

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN *SELF HARM* PADA REMAJA

di MTsN 3 PONOROGO



OLEH :

ASRORUL MUFIDAH

NIM 21632018

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN *SELF HARM* PADA REMAJA

di MTsN 3 Ponorogo

SKRIPSI

Untuk memenuhi gelar sarjana keperawatan (S.Kep)

Dalam Program studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



NIM 21632018

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN *SELF HARM* PADA REMAJA

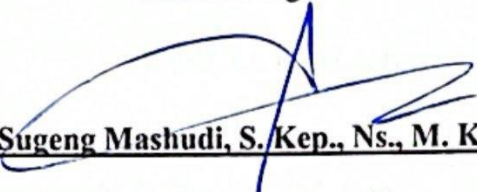
di MTsN 3 Ponorogo

Asrorul Mufidah

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI TANGGAL 12 Juli 2025

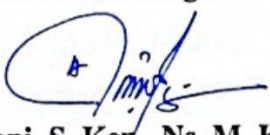
Oleh :

Pembimbing I


Dr. Sugeng Mashudi, S. Kep., Ns., M. Kes

NIDN. 0731038002

Dosen Pembimbing 2


Sri Andayani, S. Kep., Ns. M. Kep

NIDN. 0711128601

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


Saiful Nur Hidayat, S. Kep., Ns., M. Kep

NIDN. 0714127901

SURAT PENETAPAN PANITIA PENGUJI

SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji

Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Pada tanggal 17 Juli 2025

PANITIA PENGUJI

Ketua : Siti Munawaroh, S. Kep., Ns., M. Kep

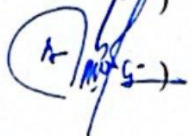
()

Anggota :

1. Dr. Sugeng Mashudi, S. Kep., Ns., M. Kes

()

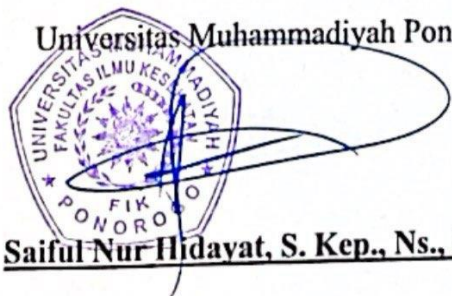
2. Sri Andayani, S. Kep., Ns. M. Kep

()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nur Hidayat, S. Kep., Ns., M. Kep

NIDN. 0714127901

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Ponorogo, 09 Juli 2025

Peneliti



.....afidah
NIM 21632018

MOTTO

Bermimpilah setinggi langit, dan teruslah melangkah meski tertatih. Satu langkah kecil hari ini jauh lebih berarti daripada seribu rencana tanpa aksi. Latar belakang keluargamu tidak akan mempengaruhi masa depanmu. Jangan menunggu angin tenang, karena kapal pun belajar berlayar dalam badai. Bergeraklah hari ini, meski perlahan, meski goyah, asal terus ke depan, kau akan sampai. Kesulitan bukanlah alasan untuk berhenti, melainkan cambuk untuk terus melangkah. Skripsi ini menjadi bukti bahwa luka dapat menjadi kekuatan, dan mimpi tetap bisa digapai oleh siapapun yang berusaha, bahkan dalam kesendirian sekalipun.



PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Dari seluruh bagian dalam karya tulis ini, tidak ada yang lebih bermakna dibandingkan halaman persembahan, yang dengan penuh ketulusan penulis dedikasikan kepada pihak-pihak yang sangat berjasa diantaranya :

1. Untuk kedua orang tuak. Dengan penuh cinta dan hormat, karya ini kupersembahkan kepada Ayah dan Ibu, yang tak pernah lelah mengiringi setiap langkahku dengan doa dan kasih sayang. Terima kasih atas segala pengorbanan, dukungan, dan restu yang tak ternilai. Tanpa cinta dan ridha kalian, pencapaian ini takkan pernah menjadi nyata.
2. Untuk dosen pembimbing tercinta, Dr. Sugeng Mashudi, S. Kep., Ns., M. Kes., dan Sri Andayani, S. Kep., Ns., M. Kep. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan atas bimbingan, arahan, serta ketulusan dalam mendampingi proses penyusunan penelitian ini. Dari semangat dan keteladanan beliau, penulis belajar bahwa perjuangan sejati bukan diukur dari seberapa lelahnya langkah, melainkan dari keteguhan hati untuk terus maju hingga tujuan tercapai, bukan ketika menyerah, tetapi ketika segala ikhtiar telah dilakukan sepenuh hati.
3. Untuk sahabat-sahabatku tercinta. Terima kasih atas kehadiran, tawa, dukungan, dan semangat yang kalian berikan di setiap fase perjuangan ini. Di tengah kelelahan dan tekanan, kalian hadir sebagai penguat dan penghibur. Persahabatan kalian menjadi bagian berharga dalam perjalanan ini.

4. Untuk seseorang yang aku cintai dan sangat berarti Sophan Auliaa Putra Miga, Riza, Talitha, Raka, Salma, Anggun, Selfi, Warda dan Pramatsatipo. Salah satu nikmat Tuhan adalah bertemu dan mengenal kalian. Terima kasih atas waktu, perhatian, dan semangat yang kalian berikan di setiap langkah perjalanan ini. Kehadiran kalian menjadi penyemangat di saat sulit, penghibur di saat lelah, dan pengingat bahwa aku tidak benar-benar sendiri. Kalian adalah bagian yang tak ternilai dari proses ini, dan akan selalu aku kenang dengan penuh syukur.



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat Rahmat dan hidayahnya saya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul "Hubungan Tingkat Depresi Dengan *Self Harm* Pada Remaja di MTsN 3 Ponorogo". Penyusunan Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S. Kep) pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang dengan hati yang tulus kepada :

1. Dr. Rido Kurnianto, M. Ag sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Saiful Nur Hidayat, S. Kep., Ns., M. Kep sebagai Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Siti Munawaroh, S. Kep., Ns., M. Kep sebagai Kepala Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Dr. Sugeng Mashudi, S. Kep., Ns., M. Kes sebagai pembimbing pertama yang dengan sabar memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusunan skripsi.
5. Sri Andayani, S. Kep., Ns., M. Kep sebagai pembimbing kedua yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusunan skripsi.
6. Bapak Ibu dosen pengajar S1 Keperawatan yang sudah memberikan semangat dan dukungan kepada peneliti dalam mengerjakan skripsi.
7. Teruntuk responden dan lembaga dalam penelitian ini yang telah banyak membantu.

8. Teruntuk orang tua dan keluarga saya mengucapkan terimakasih atas doa, dukungan dan motivasi yang tiada henti kalian berikan.
9. Teruntuk diri sendiri terima kasih karena telah bertahan dan terus berusaha menyelesaikan tanggung jawab ini.
10. Teruntuk teman-temanku 7A Cup dan Kak Sophan, Riza, Talitha, Raka, Salma, Anggun dan Pramatsatipo terima kasih atas waktu, perhatian, dan semangat yang kalian berikan.

Dalam penyusunan skripsi peneliti menyadari bahwa skripsi ini mungkin masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan peneliti demi kesempurnaan skripsi ini.

Ponorogo, 09 Juli 2025

Peneliti


Asrorul Mufidah
NIM 21632018

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN *SELF HARM* PADA REMAJA

Di MTsN 3 Ponorogo

Asrorul Mufidah

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Fenomena *self harm* semakin mengkhawatirkan, khususnya di Ponorogo. *Self harm* merupakan perilaku menyakiti diri sendiri secara sengaja sebagai pelampiasan emosi negatif, tanpa bunuh diri. Salah satu faktor yang berhubungan dengan perilaku ini adalah tingkat depresi. Hasil skrining peneliti saat penyuluhan kesehatan mental menggunakan SRQ-20 didapatkan 11 siswa gejala depresi dan 1 siswa melakukan *self harm*, sehingga menjadi dasar penelitian ini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat depresi dengan *self harm* pada remaja di MTsN 3 Ponorogo.

Metode penelitian adalah kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Sampel berjumlah 239 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, dan analisis data menggunakan uji *Spearman Rank*.

Hasil penelitian menunjukkan responden mengalami depresi ringan sejumlah 99 responden (41,4%) dan *self harm* ringan sejumlah 164 responden (68,6%). Dari hasil tabulasi tingkat depresi dengan *self harm* didapatkan hasil tingkat depresi ringan dan *self harm* ringan sejumlah 83 responden (83,8%), akan tetapi terdapat juga tingkat depresi berat dan *self harm* berat sejumlah 16 responden (20,3%).

Uji statistik menggunakan korelasi *Spearman Rank* menghasilkan *P Value* 0,001 yang menunjukkan kurang dari α 0,05. Sehingga terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan *self harm*.

Penelitian ini mendukung hipotesis bahwa tingkat depresi berhubungan signifikan dengan *self harm* pada remaja, khususnya di MTsN 3 Ponorogo. Hal ini menekankan perlunya perhatian dari orang tua, guru, dan tenaga kesehatan untuk mendeteksi dan menangani depresi sejak dini guna mencegah *self harm*. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti variabel lain seperti *bullying*, karena dekat dengan lingkungan sekolah dan berpotensi terhadap psikologis remaja.

Kata Kunci : Tingkat Depresi, *Self Harm*, Remaja

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSION LEVELS

AND SELF HARM IN ADOLESCENTS

In MTsN 3 Ponorogo

Asrorul Mufidah

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

The phenomenon of self harm is becoming increasingly concerning, particularly in Ponorogo. Self harm is defined as the intentional act of injuring oneself as an outlet for overwhelming negative emotions, without any intention of suicide. One of the factors associated with this behaviour is the level of depression. An initial screening conducted by the researcher during a mental health education session using the SRQ-20 revealed that 11 students showed symptoms of depression and 1 student was identified as engaging in self harm. This formed the basis for conducting this study, which aims to determine the relationship between depression levels and self harm among adolescents at MTsN 3 Ponorogo.

This study employed a quantitative method with a correlational design and a cross sectional approach. The sample consisted of 239 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using questionnaires and analysed with the Spearman Rank correlation test.

The findings showed that 99 respondents (41.4%) experienced mild depression and 164 respondents (68.6%) exhibited mild self harm. Cross tabulation results indicated that 83 respondents (83.8%) experienced both mild depression and mild self harm, while 16 respondents (20.3%) experienced severe depression and severe self harm. The Spearman Rank test produced a p-value of 0.001, which is less than α 0.05, indicating a significant relationship between depression levels and self harm.

This research supports the hypothesis that depression levels are significantly associated with self harm among adolescents, particularly at MTsN 3 Ponorogo. It highlights the need for greater attention from parents, teachers, and healthcare professionals in detecting and managing depression early to prevent self harm. Future research is recommended to explore other variables such as bullying, which is closely related to the school environment and may impact adolescent psychological wellbeing.

Keywords: Depression Level, Self Harm, Adolescents

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN DEPAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PENETAPAN PANITIA PENGUJI.....	iv
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5

1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Konsep Depresi	11
2.1.1 Pengertian Depresi.....	11
2.1.2 Penyebab Depresi	12
2.1.3 Gejala Depresi	13
2.1.4 Tingkat Depresi	15
2.1.5 Alat Ukur Tingkat Depresi	16
2.2 Konsep <i>Self Harm</i>	16
2.2.1 Pengertian <i>Self Harm</i>	16
2.2.2 Faktor Resiko <i>Self Harm</i>	18
2.2.3 Jenis-Jenis <i>Self Harm</i>	19
2.2.4 Karakteristik <i>Self Harm</i>	19
2.2.5 Dampak <i>Self Harm</i>	21
2.2.6 Pencegahan <i>Self Harm</i>	21
2.2.7 Indikator <i>Self Harm</i>	22
2.2.8 Alat Ukur <i>Self Harm</i> Inventory	23
2.3 Konsep Remaja.....	24
2.3.1 Pengertian Remaja	24
2.3.2 Rentang Usia Remaja	24
2.3.3 Ciri-Ciri Remaja	25

2.3.4 Perkembangan Remaja	27
2.3.5 Tugas Perkembangan Remaja	28
2.4 Kerangka Teori	30
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	31
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	31
3.2 Hipotesis	32
BAB 4 METODE PENELITIAN	33
4.1 Desain Penelitian	33
4.2 Kerangka Operasional	33
4.3 Populasi, Sampel, Besar Sampel, Sampling	35
4.3.1 Populasi	35
4.3.2 Sampel	35
4.3.3 Besar Sampel	36
4.3.4 Sampling	36
4.4 Variabel Penelitian	37
4.4.1 Variabel Independen (Variabel Bebas)	38
4.4.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat)	38
4.5 Definisi Operasional	38
4.6 Instrumen Penelitian	40
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	42
4.7.1 Lokasi Penelitian	42
4.7.2 Waktu Penelitian	42
4.8 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data	42

4.8.1 Pengumpulan Data.....	42
4.8.2 Prosedur Pengumpulan Data	42
4.8.3 Pengolahan Data	43
4.8.4 Analisa Data	45
4.9 Etika Penelitian.....	47
4.10 Keterbatasan Penelitian	48
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
5.1 Hasil Penelitian.....	49
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi.....	49
5.1.2 Data Umum.....	50
5.1.3 Data Khusus.....	51
5.2 Pembahasan	53
5.2.1 Tingkat Depresi Pada Remaja di MTsN 3 Ponorogo	53
5.2.2 <i>Self harm</i> Pada Remaja di MTsN 3 Ponorogo.....	57
5.2.3 Hubungan Tingkat Depresi dengan <i>Self harm</i> Pada Remaja di MTsN 3 Ponorogo.....	60
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	66
6.1 Kesimpulan.....	66
6.2 Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	69

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Definisi Operasional.....	39
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di MTsN 3 Ponorogo, 9 Mei 2025.....	50
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di MTsN 3 Ponorogo, 9 Mei 2025.....	50
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas di MTsN 3 Ponorogo, 9 Mei 2025.....	51
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Depresi di MTsN 3 Ponorogo, 9 Mei 2025.....	51
Tabel 5. 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Self Harm di MTsN 3 Ponorogo, 9 Mei 2025.....	52
Tabel 5. 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Depresi Dengan Self Harm Pada Remaja di MTsN 3 Ponorogo, 9 Mei 2025.....	52



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori	30
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual	31
Gambar 4. 1 Kerangka Operasional.	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	75
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	76
Lampiran 3 Penjelasan Penelitian	77
Lampiran 4 Informed Consent	78
Lampiran 5 Instrumen Penelitian	79
Lampiran 6 Layak Etik.....	83
Lampiran 7 Raw Data	84
Lampiran 8 Hasil Analisis.....	114
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	124
Lampiran 10 Kegiatan Pembimbingan.....	125
Lampiran 11 Surat Keterangan Plagiasi.....	135
Lampiran 12 Informed Consent Responden	136

