

## GAMBARAN KECENDERONGAN PERILAKU *SELF-HARM* PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS JAMBI

Radisa Putri Irsani<sup>1</sup>, Diva Mariska Tarastin<sup>2</sup>, Tia Wida Ekaputri HZ<sup>3</sup>, Susiati<sup>4</sup>, Budi Justitia<sup>5</sup>  
Program studi Kedokteran, Universitas Jambi, Jambi  
E-mail: \* [radisa.putri04@gmail.com](mailto:radisa.putri04@gmail.com)<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Latar Belakang: Perilaku *self-harm* adalah perilaku melukai diri sendiri untuk mengatasi tekanan emosional ekstrem. *Self-harm* dapat terjadi pada populasi normal maupun pasien dengan gangguan jiwa, dan mahasiswa kedokteran merupakan kelompok yang rentan mengalami stres dan *self-harm*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa kedokteran Universitas Jambi angkatan 2021-2023. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan rancangan *cross-sectional* ini menggunakan kuesioner *Self-Harm Inventory* (SHI) untuk mengumpulkan data dari 87 responden yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa (80,5%) tidak memiliki kecenderungan untuk melakukan *self-harm*. Sebagian besar responden berusia 20-22 tahun (33,3% berusia 20 tahun), perempuan (57,5%), dan bentuk perilaku *self-harm* yang paling sering dilakukan adalah menyiksa diri melalui pikiran-pikiran yang merendahkan diri sendiri (40,2%). Mahasiswa angkatan 2021 memiliki proporsi tertinggi dalam kategori *self-harm* (47,1%). Kesimpulan: Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa kedokteran Universitas Jambi dan dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan program pencegahan dan intervensi yang efektif.

### Kata kunci

***Self-harm, mahasiswa kedokteran, kesehatan mental.***

### ABSTRACT

*Background: Self-harm is the act of deliberately injuring oneself as a way to cope with intense emotional distress. This behavior may occur in both the general population and individuals with mental disorders. Medical students are considered a vulnerable group due to their high levels of academic and emotional stress. This study aims to explore the tendency of self-harm behavior among medical students at the University of Jambi from the 2021 to 2023 cohorts. Methods: This descriptive study employed a cross-sectional design and utilized the Self-Harm Inventory (SHI) questionnaire to collect data from 87 respondents selected through proportionate stratified random sampling. Results: The results revealed that the majority of students (80.5%) showed no tendency to engage in self-harm behavior. Most respondents were between the ages of 20–22 years, with 33.3% aged 20, and the majority were female (57.5%). The most frequently reported form of self-harm was self-deprecating thoughts (40.2%). Students from the 2021 cohort had the highest proportion of self-harm tendencies (47.1%). Conclusion: This study provides valuable insights into the tendency of self-harm behavior among medical students at the University of Jambi and may serve as a foundation for the development of effective prevention and intervention programs*

### Keywords

***Self-harm, medical students, mental health.***

## 1. PENDAHULUAN

Perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*) didefinisikan sebagai perilaku seseorang untuk melukai diri sendiri dengan berbagai cara tanpa memandang ada atau tidaknya niat dan keinginan untuk mati. Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) perilaku menyakiti diri sendiri adalah ketika seseorang melukai atau menyakiti diri mereka sendiri untuk mengatasi atau mengekspresikan tekanan emosional ekstrem dan kekacauan internal. Perilaku ini merupakan sebuah fenomena penting dalam bidang kesehatan jiwa yang dapat terjadi baik pada populasi normal maupun pasien dengan diagnosis gangguan jiwa. Beberapa gangguan jiwa yang terkait erat dengan perilaku *self-harm* yaitu gangguan kepribadian ambang (*Borderline personality disorder*), gangguan depresi, gangguan bipolar, dan skizofrenia. Perilaku *self-harm* sendiri sebenarnya bukanlah sebuah gangguan jiwa, namun merupakan kegagalan seseorang dalam melakukan koping dalam menghadapi *stress*.<sup>1</sup>

*Self-harm* pada mahasiswa berhubungan langsung dengan pengalaman mahasiswa, seperti tekanan akademis, relokasi, dan transisi menuju kehidupan mandiri. Inisiatif kesejahteraan yang menargetkan faktor-faktor ini, serta pelatihan kesadaran kesehatan mental untuk staf akademik dan non-akademik dapat membantu mendukung siswa yang berisiko.<sup>2</sup> Prevalensi di Amerika Serikat, survei tahun 2015 yang dilakukan oleh *Centers for Disease Control and Prevention Youth Risk Behavior Surveillance System* memperkirakan prevalensi perilaku *self-harm* mencapai 6,4–30,8% remaja sengaja melakukan perilaku *self-harm* tanpa mencoba bunuh diri selama 12 bulan terakhir.<sup>3</sup> Mahasiswa kedokteran umumnya lebih stres dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Stres ini disebabkan oleh berbagai alasan, beberapa di antaranya adalah tekanan dari teman sejawat untuk bekerja dengan baik, beban yang berlebihan dalam pengaturan klinis karena menurunnya rasio dokter-pasien dan berkurangnya jam tidur. Namun, populasi ini kurang terwakili dalam studi tentang *Non-Suicidal Self-injury* (NSSI) karena stigma sosial, agama, dan hukum serta kurangnya kesadaran.<sup>4,5</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Barrios *et al* (2023) menunjukkan bahwa dari 330 mahasiswa kedokteran sebanyak 27% mengalami *self-harm*. Faktor utama yang terkait dengan perilaku *self-harm* adalah diagnosis gangguan mental sebelumnya dan/atau riwayat kekerasan fisik atau seksual.<sup>6</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Menon *et al* (2018) menunjukkan bahwa 23,4% melaporkan stres tinggi, 63,5% mengalami stres sedang, dan 13,1% melaporkan stres rendah. Di antara anak laki-laki, 11,1% melaporkan stres tinggi, 68,6% mengalami stres sedang, dan 20,3% melaporkan stres rendah pada mahasiswa kedokteran.<sup>7</sup>

## 2. METODE PENELITIAN

### 2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*, dimana seluruh variabel penelitian dikumpulkan pada satu periode waktu yang sama. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran kecenderungan perilaku *self-harm* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi angkatan 2021–2023.

Pendekatan kuantitatif deskriptif digunakan karena penelitian bertujuan untuk menggambarkan fenomena secara objektif berdasarkan data numerik tanpa melakukan intervensi terhadap variabel yang diteliti, sebagaimana dijelaskan oleh Adnyana bahwa penelitian kuantitatif deskriptif berfokus pada pengukuran variabel dan penyajian data dalam bentuk angka untuk memperoleh gambaran suatu keadaan pada waktu tertentu.<sup>8</sup>

## 2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi pada bulan Juli hingga November 2024.

## 2.3 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa kedokteran angkatan 2021–2023 yang masih aktif dalam kegiatan akademik. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10%, sehingga diperoleh sampel minimal 79 orang. Untuk mengantisipasi kemungkinan *drop-out*, jumlah sampel ditambah 10%, sehingga total menjadi 87 responden. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik *proportionate stratified random sampling*, yang mempertimbangkan proporsi jumlah mahasiswa tiap angkatan untuk memastikan keterwakilan yang seimbang.

## 2.4 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah *Google Form* yang terdiri dari lembar *informed consent*, data demografis responden, dan *Self-Harm Inventory* (SHI). SHI terdiri dari 22 item pertanyaan yang menilai perilaku *self-harm* langsung maupun tidak langsung, perilaku berisiko, dan aspek kognitif terkait kecenderungan menyakiti diri. Setiap item diberi skor 0 (tidak) atau 1 (ya) dengan rentang skor total 0–22. Berdasarkan literatur, interpretasi SHI meliputi skor 0–5: tidak *self-harm*, 6–11: *self-harm* ringan dan  $\geq 12$ : kecenderungan psikopatologi yang membutuhkan evaluasi lanjutan

## 2.5 Prosedur Pengumpulan, Pengolahan dan Analisis Data

Pengumpulan data dilakukan secara tatap muka di kelas. Sebelum pengisian kuesioner, peneliti menjelaskan tujuan penelitian, manfaat, serta hak-hak partisipan. Mahasiswa yang bersedia berpartisipasi mengisi *informed consent* dan kemudian mengisi kuesioner secara mandiri di bawah pengawasan peneliti untuk meminimalkan kesalahan pengisian. Data yang terkumpul diproses melalui *editing, coding, entry, dan data cleaning*. Analisis dilakukan secara deskriptif univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan kecenderungan perilaku *self-harm* berdasarkan skor SHI. Hasil disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dan persentase.

# 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

## 3.1 Hasil

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik responden mahasiswa Kedokteran Universitas Jambi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 20 tahun, yaitu sebanyak 29 orang (33,3%), diikuti usia 21 tahun sebanyak 25 orang (28,7%), usia 22 tahun sebanyak 21 orang (24,1%), usia 19 tahun sebanyak 7 orang (8,0%), dan usia 23 tahun sebanyak 5 orang (5,7%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 50 orang (57,5%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 37 orang (42,5%). Berdasarkan angkatan, mayoritas responden berasal dari angkatan 2021 sebanyak 31 orang (35,6%), diikuti angkatan 2022 sebanyak 29 orang (33,3%), dan angkatan 2023 sebanyak 27 orang (31,0%).

**Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Angkatan Mahasiswa Kedokteran Universitas Jambi**

| Karakteristik | Kategori  | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---------------|-----------|---------------|----------------|
| Usia          | 19 tahun  | 7             | 8,0            |
|               | 20 tahun  | 29            | 33,3           |
|               | 21 tahun  | 25            | 28,7           |
|               | 22 tahun  | 21            | 24,1           |
|               | 23 tahun  | 5             | 5,7            |
| <b>Total</b>  |           | <b>87</b>     | <b>100,0</b>   |
| Jenis kelamin | Perempuan | 50            | 57,5           |
|               | Laki-laki | 37            | 42,5           |
| <b>Total</b>  |           | <b>87</b>     | <b>100,0</b>   |
| Angkatan      | 2021      | 31            | 35,6           |
|               | 2022      | 29            | 33,3           |
|               | 2023      | 27            | 31,0           |
| <b>Total</b>  |           | <b>87</b>     | <b>100,0</b>   |

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam kategori tidak *self-harm* sebanyak 70 orang (80,5%), dalam kategori sedang sebanyak 17 orang (19,5%), dan tidak ditemukan dalam kategori tinggi.

**Tabel 2 Gambaran Kecenderungan Perilaku Self-harm Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Jambi**

| <i>Self-harm</i>       | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|------------------------|---------------|----------------|
| Tidak <i>self-harm</i> | 70            | 80,5           |
| Sedang                 | 17            | 19,5           |
| Tinggi                 | 0             | 0              |
| <b>Total</b>           | <b>87</b>     | <b>100</b>     |

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh gambaran bahwa bentuk perilaku *self-harm* yang paling banyak dilakukan oleh mahasiswa kedokteran Universitas Jambi adalah menyiksa diri dengan pikiran-pikiran yang merendahkan diri sendiri, dengan jumlah responden sebanyak 35 orang (40,2%). Selain itu, perilaku memukul diri sendiri juga cukup tinggi, yaitu sebanyak 22 orang (25,3%), diikuti oleh perilaku membuat diri kelaparan untuk menyakiti diri sebanyak 21 orang (24,1%). Adapun perilaku berkendara secara ceroboh dengan sengaja dilaporkan oleh 13 responden (14,9%), yang menunjukkan bentuk *self-harm* tidak langsung melalui tindakan berisiko. Sementara itu, perilaku mengiris atau menggores diri dengan sengaja memiliki frekuensi paling rendah, yaitu 12 orang (13,8%).

**Tabel 2 Gambaran Kecenderungan Perilaku Self-harm Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Jambi**

| <i>Self-harm</i>                                                   | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|--------------------------------------------------------------------|---------------|----------------|
| Menyiksa diri dengan pikiran-pikiran yang merendahkan diri sendiri | 35            | 40,2           |
| Memukul diri sendiri                                               | 22            | 25,3           |
| Membuat diri kelaparan untuk menyakiti diri sendiri                | 21            | 24,1           |
| Berkendara secara ceroboh dengan sengaja                           | 13            | 14,9           |
| Mengiris/menggoresdiri dengan sengaja                              | 12            | 13,8           |

Berdasarkan Tabel 4, dari total 87 mahasiswa kedokteran Universitas Jambi, proporsi mahasiswa yang memiliki kecenderungan *self-harm* tertinggi berasal dari angkatan 2021, yaitu sebesar 9,2%, disusul oleh angkatan 2022 sebesar 5,7% dan angkatan 2023 sebesar 4,6%. Sementara itu, mahasiswa yang tidak memiliki kecenderungan *self-harm* tersebar cukup merata, dengan proporsi terbesar pada angkatan 2022 yaitu sebesar 27,6%. Total mahasiswa dengan kecenderungan *self-harm* adalah 19,5%, dan yang tidak *self-harm* sebesar 80,5%.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi *Self-harm* Berdasarkan Angkatan Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Jambi**

| Kecenderungan Perilaku |                           |                                 |
|------------------------|---------------------------|---------------------------------|
| Angkatan               | <i>Self-harm</i><br>n (%) | Tidak <i>self-harm</i><br>n (%) |
| 2021                   | 9,2                       | 26,4                            |
| 2022                   | 5,7                       | 27,6                            |
| 2023                   | 4,6                       | 26,4                            |
| <b>Total</b>           | <b>19,5</b>               | <b>80,5</b>                     |

### 3.2 Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa kedokteran Universitas Jambi berada pada kategori tidak memiliki kecenderungan perilaku *self-harm*, sementara sebagian kecil berada pada kategori *self-harm* ringan hingga sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun lingkungan pendidikan kedokteran memiliki tekanan akademik yang tinggi, sebagian besar mahasiswa masih mampu beradaptasi melalui mekanisme *coping* yang relatif baik.

Dominasi responden pada rentang usia dewasa muda sejalan dengan fase perkembangan psikologis yang rentan terhadap konflik emosional dan stres. Pada tahap ini, individu berada pada fase pembentukan intimasi dan identitas diri, sehingga kegagalan dalam memenuhi tugas perkembangan dapat meningkatkan risiko isolasi

emosional dan perilaku maladaptif, termasuk *self-harm*. Temuan ini sejalan dengan penelitian Taliaferro et al. serta diperkuat oleh Peshkovskaya et al. yang melaporkan bahwa individu berusia di bawah 22 tahun merupakan kelompok dominan dalam konteks perilaku *self-harm* dan ide bunuh diri.<sup>37-39</sup>

Proporsi responden perempuan yang lebih besar dalam penelitian ini konsisten dengan beberapa penelitian sebelumnya. Namun, hubungan antara jenis kelamin dan perilaku *self-harm* masih menunjukkan hasil yang bervariasi. Penelitian Sembiring dan Mona melaporkan dominasi responden perempuan, sementara studi multisentral di Islamabad dan Rawalpindi tidak menemukan perbedaan signifikan skor *self-injury* antara laki-laki dan perempuan.<sup>38,39</sup> Sebaliknya, tinjauan sistematis di Pakistan menunjukkan bahwa perempuan memiliki risiko lebih tinggi melakukan tindakan menyakiti diri sendiri.<sup>41</sup> Variasi temuan ini dapat dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik populasi, konteks sosial budaya, serta perubahan pola ekspresi stres dan emosi.

Bentuk perilaku *self-harm* yang paling dominan pada penelitian ini adalah *self-criticism*, diikuti oleh perilaku menyakiti diri secara fisik ringan dan perilaku berisiko. Temuan ini menunjukkan bahwa *self-harm* pada mahasiswa kedokteran lebih sering diekspresikan dalam bentuk internalisasi emosi negatif dibandingkan tindakan fisik yang berat. Hal ini sejalan dengan penelitian Shafira yang menunjukkan bahwa *self-criticism* berperan sebagai mediator antara disregulasi emosi dan niat melakukan *self-harm*.<sup>42</sup> Penelitian Clement et al. juga melaporkan bahwa tekanan akademik merupakan salah satu motif utama meningkatnya *self-harm* di kalangan mahasiswa.<sup>43</sup>

Temuan ini selaras dengan penelitian lokal oleh Mayriza et al, yang menunjukkan adanya hubungan bermakna antara gejala depresi dengan ide *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) serta ide bunuh diri pada remaja. Depresi berperan penting sebagai faktor psikologis yang mendasari munculnya ide dan perilaku menyakiti diri, bahkan pada individu yang belum menunjukkan tindakan ekstrem. Hal ini memperkuat interpretasi bahwa *self-harm* ringan hingga sedang pada mahasiswa dapat menjadi manifestasi awal gangguan emosional yang lebih serius.<sup>47</sup>

Distribusi kecenderungan *self-harm* yang lebih tinggi pada angkatan yang lebih senior mendukung temuan Mehmood yang menyatakan bahwa *self-harm* meningkat seiring waktu dan berkaitan dengan tekanan akademik yang semakin kompleks.<sup>44</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian Aqiel yang menunjukkan adanya variasi prevalensi NSSI berdasarkan tahun studi.<sup>45</sup> Penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Jambi juga menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkat stres, ansietas, dan gangguan emosional yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa tingkat awal, terutama pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Kondisi ini dilaporkan dalam penelitian oleh Nabila et al, Mayriza et al, Abraham et al, Zaidan et al, serta Siti et al, yang menegaskan bahwa tekanan akademik merupakan stressor utama pada mahasiswa kedokteran.<sup>47-51</sup> Selain itu, stres akademik juga diketahui berkaitan dengan berbagai manifestasi psikofisiologis. Penelitian oleh Intan et al dan Marissa Atha et al menunjukkan hubungan antara tingkat stres dengan gangguan tidur dan insomnia pada mahasiswa kedokteran Universitas Jambi. Gangguan tidur dan kelelahan emosional dapat memperburuk kemampuan regulasi emosi, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap perilaku *self-harm*.<sup>53,54</sup> Penelitian lain juga menunjukkan bahwa stres kronis berkaitan dengan manifestasi somatik, seperti kerontokan rambut, sebagaimana dilaporkan oleh Tasya et al yang mencerminkan dampak luas stres terhadap kesehatan mahasiswa.<sup>55</sup>

Tidak ditemukannya mahasiswa dengan kategori *self-harm* berat dalam penelitian ini kemungkinan berkaitan dengan keberadaan faktor protektif. Faktor-faktor yang dilaporkan berhubungan positif dengan *self-harm* meliputi penggunaan zat dan riwayat

gangguan mental, sedangkan faktor pelindung meliputi kepuasan akademik, hubungan yang baik dengan orang tua, harga diri yang tinggi, dan dukungan sosial yang kuat.<sup>46,47</sup> Keberadaan faktor-faktor protektif ini diduga berperan dalam meningkatkan resiliensi mahasiswa terhadap tekanan emosional.

Meskipun demikian, keberadaan mahasiswa dengan kecenderungan *self-harm* ringan hingga sedang tetap memerlukan perhatian serius. *Self-harm*, meskipun tidak berat, dapat menjadi indikator awal adanya tekanan psikologis yang berpotensi berkembang. Faktor sosial, lingkungan, dan struktural dalam pendidikan kedokteran seperti tekanan akademik, kompetisi, isolasi sosial, serta tuntutan emosional selama proses pembelajaran diketahui berperan dalam munculnya gangguan kesehatan mental pada mahasiswa kedokteran.<sup>49,51,52</sup> Oleh karena itu, institusi pendidikan kedokteran perlu memperkuat upaya promotif dan preventif kesehatan mental melalui penyediaan layanan konseling yang mudah diakses serta penciptaan lingkungan akademik yang suportif dan bebas stigma.

#### 4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi angkatan 2021–2023 tidak memiliki kecenderungan untuk melakukan *self-harm*, dengan proporsi sebesar 80,5%. Bentuk perilaku *self-harm* yang paling sering dilaporkan adalah menyiksa diri melalui pikiran-pikiran yang merendahkan diri sendiri, diikuti oleh memukul diri dan menahan makan sebagai bentuk menyakiti diri. Selain itu, kecenderungan *self-harm* lebih banyak ditemukan pada mahasiswa angkatan 2021 dibandingkan angkatan lainnya. Secara umum, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa tidak menunjukkan kecenderungan *self-harm*, masih terdapat proporsi mahasiswa yang memerlukan perhatian terkait kesehatan mental, khususnya dalam aspek manajemen stres dan regulasi emosi.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Kusumadewi AF, Yoga BH, Sumarni S, Ismanto SH. Self-harm Inventory (SHI) Versi Indonesia sebagai instrumen deteksi dini perilaku self-harm. J Psikiatri Surabaya. 2020;8(1):20.
- Clements C, Farooq B, Hawton K, Geulayov G, Casey D, Waters K, et al. Self-harm in university students: A comparative analysis of data from the Multicentre Study of Self-harm in England. J Affect Disord. 2023;335:67–74.
- Monto MA, McRee N, Deryck FS. Nonsuicidal self-injury among a representative sample of US adolescents, 2015. Am J Public Health. 2018;108:1042–8.
- Mehmood M. Prevalence of non-suicidal self-injury in medical students of Rawalpindi: Its socio-demographics, methods, and functions. Res Artic. 2023;73(12).
- Lang J. Prevalence of nonsuicidal self-injury in Chinese middle school and high school students: A meta-analysis. Medicine (Baltimore). 2018;97(42).
- Barrios I. Non-suicidal self-injury in medical students: Frequency and associated factors. Rev Nac. 2023;15(2):64–77.
- Menon P. Stress levels and its association with self-harm and risk-taking behavior in medical undergraduates. Ind Psychiatry J. 2018;27(1):41–6.
- Gebang, Antonius Adolf, et al. "Metode penelitian pendekatan kuantitatif." (2022).
- Hotijah S, Dewi EI, Kurniyawan EH. Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa baru luar Pulau Jawa Universitas Jember. J Pustaka Kesehat.

- 2021;9(2):111–5.
- Hulukati W, Djibran MR. Analisis tugas perkembangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik*. 2018;2(1):73.
- Maulana IA. KKN DR SISDAMAS: Peran dan fungsi mahasiswa dalam meningkatkan sosialisasi dan pendidikan di Desa Cintaasih. *Proc UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. 2021;1(63):100.
- Christy. Kemampuan mengontrol diri mahasiswa kedokteran dalam belajar, pengerjaan tugas, dan penggunaan gawai. *J Muara Ilmu Sos Humaniora Seni*. 2020;4(1):204–12.
- Woodley S, Hodge S, Jones K, Holding A. How individuals who self-harm manage their own risk. *Psychol Rep*. 2020;124(5):1998–2017.
- Faried L, Noviekayati IGAA, Saragih S. Efektivitas expressive writing therapy terhadap kecenderungan self-injury ditinjau dari tipe kepribadian introvert. *Psikovidya*. 2018;22(2):118–31.
- Saputra MR, Mukti DAC, Angelina R, Maharani PA, Yuniarti BD, Fitria S, et al. Kerentanan self-harm pada remaja di era modernisasi. *Proc Conf Psychol Behav Sci*. 2022;1(1):28–33.
- Harefa IE, Mawarni SG. Self-talk sebagai pencegahan self-harm pada remaja. *Pros Semin Nas LP3M*. 2019;1:173–8.
- Nasution F, Angraini S. Gambaran perilaku self-harm pada remaja. *J Rumpun Ilmu Kesehat*. 2021;1(1):121–37.
- Knipe D, Padmanathan P, Newton-Howes G, Chan LF, Kaipur N. Suicide and self-harm. *Lancet*. 2022;399:1903–16.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. 5th ed. Washington DC: APA; 2013.
- Rahman F, Webb RT, Wittkowski A. Risk factors for self-harm repetition in adolescents: A systematic review. *Clin Psychol Rev*. 2021;88:102048.
- Kiekens G, Hasking P, Bruffaerts R, Claes L, Baetens I, Boyes M, et al. What predicts ongoing nonsuicidal self-injury? *J Nerv Ment Dis*. 2017;205(10):762–70.
- Thiruvalluru RK, Edgcomb JB, Brooks JO, Pathak J. Risk of suicide attempts and self-harm after general medical hospitalizations of men with mental illness. *J Psychiatr Res*. 2023;157:50–6.
- Valencia J, Sinambela FC. Self-harm behavior, personality, and parental separation: A systematic literature review. *Adv Psychol Proc*. 2021;530:10–6.
- Kusnadi GA. Self-injury in adolescents that may disturb mental health. *J Psikol Eduk Konseling*. 2021;1(2):11–23.
- Ferrey AE, Hughes ND, Simkin S, Locock L, Stewart A, Kapur N, et al. The impact of self-harm by young people on parents and families. *BMJ Open*. 2016;6:e009631.
- Cha CB, Franz PJ, Guzmán EM, Glenn CR, Kleiman EM, Nock MK. Suicide among youth: Epidemiology, etiology, and treatment. *J Child Psychol Psychiatry*. 2018;59(4):460–82.
- Lestari L. Falsafah dan teori keperawatan. *Angew Chem Int Ed*. 2018;6(11):951–2.
- Chand SP, Arif H. Depression. *StatPearls*. 2023. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK430847/>
- Ormel J, Kessler RC, Schoevers R. Depression: More treatment but no drop in prevalence. *Curr Opin Psychiatry*. 2019;32(4):348–54.
- Pham TH, Gardier AM. Fast-acting antidepressant activity of ketamine. *Pharmacol Ther*. 2019;199:58–90.
- Namkung H, Lee BJ, Sawa A. Causal inference on pathophysiology in psychiatry. *Cold Spring Harb Symp Quant Biol*. 2018;83:17–23.

- Az-Zahra F. The correlation between depression and self-harm behavior in teenagers. *IJCRT*. 2021;9(8):2320–882.
- Arinda O. Nonsuicidal self-injury pada dewasa muda di Jakarta: Studi fenomenologi. *J Psikol Ulayat*. 2021;8(1):123–47.
- Khadijah S, Yusuf A, Nihayati HE. Analysis of risk factors for suicidal thoughts among students in Surakarta. *Str J Ilm Kesehat*. 2021;10(1):1348–55.
- Pitaloka ML, Fauziyah N. Suicide attempt: Psychological dynamics in adolescents. *Indones Psychol Res*. 2023;5(2):59–69.
- Taliaferro LA, Heerde JA, Bailey JA, Toumbourou JW, McMorris BJ. Adolescent predictors of deliberate self-harm. *J Adolesc Health*. 2023;73(1):61–9.
- Peshkovskaya A, Chudinov S, Serbina G, Gubanov A. Suicide-related groups and school shooting fan communities on social media. *Computers*. 2024;13(3):61.
- Sembiring K. Tingkat kecemasan, perilaku self-harm, dan mekanisme koping mahasiswa menghadapi OSCE. *JPPNI*. 2024;8(3).
- Mona S, Rehman M, Ahad A, et al. Frequency, risk factors, and methods of deliberate self-harm in medical students and doctors in Pakistan. *Cureus*. 2024;16(9):e70068.
- Appel G, Zaidi SR, Han BH, Avery JJ, Avery JD. Call for increased psychiatric training in emergency medicine. *Prim Care Companion CNS Disord*. 2020.
- Thippaiah SM, Nanjappa MS, Gude JG, Voyiaziakis E, Patwa S, Birur B, et al. Non-suicidal self-injury in developing countries: A review. *Int J Soc Psychiatry*. 2021;67.
- Shafira AN, Hargiana G. Self-harm behavior among nursing students. *J Kesehat*. 2022;11(2):123–34.
- Aqeel M, Nisar HH, Rehna T, Ahmed A. Prevalence of nonsuicidal self-injury in medical students of Rawalpindi. *J Pak Med Assoc*. 2021;71(9):2143–7.
- Fortune S, Cottrell D, Fife S. Family factors associated with adolescent self-harm. *J Fam Ther*. 2016;38:226–56.
- Forrester RL, Slater H, Jomar K, Mitzman S, Taylor PJ. Self-esteem and nonsuicidal self-injury in adulthood. *J Affect Disord*. 2017;221:172–83.
- Watson C. A narrative review of suicide in medical students. *Indian J Psychiatry*. 2020;62(3):250–6.
- Kusumawati, Mayriza Putri. Hubungan Tingkat Gejala Depresi Dengan Ide Pencederaan Terhadap Diri Sendiri Tanpa Bunuh Diri/Non-Suicidal Self-Injury (Nssi) Pada Remaja Sman 1 Kota Jambi. Diss. Universitas Jambi, 2024
- Riziana, Kerin Fah, Fatmawati Fatmawati, And Armaidi Darmawan. "Hubungan Tingkat Gejala Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja Sekolah Menengah Atas." *Journal Of Medical Studies* 3.1 (2023): 39-47.
- Amaliah, Nabila. Gambaran Tingkat Keparahan Simtom Ansietas Pada Mahasiswa Kedokteran Unja Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Diss. Kedokteran, 2022.
- Zaidan, Abdul Hafizh. "Gambaran Tingkat Depresi, Ansietas, Dan Stres Pada Siswa/Siswi Yang Kecanduan Smartphone Di Sma Negeri Kota Jambi." *Journal Of Medical Studies* (2024)
- Sirait, Abraham. Gambaran Gangguan Mental Emosional Pada Mahasiswa Tingkat Satu Dan Mahasiswa Tingkat Akhir Tahap Sarjana Di Fakultas Kedokteran Universitasjambi. Diss. Kedokteran, 2025.
- Hediaty, Siti. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Berdasarkan Medical Student Stressor Questionnaire Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. 2025
- Purnama, Intan. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan

Universitas Jambi. 2022

Ghaits, Marrisa Atha. Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Program Studi Kedokteran Universitas Jambi. Diss. Universitas Jambi, 2023.

Putri, Tashya Santika. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Tingkat Kerontokan Rambut Pada Mahasiswa Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi. Diss. Universitas Jambi, 2024