

**DUKUNGAN SOSIAL PADA PASIEN DENGAN PERILAKU
SELF-HARM: STUDI KUALITATIF**

Disusun Untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Peminatan Keperawatan Jiwa Klinik



Oleh:

Ratih Nugrahani

NIM. 22020125210026

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

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

DUKUNGAN SOSIAL PADA PASIEN DENGAN PERILAKU *SELF-HARM*: STUDI KUALITATIF

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Ratih Nugrahani

NIM : 22020125210026

Telah disetujui sebagai laporan penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk direview

Dosen Pembimbing



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

NIP. 198405062008122003

Pembimbing Klinik



Dessy Dwi Cahyaningrum, S.Kep. Ns., M.Kep.

NIP. 198412192009032006

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:

**DUKUNGAN SOSIAL PADA PASIEN DENGAN PERILAKU *SELF-HARM*: STUDI
KUALITATIF**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Ratih Nugrahani

NIM : 22020125210026

Telah diuji pada 5 Juni 2026

Penguji I,



Ns. Ryka Widyahingtyas, S.Kep., M.Sc.
NIP. 199602082024062002

Penguji II,



Ns. Sri Padma Sari, S.Kep., MNS., Ph.D
NIP. 198405062008122003

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat
NIP. 197708302001122001

Dukungan Sosial Pada Pasien Dengan Perilaku *Self-Harm*: Studi Kualitatif

Ratih Nugrahani¹, Ryka Widyaningtyas², Dessy Dwi Cahyaningrum³, Sri Padma Sari⁴

Department of Nursing, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Indonesia

Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Indonesia

Corresponding author: sripadmasari@fk.undip.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: *Self-harm* merupakan perilaku melukai diri sendiri yang dilakukan sebagai bentuk pelampiasan tekanan emosional dan berkaitan dengan berbagai masalah psikologis. Dukungan sosial diketahui memiliki peran penting dalam membantu individu menghadapi tekanan emosional, namun pengalaman pasien *self-harm* dalam menerima dukungan sosial masih perlu dipahami lebih mendalam.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman pasien dengan perilaku *self-harm* dalam menerima dukungan sosial selama menjalani perawatan di rumah sakit jiwa.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Partisipan dalam penelitian berjumlah tiga orang pasien dengan riwayat perilaku *self-harm* yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam menggunakan pedoman wawancara semi terstruktur. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik.

Hasil: Penelitian ini menghasilkan tiga tema utama yaitu kecenderungan memendam masalah, perasaan diterima dan tidak sendiri, serta dukungan emosional. Partisipan cenderung mengalami kesulitan dalam mengungkapkan kondisi emosional yang dirasakan karena takut dihakimi maupun tidak dipahami oleh lingkungan sekitar. Dukungan sosial dari keluarga dan orang terdekat membuat partisipan merasa lebih diterima, diperhatikan, dan tidak menghadapi masalah seorang diri. Kehadiran keluarga melalui perhatian, pendampingan, dan komunikasi yang konsisten juga membantu partisipan merasa lebih tenang serta memiliki kekuatan dalam menghadapi tekanan psikologis yang dialami.

Kesimpulan: Dukungan sosial memiliki peran penting dalam membantu pasien dengan perilaku *self-harm* menghadapi tekanan emosional secara lebih adaptif. Kehadiran keluarga dan lingkungan yang suportif dapat membantu mengurangi perasaan kesepian, meningkatkan rasa diterima, serta mendukung proses pemulihan pasien.

Kata kunci: *self-harm*; dukungan sosial; dukungan emosional; fenomenologi

Social Support Among Patients with Self-Harm Behavior: A Qualitative Study

Ratih Nugrahani¹, Ryka Widyaningtyas², Dessy Dwi Cahyaningrum³, Sri Padma Sari⁴

Department of Nursing, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Indonesia

Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Indonesia

Corresponding author: sripadmasari@fk.undip.ac.id

Abstract

Background: Self-harm is a behavior of intentionally hurting oneself as a way to cope with emotional distress and is associated with various psychological problems. Social support is known to play an important role in helping individuals deal with emotional pressure; however, the experiences of patients with self-harm in receiving social support still need to be explored more deeply.

Objective: This study aimed to explore the experiences of patients with self-harm behavior in receiving social support during treatment in a psychiatric hospital.

Methods: This study used a qualitative approach with a phenomenological design. The participants consisted of three patients with a history of self-harm behavior selected using purposive sampling techniques. Data were collected through in-depth interviews using semi-structured interview guidelines. Data analysis was conducted using thematic analysis.

Results: The study identified three main themes: the tendency to suppress problems, feelings of being accepted and not alone, and emotional support. Participants tended to experience difficulties in expressing their emotional conditions due to fear of being judged or misunderstood by their surrounding environment. Social support from family and close people made participants feel more accepted, cared for, and not alone in facing their problems. The presence of family through attention, companionship, and consistent communication also helped participants feel calmer and stronger in dealing with the psychological pressure they experienced.

Conclusion: Social support plays an important role in helping patients with self-harm behavior cope with emotional distress in a more adaptive way. The presence of family and a supportive environment can help reduce feelings of loneliness, increase the sense of acceptance, and support the patient's recovery process.

Keywords: self-harm; social support; emotional support; phenomenology