

**FAKTOR PEMICU DAN RESPON EMOSIONAL TERHADAP
DORONGAN SELF-HARM**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Peminatan



Oleh:

ALFIYAH RAHMADINI

22020125210151

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS 46
DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

2026

**FAKTOR PEMICU DAN RESPON EMOSIONAL TERHADAP
DORONGAN SELF-HARM**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Peminatan



Oleh:

ALFIYAH RAHMADINI

22020125210151

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS 46
DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir yang berjudul:

“Faktor Pemicu dan Respon Emosional Terhadap Dorongan *Self-Harm* “

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama: Alfiyah Rahmadini
NIM: 22020125210151

Telah disetujui sebagai Laporan Karya Ilmiah Akhir/*literature review* dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk di *review*

Dosen Pembimbing,



Ns. Sri Padma Sari, S.Kep.,M.N.S., Ph.D
NIP : 198405062008122003

Pembimbing Klinik,



Titik Suerni, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J
NIP : 197608222000032003

Mengetahui,

Ketua Program Pendidikan Profesi NERS FK UNDIP



Dr. Zubaidah, M.Kep., Ns. Sp.Kep.An
NIP. 197310202006042001

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir yang berjudul:

“Faktor Pemicu dan Respon Emosional Terhadap Dorongan *Self-Harm*”

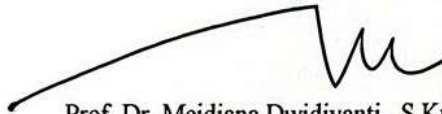
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Alfiyah Rahmadini

NIM : 22020125210151

Telah diuji pada, 2 Juni 2026

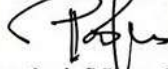
Penguji,



Prof. Dr. Meidiana Dwidiyanti., S.Kp.,M.Sc.

NIP. 196005151983032002

Pembimbing,



Ns. Sri Padma Sari, S.Kep., M.N.S., Ph.D

NIP. 198405062008122003

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., Sp.Kep.Mat., M.Kep.

NIP. 197708302001122001

Faktor Pemicu dan Respon Emosional Terhadap Dorongan Self Harm

Alfiyah Rahmadini¹; Sri Padma Sari²; Titik Suerni³; Meidiana Dwidiyanti⁴

^{1,2,4}Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah 50275, Indonesia

³RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah, Semarang, Indonesia

E-mail : sripadmasari@fkundip.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Self-harm merupakan perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan sebagai bentuk pelampiasan terhadap tekanan emosional dan distress psikologis. Dorongan self-harm sering dipengaruhi oleh pengalaman traumatis, konflik interpersonal, kurangnya dukungan emosional, serta ketidakmampuan individu dalam mengelola emosi negatif. Perilaku ini dapat berdampak pada gangguan psikologis yang lebih berat hingga meningkatkan risiko bunuh diri apabila tidak ditangani dengan tepat. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi faktor pemicu dan respon emosional terhadap dorongan self-harm pada pasien dengan riwayat perilaku self-harm. Metode: Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan berjumlah tiga pasien rawat inap dengan riwayat perilaku self-harm yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur secara mendalam dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil: Penelitian menemukan dua tema utama, yaitu faktor pemicu dorongan self-harm dan respon emosional. Faktor pemicu meliputi konflik interpersonal, pikiran berulang terhadap pengalaman traumatis, perasaan tidak dipahami dan tidak dianggap, tekanan psikologis yang terpendam, serta kehilangan figur orang tua. Respon emosional yang muncul berupa emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, dan kelelahan emosional. Dorongan tersebut dilampiaskan melalui tindakan menyakiti diri secara fisik seperti membenturkan kepala, menggigit tangan, memukul diri, dan menyayat tangan. Kesimpulan: Faktor pemicu dorongan self-harm meliputi konflik interpersonal, pikiran berulang, perasaan tidak dipahami, tekanan psikologis yang terpendam, dan kehilangan figur orang tua. Faktor tersebut menimbulkan respon emosional berupa marah, sedih, kecewa, takut, dan kelelahan emosional yang kemudian dilampiaskan melalui perilaku menyakiti diri secara fisik.

Kata Kunci : *Self-harm*; respon emosional; faktor pemicu *self-harm*

Triggering Factors and Emotional Responses to Impulses for Self-Harm

Alfiyah Rahmadini¹; Sri Padma Sari²; Titik Suerni³; Meidiana Dwidiyanti⁴

^{1,2,4}*Departemen Department of Nursing Science, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Tembalang District, Semarang City, Central Java 50275, Indonesia*

³*Dr. Amino Gondohutomo Regional Mental Health Hospital, Central Java Province, Semarang, Indonesia*

E-mail : sripadmasari@fkundip.ac.id

Abstract

Background: Self-harm is a behavior involving the infliction of injury on oneself as a means of coping with emotional pressure and psychological distress. The urge to self-harm is often influenced by traumatic experiences, interpersonal conflicts, a lack of emotional support, and an individual's inability to manage negative emotions. This behavior can lead to more severe psychological disorders and increase the risk of suicide if not properly addressed. Aim: This study aims to explore the triggering factors and emotional responses to the urge to self-harm in patients with a history of self-harm behavior. Method: This study employed a qualitative method using a phenomenological approach. Participants consisted of three inpatients with a history of self-harm behavior, selected using purposive sampling. Data were collected through in-depth semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis. Conclusion: The study identified two main themes, namely triggers of self-harm urges and emotional responses. Triggering factors included interpersonal conflicts, recurring thoughts about traumatic experiences, feelings of not being understood or valued, suppressed psychological stress, and the loss of a parental figure. The emotional responses that emerged included negative emotions such as anger, sadness, disappointment, and emotional exhaustion. These urges are acted out through physical self-harm such as banging one's head.

Keywords: *Self-harm; emotional response; triggers of self-harm*