

DINAMIKA PERILAKU *SELF-HARM* PADA MAHASISWA AKHIR

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Tan Zefanya Noveline Santoso

21090000158

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG**

2025

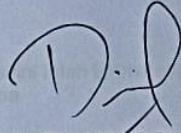
LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Tan Zefanya Noveline Santoso
NIM : 21090000158
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Dinamika Perilaku *Self-Harm* pada Mahasiswa Akhir

Malang, 18 Februari 2025

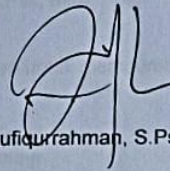
DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Taufiqurrahman, S.Psi., M.A

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

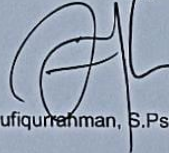
Dinamika Perilaku *Self-Harm* pada Mahasiswa Akhir

Dipersiapkan dan disusun oleh
Tan Zefanya Noveline Santoso
21090000158

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 21 Januari 2025

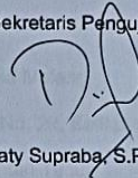
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



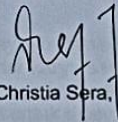
Taufiqurrahman, S.Psi., M.A

Sekretaris Penguji



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si

Skripsi ini telah terima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana

Malang, 18 Februari 2025
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsito, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Nama : Tan Zefanya Noveline Santoso
Nomor Pokok : 21090000158
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis
Judul Skripsi : Dinamika Perilaku *Self-Harm* pada Mahasiswa Akhir
Lokasi Penelitian : Universitas Merdeka Malang
Alat Rumah Asal : Jl. Magnolia Raya No. 29, Balikpapan Baru, Balikpapan, Kalimantan Timur
No. Telp/ Email : 081348139280/zefanyanoveline@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 18 Februari 2025



Tan Zefanya Noveline Santoso

MOTTO

“Barangsiapa setia dalam perkara-perkara kecil, ia setia juga dalam perkara-perkara besar. Dan barangsiapa tidak benar dalam perkara-perkara kecil, ia tidak benar juga dalam perkara-perkara besar”

(Lukas 6 : 10)

“Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau, janganlah bimbang, sebab Aku ini Allahmu; Aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong engkau; Aku akan memegang engkau dengan tangan kanan-Ku yang membawa kemenangan”

(Yesaya 41 : 10)

“Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahannya sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari”

(Matius 6 : 34)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri, Tan Zefanya Noveline Santoso dan kedua orang tua saya yang telah memberi dukungan secara materi maupun non-materi. Semoga dengan skripsi ini saya dapat menumbuhkan rasa bangga pada orang tua saya yang telah berkorban banyak bagi saya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus, karena dengan berkat dan kasih-Nya, penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian skripsi dengan judul “Dinamika Perilaku *Self-Harm* pada Mahasiswa Akhir” dengan baik. Dalam penulisan skripsi ini, penulis ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada semua pihak yang berperan dalam proses penyelesaian skripsi ini antara lain:

1. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
2. Bapak Taufiqurrahman, S.Psi., M.A., selaku dosen pembimbing, terima kasih atas ilmu baru yang diberikan, terima kasih telah membimbing penulis, terima kasih telah memberikan masukan selama proses pengerjaan skripsi sehingga dapat selesai dengan baik.
3. Bapak Lukman Hakim, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen wali yang telah sabar dalam membimbing selama menjadi mahasiswa.
4. Kepada seluruh dosen dan staf akademik Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, yang telah memberikan pembelajaran dan dukungan selama penulis menjadi mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
5. Terima kasih kepada Alm. Kakek saya, yayang. Yang selama ini selalu menyayangi penulis. Terima kasih karena sudah mendukung penulis sampai ada di titik ini, meskipun akhirnya yayang pergi sebelum penulis selesai menamatkan perkuliahan ini. Skripsi ini untuk yayang.
6. Terima kasih kepada kedua orang tua penulis, Papi Eko dan Mami Kiky karena telah membimbing penulis menjadi pribadi yang kuat dalam menghadapi segala tantangan, terima kasih untuk setiap dukungan

finansial, terima kasih atas motivasi dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studi sampai sarjana.

7. Kepada kakak dan adik-adik penulis, Josef, Nicholas, Kristabel, dan Frederick. Terima kasih karena telah menjadi semangat bagi penulis untuk terus meneruskan perjalanan panjang ini.
8. Kepada Indira, Tirza, Amanda, Leo, Tito, Thessa, Anggi, Kevin, Mas Erwin, Mas Gibran dan seluruh teman-teman penulis yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu namanya. Penulis ucapkan terima kasih karena telah mewarnai dan menemani masa perkuliahan penulis hingga saat ini. .
9. Terima kasih kepada *Amstirdam Coffee Mergan* atas kopi sejuknya yang selalu menemani penulis dalam menyusun laporan penulisan ini sampai selesai.
10. Terima kasih kepada Cimit dan Cimot, kucing kesayangan penulis yang selalu menjadi teman bermain dan menghibur penulis di kala penulis suntuk saat menyelesaikan skripsi.
11. Terakhir, terima kasih kepada diri saya sendiri, Tan Zefanya Noveline Santoso, karena telah bertahan hingga di titik ini, terima kasih karena tetap berjuang, terima kasih atas segalanya.

Malang, 18 Februari 2025

Penulis

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Dinamika Perilaku *self-harm* pada Mahasiswa Akhir” ini dengan baik.

Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana S1 dalam Program Studi Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Penulis menyadari penulisan ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat menghargai kritik dan saran yang membangun dalam menunjang kesempurnaan skripsi ini. Penulis berterima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap karya tulis ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Malang, 18 Februari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Perilaku Self-Harm	6
1. Definisi Perilaku Self-Harm.....	6
2. Bentuk-bentuk Perilaku Self-Harm.....	8
3. Faktor Penyebab Perilaku Self-Harm	9
B. Mahasiswa Akhir.....	10
1. Pengertian Mahasiswa Akhir	10
2. Peran dan Fungsi Mahasiswa Akhir.....	12
C. Kerangka Teoritik.....	13
BAB III METODE PENELITIAN.....	15
A. Pendekatan Penelitian	15
B. Metode Pengumpulan Data	15
C. Responden.....	16
D. Analisa Data.....	16
E. Keabsahan Data.....	18

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	19
A. Deskripsi Responden Penelitian	20
B. Deskripsi Hasil Wawancara	21
C. Temuan Penelitian.....	27
D. Pembahasan.....	33
BAB V PENUTUP.....	39
A. Kesimpulan.....	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	43

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Deskripsi Data Responden.....	19
Tabel 2 Deskripsi Data Significant Other.....	19

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teoritik.....	13
Gambar 2 Dinamika Perilaku Self-harm.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Verbatim.....	44
Lampiran 2 Reduksi Data	76
Lampiran 3 Penyajian Data.....	87
Lampiran 4 Dokumentasi	91
Lampiran 5 Informed Consent.....	93
Lampiran 6 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah Untuk Kepentingan Akademis	97
Lampiran 7 Hasil Cek Turnitin.....	99
Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup	102

Dinamika Perilaku Self-Harm pada Mahasiswa Akhir

Tan Zefanya Noveline Santoso
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
zefyanoveline@gmail.com

INTISARI

Mahasiswa tingkat akhir kerap menghadapi berbagai tekanan akademik, sosial, dan emosional yang dapat memicu perilaku self-harm, yaitu tindakan menyakiti diri sendiri tanpa niat untuk bunuh diri. Penelitian ini bertujuan memahami dinamika psikologis perilaku self-harm pada mahasiswa akhir. Pendekatan kualitatif ini dilakukan melalui wawancara semi terstruktur, tiga responden dipilih secara purposive. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk perilaku self-harm yang paling umum dilakukan adalah menyayat kulit menggunakan benda tajam. Perilaku ini dipicu oleh tekanan akademik, ekspektasi keluarga, dan kurangnya dukungan sosial. Responden mengungkapkan adanya perasaan lega yang bersifat sementara setelah self-harm, namun diikuti oleh penyesalan dan dampak psikologis negatif. Temuan ini dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup mahasiswa secara keseluruhan, misalnya dengan menciptakan lingkungan kampus yang lebih suportif dan mengurangi tekanan akademik.

Kata Kunci : Mahasiswa akhir, Menyakiti diri sendiri, Tekanan

Dynamics of Self-Harm Behavior in Final Year Students

Tan Zefanya Noveline Santoso
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
zefyanoveline@gmail.com

ABSTRACT

Final-year students face various academic, social, and emotional pressures that can trigger self-harm behavior, defined as intentionally injuring oneself without suicidal intent. This study aims to understand the psychological dynamics of self-harm behavior among final-year students. Using a qualitative approach with semi-structured interviews, three female respondents were purposively selected. The results indicate that the common form of self-harm involves cutting the skin with sharp objects. This behavior is triggered by academic stress, family expectations, and a lack of social support. Respondents reported temporary relief after engaging in self-harm, followed by regret and negative psychological effects. These findings can be used to improve students' overall quality of life, for example by creating a more supportive campus environment and reducing academic stress.

Keywords : Final-year students, Pressure, Self-harm