

**SKRIPSI**

**FAKTOR YANG BERKONTRIBUSI TERHADAP PERILAKU  
MENYAKITI DIRI SENDIRI (*SELF-HARM*) PADA  
MAHASISWA KEDOKTERAN TAHUN 2023**



**Ratu Sarifah Juhur**

**04011182025003**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2023**

**SKRIPSI**  
**FAKTOR YANG BERKONTRIBUSI TERHADAP PERILAKU**  
**MENYAKITI DIRI SENDIRI (*SELF-HARM*) PADA**  
**MAHASISWA KEDOKTERAN TAHUN 2023**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana  
Kedokteran (S.Ked) di Universitas Sriwijaya



**Ratu Sarifah Juhur**  
**04011182025003**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**  
**2023**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**FAKTOR YANG BERKONTRIBUSI TERHADAP PERILAKU**  
**MENYAKITI DIRI SENDIRI (*SELF-HARM*) PADA MAHASISWA**  
**KEDOKTERAN TAHUN 2023**

**LAPORAN AKHIR SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran (S.Ked)

Oleh:  
**Ratu Sarifah Juhur**  
**04011182025003**

Palembang, 22 Desember 2023  
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**Pembimbing I**  
**dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes**  
NIP. 198509272010122006

**Pembimbing II**  
**dr. Diyaz Syauki Ikhsan, Sp.KJ**  
NIP. 198503092009121004

**Penguji I**  
**dr. Bintang Arroyantri Pranajaya, Sp.Ki**  
NIP. 198702052014042002

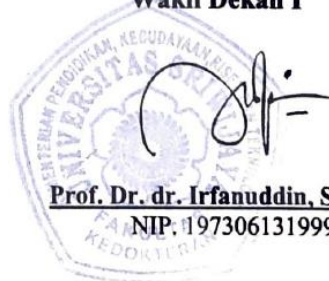
**Penguji II**  
**Fatmawati S.SI.,M.SI**  
NIP. 195012161982032001

Mengetahui,  
**Koordinator Program Studi**  
**Pendidikan Dokter**



**dr. Susilawati, M.Kes**  
NIP. 197802272010122001

**Wakil Dekan I**



**Prof. Dr. dr. Irfanuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked**  
NIP. 197306131999031001

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Laporan Akhir Skripsi ini dengan judul “Faktor Yang Berkontribusi Terhadap Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (Self-Harm) Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun 2023” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Palembang, 22 Desember 2023

Tim Penguji Karya Ilmiah berupa Laporan Akhir Skripsi

### Pembimbing I

dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes  
NIP. 198509272010122006



### Pembimbing II

dr. Diyaz Syauki Ikhsan, Sp.KJ  
NIP. 198503092009121004



### Penguji I

dr. Bintang Arroyantri Pranajaya, Sp.Ki  
NIP. 198702052014042002



### Penguji II

Fatmawati S.Si., M.Si  
NIP. 195012161982032001



Mengetahui,  
Koordinator Program Studi  
Pendidikan Dokter

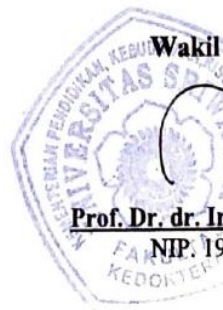


dr. Susilawati, M.Kes  
NIP. 197802272010122001

Wakil Dekan I



Prof. Dr. dr. Irfanuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked  
NIP. 197306131999031001



## HALAMAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ratu Sarifah Juhur  
NIM : 04011182025003  
Judul Skripsi : Faktor Yang Berkontribusi Terhadap Perilaku Menyakiti Diri Sendiri (*Self-Harm*) Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun 2023

Menyatakan bahwa skripsi saya merupakan hasil karya saya sendiri didampingi tim pembimbing bukan hasil penjiplakan/plagiat. Apabila ditemukan unsur penjiplakan/plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku. Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.



Palembang, 22 Desember 2023



Ratu Sarifah Juhur

## ABSTRAK

### FAKTOR YANG BERKONTRIBUSI TERHADAP PERILAKU MENYAKITI DIRI SENDIRI (*SELF-HARM*) PADA MAHASISWA KEDOKTERAN TAHUN 2023

(Ratu Sarifah Juhur, Desember 2023, 76 Halaman)  
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**Latar Belakang:** *Self-Harm*, atau tindakan melukai diri sendiri, merupakan tindakan yang dilakukan sebagai mekanisme koping untuk mengatasi tekanan atau rasa sakit emosional dengan cara menyakiti dan merugikan diri sendiri, tanpa adanya niat untuk mengakhiri hidup. Pada dasarnya, mahasiswa kedokteran menghadapi tekanan akademik yang tinggi dengan beban studi yang padat dan tuntutan waktu yang ketat. Selain menghadapi kondisi akademik, mahasiswa kedokteran memiliki tuntutan akan menghadapi masa depan menjadi seorang Dokter. Eksplorasi diri pada masa transisi di umur mahasiswa tidak selalu berkolerasi positif dengan harapan yang direncanakan, sehingga tak jarang mereka menghukum diri mereka sendiri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui serta mendeskripsikan faktor yang berkontribusi terhadap perilaku menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*) pada mahasiswa Kedokteran tahun 2020.

**Metode :** Jenis penelitian ini adalah penelitian deksriptif dengan pendekatan kualitatif dengan teknik *Deep Interview*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah sembilan orang dengan teknik *Purposive Sampling*.

**Hasil :** Sembilan informan mengemukakan *Self-Harm* terjadi oleh karena variasi faktor yang saling memberikan dukungan dan berakumulasi sebagai rasa sakit bersifat psikis. Para informan telah berupaya mencari koping lain untuk meregulasi emosi mereka, beberapa upaya berhasil menurunkan perasaan negatif, dan beberapa informan lainnya masih terperangkap pada rasa nikmat dari tindakan *Self-Harm*.

**Kesimpulan :** Terdapat keterkaitan antar tindakan *Self-Harm* dengan trauma masa kecil, tuntutan akademik, relasi sosial seperti teman dan kekasih serta regulasi diri yang buruk pada mahasiswa kedokteran Universitas Sriwijaya Angkatan 2020.

**Kata Kunci :** *Self-Harm*, Trauma, Mahasiswa Kedokteran, Bunuh diri.

## ABSTRACT

### ***FACTORS THAT CONTRIBUTE TO SELF-HARM BEHAVIOR IN MEDICAL STUDENTS YEAR 2023***

(Ratu Sarifah Juhur, December 2023, 76 Pages)  
Sriwijaya University Faculty of Medicine

**Background:** *Self-harm, or the act of injuring oneself, is an action carried out as a coping mechanism to overcome emotional stress or pain by hurting and harming oneself, without any intention of ending one's life. Medical students face high academic pressure with dense study loads and tight time demands. Apart from facing academic conditions, medical students have demands to face the future of becoming a doctor. Self-exploration during the transition period at student age does not always correlate positively with planned expectations, so they often punish themselves. This research aims to find out and describe the factors that contribute to self-harm behavior in medical students in 2020.*

**Method:** *This type of research is descriptive research with a qualitative approach using Deep Interview techniques. The sample in this study consisted of nine people using the Purposive Sampling technique.*

**Results:** *Nine informants stated that Self-Harm occurs due to a variety of factors that provide mutual support and accumulate as psychological pain. The informants have tried to find coping to regulate their emotions, some have succeeded in reducing negative feelings, and several other informants maintained their self-harm actions.*

**Conclusion:** *There is a link between Self-Harm actions and childhood trauma, academic demands, social relationships such as friends and lovers, and poor self-regulation in Sriwijaya University medical students Class of 2020.*

**Keywords:** *Self-Harm, Trauma, Medical Students.*

## RINGKASAN

### FAKTOR YANG BERKONTRIBUSI TERHADAP PERILAKU MENYAKITI DIRI SENDIRI (*SELF-HARM*) PADA MAHASISWA KEDOKTERAN TAHUN 2023

Karya Tulis Ilmiah berupa Skripsi, 22 Desember 2023

Ratu Sarifah J; Dibimbing oleh dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes dan dr. Diyaz Syauki Ikhsan. Sp.KJ  
Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

xxi + 75 Halaman, 11 tabel, 3 gambar, 9 lampiran

Usia mahasiswa termasuk dalam fase transisi (18-25 Tahun) memiliki potensi yang signifikan untuk mengalami ketidakstabilan psikologis selama periode transisi, yang disebabkan oleh serangkaian perubahan yang terjadi. Pada dasarnya, mahasiswa kedokteran menghadapi tekanan akademik yang tinggi dengan beban studi yang padat dan tuntutan waktu yang ketat. Mereka sering berurusan dengan jadwal yang sibuk dan tugas-tugas kuliah yang memakan waktu, yang dapat menyebabkan kurangnya waktu untuk istirahat dan tidur yang memadai. Ekplorasi diri tidak selalu berkoleransi positif dengan harapan yang direncanakan, sehingga tak jarang mahasiswa menghukum diri mereka sendiri (*Self-Harm*). *Self-Harm* merupakan tindakan yang dilakukan sebagai mekanisme koping untuk mengatasi tekanan atau rasa sakit emosional dengan cara menyakiti dan merugikan diri sendiri, tanpa adanya niat untuk mengakhiri hidup.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deksriptif dengan pendekatan kualitatif dengan teknik *Deep Interview*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah sembilan orang dengan teknik *Purposive Sampling*. Melalui hasil wawancara tersebut didapatkan bahwa perilaku menyakiti diri terjadi bukan karena satu alasan, akan tetapi terdapat faktor lain yang juga mendukung, memperkuat dan melemahkan perilaku *Self-Harm* pada informan. Jenis *Self-Harm* yang ditemukan terakumulasi *Direc Self-Harm*. Hasil wawancara menemukan terdapat keterkaitan antara kejadian *Self-Harm* dengan trauma masa kecil, tuntutan akademik, pengaruh relasi sosial serta regulasi diri yang buruk pada mahasiswa kedokteran universitas Sriwijaya angkatan 2020.

**Kata Kunci** : *Self-Harm*, Trauma, Mahasiswa Kedokteran.

**Kepustakaan** : 44 (1992-2023)



## SUMMARY

### ***FACTORS THAT CONTRIBUTE TO SELF-HARM BEHAVIOR (SELF-HARM) IN SRIWIJAYA UNIVERSITY MEDICAL STUDENTS, YEAR OF 2023***

Scientific Writing in the Form of a Thesis, December 22, 2023

Ratu Sarifah J; Supervised by dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes and dr. Diyaz Syauki Ikhsan. Sp.KJ  
Medical Education Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University

xxi + 75 Pages, 11 tables, 3 figures, 9 attachments

*Students who are in the emerging adulthood phase (18-25 years) have significant potential to experience psychological instability during the transition period, which is caused by a series of changes that occur. Medical students face high academic pressure with dense study loads and tight time demands. They often deal with busy schedules and time-consuming coursework, which can lead to a lack of time for adequate rest and sleep. Self-exploration does not always correlate positively with planned expectations, so it is not uncommon for students to punish themselves (Self-Harm). Self-harm is an action carried out as a coping mechanism to overcome emotional stress or pain by hurting and harming oneself, without any intention of ending one's life.*

*This type of research is descriptive research with a qualitative approach using Deep Interview techniques. The sample in this study consisted of nine people using a Purposive Sampling technique. Through the results of the interviews it was found that self-harm behavior occurs not for one reason, but other factors also support, strengthen, and weaken Self-Harm behavior in the informants. The type of Self-Harm found is accumulated Direct Self-Harm. The results of the interviews found that there was a link between Self-Harm incidents and childhood trauma, academic demands, the influence of social relations, and poor self-regulation in Sriwijaya University medical students class of 2020..*

*Keywords: Self-Harm, Trauma, Medical Students, Suicide.*

*Bibliography: 44 (1992-2023)*

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.* Segala puji bagi Allah yang telah mengutus rasul-Nya dengan petunjuk dan agama yang benar untuk memenangkannya di atas segala agama. Aku bersaksi bahwa tidak ada sesembahan (yang berhak disembah) melainkan Allah yang tiada sekutu bagi-Nya. Shalawat dan salam tercurahkan kepada nabi dan utusan paling mulia, nabi dan kekasih kita Muhammad yang Allah utus menjadi rahmat bagi semesta alam, kepada istri-istrinya yang suci, ibu-ibu kaum mukminin, keluarganya yang baik, sahabat-sahabatnya yang mulia dan diberkahi, dan kepada siapa saja yang mengikuti mereka dengan baik hingga hari pembalasan.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bimbingan, dukungan, motivasi, serta segala bentuk bantuan yang ditujukan kepada saya. Dengan ini saya mengucapkan terimakasih kepada dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes selaku pembimbing I dan dr. Diyaz Syauki Ikhsan, Sp.KJ yang senantiasa membimbing dan mengarahkan saya dalam proses penyusunan skripsi. dr. Bintang Arroyantri Pranajaya, Sp.KJ selaku penguji I dan Ibu Fatmawati, S.Si, M.Si selaku penguji II yang telah memberikan saran serta masukan dalam menyempurnakan penulisan skripsi.

Saya selaku penulis dari skripsi ini menyadari masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, saya mengharapkan kritik dan saran sebagai bahan perbaikan untuk kedepannya. Semoga skripsi ini dapat dilanjutkan dengan sebaik-baik nya.

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh harap dan ketulusan, saya mempersembahkan skripsi penelitian ini dengan penuh terima kasih kepada :

1. Orang Tua, Muhammad atau biasa dikenal Man Jaya selaku abah saya, ST. Mariam ibu saya, atas seluruh do'a, upaya dan cinta kasih yang diberikan kepada saya baik terlihat maupun tak terlihat hingga saya sampai di titik ini.
2. Saudara-Saudari, Mahatir Muhammad, Ratu Sarifah Jainab, Iye Alif Saed Muhammad, Sayyidina Umar, dan Sayyidina Zaki, atas seluruh semangat yang menyertai perjalanan saya selama ini.
3. Keluarga, Ibu asuh saya Siti Sumarni Ibrahim, Kaka ipar saya Nurfitri Rizki Ananda, Sepupu terdekat saya Mustika Aswani. Serta para ayah-ibu dari kedua orang tua saya beserta seluruh jajaran keluarga.
4. Informan, sembilan informan yang bersedia diwawancarai dengan penuh keikhlasan membuka kembali luka lama yang telah mereka kubur sedalam-dalamnya. Semoga kebahagiaan segera menghadiri ke sembilan informan dalam penelitian ini.
5. Diri saya, atas seluruh ikhtiar yang saya tempuh dalam dinginnya malam, teriknya siang, dan kesepian yang membelegu hati saya di pagi hari. Tiada harap yang lebih indah selain kebahagiaan dan kedamaian atas ridho-Nya kepada perjalanan saya berikutnya.
6. Teman-Teman, dan dari siapapun yang ikhlas mendo'akan tanpa saya ketahui, semoga Allah membalas seluruh kebaikan kalian semua.

Penelitian ini saya lakukan sebagai bagian dari perjalanan akademik dalam menggapai ilmu pengetahuan dan kemajuan peradaban. Akhir kata, saya mendoakan semoga hasil penelitian ini menjadi amal jariyah yang membawa manfaat dan menjadi ikhtiar saya untuk terus berkontribusi dalam menerangi kehidupan. *Walaikumussalam Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Palembang, 22 Desember 2023

Ratu Sarifah Juhur

## DAFTAR ISI

	<b>Hal</b>
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN INTEGRITAS .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vii
RINGKASAN.....	vii
SUMMARY .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
DAFTAR SINGKATAN .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Subjek/Masyarkat .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
2.1 Definisi <i>Self-Harm</i> .....	6
2.2 Definisi Lain <i>Self-Harm</i> .....	6
2.3 Kriteria <i>Self-Harm</i> .....	6
2.4 Aspek-Aspek Kecenderungan <i>Self-Harm</i> .....	7
2.5 Faktor Kecenderungan <i>Self-Harm</i> .....	8

2.6 Jenis-Jenis Perilaku <i>Self-Harm</i> .....	14
2.7 Skala Pengukuran <i>Self-Harm</i> .....	16
2.8 Kerangka Teori .....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>18</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	18
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	18
3.3 Populasi dan Sampel .....	18
3.3.1 Populasi.....	18
3.3.2 Sampel .....	19
3.3.3 Cara Pengambilan Sampel .....	19
3.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....	20
3.4.1 Kriteria Inklusi .....	20
3.5 Fokus Penelitian.....	20
3.6 Definisi Operasional .....	21
3.7 Pengumpulan Data .....	22
3.8 Alur Kerja Penelitian.....	22
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>23</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	23
4.2 Stres pada Informan .....	24
4.2.1 Situasi yang Mendahului Tindakan <i>Self-Harm</i> dan Metode yang Digunakan.....	28
4.2.2 Hubungan Informan dengan Keluarga.....	34
4.2.3 Pendapat Informan terkait Dirinya Sendiri .....	37
4.2.4 Sosok Teman di Kehidupan Informan .....	39
4.2.5 Faktor yang Memperberat dan Memperingan.....	41
4.2.6 Pengaruh Stres Pada Kegiatan Sehari-Hari Informan .....	45
4.2.7 Riwayat Terapi .....	46
4.3 Pembahasan .....	47
4.3.1 Stres pada Informan.....	47
4.3.2 Situasi yang Mendahului Tindakan <i>Self-Harm</i> dan Metode yang Digunakan.....	49

4.3.3	Hubungan Informan dengan keluarga .....	50
4.3.4	Pengenalan Informan pada Dirinya .....	51
4.3.5	Sosok Teman pada Kehidupan Informan.....	52
4.3.6	Faktor yang Memperberat dan Memperingan .....	52
4.3.7	Pengaruh Stres pada Kegiatan Sehari-Hari Informan.....	53
4.3.8	Riwayat Terapi .....	53
4.3.9	Kejadian self-harm pada keluarga .....	54
4.4	Keterbatasan Penelitian .....	54
BAB V KESIMPULAN .....		55
5.1	Kesimpulan.....	55
5.2	Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA .....		57
LAMPIRAN .....		62

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Hal</b>
2. 1 Perkembangan Kuesioner <i>Self-Harm</i> .....	16
3. 1 Kerangka Teori <sup>21</sup> .....	21
4. 1 Durasi Wawancara Informan.....	24
4. 2 Penyebab Stres pada Informan.....	28
4. 3 Riwayat <i>Self-Harm</i> Informan.....	33
4. 4 Hubungan Informan dengan Keluarga dan Masa Kecilnya.....	37
4. 5 Pengenalan Informan terhadap Dirinya.....	38
4. 6 Hubungan Informan dengan Teman dan Sosialnya .....	41
4. 7 Faktor yang Memperberat dan Memperingan <i>Self-Harm</i> Pada Informan.....	44
4. 8 Pengaruh <i>Self-Harm</i> Pada Kegiatan Informan Sehari-Hari.....	46

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Hal</b>
2. 1 Teori Perkembangan <i>Self-Harm</i> .....	9
2. 2 Kerangka Teori <sup>21</sup> .....	17
3. 2 Alur Kerja Penelitian.....	22



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1. Kuesioner Pendahuluan Pemilihan Calon Informan.....	62
2. Kuesioner Pemilihan Calon Informan.....	67
3. Pedoman Wawancara Penelitian.....	69
4. Uji Validitas dan Reabilitas <i>Self-Harm Inventory</i> Bahasa Indonesia .....	73
5. Sertifikat Etik.....	74
6. Surat Izin Penelitian .....	75
7. Izin menggunakan SHI.....	76
8. Lembar Konsultasi Skripsi .....	77
9. Turnitin.....	78

## DAFTAR SINGKATAN

NSSI	: <i>Nonsuicidal self-injury</i>
CRAFFT	: <i>Car, Relax, Alone, Forget, Friends, Trouble</i>
ASA	: <i>Appraisal of Self-Care Agency Scale</i>
DSM-V	: <i>The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition</i>
BPD	: <i>Borderline Personality Disorder</i>
AUDIT	: <i>Alcohol Identification Test</i>
SHI	: <i>Self-Harm Inventory</i>
OSCE	: <i>Objective Structured Clinical Examination</i>
CBT	: <i>Computer Based Test</i>
FKKMK UGM	: Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan UGM
FK	: Fakultas Kedokteran
UI	: Universitas Indonesia
UGM	: Universitas Gadjah Mada
UNSRI	: Universitas Sriwijaya
KEPKK	: Komite Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Usia mahasiswa termasuk dalam fase *emerging adulthood* (18-25 Tahun) memiliki potensi yang signifikan untuk mengalami ketidakstabilan psikologis selama periode transisi, yang disebabkan oleh serangkaian perubahan yang terjadi. Tingginya beban studi dan padatnya kegiatan perkuliahan di setiap tingkat pendidikan dapat meningkatkan risiko stres pada mahasiswa. Adalah umum bagi mereka mengalami kesulitan dalam beradaptasi, dan sebagai respons, beberapa mahasiswa mungkin menghindar atau bahkan melakukan perilaku berbahaya, seperti menyakiti diri, yang dianggap sebagai mekanisme koping untuk meredakan tekanan yang mereka rasakan.<sup>17</sup>

Pada dasarnya, mahasiswa Kedokteran menghadapi tekanan akademik yang tinggi dengan beban studi yang padat dan tuntutan waktu yang ketat. Mereka sering berurusan dengan jadwal yang sibuk dan tugas-tugas kuliah yang memakan waktu, yang dapat menyebabkan kurangnya waktu untuk istirahat dan tidur yang memadai. Selain menghadapi kondisi akademik, mahasiswa kedokteran memiliki tuntutan akan menghadapi masa depan menjadi seorang dokter. Perasaan kecemasan muncul sebagai respons terhadap ketidakpastian mengenai aspek-aspek kehidupan seperti relasi, karir, dan kehidupan sosial selama periode usia sekitar 20-an. Pada tahap ini, individu yang berkomitmen untuk mengambil tanggung jawab yang lebih besar dalam kehidupan cenderung mengalami perasaan khawatir yang lebih intens.<sup>11</sup>

Proses eksplorasi identitas selama masa *emerging adulthood* tidak selalu berjalan sesuai ekspektasi dan berpotensi memperburuk gejala kecemasan dan depresi sebagai hasil dari gangguan dan hambatan yang muncul dalam perjalanan tersebut. Pada fase ini, individu dihadapkan pada tuntutan untuk terlibat dalam pengalaman eksperimental dan eksploratif guna memahami dunia di sekitar

mereka. Ekplorasi diri tidak selalu berkorelasi positif dengan harapan yang direncanakan, sehingga tak jarang mahasiswa menghukum diri mereka sendiri (*Self-Harm*). Perilaku yang dikenal sebagai *Self-Harm*, atau tindakan melukai diri sendiri, merupakan tindakan yang dilakukan sebagai mekanisme koping untuk mengatasi tekanan atau rasa sakit emosional dengan cara menyakiti dan merugikan diri sendiri, tanpa adanya niat untuk mengakhiri hidup.<sup>12</sup>

*Nonsuicidal self-injury* (NSSI) merupakan tindakan sengaja merusak jaringan tubuh tanpa memiliki niat untuk bunuh diri, dan tujuannya tidak diterima secara sosial. Contoh umumnya melibatkan metode seperti melakukan sayatan, membakar, menggaruk, atau memukul, dan pelaku *Self-Harm* seringkali menggunakan lebih dari satu cara. NSSI umumnya berfungsi sebagai upaya untuk sementara meredakan emosi negatif yang berlebihan, serta memberikan perasaan kenyamanan dan lega. Selain itu, NSSI juga dapat dijadikan sebagai bentuk ekspresi kemarahan terhadap diri sendiri atau sebagai cara untuk menghukum diri sendiri.<sup>1</sup>

Fungsi lainnya melibatkan keinginan untuk memengaruhi orang lain atau menciptakan tanda fisik yang mencerminkan kesengsaraan emosional. Seringkali orang-orang tidak mampu menjelaskan alasan tentang tindakan *Self-Harm* yang dilakukan. Sebuah survei longitudinal dari Nepal melaporkan bahwa sampel mahasiswa kedokteran dalam studi mereka menunjukkan tingginya tingkat gangguan kejiwaan. Tingkat prevalensinya adalah 29,2% depresi, 22,4% gejala somatik, 4,1% gangguan panik, 5,8% gangguan kecemasan lainnya, 5% gangguan pesta makan, dan 1,2% bulimia nervosa. Peneliti mengamati bahwa 4,7% mahasiswa kedokteran serius mempertimbangkan untuk bunuh diri, dan 15% melaporkan penggunaan mariyuana selama sekolah kedokteran.<sup>9 13</sup>

Data serupa terkait kejadian *Self-Harm* pada mahasiswa di Indonesia ditemukan pada Program Pendidikan Dokter Umum di Universitas Sriwijaya, melibatkan 26 responden yang terdiri dari mahasiswa angkatan 2017–2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari angkatan 2017, sebanyak 18 responden (9,6%) pernah melakukan tindakan *Self-Harm*. Angkatan 2018 memiliki 4 responden

(2,1%) yang melaporkan melakukan *Self-Harm*, begitu pula dengan angkatan 2019. Dari total responden yang pernah melakukan *Self-Harm*, 6 di antaranya (3,2%) merupakan mahasiswa laki-laki, sementara 20 responden lainnya (10,7%) adalah mahasiswa perempuan.<sup>2</sup>

Di samping mahasiswa kedokteran, perilaku *Self-Harm* juga ditemui pada mahasiswa keperawatan. Sebuah penelitian yang dilaksanakan oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan UI menyelidiki adanya perilaku *Self-Harm*. Dari total 236 responden yang terlibat, sebanyak 81 responden (34,3%) mengakui pernah terlibat dalam perilaku *Self-Harm*, sementara 155 responden lainnya menyatakan tidak pernah terlibat dalam perilaku tersebut. Sejumlah 72 responden (30,5%) juga mengungkapkan bahwa mereka pernah memiliki ide bunuh diri. Walaupun perilaku menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*) awalnya merupakan salah satu bentuk coping secara sadar dilakukan oleh seseorang berdampak negatif, jika terus dilakukan dari waktu ke waktu (episodic) dapat menimbulkan variasi dari efek ringan hingga berat.<sup>24</sup>

Kejadian *Self-Harm* merupakan preditor bunuh diri merujuk pada kehilangan nyawa pada seseorang. Data dari penelitian yang menunjukkan bahwa kejadian *Self-Harm* menduduki 1/3 dari total populasi mahasiswa, sehingga topik ini perlu mendapatkan perhatian khusus. Perlu dilakukan peninjauan guna mencegah gugurnya nyawa seseorang yang menimbulkan dampak berkepanjangan bagi keluarga, teman, civitas akademik, dan lingkungan. Sehingga perlu dilakukan penelitian terkait faktor faktor yang berkontribusi terhadap perilaku menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*) pada mahasiswa Kedokteran.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apa saja faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perilaku menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*) pada mahasiswa kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2020?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan umum**

Mengetahui serta mendeskripsikan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perilaku menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*) pada mahasiswa kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2020.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Menjabarkan alasan perilaku menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*) pada mahasiswa kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2020.
2. Menggambarkan faktor-faktor yang mendasari tindakan menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*) oleh mahasiswa kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2020.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk medalami faktor yang melatarbelakangi Tindakan menyakiti diri sendiri (*Self-Harm*).

#### **1.4.2 Manfaat Subjek/Masyarkat**

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan efek dari setiap perilaku *Self-Harm* pada suatu individu.
2. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan mengenai faktor-faktor yang menjadi pemicu perilaku *Self-Harm*.

## DAFTAR PUSTAKA

- 1) Amorisa Wiratri. (2018). Menilik Ulang Arti Keluarga Pada Masyarakat Indonesia. Pusat Penelitian Sumber Daya Regional - LIPI
- 2) Bresin, K., & Schoenleber, M. (2015). *Gender differences in the prevalence of nonsuicidal self-injury: A meta-analysis*. *Clinical Psychology Review*, 38, 55–64.
- 3) Chang, P. (2020). Gambaran Self-Harm Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya 2017-2019. Program Pendidikan Dokter. Universitas Sriwijaya
- 4) Cipriano, A., Cella, S., & Cotrufo, P. (2017). *Nonsuicidal self-injury: A systematic review*. *Frontiers in Psychology*, 8(NOV), 1–14.
- 5) Claes, L., & Vandereycken, W. (2007). Self-injurious behavior: differential diagnosis and functional differentiation. *Comprehensive Psychiatry*, 48(2), 137–144.
- 6) Dahani., Sri Muliati Abdullah. (2020). Pengambilan Keputusan Jurusan Ditinjau Dari Dukungan Sosial Orang Tua Pada Mahasiswa. Program Studi Magister Psikologi. Universitas Mercu Buna Yogyakarta
- 7) David Klonsky, E., May, A. M., & Glenn, C. R. (2013). *The relationship between nonsuicidal self-injury and attempted suicide: Converging evidence from four samples*. *Journal of Abnormal Psychology*, 122(1), 231–237.
- 8) Ee, G. T., & Mey, S. C. (2011). Types of self-hurt behavior among Chinese adolescents in Malaysia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 29, 1218–1227.
- 9) Estefan, G., & Wijaya, Y. D. (2004). Gambaran proses regulasi emosi pada pelaku. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 26–33. <https://media.neliti.com/media/publications/126410-ID-gambaran-proses-regulasi-emosi-pada-pela.pdf>
- 10) Emily. (2019). *The Intergenerational Transmission of Family Communication Patterns: (In)consistencies in Conversation and Conformity Orientations across Two Generations of Family*

- 11) Farida, N. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa* (Vol. 1, Issue 1). Cakra Books.
- 12) Fitria Nur Solicha., Desy Safitri., Nandi Kurniawanz.(2020). Peran Orang Tua Dalam Menentuk Pilihan Kuliah Anak. Universitas Negeri Jakarta.
- 13) Gandhi, A., Luyckx, K., Baetens, I., Kiekens, G., Sleuwaegen, E., Berens, A., Maitra, S., & Claes, L. (2018). Age of onset of non-suicidal self-injury in Dutch-speaking adolescents and emerging adults: An event history analysis of pooled data. *Comprehensive Psychiatry*, *80*, 170–178.
- 14) Gandhi, A., Luyckx, K., Molenberghs, G., Baetens, I., Goossens, L., Maitra, S., & Claes, L. (2019). Maternal and peer attachment, identity formation, and non-suicidal self-injury: A longitudinal mediation study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *13*(1), 1–11. Garbutt K, Rennoldson M, Gregson M. Shame and Self-Compassion Connect Childhood Experience of Adversity With Harm Inflicted on the Self and Others. *J Interpers Violence*. 2023 Jun;38(11-12):7193-7214.
- 15) Hawton, K., Rodham, K., & Evans, E. (2006). *By Their Own Young Hand: Deliberate Self-Harm and Suicidal Ideas in Adolescents* . Jessica Kingsley Publishers.
- 16) Hepp J, Störkel LM, Wycoff AM, Freeman LK, Schmahl C, Niedtfeld I. A test of the interpersonal function of non-suicidal self-injury in daily life. *Behav Res Ther*. 2021 Sep;144:103930.
- 17) Hidayati, D. S., & Muthia, E. N. (2016). Kesepian Dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, *2*(2), 185–198.
- 18) Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, *44*(3), 513–524.
- 19) Kartika Sari Dewi., Costrie Ganes Widayanti. (2011)z. Gambaran Makna Keluarga ditinjau dari Status dalam Keluarga, Usia, Tingkat Pendidikan, dan Jenis Pekerjaan (Studi Pendahuluan). Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- 20) Keriri Garbutti, dkk. (2022). *Adverse Childhood experiences (ACEs) and later self-harming and offending behaviors*



- 21) Klonsky, E. D. (2011). Non-suicidal self-injury in United States adults: prevalence, sociodemographics, topography and functions. *Psychological Medicine*, 41(9), 1981–1986.
- 22) Klonsky, E. D., Victor, S. E., & Saffer, B. Y. (2014). Nonsuicidal self-injury: What we know, and what we need to know. *Canadian Journal of Psychiatry*, 59(11), 565–568.
- 23) Kurniawaty, R. (2012). Dinamika Psikologis Pelaku Self-Injury (Studi Kasus Pada Wanita Dewasa Awal). *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 1(1), 13–22.
- 24) Lauw, M., How, C. H., & Loh, C. (2015). Deliberate *Self-Harm* in adolescents. *Singapore Medical Journal*, 56(6), 306–309.
- 25) Laye-Gindhu, A., & Schonert-Reichl, K. A. (2005). Nonsuicidal *Self-Harm* Among Community Adolescents: Understanding the “Whats” and “Whys” of *Self-Harm*. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(5), 447–457.
- 26) Luthans, F (2003). *Cognitive-Motivational-Relational Theory of Stress*
- 27) Michelle, dkk. *Parental Response Style to Adolescent Self-Harm: Psychological, Social and Functional Impacts*
- 28) Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif* (2018th ed.). PT Remaja Rosdakarya.
- 29) Monks, F., Knoers, A., & Haditono, S. R. (2016). Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- 30) Nock, M. K., & Kessler, R. C. (2006). Prevalence of and risk factors for suicide attempts versus suicide gestures: analysis of the National Comorbidity Survey. *Journal of Abnormal Psychology*, 115(3), 616–623.
- 31) O'Mahony PD. Psychiatric patient denial of mental illness as a normal process. *Br J Med Psychol*. 1982 Jun;55(Pt 2):109-18.
- 32) Parks, P. J. (2015). *Teens : Cutting and Self-Injury*. United States: ReferencePoint Press.
- 33) Plener, P. L., Schumacher, T. S., Munz, L. M., & Groschwitz, R. C. (2015). The longitudinal course of non-suicidal self-injury and deliberate *Self-Harm* : A

- systematic review of the literature. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 2(1).
- 34) Putri Wahyu Wulandari., Saneka Stella., Indri Sarwiliy. (2022). Hubungan Ketidaksesuaian Jurusan dengan Stres Mahasiswa dalam Menjalankan Kegiatan Perkuliahan. STIKes Indonesia Maju
- 35) Rao, K. N., Sudarshan, C. Y., & Begum, S. (2008). Self-injurious behavior: A clinical appraisal. *Indian Journal of Psychiatry*, 50(4), 288–297.
- 36) Sari Dewi, dkk. (2023) Faktor Penyebab Perilaku Self-Harm Pada Remaja Perempuan
- 37) Shafira, A. N., & Hargiana, G. (2022). *Self-Harm* Behavior pada Mahasiswa Keperawatan (*Self-Harm* Behavior among Nursing Students). *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 2721–8007.
- 38) Sornberger, M. J., Heath, N. L., Toste, J. R., & McLouth, R. (2012). Nonsuicidal self- injury and gender: patterns of prevalence, methods, and locations among adolescents. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 42(3), 266–278.
- 39) Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi (mixed methods)*. Alfabeta.
- 40) Stevan Hobfoll. (1989). *Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress*
- 41) Tantam, D., & Whittaker, J. (1992). Personality disorder and self-wounding. In *The British Journal of Psychiatry* (Vol. 161, pp. 451–464). Royal College of Psychiatrists.
- 42) Whitlock, J., Muehlenkamp, J., Purington, A., Eckenrode, J., Barreira, P., Baral Abrams, G., Marchell, T., Kress, V., Girard, K., Chin, C., & Knox, K. (2011). Nonsuicidal Self-injury in a College Population: General Trends and Sex Differences. *Journal of American College Health*, 59(8), 691–698.
- 43) Whitlock, J. R., Heynen, A. J., Shuler, M. G., & Bear, M. F. (2006). *Learning induces long-term potentiation in the hippocampus*. *Science*, 313(5790), 1093–1097.

- 44) Yusnita. (2018). Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga Terhadap Anak  
Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga Terhadap Anak