

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN  
KECENDERUNGAN *SELF HARM* MAHASISWA FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG**

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Disusun oleh:

YUNI KARTIKA NUR HIDAYAH

22020119130103

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**2023**

**SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Yuni Kartika Nur Hidayah  
NIM : 22020119130103  
Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan  
Jenis : Skripsi  
Judul : Hubungan Mekanisme Koping dengan Kecenderungan  
*Self Harm* Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas  
Diponegoro Semarang

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas *loyalty* kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak penyimpanan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy*, untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 3 Agustus 2023

Yang Menyatakan



Yuni Kartika N. H.  
NIM. 22020119130103

**PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME**

Nama : Yuni Kartika Nur Hidayah  
Tempat/Tanggal Lahir : Klaten/15 Juni 2001  
Alamat Rumah : Jogodayoh Kidul RT 01 RW 09, Gumulan, Klaten  
Tengah, Klaten  
No. Telp : 081325402900  
Email : yunikartika3029@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Hubungan Mekanisme Koping dengan Kecenderungan *Self Harm* Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 3 Agustus 2023



Yuni Kartika N. H.

NIM. 22020119130103

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN KECENDERUNGAN  
SELF HARM MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
DIPONEGORO SEMARANG**

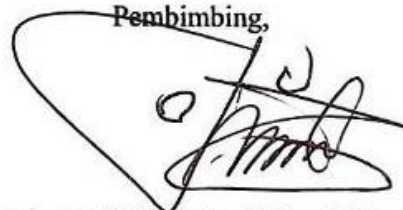
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama: Yuni Kartika Nur Hidayah

NIM: 22020119130103

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

Pembimbing,

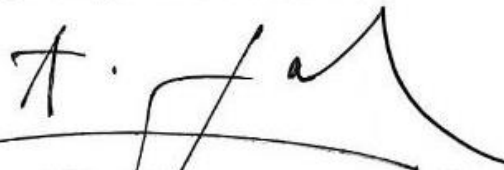


Bambang Edi Warsito, S.Kp., M.Kes

NIP. 196303071989031002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

**LEMBAR PENGESAHAN**

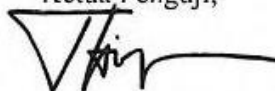
Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN KECENDERUNGAN *SELF HARM* MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:  
Nama: Yuni Kartika Nur Hidayah  
NIM: 22020119130103

Telah diuji pada 13 September 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk  
**mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan**

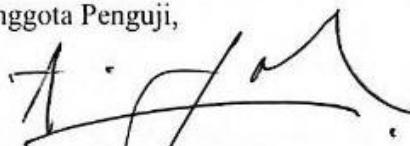
Ketua Penguji,



Muhammad Hasib Ardani, S.Kp., M.Kes

NIP. 197412182010121001

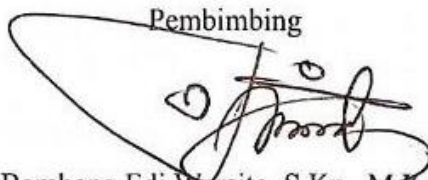
Anggota Penguji,



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

Pembimbing



Bambang Edi Warsito, S.Kp., M.Kes

NIP. 196303071989031002

Plt. Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP



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

NIP. 1977083020011122001

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunianya sehingga skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN KECENDERUNGAN SELF HARM MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG”** dapat terselesaikan dengan baik. Penyusunan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan. Penyusunan skripsi ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pembaca mengenai penelitian yang telah dilaksanakan. Skripsi ini berisi tentang mekanisme koping, kecenderungan *self harm*, dan hubungan yang terjadi antara keduanya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan dalam proses penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti. Peneliti berharap meskipun masih terdapat banyak kekurangan namun skripsi ini masih dapat memberikan manfaat kepada mahasiswa untuk menjaga kesehatan mental dan memilih mekanisme koping yang baik dalam menyelesaikan permasalahan serta kepada pembaca secara umum untuk memperluas pengetahuan.

Semarang, 3 Agustus 2023



Yuni Kartika Nur Hidayah

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak, maka dari itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan pertolongan, petunjuk, dan ridhonya sehingga saya bisa sampai pada titik ini.
2. Bapak dan ibu saya yang senantiasa memberikan doa dan dukungan dalam penyusunan proposal skripsi ini.
3. Kakak-kakak saya yang telah memberikan motivasi dan dukungan.
4. Bapak Bambang Edi Warsito, S.Kp., M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran, dukungan, nasihat, waktu, dan kesabaran dalam membimbing.
5. Seluruh dosen dan staf di Departemen Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro yang telah membantu dan membimbing dalam segala hal.
6. Teman-teman kuliah dan teman satu bimbingan yang telah memotivasi dan saling memberikan dukungan dalam penyusunan proposal skripsi ini.
7. Sahabat-sahabat saya yang telah memberikan nasihat, memotivasi, dan mendukung dalam proses penyusunan proposal skripsi.
8. Seluruh responden penelitian yang telah membantu keberlangsungan penelitian ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat saya sebutkan satu per satu.

## DAFTAR ISI

<b>SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>ABSTRAK</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Perumusan Masalah.....	6
1.3    Tujuan Penelitian.....	7
1.4    Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	10
2.1    Konsep <i>Self Harm</i> .....	10
2.1.1    Pengertian <i>Self Harm</i> .....	10
2.1.2    Bentuk <i>Self Harm</i> .....	11
2.1.3    Jenis <i>Self Harm</i> .....	13
2.1.4    Karakteristik <i>Self Harm</i> .....	14
2.1.5    Faktor Penyebab <i>Self Harm</i> .....	15
2.2    Konsep Mekanisme Koping .....	17
2.2.1    Pengertian Mekanisme Koping .....	17
2.2.2    Strategi Mekanisme Koping.....	18
2.2.3    Faktor yang Mempengaruhi Mekanisme Koping .....	19
2.2.4    Penggolongan Mekanisme Koping .....	20
2.3    Konsep Mahasiswa Kesehatan .....	21
2.3.1    Pengertian Mahasiswa Kesehatan.....	21
2.3.2    Tuntutan Mahasiswa Kesehatan.....	22



2.4	Hubungan <i>Self Harm</i> dengan Mekanisme Koping .....	22
2.5	Kerangka Teori dan Kerangka Konsep Penelitian .....	24
2.4.1	Kerangka Teori .....	24
2.4.2	Kerangka Konsep.....	25
2.6	Hipotesis Penelitian .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>26</b>
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian .....	26
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian .....	26
3.2.1	Populasi.....	26
3.2.2	Sampel.....	27
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
3.3.1	Tempat Penelitian .....	29
3.3.2	Waktu Penelitian .....	29
3.4	Definisi Operasional, Variabel Penelitian, dan Skala Pengukuran .....	30
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Mengumpulkan Data.....	33
3.5.1	Instrumen Penelitian .....	33
3.5.2	Cara Mengumpulkan Data .....	35
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	36
3.6.1	Teknik Pengolahan Data .....	36
3.6.2	Analisa Data.....	37
3.7	Etika Penelitian.....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>		<b>41</b>
4.1	Gambaran Umum Penelitian .....	41
4.2	Hasil Penelitian Univariat .....	41
4.2.1	Gambaran Karakteristik Responden .....	41
4.2.2	Gambaran Kecenderungan <i>Self Harm</i> .....	42
4.2.3	Gambaran Mekanisme Koping .....	46
4.3	Hasil Analisis Bivariat.....	51
4.3.1	Hasil Uji Hipotesis .....	51
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>		<b>53</b>
5.1	Kecenderungan <i>Self Harm</i> .....	53
5.2	Mekanisme Koping .....	57

5.3	Hubungan Mekanisme Koping dengan Kecenderungan <i>Self Harm</i> .....	61
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>		<b>63</b>
6.1	Kesimpulan.....	63
6.2	Saran.....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>65</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>xvi</b>

### DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
3.1	Definisi Operasional dan Skala Pengukuran	30
3.2	Kisi-Kisi Kuesioner <i>Self Harm Inventory</i> (SHI)	33
3.3	Kisi-Kisi Kuesioner <i>Brief COPE</i>	33
3.4	<i>Coding Data</i>	35
4.1	Karakteristik Responden	42
4.2	Distribusi Frekuensi Kecenderungan <i>Self Harm</i> Responden	42
4.3	Distribusi Frekuensi Pertanyaan Kuesioner <i>Self Harm</i> <i>Inventory</i> Responden	43
4.4	Gambaran Kecenderungan <i>Self Harm</i> Berdasarkan Usia Responden	44
4.5	Gambaran Kecenderungan <i>Self Harm</i> Berdasarkan Jenis Kelamin Responden	45
4.6	Gambaran Kecenderungan <i>Self Harm</i> Berdasarkan Program Studi Responden	45
4.7	Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping Responden	46
4.8	Distribusi Frekuensi Pertanyaan Mekanisme Koping Responden	47
4.9	Gambaran Mekanisme Koping Berdasarkan Usia Responden	50

4.10	Gambaran Mekanisme Koping Berdasarkan Jenis Kelamin Responden	50
4.11	Gambaran Mekanisme Koping Berdasarkan Program Studi Responden	51
4.12	Hasil Tabulasi Silang Mekanisme Koping dengan Kecenderungan <i>Self Harm</i>	52

**DAFTAR GAMBAR**

Nomor	Judul Gambar	Halaman
2.1	Kerangka Teori	24
2.2	Kerangka Konsep	25

**DAFTAR LAMPIRAN**

Nomor	Keterangan	Halaman
1	Surat Izin Penelitian	xvi
2	Surat <i>Ethical Clearance</i>	xxi
3	Lembar Konsultasi	xxii
4	<i>Logbook</i> Bimbingan Skripsi	xxv
5	Bukti Ijin Penggunaan Kuesioner	xxix
6	<i>Informed Consent</i>	xxx
7	Instrumen Penelitian	xxxii
8	Hasil Pengolahan Data dengan SPSS	xl
9	Jadwal Penelitian	xlviii

**Departemen Keperawatan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Diponegoro  
Agustus, 2023**

### **ABSTRAK**

Yuni Kartika Nur Hidayah

**Hubungan antara Mekanisme Koping dengan Kecenderungan *Self Harm* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang  
xv + 69 Halaman + 10 Tabel + 2 Gambar + 9 Lampiran**

Mekanisme koping merupakan suatu cara yang digunakan untuk mengatasi rasa stres atau tekanan yang sedang dihadapi. Strategi koping ini berbeda-beda pada tiap individunya, salah satunya yang dilakukan oleh mahasiswa kesehatan. Mahasiswa kesehatan mengalami tuntutan dari akademik, sosial, maupun dari keluarganya. Pemilihan koping yang buruk dapat mempengaruhi penyaluran mekanisme koping melalui cara maladaptif salah satunya *self harm*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan kecenderungan *self harm* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 110 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Self Harm Inventory* dan *Brief COPE*. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan yang negatif antara mekanisme koping dengan kecenderungan *self harm* dengan nilai *p-value* 0.001 ( $< 0.05$ ). Berdasarkan hasil nilai tersebut peneliti menyarankan agar mahasiswa kesehatan mampu mengekspresikan emosi dengan baik dan memilih mekanisme koping yang adaptif agar dapat mengurangi perilaku kecenderungan *self harm* seperti memukul diri, berpikir yang buruk tentang diri sendiri, dan sengaja menahan lapar.

Kata kunci : Mahasiswa Kesehatan, Mekanisme Koping, *Self Harm*  
Daftar Pustaka: 74 (2008-2023)

**Nursing Science  
Faculty of Medicine  
Diponegoro University  
August, 2023**

## **ABSTRACT**

Yuni Kartika Nur Hidayah

**The Relationship between Coping Mechanisms with Self Harm Tendencies in Faculty of Medicine Students at Diponegoro University Semarang  
xv + 69 Pages + 10 Table + 2 Picture + 9 Attachments**

Coping mechanism is a way used to cope with stress or pressure that being faced. This coping strategy is different for each individual, one of which is carried out by health students. Health students experience demands from academics, social, and from their families. Poor coping choices can affect the distribution of coping mechanism through maladaptive means, one of which is self harm. This study aims to determine the relationship between coping mechanism with self harm tendencies in Faculty of Medicine students. This type of research is quantitative correlational using cross sectional approach. The sampling technique used was purposive sampling with a sample size of 110 students of the Faculty of Medicine, Diponegoro University. Data collection was carried out using the Self Harm Inventory and Brief COPE questionnaires. Data were analyzed univariately and bivariately. The result of the analysis showed a negative significant relationship between coping mechanism with the tendency of self harm with a p-value 0.0001 (<0.05). Based on the result of these values, the research suggest that health students are able to express emotions well and choose adaptive coping mechanism in order to reduce self harm behaviors such as hitting themselves, thinking badly about themselves, and deliberately holding back hunger.

**Keyword** : Health Students, Coping Mechanisms, and Self Harm Tendency

**Bibliography** : 74 (2008-2023)