

## HUBUNGAN DEPRESI DENGAN KEJADIAN *SELF-HARM* PADA MAHASISWA PSKPS FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT BANJARMASIN

Rizkia Alifa Rahma<sup>1</sup>, Siti Khairiah<sup>2</sup>, Meitria Syahadatina Noor<sup>3</sup>,  
Noorsifa<sup>2</sup>, Fujiati<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

<sup>2</sup>Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa, RSUD Ulin, Banjarmasin, Indonesia

<sup>3</sup>Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

<sup>4</sup>Departemen Biokimia dan Biomolekuler, Fakultas dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

Email Korespondensi: [rizkiaalifa80@gmail.com](mailto:rizkiaalifa80@gmail.com)

**Abstract:** *Self-harm is the behavior of injuring or poisoning oneself, regardless of the underlying motivation, but not aiming to end one's life. Depression is a risk factor for self-harm. When a person cannot bring up adaptive coping mechanisms to deal with depression, then someone will bring up maladaptive coping mechanisms, one of which is self-harm. This study aimed to explain and analyze the relationship between depression and self-harm in PSKPS students, Faculty of Medicine, University of Lambung Mangkurat, Banjarmasin. The research method is analytic observation with cross sectional approach and sampling technique using proportional random sampling technique using beck depression inventory (BDI) and self-harm inventory (SHI) questionnaires. The data analysis using the chi-square test showed a p value of 0,000 ( $p < 0,05$ ), which means that there is a significant relationship between depression and the incidence of self-harm in college student. The depression can increase the risk of self-harm in PSKPS student, Faculty of Medicine, University of Lambung Mangkurat, Banjarmasin.*

**Keywords:** *depression, self-harm, beck depression inventory (BDI), self-harm inventory (SHI)*

**Abstrak:** *Self-harm merupakan perilaku melukai atau meracuni diri sendiri terlepas dari apapun motivasi yang mendasarinya tetapi tidak bertujuan untuk mengakhiri hidup. Depresi merupakan salah satu faktor risiko terjadinya self-harm. Ketika seseorang tidak dapat memunculkan mekanisme koping adaptif untuk mengatasi depresi yang dialami, maka seseorang akan memunculkan mekanisme koping maladaptif diantaranya adalah self-harm. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan dan menganalisis hubungan depresi dengan kejadian self-harm pada mahasiswa PSKPS Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Metode penelitian adalah observasional analitik dengan pendekatan cross sectional dan pengambilan sampel dengan teknik proportional random sampling dengan menggunakan kuisioner beck depression inventory (BDI) dan self-harm inventory (SHI). Jumlah sampel sebanyak 260 mahasiswa. Hasil analisis data menggunakan uji chi-square menunjukkan nilai p value 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara depresi dengan kejadian self-harm pada mahasiswa. Depresi tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya self-harm pada mahasiswa PSKPS Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.*

**Kata-kata kunci:** *depresi, self-harm, beck depression inventory (BDI), self-harm inventory (SHI)*

## PENDAHULUAN

*Self-harm* menjadi sebab terjadinya kematian peringkat dua dunia setelah kecelakaan dengan persentase 6% pada populasi 15-29 tahun.<sup>1</sup> Menurut *National Institute for Health and Care Excellence (NICE)*<sup>2,3</sup> *self-harm* adalah perilaku meracuni atau melukai dirisendiri terlepas dari apapun motivasi yang mendasarinya. Pada usia rata-rata 15 tahun, *self-harm* lebih banyak terjadi pada remaja perempuan dibandingkan dengan remaja laki-laki.<sup>4</sup> Apabila dibiarkan perilaku *self-harm* ini dapat terjadi berulang kali. Bahkan pada remaja yang melakukan *self-harm* ada 15- 25% yang datang kembali ke rumah sakit dengan penyebab yang sama. Risiko bunuh diri akan meningkat pada seseorang yang melakukan *self-harm* secara berulang.<sup>5</sup>

Mekanisme koping adalah kegiatan atau perilaku yang dilakukan oleh seseorang untuk mengendalikan diri saat menghadapi suatu situasi yang tidak diinginkan dan menimbulkan tekanan, Mekanisme atas dua jenis, yaitu *adaptive coping mechanism* dan *maladaptive coping mechanism*.<sup>6</sup>

Ketika berada pada suatu situasi yang tidak diinginkan atau sedang tertekan, seseorang akan berusaha untuk melakukan kegiatan positif untuk dapat meringankan tekanan tersebut. Tetapi, saat seseorang tidak dapat memunculkan mekanisme koping adaptif, maka mereka akan memunculkan mekanisme koping maladaptif dengan melakukan perilaku-perilaku negatif, salah satunya adalah *self-harm*. Perilaku menyakiti diri ini dilakukan karena dianggap dapat memberikan ketenangan sesaat dan membuat mereka belupakan masalah yang sedang dialami meskipun hanya sebentar.<sup>7,8</sup>

Faktor risiko terjadinya *self-harm* antara lain faktor psikologis, seperti depresi, kecemasan, disregulasi emosional, gangguan kepribadian dan agresi atau tindakan menyakiti atau

melukai diri orang lain, selain itu, *self-harm* juga dapat disebabkan karena adanya harga diri yang rendah, paparan peristiwa yang menimbulkan stress seperti pelecehan seksual, kekerasan, perpisahan orang tua, intimidasi, konflik dengan orang tua, keluarga, serta masalah akademik.<sup>9</sup>

Sayyida Khalifah pada tahun 2019, mendapatkan hasil bahwa dua dari tiga orang yang diwawancara dalam penelitian mengatakan bahwa mereka melakukan *self-harm* karena alasan depresi. Depresi yang dialami berasal dari masalah percintaan, masalah dengan orang tua dan masalah dengan lingkungannya.<sup>10</sup>

Pada penelitian yang dilakukan Dita Shabrina Suhada pada tahun 2019 tentang hubungan depresi dengan perilaku *self-harm*. Penelitian ini dilakukan pada siswa SMA di Depok dengan total responden 146 orang. Pada penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa depresi memiliki hubungan dengan perilaku *self-harm* pada siswa SMA. Serta, siswa dengan gejala depresi mungkin dapat melakukan *self-harm* dikemudian hari dibandingkan dengan siswa yang tidak memiliki gejala depresi.<sup>11</sup>

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diketahui bahwa depresi memiliki hubungan dengan kejadian *self-harm* pada remaja. *Self-harm* yang berlangsung secara berulang tersebut dapat menyebabkan bunuh diri dikemudian hari. Berdasarkan hal tersebut, peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang hubungan depresi dengan kejadian *self-harm* pada mahasiswa PSKPS Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

## METODE PENELITIAN

Penelitian tentang hubungan depresi dengan kejadian *self-harm* pada mahasiswa PSKPS Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat dilaksanakan dengan menggunakan metode observasional analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*.

Penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh dari responden yang mengisi kuisioner *beck depression inventory* (SHI) dan kuisioner *self-harm inventory* (SHI). Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa PSKPS Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin angkatan 2019-2021 yang berjumlah 260 orang yang dipilih dengan menggunakan teknik *proportional random sampling* serta telah memenuhi kriteria inklusi dan eskluksi pada penelitian ini. Data yang didapatkan kemudian dianalisis dengan

menggunakan program SPSS uji *chi-square* dengan tabel 4x6.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini mengenai hubungan depresi dengan kejadian *self-harm* pada mahasiswa PSKPS Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Data yang diambil adalah tingkat depresi dan tingkat *self-harm* dengan menggunakan kuisioner *beck depression inventory* (BDI) dan *self-harm inventory* (SHI).

Tabel 1. Distribusi Responden Penelitian

No	Angkatan	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	2019	86 orang	33%
2	2020	86 orang	33%
3	2021	88 orang	34%
	Total	260 orang	100%

Berdasarkan tabel 1 dari 260 mahasiswa yang terpilih untuk mengikuti penelitian ini, terdapat 86 mahasiswa

(33%) dari angkatan 2019, 86 mahasiswa (33%) dari angkatan 2020 dan 88 mahasiswa (34%) dari angkatan 2021.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin

No.	Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
1	Umur		
	18 tahun	12 orang	4,61%
	19 tahun	69 orang	26,53%
	20 tahun	93 orang	35,76%
	21 tahun	70 orang	26,92%
	22 tahun	14 orang	5,38%
2	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	82 orang	32%
	Perempuan	178 orang	68%
	Total	260 orang	100%

Berdasarkan tabel 2 dari 260 mahasiswa yang menjadi respondendalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20 tahun yaitu sebanyak 93 orang (35,76%) dan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 178 orang (68%).

Menurut Rizqi (Alifiando BK, et al, 2022)<sup>12</sup> bahwa pada usia ini, seseorang ditimpa banyak konflik dan masalah yang dapat meningkatkan risiko terjadinya

*self-harm*. Kemudian, banyaknya responden perempuan dalam penelitian ini disebabkan oleh jumlah mahasiswa perempuan pada angkatan 2019-2021 adalah 320 mahasiswa dari 468 mahasiswa. Menurut Agustin, et al (2019)<sup>13</sup> keadaan dimana perempuan lebih mengandalkan perasaannya disertaidengan faktor psikologis dan lingkungan menyebabkan *self-harm* lebih banyak dilakukan oleh perempuan.

Tabel 3. Distribusi Tingkat Depresi

No	Tingkat Depresi	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Minimal	150 orang	58%
2	Ringan	52 orang	20%
3	Sedang	46 orang	18%
4	Berat	12 orang	4%
Total		260 orang	100%

Berdasarkan tabel 3 sebagian besar responden mengalami depresi minimal, yaitu sebanyak 150 orang (58%). Munculnya depresi pada mahasiswa kedokteran didasarkan oleh berbagai faktor menurut Beiter, et al (2014)<sup>14</sup> mahasiswa mempunyai banyak sekali tekanan berupa tuntutan untuk sukses dalam perkuliahan, tentang rencana

setelah lulus dari pendidikan, memiliki kualitas tidur yang buruk, memiliki hubungan dengan teman, keluarga dan lingkungan yang buruk, harga diri dan tentunya kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan pola pembelajaran sangat berpengaruh dalam kecenderungan mahasiswa dapat mengalami depresi.

Tabel 4. Distribusi Tingkat *Self-Harm*

No	Tingkat <i>Self-Harm</i>	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Ringan	181 orang	70%
2	Sedang	47 orang	18%
3	Berat	32 orang	12%
Total		260 orang	100%

Berdasarkan tabel 4 sebagian besar responden dalam penelitian ini melakukan *self-harm* ringan, yaitu sebanyak 181 orang (70%). Banyaknya permasalahan yang dihadapi mahasiswa memicu munculnya mekanisme koping maladaptif. Menurut Maidah (2013)<sup>15</sup> kemampuan berpikir mahasiswa sangatlah baik, sehingga mereka bisa menuntaskan

permasalahan yang mereka hadapi dengan hal positif. Namun, ada sebagian mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik, sehingga mereka memilih menyelesaikan permasalahannya dengan perilaku-perilaku negatif yang salah satunya adalah *self-harm* dan apabila dibiarkan akan berisiko menyebabkan bunuh diri di kemudian hari.

Tabel 5. Analisis Hubungan Depresi dengan Kejadian *Self-Harm*

Tingkat Depresi	Tingkat <i>Self-Harm</i>						value
	Ringan	%	Sedang	%	Berat	%	
Minimal	130	50%	10	4%	10	4%	150
Ringan	30	12%	11	4%	11	4%	
Sedang	19	7%	19	7%	8	3%	
Berat	2	1%	7	3%	3	1%	
Total	181		47		32		

Uji analisis yang dilakukan adalah uji *chi-square* dengan nilai *p value* 0,000 yang memberikan kesimpulan bahwa depresi dengan kejadian *self-harm* memiliki hubungan yang bermakna. Berdasarkan analisis bivariat didapatkan hasil 130 orang (50%) mengalami depresi minimal dan melakukan *self-harm* ringan. Penelitian Suhada, DS. (2019)<sup>11</sup> yang dilakukan pada siswa SMA di Depok memberikan kesimpulan bahwa depresi pada siswa SMA di Depok memiliki hubungan dengan perilaku *self-harm* dengan nilai *p value* 0,003. Penelitian Kristianti DA, et al. (2018)<sup>16</sup> yang dilakukan pada siswa SMA di Yogyakarta memberikan kesimpulan bahwa depresi yang terjadi pada siswa SMA di Yogyakarta memiliki hubungan dengan *self-harm* dengan nilai *p value* <0,05.

Keadaan depresi dimulai dari pemahaman yang salah terhadap keadaan-keadaan yang menimbulkan tekanan dan stress pada seseorang. Keadaan tersebut apabila tersu dibiarkan akan memperburuk keadaan dan menyebabkan seseorang melukai dirinya sendiri hingga bunuh diri.<sup>17</sup> Terjadinya *self-harm* dapat disebabkan oleh kesadaran yang rendah dan suasana hati yang buruk pada seseorang yang mengalami depresi. Perilaku *self-harm* ini dapat menjadi pilihan yang dipilih seseorang ketika dirinya tidak dapat menemukan dan memanfaatkan strategi koping adaptif untuk mengatasi tekanan, misalnya membaca buku atau melakukan sesuatu hal yang positif.<sup>18</sup>

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian terhadap depresi dengan kejadian *self-harm* pada mahasiswa PSKPS Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin didapatkan kesimpulan bahwa depresi memiliki hubungan yang bermakna dengan *self-harm*. Depresi yang terjadi, dapat meningkatkan risiko terjadinya *self-harm* pada mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Mental health status of adolescents in South-East Asia. New York: WHO; 2017
2. Lundh L, Wangby-Lundh M, Paaske M et al. Depressive symptoms and deliberate self-harm in a community sample of adolescents : a prospective study. *Depression Research and Treatment*; 2011
3. Isabela TM, Babatunde O, Polidano K et al. Self-harm in older adults : systematic review. *British Journal of Psychiatry*. 2019;214(4):186-200
4. Ferry A, Hughes N, Simkin S et al. Changes in parenting strategies after a young person's self-harm: a qualitative study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 2016;10(1)
5. Hawton K, Witt K, Taylor ST et al. Intervension for self-harm in children and adolescents. *Cochrane Database of Systematic Review*; 2015
6. Mesuri RP, Huriani E, Sumarsih G. Hubungan mekanisme koping dengan tingkat stress pada pasien fraktur. *Jurnal Keperawatan*. 2014;10(1):66-74
7. Kapur N, Kendall T, Anigbogu B, Allen G, Baston S, Bhatti H et al. Self-harm: Longer-term management. Leicester: British Psychological Society [serial on internet]. 2012 [cited 23 Juni 2022] Available from : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK1126787/>
8. Estefan G, Duriana WY. Gambaran proses regulasi emosi pada pelaku self injury. *Jurnal Psikologi*. 2014;12(1):27-28
9. Myklestad I, Straiton ML. The relationship between self-harm and bullying behavior: results from a population base-study of adolescents. *Research Square*. 2012.3
10. Khalifah S. Dinamika self-harm pada remaja. [skripsi]. Surabaya: Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel; 2019
11. Suhada DS. Hubungan Depresi

- dengan Perilaku Self- Harm pada Siswa SMA di Depok.[skripsi].Jakarta:Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2019
12. Alifiando BK, Pinilih SS, Amin MK. Gambaran kecenderungan perilaku self-harm pada mahasiswa tingkat akhir study. J Keperawatan.2022;8(1):15-16
  13. Agustin D, Fatria RQ, Febrayosi P. Analisis butir self-harm inventory.2019;3(2):396-402
  14. Beiter R, Nash R, Mccrady M, Rhoades D, Linscomb M, Clarahan M, et al. The prevalence and correlates of depression, anxiety and stress in a sample of collage student.J of Affective Disorders. 2015;173.90-96
  15. Maidah. Self injury pada mahasiswa (studi kasus pada mahasiswa pelaku self injury). [skripsi]. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Negeri Semarang.2013
  16. Kristianti DA, Pratiti B, Marchira CR. Hubungan antara depresi dengan pencederaan terhadap diri sendiri tanpa bunuh diri/non suicidal self injury (NSSI) pada siswa SMA di Yogyakarta.[Tesis]. Yogyakarta: Fakultas Kedokteran,Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan Universitas Gajah Mada Yogyakarta; 2018
  17. Hart SR, Van EK, Ballard ED, Musci RJ, Newcorner A, Wilcox HC. Subtypes of suicide attempters base on longitudinal childhood profiles of co-occurring depressive, anxious and aggressive behavior symptoms. Psychiatry Research. 2017:150-155
  18. Zielinski MJ, Veillux JC, Winer ES, Nadorff MR A short-term longitudinal examination of the relations between depression, anhedonia and self-injurious thoughts and behaviors in adults with a history of self-injury. Comprehensive psychiatry. 2017;73.187-195