

SELF-HARM DAN DEPRESI PADA DEWASA MUDA

Dahlia Magdalena Sibarani, Susanti Niman*, FX Widianoro

STIKes Santo Borromeus, Jln Parahyangan kav 8, Kota Baru Parahyangan, Padalarang Bandung Barat, Jawa Barat 40558, Indonesia

*susantiniman@gmail.com

ABSTRAK

Self-harm pada dewasa muda dapat mempengaruhi kemampuan kognitif, kinerja, dan hubungan interpersonal. *Self-harm* menjadi salah satu tren dan isu keperawatan jiwa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi *self-harm* dengan depresi pada dewasa muda. Metode yang digunakan yaitu kuantitatif *cross-sectional* dengan *analitik observational*. Peneliti membagikan *link google form* melalui komunitas depresi di *facebook*. Sebanyak 130 orang dewasa muda melalui teknik *snowball sampling* berpartisipasi dalam penelitian ini dan mengisi *link*. Kuesioner yang digunakan *Self Harm Inventory* (SHI) dan *Beck-Depression Inventory-II* (BDI-II). Analisa data yang dilakukan dengan menggunakan *Pearson product moment*. Hasil studi diperoleh adanya korelasi yang signifikan antara *self-harm* dengan depresi ($p < 0,00$). Arah korelasi yaitu positif dan berkekuatan korelasi dalam kriteria sedang ($r = 0,761$).

Kata kunci: depresi; dewasa muda; *self-harm*

SELF-HARM AND DEPRESSION IN YOUNG ADULTS

ABSTRACT

Self-harm in young adults can affect cognitive abilities, performance, and interpersonal relationships. Self-harm is becoming one of the trends and issues of psychiatric nursing. The aims determine the correlation between self-harm and depression in young adults. The purpose of this study was to determine the correlation of self-harm with depression in young adults. The method used quantitative cross-sectional with analytical observational. Research share googles form link via community depression in Facebook. Totally 130 young adults with snowball sampling technic were participating apply complete the link. The questionnaires were used the Self-Harm Inventory (SHI) and Beck-Depression Inventory-II (BDI-II). Data analysis was used Pearson product-moment. The results of this study found that there was a significant correlation between self-harm and depression ($p < 0,05$). The direction of the correlation was positive and the correlation strength was in moderate criteria ($r = 0,761$).

Keywords: *depression; self-harm; young adults*

PENDAHULUAN

Prevalensi depresi meningkat pada usia dewasa muda yang dipengaruhi sosial demografik (Motjabai, Olfson & Han, 2016), dan sosial ekonomi (Winkler, 2020). Depresi dapat mempengaruhi kemampuan kognitif, kinerja dan hubungan interpersonal (Choi, 2019). Gejala depresi yang seringkali tidak disadari (Choi, 2019) dan membuat *Quality of Live* (QOL) menjadi rendah (Ma, 2020) sampai akhirnya muncul pikiran untuk bunuh diri. Orang yang lebih muda memiliki peningkatan depresi yang signifikan dibandingkan orang tua (Maulida, 2020; Kim, 2019). Penyesuaian kehidupan sosial pada perkembangan dewasa muda dipengaruhi oleh minat terhadap penampilan, lambang kedewasaan, status, uang, dan agama. Selain itu, dewasa muda sangat dibatasi oleh tekanan pekerjaan dan keluarga dapat mengakibatkan krisis sosial dengan membatasi diri dari kelompok sosial (Hurlock, 1997). Upaya menangani depresi dilakukan mekanisme koping untuk mengatasi stres dalam kehidupan (Yulianto, 2019).

Menyakiti diri sendiri atau *self-harm* menjadi salah satu fenomena kesehatan jiwa sebagai mekanisme koping maladaptif melalui penggunaan rasa sakit fisik untuk mengatasi tekanan emosional (Woodley, 2020). Perilaku *self-harm* adalah tindakan menyakiti diri menggunakan segala cara dengan atau tidak diikuti keinginan untuk bunuh diri (NICE, 2011). Hal ini merupakan mekanisme koping yang tidak baik, namun beberapa dewasa muda menjadikan *self-harm* cara objektif dan mampu mengakibatkan kecanduan untuk melakukannya kembali (Faried, 2018). *Self-harm* menjadi satu dari lima penyebab utama kematian dalam kondisi medis akut di Inggris. Prevalensi *self-harm* adalah sekitar 2,7% pada populasi umum dan meningkat 22% pada sampel perawatan primer (Woodley, 2020). Berdasarkan survey YouGov Omnibus diketahui dewasa muda yang pernah melakukan *self-harm* 45% dan 7% diantaranya sering melakukan *self-harm* (Kim, 2019), dengan frekuensi paling sering 2-5 kali (Verenisa, 2021). Dampak yang perlu diperhatikan dalam kejadian *self-harm non fatal* yaitu cenderung mengulangi tindakan sebesar (17,1%). Dewasa muda terus mengalami peningkatan intensitas sejak pertama kali melakukan *self-harm* (Olfson, 2018). Insiden kejadian bunuh diri sangat berisiko 37-131 kali lebih besar dibandingkan populasi umum (Geulayov, 2019).

Studi pendahuluan kepada 20 dewasa muda yang dilakukan dalam komunitas introvert *facebook* didapatkan hasil 90% pernah dan sedang mengalami depresi, dan penyebab terjadinya depresi paling banyak yaitu masalah dalam keluarga (20%), dan penyebab lainnya (30%). Hasil studi pendahuluan tersebut diketahui 80% memiliki keinginan menyakiti diri sendiri, dengan jenis melukai diri terbanyak memukul diri sendiri (35%), dan responden yang melakukan lebih dari satu tindakan *self-harm* (40%). Asuhan keperawatan jiwa pada komunitas bersifat dinamis mengikuti permasalahan yang ditemukan di masyarakat. Salah satu kondisi yang menjadi fokus dari perawat jiwa komunitas adalah perilaku *self-harm* (ANA, 2014). Depresi merupakan salah satu kondisi yang termasuk dalam *the global burden of deases (The Global of Deases Study 2017)*. Di Indonesia asuhan keperawatan jiwa pada lingkup gangguan jiwa, psikososial, dan komunitas. Prinsip keperawatan jiwa komunitas memberikan pelayanan komprehensif, holistik, paripurna yang terfokus pada masyarakat yang rentan terhadap stres yang meningkatkan resiko mengalami masalah kesehatan jiwa, dan tahap rehabilitasi bertujuan untuk mencegah kekambuhan (Keliat, 2011). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui korelasi *self-harm* dengan depresi pada dewasa muda.

METODE

Sampel pada penelitian ini yaitu responden dewasa muda melalui media sosial seperti *facebook*, *instagram*, dan *whatsapp* dalam rentang usia 18 – 40 tahun, dan bersedia mengikuti penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan *snowball sampling*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan rancangan penelitian korelasional dengan metode *Analitik Observasional* menggunakan desain *cross sectional* menggunakan alat ukur berupa kuesioner online yang terdiri dari kuesioner *Self-Harm Inventory* Versi Indonesia untuk mengukur *self-harm* dilakukan uji validitas menggunakan Index Validitas Aiken (IVA) dengan hasil berkisar 0,83-0,97 (Kusumadewi, 2019) dan uji reabilitas 0,740. Kuesioner *Beck Depression Inventory-II* untuk mengukur depresi dengan hasil uji validitas *cronbach's alpa* >0,60 Hendi Ginting (2013) dan reabilitas 0,759. Peneliti telah melakukan uji reliabilitas didapatkan hasil pengukuran yang telah dilakukan dengan besar nilai pada kuesioner *Self-Harm Inventory* yaitu 0,759. Reabilitas kuesioner didapatkan nilai *Cronbach Alpha* > 0,60, sehingga kedua instrument dikatakan reliabel.

Prosedur pengambilan data dilakukan melalui *google form* kemudian mengunggah *link google form* pada berbagai media sosial seperti *facebook*, *instagram*, dan *whatsapp* untuk diakses oleh dewasa muda yang sesuai dengan kriteria inklusi. Pengolahan data terdiri dari beberapa tahap yaitu, data edit dilakukan untuk pengecekan dan perbaikan isian kuesioner. Pengkodean yaitu kuesioner yang sudah diedit kemudian dilakukan peng “kodean” proses ini dilakukan saat peneliti membuat pertanyaan pada *google form* dengan jawaban diberikan kode atau angka. Pemrosesan data ini sudah dilakukan oleh responden selesai mengirim dan data yang sudah diterima kemudian diperiksa kembali untuk memastikan tidak ada kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya untuk kemudian diperbaiki dan dipindahkan ke aplikasi komputerisasi sesuai data yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian. Teknik analisa data univariat menggunakan tendensi sentral, rata-rata dan simpangan baku. Teknik analisa bivariat menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*.

HASIL

Tabel 1.
 Distribusi frekuensi, persentase, rata-rata dan simpangan baku data demografi pada dewasa muda (n=130)

	f	%
Data Demografi		
Usia (M, SD)	23,13	(4,87)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	52	40
Perempuan	78	60
Pekerjaan		
Mahasiswa	63	48,5
PNS	1	0,8
Karyawan Swasta	36	27,7
Tidakbekerja	30	23
Tinggal Bersama		
Orang Tua	85	65
Keluarga	10	8
Sendiri	27	21
Pasangan	8	6

Hasil penelitian didapatkan data bahwa rata-rata usia 23,13 tahun dengan standar deviasi 4,87. Lebih dari setengah responden merupakan perempuan (n=78, 60%) dan tinggal bersama orang tua (n=85, 65,4%). Kurang dari setengah responden merupakan mahasiswa (n=63, 48,5%).

Tabel 2
 Rata-rata *self-harm* dan depresi pada responden (n=130)

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Min	Max
<i>Self-harm</i>	6,05	4,81	0	18
Depresi	19,58	14,15	0	54

Hasil penelitian didapatkan rata-rata skor *self-harm* sebesar 6,05 (SD: 4,81) dan depresi sebesar 19,58 (SD: 14,15). Nilai maksimal *self-harm* sebesar 18 dan untuk depresi 54 skor. Jadi, rata-rata responden memiliki resiko yang rendah melakukan *self-harm* dan depresi.

Tabel 3.
Distribusi mean dan standar deviasi *self-harm* pada dewasa muda (n=130)

Klasifikasi <i>Self-Harm</i>	Mean	SD	Min	Max
Ringan	1,81	1,53	0	5
Berat	0,85	1,02	0	4
Tidak Langsung	1,58	1,41	0	4
Risiko	0,62	1,02	0	5
Kognisi	1,19	1,00	0	3

Hasil penelitian didapatkan data rata-rata nilai responden dengan *self-harm* berat sebesar 0,85 (SD: 1,02). Nilai maksimal sebesar 4 sehingga rata-rata responden memiliki risiko kecil melakukan tindakan *self-harm* berat.

Tabel 4.
Korelasi *self-harm* dengan depresi pada dewasa muda (n=130)

	r	p-value
Korelasi <i>Self-Harm</i> dengan Depresi Pada Dewasa Muda	0,761	0.00

Hasil penelitian didapatkan data bahwa ada korelasi yang signifikan antara *self-harm* dengan depresi ($p < 0,05$). Arah korelasi yaitu positif dan berkekuatan korelasi dalam kriteria sedang ($r = 0,761$). Artinya, jika skor *self-harm* meningkat maka skor depresi juga meningkat.

PEMBAHASAN

Karakteristik, rerata self harm dan depresi

Hasil penelitian ini didapatkan data bahwa lebih dari setengah responden adalah perempuan. Hasil penelitian sesuai dengan O'connor (2018). Perbedaan kedua penelitian kemungkinan disebabkan populasi pada penelitian saat ini mayoritas berjenis kelamin perempuan sedangkan penelitian sebelumnya dilakukan pada masyarakat umum di Skotlandia. Perbedaan ini kemungkinan karena adanya *level of need*, yakni jika suatu informasi yang ingin diketahui memiliki nilai kebutuhan yang tinggi, maka akan dicari dengan rinci dan lengkap (Prijana, 2015). Pada pola penggunaan internet perempuan lebih berminat untuk *chatting* dan terkait dengan pembelajaran, sedangkan laki-laki lebih berminat membaca berita online, penggunaan bersifat teknis dan hiburan (Wahid, 2005).

Hasil penelitian ini didapatkan data lebih dari setengahnya (65,4%) yaitu 85 responden tinggal bersama orangtuanya. Hal ini sama dengan hasil penelitian O'connor (2018). Kesaamaan kedua penelitian ini kemungkinan karena dewasa muda memerlukan adaptasi dengan permasalahan hidup dan menguasai situasi dari waktu ke waktu serta memerlukan contoh perilaku seseorang yang dianggap dewasa (Hurlock, 1997). Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata responden memiliki resiko yang rendah untuk melakukan *self-harm*. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian - penelitian sebelumnya (Chamberlain, 2017; Olfson, 2018; O'connor, 2018). Tingkat *self-harm* pada dewasa muda lebih rendah dibandingkan pada remaja. Dewasa muda lebih mungkin melakukan *self-harm* saat terdiagnosis depresi, gangguan penggunaan zat, gangguan kepribadian dan terdiagnosis ADHD dalam 180 hari sebelum melakukan *self-harm* (Olfson, 2018). Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa rata-rata usia diawal dewasa muda lebih tinggi untuk melakukan *self-harm* dan lebih rendah pada usia yang lebih tua (O'connor, 2018).

Hasil penelitian ini melaporkan bahwa rata – rata responden memiliki resiko depresi yang rendah. Trend saat ini terjadi peningkatan yang signifikan pada depresi, kecemasan, *self-harm* dan uaya bunuh diri lebih banyak pada anak perempuan dan dewasa muda. (Twenge, 2020). Persamaan ini kemungkinan berhubungan dengan semakin tinggi pendidikan, maka risiko depresi semakin rendah. Kedudukan sosial yang lebih rendah dibandingkan orang lain diterjemahkan menjadi negatif dalam mekanisme psikososial yang berdampak pada depresi (Wetherall, 2019). Hasil penelitian didapatkan rata-rata responden memiliki risiko rendah melakukan tindakan *self-harm* berat. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya (Joanne, 2021). Beberapa tindakan *self-harm* berat di dalam kuesioner yaitu percobaan bunuh diri, membakar diri dan overdosis (Kusumadewi, 2019). Bahaya bunuh diri terjadi setelah peristiwa *self-harm* dengan metode kekerasan (Olson, 2018). Hasil analisa kuisisioner *self harm* didapatkan bahwa responden lebih banyak menjawab “Tidak” pada item overdosis (9,2%) dan tindakan membakar diri dengan sengaja (5,4%).

Korelasi Self-Harm dan Depresi

Hasil penelitian didapatkan data bahwa ada korelasi yang signifikan antara *self-harm* dengan depresi. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya (Zielinski, 2017). Risiko tindakan *self-harm* dapat dipengaruhi oleh kognisi dan suasana hati yang rendah terhadap depresi. Kehilangan minat dan kesenangan dapat meningkatkan utilitas yang dirasakan dari *self-harm* (Zielinski, 2017). Depresi diawali dari persepsi yang negatif terhadap stressor, kemudian muncul fase akumulasi stressor yang memperburuk keadaan dengan melukai diri dan bunuh diri (Hart, 2017). Berdasarkan teori depresi merupakan kemarahan yang ditujukan kepada diri sendiri, sehingga orang dengan depresi berisiko mencederai diri sendiri atau *self-harm* (Stuart, 2013). Selain itu prevalensi *Self harm* bisa sulit ditentukan karena biasanya merupakan perilaku rahasia dan tersembunyi. Namun ada hubungan antara *self harm* dengan keinginan bunuh diri pada klien depresi (Harris, Beese, & Moore, 2019). Pekerjaan sebagai mahasiswa juga berhubungan dengan munculnya gejala depresi. Hasil penelitian terhadap 1700 mahasiswa yang berusia 18-29 tahun menunjukkan bahwa 31.3% mengalami gangguan tidur dan 6.54 kali lebih berat saat mengalami depresi (Becker, et. al 2018). Seseorang melakukan *self-harm* untuk mengurangi ketegangan, merasa lebih tenang dari penolakan yang mengakibatkan ketidaknyamanan (Faried, 2018). Hasil penelitian lain mendukung hasil penelitian ini bahwa *self-harm* membuat perasaan lebih baik, dijelaskan bahwa partisipan dalam penelitian tersebut merasa lega atau terlepas dari emosi atau pikiran negative setelah melakukan *self-harm* (Arinda, 2021).

SIMPULAN

Hasil penelitian bahwa rata-rata responden memiliki resiko yang rendah melakukan *self-harm* dan risiko mengalami depresi. Hasil penelitian rata-rata responden memiliki risiko kecil melakukan tindakan *self-harm* berat. Hasil penelitian didapatkan data bahwa ada korelasi yang signifikan antara *self-harm* dengan depresi ($p < 0,05$). Jika skor *self-harm* meningkat maka skor depresi juga meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- American Nurses Association. (2014). *Scope and Standards of Practice: Psychiatric- Mental Health Nursing, 2nd Edition*. Silver Spring, Maryland: Nursesbooks.org
- Becker, S. P., Dvorsky, M. R., Holdaway, A. S., & Luebke, A. M. (2018). Sleep problems and suicidal behaviors in college students. *Journal of psychiatric*

- research*, 99, 122–128. Retrived : <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.018.01.009>
- Chamberlain, S. R., Redden, S. A., & Grant, J. E. (2017). Associations between self-harm and distinct types of impulsivity. *Psychiatry research*, 250, 10-16. Retrived : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178116310216>
- Arinda, O. D., & Mansoer, W. W. D. (2021). NSSI (Nonsuicidal Self-Injury) pada Dewasa Muda di Jakarta: Studi fenomenologi interpretatif. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 8(1), 123-147. Retrived: <https://publication.kipin.org/index.php/jpu/article/view/10>
- Choi, Y., Choi, S. H., Yun, J. Y., Lim, J. A., Kwon, Y., Lee, H. Y., & Jang, J. H. (2019). The relationship between levels of self-esteem and the development of depression in young adults with mild depressive symptoms. *Medicine*, 98(42), e17518. Retrived : <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000017518>
- Fariad, L., Noviekayati, I. G. A. A., & Saragih, S. (2018). Efektivitas Pemberian Ekspresif Writing Therapy terhadap Kecenderungan Self Injury Ditinjau dari Tipe Kepribadian Introvert. *Psikovidya*, 22(2), 118-131. Retrived: <http://psikovidya.wisnuwarhana.ac.d/index.php/psikovidya/article/view/108>
- Geulayov, G., Casey, D., Bale, L., Brand, F., Clements, C., Farooq, B., ... & Hawton, K. (2019). Suicide following presentation to hospital for non-fatal self-harm in the Multicentre Study of Self-harm: a long-term follow-up study. *The Lancet Psychiatry*, 6(12), 1021-1030. Retrived: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S221503661930402X>
- Hart, S. R., Van Eck, K., Ballard, E. D., Musci, R. J., Newcomer, A., & Wilcox, H. C. (2017). Subtypes of suicide attempters based on longitudinal childhood profiles of co-occurring depressive, anxious and aggressive behavior symptoms. *Psychiatry Research*, 257, 150–155. https://scholar.google.co.id/scholar?output=instlink&q=info:XwlQzFaHRokJ:scholar.google.com/&hl=id&as_sdt=0,5&scillfp=9863269174058803814&oi=lle
- Harris, I. M., Beese, S., & Moore, D. (2019). Predicting repeated self-harm or suicide in adolescents and young adults using risk assessment scales/tools: a systematic review protocol. *Systematic reviews*, 8(1), 87. <https://doi.org/10.1186/s13643-019-1007-7>
- Hurlock, E. B. (2012). Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Kao, C. E. J. (2021). *Attachment styles and functions of self-harm in adults with nonsuicidal self-injury* (Doctoral dissertation). Retrived : <https://lurepository.lakeheadu.ca/bitstream/handle/2453/4744/KaoC2021m1a.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Keliat, B. A., Ester, M., Yulianti, D. (2011). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas : CMHN (basic courses)*. ISBN : 978-979-044-063-0. Jakarta: EGC

- Kim Ho, 26 Juni 2019. “*Seperempat Orang Indonesia Pernah Memiliki Pikiran untuk Bunuh Diri*”. Retrived: <https://id.yougov.com/id/news/2019/06/6/seperempat-orang-indonesia-pernahmemiliki-pikiran/>
- Kusumadewi, A. F., Yoga, B. H., Sumarni, S., & Ismanto, S. H. (2019). Self-Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 1(1), 20-25. Retrived: https://ejournal.unair.ac.id/Jpar_ticle/download/201904/9326
- Ma, Y. F., Li, W., Deng, H. B., Wang, L., Wang, Y., Wang, P. H., ... & Xiang, Y. T. (2020). Prevalence of depression and its association with quality of life in clinically stable patients with COVID-19. *Journal of affective disorders*, 275, 145-148. Retrived: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7329672/>
- Maulida, H., Jatimi, A., Heru, M. J. A., Munir, Z., & Rahman, H. F. (2020). Depresi pada Komunitas dalam Menghadapi Pandemi COVID-19: A Systematic Review. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 2(4), 519-524. Retrived : https://jsk.farmasi.unmul.ac.id/index.php_p/jsk/article/download/201/157
- Mojtabai, R., Olfson, M., & Han, B. (2016). National Trends in the Prevalence and Treatment of Depression in Adolescents and Young Adults. *Pediatrics*, 138(6), e20161878. Retrived : <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1878>
- National Institute for Clinical Excellence. (2004). *Self-harm: Short-term Treatment and Management*. ISBN : 1-84257-6933 Retrived : <https://www.nice.org.uk/guidance/cg16/resources/selfharm-shortterm-treatment-and-management189900253>
- Olfson, M., Wall, M., Wang, S., Crystal, S., Bridge, J. A., Liu, S. M., & Blanco, C. (2018). Suicide after deliberate self-harm in adolescents and young adults. *Pediatrics*, 141(4). Retrived: <https://pediatrics.aappublications.org/content/141/4/e20173517.abstract>
- O'Connor, R. C., Wetherall, K., Cleare, S., Eschle, S., Drummond, J., Ferguson, E., & O'Carroll, R. E. (2018). Suicide attempts and non-suicidal self-harm: national prevalence study of young adults. *BJPsych open*, 4(3), 142-148. Retrived : <https://www.cambridge.org/core/journals/bjpsychopen/article/suicideattempts-and-nonsuicidal-selfharm-national-prevalencestudyofyoungadults/D711AD4AFA2E25CB941814D6EDF90656>
- Prijana, P. (2015). InTernet dan Gaya Fashion Mahasiswa. *Jurnal Kajian Informasi & Perpustakaan*, 3(2), 283-296. Retrived: <http://journal.unpad.ac.id/jkip/article/download/11590/5411>
- Twenge, J. M. (2020). Increases in depression, self-harm, and suicide among US adolescents after 2012 and links to technology use: Possible mechanisms. *Psychiatric Research and Clinical Practice*, 2(1), 19-25. <https://prcp.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/appi.prcp.20190015>

- Stuart, G. W., dan Sundeen, S. J. (2013). *"Buku Saku Ilmu Keperawatan Jiwa"*. (5th ed). Jakarta: EGC
- Verenisa, A., Suryani, S., & Sriati, A. (2021). Gambaran Self-Injury Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 43-56. Retrived : <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/viewFile/800/425>
- Wahid, F. (2005). Apakah Perempuan Indonesia Terbelakang dalam Adopsi Internet?: Temuan Empiris. *Teknoin*, 10(3). Retrived : <https://journal.uui.ac.id/jurnal-teknoin/article/view/212>
- Wetherall, K., Robb, K. A., & O'Connor, R. C. (2019). Social rank theory of depression: A systematic review of self-perceptions of social rank and their relationship with depressive symptoms and suicide risk. *Journal of affective disorders*, 246, 300-319. <https://eprints.gla.ac.uk/188539/1/188539.pdf>
- Winkler, P., Formanek, T., Mlada, K., Kagstrom, A., Mohrova, Z., Mohr, P., & Csemy, L. (2020). Increase in prevalence of current mental disorders in the context of COVID-19: analysis of repeated nationwide cross-sectional surveys. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 29. retrived : https://www.cambridge.org/core/services/aopcambridgecore/content/view/1DE06C80D8CE44526CC01B565D79F5/S2045796020000888a.pdf/inc_reasin_prevalence_of_current_mental_disorders_in_the_context_of_covid19_a_alyis_of_repeated_nationwide_crossseconal_surveys.pdf
- Woodley, S., Hodge, S., Jones, K., & Holding, A. (2020). How Individuals Who Self-Harm Manage Their Own Risk-'I Cope Because I Self-Harm, and I Can Cope with my Self-Harm'. *Psychological reports*, 33294120945178. Advance online publication. Retrived : <https://doi.org/10.1177/0033294120945178>
- Yosep, Iyus. (2007). *Keperawatan Jiwa*. Edisi Kelima. Bandung : PT. Refika Aditama ISBN: 979-1073-88-0
- Yulianto, A., Wahyudi, Y., & Marlinda, M. (2020). Mekanisme Koping dengan Tingkat Depresi Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Pre Hemodialisa. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 4(2), 436-444. Retrived : <http://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/wacana/article/view/07>
- Zielinski, M. J., Veilleux, J. C., Winer, E. S., & Nadorff, M. R. (2017). A short-term longitudinal examination of the relations between depression, anhedonia, and self-injurious thoughts and behaviors in adults with a history of self-injury. *Comprehensive psychiatry*, 73, 187-195. Retrived <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5458327/>