



**PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP
SELF-HARM PADA PELAJAR SMA NEGERI 7
BANJARMASIN**

Skripsi

Diajukan guna menyusun Skripsi untuk memenuhi
sebagian syarat memperoleh derajat Sarjana Kedokteran
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

Muhammad Zakiyuddin
2110911310026

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

Desember 2024

PENGESAHAN SKRIPSI

**PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP *SELF-HARM* PADA
PELAJAR SMA NEGERI 7 BANJARMASIN**

Muhammad Zakiyuddin, NIM: 2110911310026

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Hari Rabu, Tanggal 12 Desember 2024

Pembimbing I

Nama: Dr. dr. Sherly Limantara, Sp.KJ
NIP : 198111192006042011

Pembimbing II

Nama: Dr. dr. Siti Wasilah, M.Si.Med
NIP : 197704302005012003

Penguji I

Nama: dr. Yanuar Satrio Sarosa, Sp.KJ
NIP : 198301232009031006

Penguji II

Nama: dr. Lena Rosida, M.Kes
NIP : 197106151997022002



Banjarmasin, 24 Desember 2024

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana

Dr. dr. Ondik Dwi Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed
NIP 197203071997021002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarmasin, 20 Desember 2024



Muhammad Zakiyuddin

ABSTRAK

PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP *SELF-HARM* PADA PELAJAR SMA NEGERI 7 BANJARMASIN

Muhammad Zakiyuddin

Stres merupakan sebuah permasalahan umum yang sering terjadi dalam kehidupan manusia. Stres yang dialami oleh remaja disebabkan oleh faktor kemampuan individu tersebut dalam mempersepsikan suatu stresor, jika stresor tersebut dipandang merugikan maka tingkat stres nya akan meningkat. Inilah yang mendorong remaja melakukan suatu perilaku merugikan diri sendiri atau yang sering disebut *self-harm*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh tingkat stres terhadap *self-harm* pada pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin. Penelitian ini menggunakan observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas 12 yang berjumlah 250 orang dan dipilih menggunakan metode *purposive sampling* yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data tingkat stress menggunakan kuesioner PSS-10 dan *self-harm* menggunakan kuesioner *Self-Harm Inventory*. Uji yang digunakan yaitu uji alternatif *Fisher's Exact* yang dilanjutkan dengan koefisien kontingensi C. Didapatkan 0,8% mengalami stres ringan, 82,8% stres sedang dan 16,4% stres berat. Didapatkan 30,4% memiliki kecenderungan *self-harm* dan 69,6% tidak memiliki kecenderungan *self-harm*. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh signifikan antara tingkat stres terhadap *self-harm* pada pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin ($p=0,001$), walau tidak terdapat hubungan erat (korelasi rendah) antara tingkat stres dan *self-harm* ($C=0,24$).

Kata-kata kunci: stres, *self-harm*, remaja

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF STRESS LEVELS ON SELF-HARM AMONG STUDENTS OF PUBLIC HIGH SCHOOL 7 BANJARMASIN

Muhammad Zakiyuddin

Stress is a common issue often encountered in human life. Stress experienced by adolescents is influenced by their ability to perceive a stressor; if the stressor is seen as harmful, the stress level will increase. This often leads adolescents to engage in self-harm behaviors. The purpose of this study is to examine the impact of stress levels on self-harm among students at SMA Negeri 7 Banjarmasin. This research uses an analytical observational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 250 grade 12 students selected through purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria. Data on stress levels were collected using the PSS-10 questionnaire, while self-harm tendencies were assessed using the Self-Harm Inventory questionnaire. Fisher's Exact test was used, followed by the contingency coefficient C. The results showed that 0.8% experienced mild stress, 82.8% had moderate stress, and 16.4% experienced severe stress. Additionally, 30.4% showed tendencies for self-harm, while 69.6% did not. The study concluded that there is a significant effect of stress levels on self-harm among the students ($p=0.001$), although the correlation between stress and self-harm is low correlation ($C=0.24$).

Keywords: *stress, self-harm, adolescents*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “**PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP *SELF-HARM* PADA PELAJAR SMA NEGERI 7 BANJARMASIN**“, tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH, FISCAM yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana Dr. dr. Didik Dwi Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed, yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua dosen pembimbing Dr. dr. Sherly Limantara, Sp,KJ dan Dr. dr. Siti Wasilah, M.Si Med yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Kedua dosen penguji dr. Yanuar Satrio Sarosa, Sp.KJ dan dr. Lena Rosida, M.Kes yang memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.

5. Kepala sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin Bapak Arjudin, S.Pd., M.I.Kom dan Seluruh pihak sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin yang telah bersedia dan membantu dalam penelitian dan pengambilan data.
6. Orang tua penulis, Bapak Sugiman, S.E dan Ibu Sofi Syauvina, S.Ag, adik penulis Annisa Rasyidah, kakek penulis H. Syaifuddin Noor dan nenek penulis Hj. Nur Hafifah (Almh), serta seluruh keluarga yang selalu mendukung dan selalu mendoakan.
7. Teman dan sahabat penulis, Gambut, Semangkuy, Rakjel, Muhammad Azward Bilnadjari Arpani, Najwa Ahda Sabila, Parasite Maurer dan teman-teman lain yang selalu memberikan dukungan, bantuan dan mendengarkan keluh kesah penulis.
8. Rekan penelitian, Aghnia Dini Noramalina dan Fathiyyah Maulida yang telah kebersamai dari awal, serta semua pihak yang telah memberikan bantuan pikiran maupun doa.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarmasin, Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian.....	2
D. Manfaat Penelitian.....	2
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Stres.....	6

B. <i>Self-Harm</i>	6
C. Remaja.....	10
BAB III LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS.....	29
A. Landasan Teori.....	29
B. Hipotesis	30
BAB IV METODE PENELITIAN.....	31
A. Rancangan Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
C. Instrumen Penelitian.....	31
D. Variabel Penelitian.....	32
E. Definisi Operasional	32
F. Prosedur Penelitian.....	33
G. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	35
H. Cara Analisis Data.....	36
I. Waktu dan Tempat Penelitian.....	37
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
BAB VI PENUTUP.....	53
A. Kesimpulan/Simpulan.....	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN	62

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.1	Kerangka Penelitian Pengaruh Tingkat Stres terhadap <i>Self-Harm</i> pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	4
4.1	Definisi Operasional Pengaruh Tingkat Stres terhadap <i>Self-Harm</i> pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	38
5.1	Karakteristik Responden Pengaruh Tingkat Stres Terhadap <i>Self-Harm</i> pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	42
5.2	Distribusi Tingkat Stres dan <i>Self-Harm</i> pada pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	43
5.3	Distribusi Tingkat Stres berdasarkan Jenis Kelamin pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	45
5.4	Distribusi Tingkat Stres Berdasarkan Usia pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	46
5.5	Distribusi <i>Self-Harm</i> Berdasarkan Jenis Kelamin pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	47
5.6	Distribusi <i>Self-Harm</i> Berdasarkan Usia pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	48
5.7	Distribusi Kecenderungan <i>Self-Harm</i> berdasarkan Tingkat Stres pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	49
5.8	Hasil Analisis Data Pengaruh Tingkat Stres terhadap <i>Self-Harm</i> pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 Kerangka Teori Penelitian Pengaruh Tingkat Stres terhadap <i>Self-Harm</i> pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	18
3.2 Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh Tingkat Stres terhadap <i>Self-Harm</i> pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	29
4.1 Skema Prosedur Penelitian Pengaruh Tingkat Stres terhadap <i>Self-Harm</i> pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Kelaikan Etik	50
2. Surat Izin Penelitian kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin	52
3. Surat Izin Penelitian (Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Kalimantan Selatan)	53
4. Lembar Penjelasan Kepada Calon Responden	54
5. Lembar Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian Untuk Responden Berusia 18 Tahun Ke Atas	57
6. Lembar Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian Untuk Responden Berusia di Bawah 18 Tahun	58
7. Lembar Identitas Responden	59
8. Lembar Kuesioner Tingkat Stres <i>Perceived Stress Scales</i> (PSS-10)	60
9. Lembar Kuesioner <i>Self-Harm Inventory</i> (SHI)	62
10. Data Hasil penelitian	63
11. Uji Analisis Chi-Square, <i>Fisher's Exact</i> dan Kontingensi C	64
12. Dokumentasi Kegiatan	65

DAFTAR SINGKATAN

BPD	: <i>Borderline Personality Disorder</i>
DBT	: <i>Dialektikal Behavioral Therapy</i>
GSHS	: <i>Global School-Based Student Health Survey</i>
HPA	: <i>Hypothalamic Pituitary Adrenal</i>
NSSI	: <i>Non-Suicidal Self-Injury</i>
PSKPS	: Program Studi Kedokteran Program Sarjana
PSS-10	: <i>Perceived Stress Scale-10</i>
SHI	: <i>Self-Harm Inventory</i>
OECD	: <i>Organization for Economic Cooperation and Development</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>