunakan tematik analisis. Tematik analisis merupakan analisis makna yang didasarkan pada tema yang menonjol yang berkaitan dengan kategori dalam tujuan penelitian (Hanurawan, 2016). Analisis tematik yang telah dilakukan terhadap informan tentang curhat atau keterbukaan menggunakan indikator keterbukaan diri (Ramadhana, 2018) yang meliputi:

1. Ukuran keterbukaan
2. Valensi

3. Kecemasan dan kejujuran
4. Maksud dan tujuan
5. Keintiman

Hasil Analisis tematik tentang keterbukaan diri dalam ngebarcode dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Analisis Tematik Perilaku Ngebarcode pada Remaja Putri berdasarkan Dimensi Pada Curhat

No	Dimensi	Mawar	Melati	Matahari	Bunga	Tulip
1	Ukuran keterbukaan (durasi)	Wawancara 1: Durasi komunikasi selama 12 menit 10 detik	Wawancara 1 : Durasi komunikasi selama 12 menit 31 detik	Wawancara 1: Durasi komunikasi 25 menit 10 detik	Durasi komunikasi selama 16 menit 18 detik	Durasi wawancara 20 menit 24 detik
		Wawancara 2: : 30 menit	Wawancara 2 : 30 menit	Wawancara 2 : 30 menit	Wawancara 2: 30 menit	Wawancara 2: 16 menit
2	Valensi (kualitas pengungkapan)	Bersedia mengungkapkan secara terbuka apa yang dirasakan berupa ketenangan saat ngebarcode, serta latar belakang masalah	Bersedia mengungkapkan secara terbuka lamanya ngebarcode, latar belakang serta penilaian terhadap diri sendiri	Bersedia mengungkapkan latar belakang masalah keluarga, karena orangtua bercerai dan tidak cocok dengan ayah tiri	Kurang terbuka mengungkapkan durasi sudah berapa lama ngebarcode. Tetapi bersedia mengungkapkan masalah keluarganya yaitu orangtua bertengkar.	Bersedia mengungkapkan alasan ngebarcode, Masalah terutama dengan orangtua, dimarah tanpa tau penyebabnya. Mendapatkan kekerasan emosional berupa kata-kata kasar. Melakukan ngebarcode sejak umur 5 tahun. Diawali dari coba-coba

						<p>menggunakan jarum pentol</p> <p>Menyembunyikan tisu bekas darah dengan cara dikubur.</p> <p>Ngebarcode karena menanyakan apakah benar statusnya bukan anak kandung. Dan mendapat jawaban yang kasar dari ibu.</p> <p>Merasakan kenyamanan setelah ngebarcode</p>
3	Kecemasan dan kejujuran	Tidak menunjukkan kecemasan, Ada kejujuran	Tidak menunjukkan rasa cemas. Ada kejujuran	Terdapat kecemasan. Jujur dalam bercerita. Merasakan nyaman setelah bercerita.	Terlihat cemas dan kurang terbuka. Merasakan kenyamanan setelah curhat	Merasakan kenyamanan setelah curhat
4	Keintiman	Sangat akrab, terbuka dan senang melakukan curhat.	Mau mengungkapkan hal pribadi, antara lain lokasi bagian tubuh yang di barcode	Bersedia mengungkapkan perilaku orang yang menggangu.	Kurang akrab	Sangat akrab dan mau mengungkapkan masalah pribadinya

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel analisis tersebut dapat diketahui latar belakang kasus-kasus tertentu terkait ngebarcode melalui curhat yang disajikan sebagai berikut:

1. Mawar

Mawar merupakan satu-satunya responden dalam penelitian ini yang tidak bersekolah di madrasah melainkan di SMP. Mawar merupakan sahabat dekat Ratu.

Mawar mengemukakan adanya perasaan ketenangan yang timbul ketika dia melampiaskan kesedihannya melalui ngebarcode. Dia menceritakan semua latar belakang masalah yang menyebabkan melakukan ngebarcode secara jujur dan terbuka. Masalah yang dihadapi terutama kesulitan dalam berinteraksi dengan orang tua serta masalah putus cinta.

Melalui curhat Mawar merasa senang karena tidak lagi merasa kesepian dan nada yang mau mendengarkan kisahnya. Sayangnya pada wawancara ketiga Mawar sulit dihubungi karena dia berada di sekolah yang berbeda dan telepon selularnya tidak aktif. Sehingga tidak diketahui apakah Mawar masih mengulangi ngebarcode atau tidak.

2. Melati

Melati merupakan siswi kelas tiga di madrasah. Melati bersikap terbuka ketika melakukan curhat. Permasalahan yang dihadapi terutama kesulitan berkomunikasi dengan orang tua serta masalah pacaran. Melati melakukan ngebarcode beberapa kali dengan daerah yang berpindah-pindah. Tidak hanya tangan namun juga di paha.

Ngebarcode yang dilakukannya terutama pada daerah yang tersembunyi karena khawatir diketahui orangtua dan guru. Alat yang digunakan adalah kaca dan cutter. Pada wawancara kedua dan ketiga Melati sulit dihubungi dan ditemui. Namun guru pembimbing dalam penelitian ini melakukan pengamatan terjadi perubahan sikap pada Melati yang kini lebih ceria dan terbuka dibandingkan sebelum dilakukan pendampingan. Tetapi tidak terungkap apakah Melati mengulangi ngebarcode atau tidak.

3. Matahari

Matahari merupakan siswi kelas tiga di madrasah. Dia merupakan siswi yang berprestasi, aktif dalam berbagai kegiatan Osis serta Pramuka. Matahari melakukan ngebarcode karena adanya pelecehan yang dilakukan orangtua tirinya. Dia juga menghadapi masalah yang sulit dalam berkomunikasi dengan orangtuanya karena dituduh pacaran padahal pergi mengaji. Di pengajian dia juga bermasalah dengan temannya yang merasa di tikung (diambil) pacarnya. Masalah-masalah tersebut membuat Matahari ngebarcode.

Sayangnya setelah dilakukan pendampingan sebaya dia mengulangi lagi ngebarcode. Dan pada wawancara ketiga dia tidak bersedia mengungkapkan masalahnya yang ditandai dengan air mata yang mulai meleleh. Untuk itu guru pembimbing hanya memberikan saran agar tidak menyakiti diri sendiri dan bersabar.

4. Bunga

Bunga merupakan siswi kelas tiga. Dia aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler di madrasah sebagai anggota pramuka dan kesenian. Latar belakang masalah yang membuat dia ngebarcode adalah cekcok yang terjadi diantara kedua orangtuanya yang berujung pada perceraian. Bunga lebih tertutup saat menyampaikan kisahnya dan lebih terbuka saat curhat kepada guru pembimbing.

Bunga tidak mengulangi lagi ngebarcodenya dan saat ini telah ceria kembali dan aktif dalam mengikuti kegiatan-kegiatan di madrasah.

5. Tulip

Tulip merupakan siswi kelas dua. Dia aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler bahkan berprestasi dalam lomba keagamaan. Latar belakang ngebarcodenya adalah perkecokan dengan orangtua terutama ibu. Bunga mengakui bahwa dia bukanlah anak kandung, sehingga karena frustrasi mengetahui hal tersebut ketika dia masih TK pada usia 5 tahun, Tulip mengaku telah mulai ngebarcode. Saat ini Tulip masih sering menghadapi masalah dengan orangtuanya dan kembali dalam bimbingan guru BK di sekolah, Namun Tulip sudah tidak ngebarcode lagi.

Adapun untuk mendapatkan keabsahan data digunakan triangulasi sumber. Triangulasi sumber merupakan teknik analisis untuk menguji kredibilitas yang dilakukan dengan cara mengecek dari sumber sama namun dengan teknik berbeda. melalui observasi dan wawancara berbeda pula (Permatasari,2021). Salahsatu strategi untuk memeriksa akurasi data dapat dilakukan dengan cara mentriangulasi (triangulate) sumber data yang berbeda melalui memeriksa bukti dari sumber berbeda yang akan digunakan untuk membangun justifikasi tema secara koheren (Creswell,2012). Triangulasi data menurut Denzin (dalam Zamili, 2015) terbagi pada empat aspek:

- triangulasi data, yaitu gambaran data yang dikombinasikan dari beragam sumber dalam waktu yang berbeda
- triangulasi investigator, yaitu menggunakan pewawancara atau observer lain
- triangulasi teori yaitu teori digunakan untuk memperkuat riset
- triangulasi metodologi, yaitu mentriangulasi metode yang sama dalam situasi berbeda dan mentriangulasi metode yang berbeda untuk menghubungkan obyek yang sama.

Triangulasi data dilakukan dengan cara mengkombinasikan data dari sumber dan waktu yang berbeda.

Melalui observasi dan wawancara terhadap informan/partisipan yang berbeda diperoleh hasil konsisten tentang peran curhat sebagai pendamping sebaya pada remaja putri yang melakukan ngebarcode, yaitu adanya keterbukaan dari para informan/partisipan kepada kami untuk mau melakukan curhat. Triangulasi data terhadap partisipan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Triangulasi data Perolehan Informan Kunci

No	Partisipan	Waktu Observasi	Waktu I Wawancara	Waktu II Wawancara	Waktu III Wawancara	Keterangan
1	Mawar	15 Juni 2023	11 Juli 2023	Sulit dihubungi	Sulit dihubungi	Kendala dilarang orangtua
2	Melati	17 Juni 2023	24 Juli 2023	Sulit dihubungi	Sulit dihubungi dan ditemui	Kendala di larang orangtua pegang HP

3	Matahari	16 uni 2023	7 Agustus 2023	9 Agustus 2023	18 Sept 2023	Informan kunci
4	Bunga	16 Juni 2023	7 Agustus 2023	9 Agustus 2023	18 Sept 2023	Informan kunci
5	Tulip	27 Juni 2023	7 Agustus 2023	9 Agustus 2023	20 Sept 2023	Informan kunci

Sumber: Data primer

Pada tahap wawancara ke dua diperoleh informan kunci atau informan ahli (expert or key informan). Informan kunci adalah mereka yang memiliki berbagai informasi pokok yang diperlukan, atau secara berantai meminta informasi kepada orang yang pernah diwawancarai (Faradina, 2016). Investigasi hanya dilakukan sampai tiga kali karena sudah mulai ditemukan adanya saturasi data (kejenuhan). Kekhawatiran juga dilatarbelakangi adanya kesedihan dari para informan kunci sehingga dikhawatirkan justru memancing mereka untuk kembali ngebarcode..

Selanjutnya triangulasi investigator dilakukan oleh pewawancara dan observer yang berbeda. Kegiatan ini dapat dilihat pada table berikut::

Tabel 5. Triangulasi investigator curhat sebagai pendamping sebaya kepada remaja putri pelaku ngebarcode

No	Partisipan	Obs	Invest	W 1	Invest	W 2	Invest	W 3	Investigator
1	Mawar	15/6/2023	Ratu	11/7/2023	Ratu	-	Ratu	-	Sulit dihubungi
2	Melati	17/6/2023	Atikah	24/7/2023	Atikah	-	Atikah	-	Sulit dihubungi
3	Matahari	16/6/2023	Atikah	7/7/2023	Ratu	9/8/2023	Atikah	18/9/2023	Pembimbing (sebagai triangulasi)
4	Bunga	16/6/2023	Atikah	7/7/2023	Ratu	9/8/2023	Ratu	18/9/2023	Pembimbing (sebagai triangulasi)
5	Tulip	27/6/2023	Ratu	7/7/2023	Ratu	9/8/2023	Ratu	20/9/2023	Pembimbing (sebagai triangulasi)

Sumber: Data primer

Keterangan :

Invest: investigator

W 1,2,3 : Wawancara 1, 2, 3

Pada triangulasi investigator kami melibatkan pembimbing kami yang berlatar belakang pendidikan Sarjana Psikologi, sebagai bagian dari triangulasi sumber oleh pewawancara dan observer lain. Adapun triangulasi teori dilakukan melalui membaca buku referensi metodologi penelitian kualitatif, buku bidang kajian ilmu psikologi serta bimbingan dan konseling. dan melalui jurnal ilmiah terutama yang berusia maksimal 10 tahun terkecuali untuk teori yang merupakan *grounded theory* yang sudah sulit ditemukan. Jurnal diakses melalui Google Scholar / Google Cendekia serta Perpustakaan Nasional. Selanjutnya triangulasi metodologi dilakukan melalui metode pengumpulan data observasi serta wawancara. Selain metode observasi dan wawancara kami juga menggunakan laporan anekdot sebagai data awal dari guru bimbingan dan konseling. Triangulasi teori selanjutnya akan digunakan dalam pembahasan hasil penelitian.

Pembahasan

Banyak penelitian yang memperlihatkan data bahwa ngebarcode tampaknya mulai banyak diminati remaja bahkan orang dewasa dan terutama perempuan. Ngebarcode saat ini menjadi trend sebagai indikasi dari adanya gangguan kesehatan mental. Penelitian di negara lain memperlihatkan kecenderungan remaja melakukan ngebarcode mencapai 45% (Demuthova, 2020). Bagaimana dengan di Indonesia? Survey terkait dengan remaja ngebarcode yang terpapar media sosial memperlihatkan remaja pada usia *emerging adulthood* yaitu 18-25 tahun sebanyak 45, 8% melakukan *self-harm* (Widyawati 2021).

Diantara beberapa solusi yang coba diberikan terhadap perilaku ngebarcode adalah melalui curhat (*self disclosure*). Sebagaimana penelitian Demuthova (2020) sebanyak 52, 25 pelaku *self-harming* ingin melakukan curhat, dan hanya 51,5% tidak ingin curhat. Dari mereka yang ingin curhat tersebut sebanyak 68,6% adalah perempuan. Melalui penelitian ini dapat diketahui bahwa beberapa siswi juga menyukai curhat sejalan dengan penelitian yang dilakukan Demuthova tersebut. Untuk melakukan pendampingan sebaya kami terlebih dahulu berlatih dengan guru pembimbing tentang dasar-dasar dalam konseling serta kami melakukan bermain peran sebagai konselor dan konseli.

Melalui latihan tersebut kami dapat lebih mudah dan terbuka dengan partisipan. Keterbukaan dari partisipan akan menentukan terungkap atau tidaknya latar belakang serta masalah yang terkait dengan ngebarcode yang dihadapi partisipan.

Sebagai pendamping sebaya kami berusaha untuk menggunakan pendekatan humanistik. Karena kami percaya bahwa setiap manusia memiliki kesempatan untuk berubah dan memperbaiki diri. Sehingga pendekatan yang kami lakukan yaitu *client centered* membuat kami menerima alasan dan masalah yang mereka hadapi tanpa harus kami intervensi. Walaupun kami tetap memberikan pencerahan dan mengingatkan bahaya serta resiko ngebarcode secara perlahan. Agar menghindari terjadinya kejenuhan dan perasaan tidak suka dari mereka bila terlalu dinasihati. Sehingga kami lebih banyak mendengarkan curhatan mereka.

Hal ini sejalan dengan pendapat Salahudin (2012) yang mengemukakan konselor dapat membina hubungan dengan konseli menggunakan pendekatan berpusat pada klien (*client-centered counseling*). Pendekatan yang digunakan berpusat pada partisipan disebut juga *non directive counseling*. Yaitu tidak mengarahkan, sehingga partisipan lebih bebas bercerita. Cara yang tidak mengarahkan (*Non directive counseling*) merupakan pendekatan yang memandang manusia memiliki kecenderungan untuk berfungsi penuh dalam mdemperbaiki dirinya.

Melalui wawancara ditemukan adanya keterbukaan dari partisipan sehingga diketahui bahwa mereka menyukai curhat karena merasa lega (*plong*) setelah bercerita dan mengungkapkan masalah yang melatabelakangi ngebarcode. Kesiediaan partisipan untuk bercerita tidak terlepas dari teknik wawancara yang dilakukan oleh peneliti, yaitu berkomunikasi dengan gaya komunikasi remaja sebaya mereka. Beberapa istilah penyebutan panggilan dengan istilah “gua”, “elo”, “aku” membuat wawancara dan proses curhat berjalan lancar dan cair, serta tidak terkesan kaku. Hal ini sejalan dengan pendapat McKenzie (dalam Davison, 2006) bahwa pengaruh teman sebaya yang besar terjadi karena mereka mampu sepenuhnya memahami bahasa yang digunakan di antara mereka, apa yang dipikirkan, perasaan, kesedihan, tanda atau kode tertentu, genggaman yang mereka rasakan, serta kata sandi yang mereka pahami

Penerimaan pendampingan sebaya ini sejalan dengan pendapat Rizki (2015) yang mengemukakan keterbukaan memiliki dua jenis konsepsi yaitu:

a) berbagi pengalaman, dimana interviewer berbagi pengalaman dengan klien, Dalam hal ini kami berbagi kisah tanpa terkesan menasihati agar mereka mau bercerita dan mencurahkan atau berbagi perasaan dengan kami.

b) melakukan hal yang sama dan menerima perbedaan yaitu kami bersikap terbuka dan tidak

ingin menghakimi apa yang mereka lakukan. Kami mengedepankan perasaan empati dan bersedia menerima perbedaan dari mereka.

Kondisi ini sejalan dengan temuan Demuthova (2020) dalam indikator *self-disclosure* bahwa remaja putri sebanyak 44,1% tidak curhat kepada siapapun (*hasn't told anybody*) dibandingkan pria (62,6%). Sedangkan pada indikator pernah curhat (*has told somebody*) 55,9 % remaja putri melakukannya, dibandingkan putra yang hanya 37,4% pernah curhat kepada orang lain. Fenomena ini menunjukkan pendampingan sebaya melalui curhat lebih banyak dilakukan remaja putri daripada remaja pria.

Tempat yang kami gunakan untuk melakuakn wawancara dan pendampingan sebaya merupakan tempat yang privat, yang cukup jauh dari keramaian, Baik itu ketika dilakukan dirumah atau disekolah. Saat di luar rumah kami memilih halaman atau teras rumah yang sekiranya tidak didengar oleh orang lain. Saat disekolah kami memilih mushola yang sedang sepi. Walaupun demikian tidak semua curhat memberikan dampak positif untuk merubah perilaku ngebarcode karena masih ditemui siswi yang kembali mengulanginya. Tetapi bila dibandingkan yang berhenti sebanyak 2 responden berhenti ngebarcode. Melalui analisis tematik dapat diketahui bahwa keterbukaan partisipan kepada pendamping sebaya sebagian besar (4 orang) bersikap terbuka (*disclosure*). Hanya 1 orang yang bersikap tertutup.

Sejumlah fakta yang terungkap seputar ngebarcode antara lain:

1. Seorang partisipan mengaku mulai ngebarcode pada usia 5 tahun
2. Seorang partisipan mengaku tidak hanya menyayat tangan tapi juga paha
3. Seorang partisipan menggunakan jarum pentol untuk ngebarcode
4. Seorang partisipan mengubur tisu yang digunakan untuk menghilangkan bekas darah
5. Alat lain yang digunakan untuk ngebarcode adalah pecahan kaca, silet dan cutter
6. Mayoritas partisipan mengaku merasa lega setelah ngebarcode
7. Beberapa partisipan merasa ketagihan untuk ngebarcode
8. Seorang partisipan menceritakan arah ngebarcode, tidak hanya kesamping tapi juga lurus kedepan
9. Beberapa partisipan mengaku awalnya ikut-ikutan tren melalui media sosial di tahun 2020
10. Latar belakang masalah ngebarcode antara lain perasaan kesepian, kekerasan emosional dari orang terdekat, pelecehan seksual dari orang terdekat, diputuskan pacar, pertengkaran orangtua dan perceraian.
11. Mayoritas partisipan tidak ngebarcode untuk penyalahgunaan narkoba. tetapi murni masalah pribadi.

Setelah dilaksanakan pendampingan mayoritas partisipan merasa lega usai menceritakan masalahnya kepada kami. Sehingga pendampingan sebaya melalui curhat dapat membantu meringankan sebagian beban yang partisipan rasakan, walaupun ada seorang responden yang masih mengulangi ngebarcode.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa curhat dapat menjadi alternatif sebagai pendampingan sebaya kepada remaja putri pelaku ngebarcode. Peran curhat pada remaja putri sangat besar sebagai wahana bagi mereka untuk menceritakan dan menyampaikan keluh kesah mereka. Curhat akan semakin mudah dilakukan ketika terjadi saling keterbukaan dan komitmen untuk menjaga privasi informan.

Mayoritas informan mengatakan pernah mengulangi ngebarcode ketika kembali merasa tertekan dan menghadapi masalah. Mereka mendapatkan sensasi perasaan lega ketika usai ngebarcode sebagai wujud pelampiasan rasa sedih yang mereka rasakan. Penggunaan berbagai macam alat menggambarkan terjadinya eksplorasi mencoba dari berbagai pengalaman ngebarcode. Tapi adanya perasaan takut dan adanya stigma negatif membuat informan menyembunyikan bekas ngebarcode mereka dilengan antara lain dengan memakai baju lengan panjang atau ngebarcode di anggota tubuh yang lebih tersembunyi.

Pengalaman ngebarcode diperoleh informan dari ikut-ikutan teman, media sosial hingga coba-coba. Berbagai latar belakang masalah yang disampaikan informan antaralain adanya perasaan kesepian, kekerasan emosional, pelecehan, membuat informan mengalami perasaan sedih dan meluapkan emosinya melalui ngebarcode. Sehingga latar belakang informan melakukan ngebarcode bukan karena narkoba tetapi karena beban masalah yang mereka rasakan dan hadapi.

Saran yang dapat diberikan dari peneliti adalah perlunya orangtua dan guru membuka keran komunikasi yang lebih akrab dan memahami remaja putri. Pola indoktrinasi,

komunikasi hanya satu arah dari orang dewasa kepada remaja putri tidak akan efektif untuk membuat remaja putri berani curhat kepada orangtua dan guru.

Penemuan kasus ngebarcode tidak semestinya ditangani dengan hukuman tetapi perlu dibicarakan secara privat dari hati ke hati apa yang menyebabkan remaja putri ngebarcode. Untuk itu orangtua, guru dan teman sebaya perlu mengedepankan empati kepada pelaku ngebarcode karena sejatinya mereka merupakan korban dari berbagai konflik yang mereka alami dan rasakan.

Masih banyak hal yang dapat digali lebih dalam dari penelitian ini. Diharapkan ada penelitian lebih lanjut dari apa yang sudah kami teliti baik sebagai cross check maupun penelitian lanjutan.

Daftar Pustaka

- Aqib, Zainal. (2012). *Ihtisar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Penerbit Yrama Widya. Bandung. 226
- Alhojailan, Mohammed Ibrahim. (2012). *Thematic Analysis: A critical review Of its Process And Review*. WEI International European Academic Conference Proceeding. 14-17 October 2012. Zagreb. Croatia. Diakses dari: https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=procedure+theme+analysis&btnG=
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Washington DC: American Psychiatric Publishing. Diakses dari. <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>.
- Creswell, John W. (2012). *Research Design. Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta. 266
- Davidson. Larry. Mathew Chinman. David Sells. Michael Rowe. (2006) *Peer Support Among Adults With Serious Mental Illness: A Report From the Field*. [Schizophrenia Bulletin](https://doi.org/10.1093/schbul/sbj043) 32(3):443-50 DOI:10.1093/schbul/sbj043. Researchgatenet publication. Mental Illness Research, Education, and Clinical Center, West Los Angeles VA Healthcare Center. Diakses dari. <https://academic.oup.com/schizophreniabulletin/article/32/3/443/1908473>
- Demuthova. Slavka. Ivana Vaclavikova. Lenka Selecka. Marek Blatny. (2020). *The Problem of Self Disclosure of Self-Harming Behaviour in Adolescence.. Slovakia. Postmodern Opening Volume II Issue 4*. Diakses dari <https://www.lumenpublishing.com/journals/index.php/po/article/view/3458>
- Faradina. Novira. (2016). *Penerimaan Diri pada Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*. *Jurnal Psikoborneo*. Vol.4 No.1, FISIP. Program Studi Psikologi. Universitas Mulawarman samarinda. Diakses dari. <https://ocs.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/3925>
- Firmansyah, Muhammad dan M. Masrun. (2021). *Esensi Perbedaan Metode Kualitatif dan Kuantitatif Elastisitas*. Mataram. *Jurnal Ekonomi Pembangunan*. Vol. 3. No 21. Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Mataram. Diakses dari <http://www.elastisitas.unram.ac.id/index.php/elastisitas/article/view/46>.
- Hanurawan, Fattah. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. PT. Rajagrafindo Persada. Jakarta

- Hartati, Niken. (2020). Apakah Sistem Kekerabatan Matrilineal di Suku Minang Masih Membudaya? Analisis Tematik pada Makna Pemberian Dukungan Sosial Mamak Kepada Kemenakan. *Jurnal Psikologi Sosial*. Vol 18. No.03. 199-210. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Padang. Kota Padang. Diakses dari <http://jps.ui.ac.id/index.php/jps/article/view/171>
- Jacquelyn, Harvey. (2021). Self-Disclosure and Psychological Resilience: The mediating Roles of Self Esteem and Self-Compassion. *Interpersona*, Jun 2021, Vol. 15 Issue 1.UMN. Edu. Diakses dari <https://e-resources.perpusnas.go.id:2243/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=35943b60-4ea7-4ab1-8a91-b251eea9a273%40redis>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2021) Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja. Politeknik Kesejahteraan Sosial. Bandung. Diakses dari <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/38/4322/survei-pengalaman-hidup-anak-dan-remaja-tahun-2021>
- Liem, Andrian. (2022). *Predicting Self-harm and Suicide Ideation during the Covid-19 Pandemic in Indonesia: A Nation Wide Survey Report* . Jurnal BMC Psychiatry. Monash University Malaysia. Subang Jaya, Selangor. Diakses dari <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-022-03944-w?ref=sanitybytanmoy.com>
- Mulati, Yeni. (2022). “Curhat Yuk Jangan Pendam Masalahmu” Layanan Konsultasi *OnLine* Untuk Membantu Problematika Seputar Masalah remaja. *Jurnal Warta LPM*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses pada 10 Maret 2023. <https://journals2.ums.ac.id/index.php/warta/article/view/1038>
- Nurdiani, Nina. (2014). Teknik Sampling *Snowball* dalam Penelitian Lapangan . *Jurnal Comtech* Vol.5. Universitas Bina Nusantara. Jakarta. Diakses dari <https://journal.binus.ac.id/index.php/comtech/article/view/2427>
- Widodo, S. (2020). Rendahnya Intensi Anak untuk Curhat Kepada Orang Tua Pada Siswa Mathlaul Anwar. Pamulang. *Jurnal Abdimas* Vol 1 No 2. Universitas Pamulang. Jakarta. Diakses dari <https://core.ac.uk/download/pdf/337612124.pdf>
- Widyawati, Risma Amelia & Afif Kurniawan. (2021). Pengaruh Paparan Media Sosial terhadap Perilaku Self Harm pada Pengguna Media Sosial Emerging Adulthood. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Unair*. Vol.1(1). 120-128. Diakses dari: <https://repository.unair.ac.id/105594/>
- World Health Organization. “Assessment for Self Harm/ Suicide in Persons with Priority Mental, Neurological and Substance Use Disorders.” (2015). New York. Diakses dari : https://www.who.int/mental_health/mhgap/evidence/suicide/q1/en/ .
- World Health Organization “Adolescent Health”. (2023) Diakses dari https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1.

- Permatasari, Nindi Andriani (2021). Model Penanamn Karakter DisiplinSiswa Sekolah Dasar pada Masa Pembelajaran Daring. Jurnal Edukatif. Vol.3 No. 6. Tahun 2021.Diakses dari <https://www.edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1303/pdf>
- Prihatsanti, Unika. (2018). Menggunakan Studi Kasus sebagai Metode Ilmiah dalam Psikologi. Buletin Psikologi. Volume 26. No.2 Universitas Gajah Mada. Yogyakarta. Diakses dari <https://journal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/38895/pdf>.
- Prayitno. (2004). Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Rineka Cipta.dan Pusat Perbukuan Depdiknas. Jakarta.
- Ramadhana, Maulana Rezi, (2018). Keterbukaan Diri dalam Komunikasi Orangtua-Anak pada Remaja Pola Asuh Orangtua Authoritarian.channel jurnal komunikasi. Channel Jurnal Komunikasi. Vol. 6. No. 2 Oktober 2018. Diakses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=keterbukaan+diri+ko+munikasi&btnG=&oq=keterbukaan+diri+
- Riski, Binta Mu'tiya. (2015). Self Disclosure: Definisi, Operasionalisasi, dan Skema Proses. Semarang. Intuisi. Jurnal Ilmiah Psikologi. Universitas Negeri Semarang. Semarang. Diakses dari <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/view/11617>
- Salahudin, Anas. (2012). Bimbingan dan Konseling. CV. Pustaka Setia. Bandung. 85
- Salmiati. (2018). Pelatihan Konselor Sebaya. MATAPPA Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat. STKIP Andi Matappa. Pangkajene. Sulawesi Selatan. Diakses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=pelatihan+konselor+se+baya&btnG=.
- Septiani, Dila, (2019). Self Disclosure dalam Komunikasi Interpersonal: Kesetiaan, Cinta dan Kasih Sayang. Jurnal Fokus. Vol.2.6 November 2019.Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP Siliwangi. Bandung. Diakses dari <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/4128>
- Shohib, Muhammad (2016). Pendampingan kelompok konselor sebaya di Kota Batu. Jurnal Dedikasi . Malang. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang . <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/dedikasi/article/view/3135>
- Somantri. Rusliwa Gumilar. (2005). Memahami Metode Kualitatif. Jakarta. Jurnal Makara Human Behavior Studies in Asia. Volume 9 number 2 article 8.Universitas Indonesia. Jakarta. Diakses dari <https://scholarhub.ui.ac.id/cgi/viewcontent.cgi?article=1255&context=hubsasia>.
- Sumargo, Bagus. (2020) Teknik Sampling. UNJ Press. Diunduh dari https://books.google.co.id/books?id=FuUKEAAAQBAJ&printsec=copyright&hl=id&source=gbs_pub_info_r#v=onepage&q&f=false
- Thalib, Muhamad Anwar. (2022). Pelatihan Analisis Data Model Miles and Huberman Untuk Riset Akuntansi Budaya. Jurnal Madani. Vol. 5. No.1 (Februari 2022). IAIN Sultan Amai. Gorontalo. Diunduh pada 12 Agustus 2023. <https://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/md/article/view/2581>.
- Thesalonika. Tarigan & Nurliana Cipta Apsari (2021). Perilaku Self-Harm atau Melukai Diri

Sendiri yang Dilakukan Oleh Remaja. Jurnal Pekerjaan Sosial. Vol. 4 No,2 diakses dari. <http://journal.unpad.ac.id/focus/article/view/31405>

Zamili, Moh. 2015. Menghindar dari Bias: Praktik Triangulasi dan Kesahihan Riset Kualitatif. Jurnal Lisan Al Hal. Ibrahimy. Vol. 7 No,2 Desember 2015. Diakses dari <https://journal.ibrahimy.ac.id/index.php/lisanalhal/article/view/97/84>