

**EKSPLORASI PENGALAMAN PSIKOLOG DALAM
MENANGANI PASIEN *SELF-HARM* DI RSJD DR. AMINO
GONDOHUTOMO: STUDI KUALITATIF**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Peminatan



Oleh

TESSA LONIKA AGISTA

NIM 22020125210125

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir yang berjudul:
**EKSPLORASI PENGALAMAN PSIKOLOG DALAM MENANGANI PASIEN SELF-
HARM DI RSJD DR. AMINO GONDHUTOMO: STUDI KUALITATIF**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Tessa Lonika Agista

NIM : 22020125210125

Telah disetujui sebagai Laporan Karya Ilmiah Akhir dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk direview.

Dosen Pembimbing



Ns. Sri Padma Sari, S. Kep., MNS., 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, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An

NIP. 197310202006042001

LEMBAR PENGESAHAN

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

**EKSPLORASI PENGALAMAN PSIKOLOG DALAM MENANGANI
PASIEN *SELF-HARM* DI RSJD DR. AMINO GONDHUTOMO: STUDI
KUALITATIF**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Tessa Lonika Agista

NIM : 22020125210125

Telah diuji pada 2 Juni 2026

Penguji



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

NIP. 196005151983032002

Pembimbing



Ns. Sri Padma Sari S. Kep., MNS., Ph.D

NIP. 198405062008122003

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



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

NIP. 197708302001122001

Eksplorasi Pengalaman Psikolog dalam Menangani Pasien *Self-harm* di RSJD Dr. Amino Gondohutomo: Studi Kualitatif

Tessa Lonika Agista¹, Sri Padma Sari², Titik Suerni³, Meidiana Dwidiyanti⁴
^{1,2,4}Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang,
Indonesia

³RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah, Semarang, Indonesia
Email: sripadmasari@fk.undip.ac.id

ABSTRAK

Perilaku self-harm merupakan tindakan menyakiti diri sendiri secara sengaja tanpa tujuan bunuh diri yang umumnya digunakan sebagai mekanisme koping maladaptif terhadap tekanan emosional. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi pengalaman psikolog dalam menangani pasien self-harm di RSJD Dr. Amino Gondohutomo. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan terdiri dari tiga psikolog klinis yang dipilih menggunakan purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-harm berkaitan dengan kesulitan regulasi emosi, distress psikologis, pengalaman traumatis, serta kurangnya dukungan keluarga dan lingkungan sosial. Dalam proses penanganan, building trust melalui hubungan terapeutik yang empatik, suportif, dan non-judgmental menjadi kunci utama intervensi. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa continuity of care masih menjadi tantangan karena tindak lanjut pasca rawat belum berjalan optimal. Selain itu, pasien self-harm yang dirujuk ke psikolog umumnya merupakan pasien dengan kondisi emosional yang telah stabil dan mampu mengikuti proses konseling secara optimal. Oleh karena itu, penanganan pasien self-harm memerlukan pendekatan yang komprehensif, berkelanjutan, serta kolaborasi antar profesional kesehatan mental.

Kata kunci: *self-harm; psikolog; kesehatan mental*

ABSTRACT

Self-harm is the intentional act of harming oneself without suicidal intent and is commonly used as a maladaptive coping mechanism to deal with emotional distress. This study aimed to explore psychologists' experiences in treating patients with self-harm at Dr. Amino Gondohutomo Psychiatric Hospital. This study employed a qualitative method with a phenomenological approach. Participants consisted of three clinical psychologists selected using purposive sampling. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and analyzed using thematic analysis. The findings showed that self-harm was associated with difficulties in emotion regulation, psychological distress, traumatic experiences, and lack of support from family and the social environment. In the intervention process, building trust through empathetic, supportive, and non-judgmental therapeutic relationships became the main key in treating patients with self-harm. This study also found that continuity of care remains a challenge because post-discharge follow-up and ongoing evaluation have not been implemented optimally. In addition, patients with self-harm referred to psychologists were generally those with stable emotional conditions and able to participate optimally in counseling sessions. Therefore, the management of patients with self-harm requires a comprehensive and continuous approach, as well as collaboration among mental health professionals.

Keywords: *self-harm; psychologist; mental health*