

GAMBARAN PERILAKU *SELF INJURY* DAN RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA

Rina Suprayanti¹, Fathra Annis Nauli^{2*}, Ganis Indriati³

^{1,2,3}Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

*Email: fathranauli@yahoo.com

Diterima : Desember 2021, Diterbitkan : Desember 2021

Abstrak

Pendahuluan: *Self injury* dan risiko bunuh diri merupakan perilaku maladaptif yang dapat merugikan diri seseorang, perilaku ini biasanya terjadi akibat adanya permasalahan yang tidak bisa diselesaikan dengan cara yang adaptif sehingga seseorang menyelesaikan permasalahan tersebut dengan perilaku maladaptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku *self injury* dan risiko bunuh diri pada mahasiswa. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa dengan jumlah 392 orang dan direkrut dengan metode quota random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner *Self-harm Inventory* (SHI) dan *Assessment of Suicidal Intention*. **Hasil:** Usia responden terbanyak dewasa awal (86,7%), dengan jenis kelamin terbanyak perempuan (77,3%), dan agama responden terbanyak islam (92,1%). Gambaran perilaku *self injury* pada mahasiswa bahwa yang pernah sebanyak (31,9%) dan yang tidak pernah sebanyak (68,1%), sedangkan pada risiko bunuh diri yang pernah sebanyak (26,8%) dan yang tidak pernah sebanyak (73,2%). Hasil yang pernah *self injury* dengan kategori ringan (30,9%) dan berat (1,0%) sedangkan untuk risiko bunuh diri dengan kategori rendah (24,5%) dan tinggi (2,3%). **Kesimpulan:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sedikit mahasiswa yang pernah melakukan *self injury* dengan kategori yang berat dan sedikit juga mahasiswa yang pernah memiliki risiko bunuh diri dengan kategori yang rendah. Peneliti berharap agar peneliti selanjutnya bisa meneliti lebih lanjut mengenai terapi yang dapat mengurangi perilaku *self injury* dan risiko bunuh diri.

Kata kunci: Mahasiswa, Risiko Bunuh Diri, *Self Injury*

Abstract

Introduction: *Self injury* and the risk of suicide are maladaptive behaviors that can harm a person, this behavior usually occurs due to problems that cannot be solved in an adaptive way so that someone solves the problem with maladaptive behavior. This study aims to determine the description of *self injury* behavior and the risk of suicide in students. **Methodology:** This research is descriptive research. The sample in this research came from college students with a total of 392 people and were recruited by the quota random sampling method. The data collection method used a *Self-harm Inventory* (SHI) questionnaire and an *Assessment of Suicidal Intention*. **Results:** This research shows the majority of early adulthood respondent (86.7%), with the most female (77.3%), and the religion of the respondents is Moslem (92.1%). The descriptions of *self injury* behavior in students is that those who have ever been (31.9%) and those who have never were (68.1%), while the risk of suicide was as many as (26.8%) and never (73.2%). The results for *self injury* were in the mild (30.9%) and severe (1.0%) categories, while the risk of suicide was in the low (24.5%) and high (2.3%) categories. **Conclusion:** The results for this research shows there's a few students have ever done *self injury* with low category and there's a few students have ever done suicide risk with low category. The researcher hopes the next researcher can do further research on the therapy that can minimalize *self injury* behavior and the risk of suicide.

Keywords : Student, Suicide Risk, *Self Injury*

PENDAHULUAN

Setiap orang pada umumnya pasti memiliki permasalahan dalam hidupnya. Permasalahan yang dialami dikarenakan adanya ketidaksesuaian dalam situasi atau kondisi tertentu. Pada saat individu dihadapkan dengan permasalahan biasanya akan menimbulkan respon emosi pada dirinya. Respon emosi individu dalam menghadapi masalah dapat berbentuk positif maupun negatif. Ketika individu mampu merespon masalah dengan perilaku yang adaptif dan tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain maka ini disebut dengan respon positif, tetapi jika individu merespon masalah dengan cara menyakiti diri sendiri dan meyakini bahwa cara ini mampu mengatasi emosi atau rasa sakit secara psikologis maka ini disebut dengan respon negatif (Faried et al., 2018). Perilaku menyakiti atau melukai diri sendiri ini disebut dengan perilaku *self injury*.

Self injury merupakan perilaku melukai diri sendiri yang dilakukan dengan sengaja tanpa ada tujuan untuk bunuh diri. Shabrina (2011) menyatakan bahwa perilaku *self injury* meliputi menyayat bagian kulit tubuh, membenturkan kepala dengan sengaja, membakar bagian tubuh, memotong bagian tubuh, dan menjambak rambut dengan keras, tanpa adanya maksud untuk bunuh diri. Tindakan ini dilakukan untuk melampiaskan emosi yang dirasa menyakitkan oleh individu dikarenakan tidak mampu mengungkapkan emosi tersebut dengan kata-kata (Romas, 2012). Prevalensi perilaku *self injury* pada anak-anak dan remaja tahun 2014 diperoleh antara 1,5-5,6% dan pada dewasa awal di tahun 2015 diperoleh prevalensinya sebanyak 37%. Secara umum pelaku perilaku *self injury* ini berada di usia remaja dan dewasa awal dengan tingkat prevalensi 36,9-50% (Glenn & Klonsky, 2013). 20% dari populasi di Australia berusia 18-24 tahun mengaku pernah melukai dirinya sendiri paling tidak sekali dalam kehidupan

mereka (Martin, 2010). Data yang dilansir oleh BBC Inggris (2010) diinformasikan bahwa dalam 5 tahun terakhir jumlah orang muda di Inggris yang masuk ke rumah sakit setelah melakukan perilaku *self injury*, naik lebih dari 50%.

Risiko bunuh diri adalah risiko untuk mencederai diri sendiri yang dapat mengancam kehidupan seseorang. Terdapat beberapa faktor penyebab risiko bunuh diri diantaranya adalah faktor psikologis, faktor lingkungan dan faktor keluarga. Kejadian bunuh diri semakin meningkat diseluruh dunia, tidak terkecuali di Indonesia. WHO (2016) menyatakan hampir 800.000 jiwa meninggal setiap tahunnya karena bunuh diri dan Indonesia berada ditingkat ke empat pelaku bunuh diri. Bunuh diri merupakan penyebab kedua utama kematian pada orang-orang dengan rentang usia 15-24 tahun, termasuk pada mahasiswa (CDC, 2015).

Mahasiswa pada umumnya dapat melakukan penyelesaian masalah dengan cara yang adaptif karena mahasiswa telah dinilai mampu berpikir dengan baik dalam menghadapi permasalahan. Tetapi terdapat beberapa mahasiswa yang masih tidak mampu dalam menyelesaikan masalah dengan cara yang adaptif sehingga melakukan penyelesaian masalah dengan cara maladaptif yaitu perilaku *self injury* dan dapat terjadinya risiko bunuh diri (Maidah, 2013). Permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa tersebut dapat disebabkan karena adanya masalah didalam keluarga, stress pendidikan yang sedang dijalani, dan faktor lingkungan. Data yang didapatkan oleh peneliti bahwa sebanyak 87 teman mahasiswa yang berada di Universitas Riau ada yang sudah melakukan *self injury* dan berisiko untuk melakukan percobaan bunuh diri dan umumnya

perilaku tersebut muncul disebabkan adanya masalah didalam keluarga dan lingkungan mahasiswa.

Beberapa penelitian terkait sebelumnya meneliti tentang *self injury* secara umum. Penelitian yang dilakukan oleh Maidah (2013) di salah satu perguruan tinggi di Semarang yang meneliti tentang *self injury* pada mahasiswa, dalam penelitian tersebut dikatakan bahwa ada beberapa bentuk perilaku *self injury* dengan intensitas subjek dalam melakukan *self injury* minimal satu kali episode dalam sebulan untuk menyayat permukaan kulit pergelangan tangan dan sering mencabuti rambut ketika cemas. Penelitian lain yang dilakukan oleh Soesilo (2018) di SMK Balikpapan, Kalimantan Timur yang meneliti tentang *self injury* pada remaja kesepian dan keinginan melukai diri sendiri, dalam penelitian tersebut dikatakan bahwa faktor kesepian terhadap keinginan melukai diri sendiri pada remaja adalah sebesar 7.5% dan 92.5% sisanya mungkin dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Penelitian sebelumnya terkait risiko bunuh diri yang dilakukan oleh Karin (2017) di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana yang meneliti gambaran risiko bunuh diri pada mahasiswa baru, dalam penelitian tersebut didapatkan hasil risiko bunuh diri dengan kategori tinggi sebanyak 1,67% dan risiko bunuh diri dengan kategori rendah sebanyak 98,3%. Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Ayudanto (2018) Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, didapatkan hasil perhitungan *mean* teoritis skala ide bunuh diri 60 dan *mean* empiris 37,18, ini menunjukkan nilai *mean* teoritis lebih tinggi dibandingkan nilai *mean* empiris, hasil tersebut menunjukkan bahwa subjek penelitian ini memiliki ide bunuh diri yang tergolong rendah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 25-27 Februari 2021 pada mahasiswa di 10

Fakultas UNRI, didapatkan dari 260 orang terdapat 35 orang yang pernah melakukan *self injury* dan 225 orang tidak pernah melakukan *self injury*. Faktor penyebab dari *self injury* yang pernah dilakukan berbeda-beda, diantaranya 8 orang mengatakan adanya komunikasi yang kurang baik didalam keluarga, 17 orang mengekspresikan pengalaman dan perasaan namun tidak ditanggapi, 4 orang kurang kasih sayang atau perhatian, 2 orang pernah mengalami kekerasan dalam keluarga, 4 orang tumbuh didalam keluarga yang kacau balau, adanya stress, putus asa, depresi, dan marah atau emosi yang tidak tersampaikan. Kemudian untuk bentuk perilaku *self injury* yang dilakukan yang telah diidentifikasi didapatkan hasil yaitu 7 orang memiliki keinginan bunuh diri, 1 orang *overdosis*, 1 orang menyalahgunakan alkohol, 6 orang menyiksa diri dengan pikiran yang merusak diri, 8 orang membenturkan kepala dengan sengaja, 2 orang membiarkan dirinya kelaparan untuk menyakiti diri sendiri, 10 orang mencederai diri dengan sengaja, menjauhkan diri dari Tuhan, dan menyalahgunakan resep pengobatan untuk menyakiti dirinya. Peneliti juga sudah melakukan studi pendahuluan terkait risiko bunuh diri pada mahasiswa UNRI, didapatkan dari 260 orang terdapat 52 orang yang pernah memiliki keinginan bunuh diri dan 208 orang tidak memiliki keinginan bunuh diri, dari jumlah mahasiswa yang pernah memiliki keinginan bunuh diri didapatkan 42 orang memiliki harapan yang sedang sampai kuat untuk hidup dan 10 orang memiliki harapan yang lemah untuk hidup.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan diatas dan didukung oleh data penelitian terkait serta studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Gambaran Perilaku Self Injury Dan

Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa *UNRP*”.

METODE PENELITIAN

Desain dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Metode kuantitatif ini digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik tertentu, menggunakan angka dengan analisis univariat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku *self injury* dan risiko bunuh diri pada mahasiswa. Lokasi penelitian ini dilakukan di Universitas Riau. Kegiatan penelitian ini dimulai dari persiapan yaitu pengajuan proposal pada bulan Maret hingga seminar hasil pada bulan Agustus 2021. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik *Quota sampling*. *Quota sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara menetapkan jumlah tertentu sebagai target yang harus dipenuhi dalam pengambilan sampel dari populasi (Sugiyono, 2019). Jumlah sampel dari penelitian ini dapat diambil dengan menggunakan rumus Slovin.

Alat ukur atau alat pengumpul data pada penelitian ini menggunakan

kuesioner. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner baku yang terdiri dari kuesioner *Self Harm Inventory* (SHI) oleh Sansone (1998) dan *Scale of Suicidal Ideation* oleh Beck, et al (1979). Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari 2 kuesioner yaitu kuesioner *self injury* yang terdiri dari 18 item pernyataan dan kuesioner risiko bunuh diri yang terdiri dari 19 item pernyataan. Kedua kuesioner ini sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai *Cronbach Alpha* 0,916 dan 0,930. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua kuesioner ini valid dan reliabel. Penelitian ini juga sudah melewati uji etik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan penelitian tentang gambaran perilaku *self injury* dan risiko bunuh diri pada mahasiswa UNRI pada tanggal 22 Juni 2021 sampai dengan 07 Juli 2021 dengan responden sebanyak 392 orang adalah sebagai berikut

A. Karakteristik Responden

Karakteristik responden yang dilihat dari hasil penelitian ini adalah usia, jenis kelamin, dan agama dari responden

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden.

| Karakteristik | Frekuensi (F) | Presentase (%) |
|----------------------|---------------|----------------|
| Usia | | |
| Remaja (18-19) | 52 | 13,3 |
| Dewasa Awal (20-24) | 340 | 86,7 |
| Total | 392 | 100 |
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 89 | 22,7 |
| Perempuan | 303 | 77,3 |
| Total | 392 | 100 |
| Agama | | |
| Islam | 361 | 92,1 |
| Kristen | 26 | 6,6 |
| Katolik | 3 | 0,8 |
| Buddha | 1 | 0,3 |
| Konghucu | 1 | 0,3 |
| Total | 392 | 100 |

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 392 responden yang diteliti, distribusi responden berdasarkan usia didapatkan sebagian besar responden berada pada usia dewasa awal yaitu sebanyak 340 responden (86,7%), distribusi jenis kelamin responden didapatkan sebagian besar adalah perempuan sebanyak 303 responden (77,3%), distribusi agama responden sebagian besar adalah islam yaitu sebanyak 361 responden (92,1%).

1. Usia

Sebagian besar usia responden berada pada rentang dewasa awal yaitu sebanyak 340 responden (86,7%). Responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa dengan rentang usia yaitu 18 sampai dengan 24 tahun.

Notoatmodjo (2010) mengatakan bahwa bertambahnya usia seseorang akan dapat mempengaruhi perubahan fisik dan psikologisnya, hal ini dapat terjadi akibat pematangan fungsi organ sehingga tingkat psikologis taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2014) di Malaysia yang menyatakan bahwa ide bunuh diri, rencana bunuh diri dan upaya bunuh diri masing-masing adalah 1,7%, 0,9%, dan 0,5%. Rentang usia 16-24 tahun memiliki risiko yang lebih tinggi untuk melakukan tindakan bunuh diri. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kurniawaty (2012) di Universitas Negeri Jakarta menyatakan bahwa kematangan usia responden juga menjadi alasan responden dalam penerimaan diri terhadap masalah yang datang kepadanya. Responden saat menghadapi sebuah permasalahan ia akan berusaha untuk menyelesaikan permasalahan tersebut sesegera mungkin. Namun terdapat tekanan-tekanan dari luar diri responden yang menjadikan responden terkadang tidak dapat mengontrol emosi-emosi yang ada didalam dirinya.

2. Jenis kelamin

Karakteristik jenis kelamin responden dalam penelitian ini didapatkan sebagian besar adalah perempuan sebanyak 303 responden (77,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maidah (2013) yang menemukan bahwa perempuan memiliki tingkat emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, dikarenakan laki-laki menggunakan logikanya sehingga lebih santai dalam menghadapi masalah sedangkan perempuan menggunakan perasaan dan lebih emosional sehingga rentan melakukan perilaku maladaptif seperti perilaku *self injury* dan berisiko melakukan tindakan bunuh diri.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ronka (2013) menyatakan bahwa melukai diri sendiri merupakan bentuk komunikasi sehingga beberapa perempuan bisa berpikir bahwa apabila mereka mengancam atau benar-benar melukai dirinya maka orang-orang disekitar mereka akan memahami bahwa mereka sedang memiliki suatu masalah yang membuat mereka stress.

3. Agama

Karakteristik agama responden dalam penelitian ini didapatkan sebagian besar responden adalah beragama islam yaitu sebanyak 361 responden (92,1%). Woelandarie (2017) menyatakan bahwa agama atau religiusitas berperan penting dalam pembentukan perilaku dan kepercayaan diri seseorang. Mulyadi (2016) dalam penelitiannya mengatakan bahwa agama merupakan sesuatu yang memiliki nilai-nilai dalam kehidupan manusia dan secara psikologis agama dapat berfungsi sebagai motif dalam diri yang berguna sebagai terapi mental dan motif luar diri sebagai penangkis perilaku negatif yang dapat muncul dari diri seseorang.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Kralovec (2017) di Eropa menyatakan bahwa perilaku bunuh diri lebih sering dilakukan oleh seseorang yang tidak

memiliki afiliasi agama dibandingkan dengan seseorang yang memiliki afiliasi agama. Tidak semua hasil penelitian menunjukkan bahwa

agama atau religiusitas merupakan faktor penyebab bagi tindakan bunuh diri tetapi sebagian besar hasil menunjukkan hal tersebut

B. Gambaran *Self Injury*

Table 2

Distribusi Frekuensi Self Injury

| Perilaku <i>Self Injury</i> | Frekuensi(F) | Persentase(%) |
|-----------------------------|--------------|---------------|
| Tidak Pernah | 267 | 68,1 |
| Ringan | 121 | 30,9 |
| Berat | 4 | 1,0 |
| Total | 392 | 100 |

Tabel 2 menunjukkan bahwa perilaku *self injury* dapat diketahui dengan menggunakan kuesioner *Self Harm Inventory* (SHI). Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden dengan tingkatan ringan yaitu sebanyak 121 (30,9%). Cutter (2011) menyatakan bahwa *self injury* merupakan perilaku maladaptif yang dapat merugikan dan berakibat buruk pada diri seseorang. Hal ini sering dikaitkan dengan penyakit mental, riwayat trauma, dan pelecehan termasuk pelecehan emosional, seksual, gangguan makan, atau seperti ciri-ciri mental seperti rendah diri, tetapi analisis statistiknya sangat sulit karena kebanyakan pelaku *self injury* menyembunyikan luka mereka. Hasil penelitian ini mendapatkan bahwa mahasiswa Universitas Riau yang terbanyak pernah melakukan *self injury*

adalah angkatan 2017 dan 2018 atau usia 21-22 tahun bahkan pada tingkatan berat terjadi pada rentang usia tersebut, hal ini disebabkan karena adanya faktor tekanan dari keluarga dan pendidikan yang membuat mahasiswa memiliki tingkat stress yang lebih tinggi. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Klonsky (2013) yang menyatakan bahwa perilaku *self injury* dengan kategori ringan harus tetap diwaspadai sebagai bentuk awal percobaan bunuh diri dikarenakan adanya penghayatan yang dimiliki oleh seseorang sehingga dapat menimbulkan tekanan yang mendorong seseorang untuk memiliki keinginan mengakhiri hidup.

C. Gambaran Risiko Bunuh Diri

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Risiko Bunuh Diri

| Perilaku Risiko Bunuh Diri | Frekuensi(F) | Persentase(%) |
|----------------------------|--------------|---------------|
| Tidak Pernah | 287 | 73,2 |
| Rendah | 96 | 24,5 |
| Tinggi | 9 | 2,3 |
| Total | 392 | 100 |

Tabel 3 menunjukkan bahwa risiko bunuh diri dapat diketahui dengan menggunakan kuesioner *Assessment of Suicidal Intention*. Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar

responden dengan tingkatan rendah yaitu sebanyak 96 (24,5%). Kartono (2017) menyatakan bahwa bunuh diri merupakan tindakan pembunuhan secara simbolis terhadap seseorang yang

dibenci dengan cara membunuh dirinya sendiri, dan bunuh diri juga diungkapkan sebagai suatu jalan untuk mengatasi bermacam-macam kesulitan pribadi seperti rasa kesepian, dendam, sakit fisik, takut, dosa dan lain-lain. Data yang didapat dari hasil penelitian ini menyatakan bahwa mahasiswa jika memiliki keinginan atau ide untuk bunuh diri, mahasiswa akan cenderung untuk merahasiakan ide tersebut dibandingkan dengan mengungkapkan perasaan tersebut kepada orang lain. Keinginan bunuh diri yang dirasakan oleh mahasiswa cenderung jarang atau tidak ada dan mahasiswa masih memiliki rasa kontrol diri yang baik sehingga dapat menahan diri dari tindakan berisiko yang ingin dilakukan.

SIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan kepada 392 orang responden mahasiswa di Universitas Riau dapat disimpulkan bahwa sebagian besar usia responden berada pada usia dewasa awal sebanyak 86,7%, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 77,3%, dan sebagian besar responden beragama islam yaitu sebanyak 92,1%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa di Universitas Riau yang tidak pernah melakukan perilaku *self injury* sebanyak 68,1% dan yang pernah

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Universitas Riau yang sudah memberikan kesempatan

DAFTAR PUSTAKA

Aulia. (2014). Analisis hubungan faktor risiko bunuh diri dengan ide bunuh diri pada remaja di kota rengat kabupaten indragiri hulu. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 24-27. <http://scholar.unand.ac.id>.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Riyadi (2014) yang menyatakan bahwa terdapat 38 mahasiswa dari 365 subjek penelitian yang memiliki kecenderungan untuk melakukan tindakan bunuh diri. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karin (2017) yang menyatakan bahwa gambaran risiko bunuh diri pada mahasiswa dikategorikan pada risiko rendah meskipun pada rentan usia 17-20 remaja kurang memiliki kemampuan berfikir yang baik terkait memperkirakan konsekuensi atau akibat yang ditimbulkan dari tindakan yang berisiko

melakukan perilaku *self injury* sebanyak 31,9%. Dari hasil yang didapatkan bahwa yang pernah melakukan *self injury* dengan kategori ringan sebanyak 30,9% dan kategori berat sebanyak 1,0%. Sedangkan hasil penelitian untuk risiko bunuh diri didapatkan bahwa yang tidak pernah memiliki risiko bunuh diri sebanyak 73,2%, dan yang pernah memiliki risiko bunuh diri sebanyak 26,8%. Dari hasil yang didapatkan bahwa yang pernah memiliki risiko bunuh diri dengan kategori rendah sebanyak 24,5% dan kategori tinggi sebanyak 2,3%.

untuk melakukan penelitian di lokasi tersebut sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Ayudanto, K. C. (2018). Hubungan stress akademis dan ide bunuh diri pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 40–55.

BBC Indonesia. Di akses pada tanggal 25 oktober 2013. "kasus lukai diri sendiri naik 50 persen." <http://www.bbc.co.uk/indonesia/m>

- [ajalah/2010/03/100312_lukaidiriii_nggris.shtml](http://ejournal.uin-suka.ac.id/ajalah/2010/03/100312_lukaidiriii_nggris.shtml).
- Fariad, L., Noviekayati, I., & Saragih, S. (2018). Efektivitas pemberian ekspresif writing therapy terhadap kecenderungan self injury ditinjau dari tipe kepribadian introvert. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardha Malang*, 22(2), 114–125.
- Klonsky, E. D., 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.
- Kurniawaty, R. (2012). Dinamika psikologis pelaku self injury (Studi kasus pada wanita dewasa awal). *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 1(1), 13–22.
- Maidah, D. (2013). Self injury pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Negeri Semarang Indonesia*, 2(1), 6–13.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riyadi. (2014). Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan bunuh diri pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 43–45.
- Ronka. (2013). Associations of deliberate self-harm with loneliness, self-rated health and life satisfaction in adolescence: northern Finland birth cohort 1986 study. *International Journal of Circumpolar Health*, 1(1), 1–7.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Soesilo, D. A. (2018). Self injury pada remaja kesepian dan keinginan melukai diri sendiri. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 11–21.
- Woelandarie, A. M. (2017). Faktor yang mempengaruhi percobaan bunuh diri pada santri di pesantren x, Bogor. *Journal Kedokteran*, 1(1), 29–31.