

**PSIKODINAMIKA *SELF HARM* PADA MAHASISWA  
PSIKOLOGI ISLAM ANGKATAN 2021 FAKULTAS  
DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM INSTITUT  
AGAMA ISLAM NEGERI SYAIKH ABDURRAHMAN  
SIDDIK BANGKA BELITUNG**



**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi ( S.Psi)**

**Oleh:**

**AULIA ANGGRAINI**

**2124015**

**Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi Psikologi Islam**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK  
BANGKA BELITUNG**

**2025**

## SURAT BEBAS PLAGIASI



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Pitalung KM 11 Kec. Mendo Harau, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung 33773  
E-mail: [iaibb@iaibb.ac.id](mailto:iaibb@iaibb.ac.id)  
Website: [www.iaibb.ac.id](http://www.iaibb.ac.id)

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME**  
Nomor : B.079/FD/PP.00.9/08/2025

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Aulia Anggraini  
NIM : 2124015  
Program : Strata 1  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Psikodinamika *Self Harm* Pada Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2021 Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqasyah dengan nilai cek plagiasi 23%.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 20 Agustus 2025  
Dekan

Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag  
NIP.196601051997031001

#### HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aulia Anggraini  
Nim : 2124015  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "Gambaran Pengalaman *Self harm* Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2021 Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung". ini adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan hasil karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang sepengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan atau kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 26 Mei 2025

Yang Menyatakan



IAI-SAB  
METERAI  
TEMPEL  
J 584400346001136

Aulia Anggraini

NIM: 2124015

## NOTA DINAS PEMBIMBING



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) SYAIKH  
ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTASDAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka,  
Prov.  
Babel, 33173

---

### NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Saudari Aulia Anggraini

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik  
Bangka Belitungdi Bangka

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka Kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Aulia Anggraini

NIM : 2124015

Prodi : Psikologi Islam

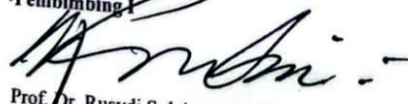
Judul Skripsi: Gambaran Pengalaman *Self harm* Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2021 Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunofisyahkan.

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.  
*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Bangka, 21 Mei 2025

Pembimbing I

  
Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag  
NIP: 196601051997031001

Pembimbing II

  
Zulkarnain, M.A  
NIDN: 2002039001

## NOTA DINAS KONSULTAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jalan Raya Petaling KM 13 Desa Petaling Kecamatan Mendo Barat Kabupaten Bangka, Provinsi Kepulauan  
Bangka Belitung 33173

### NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi

Saudari Aulia Anggraini

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Di Bangka

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka Kami selaku Penguji Munaqosah berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Aulia Anggraini

NIM : 2124015

Prodi : Psikologi Islam

Judul : Psikodinamika *Self Harm* Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2021 Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Siddik Bangka Belitung

Telah dapat diajukan kepada program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Konsultan I,

Pebri Yanasari, M.A.

NIP. 199202212019032024

Bangka, 20 Agustus 2025

Konsultan II

Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog

NIP. 198611052022032001



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-Mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id)  
Website: [www.iainsasbabel.ac.id](http://www.iainsasbabel.ac.id)

#### PENGESAHAN

Nomor: B-440/FD/08/2025

Skrripsi dengan judul: *Psikodinamika Self Harm* Pada Mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2021 Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

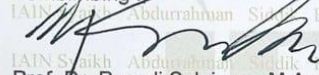
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Aulia Anggraini  
NIM : 2124015  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam

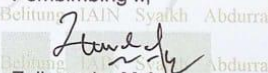
telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 04 Juni 2025 dengan nilai **A (88,30)** dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.).

#### DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

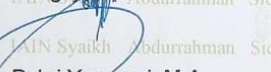
Pembimbing I

  
Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag  
NIP. 196601051997031001

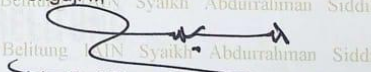
Pembimbing II

  
Zulkarnain, M.A  
NIP. 199003022025211016

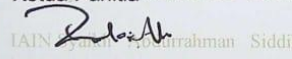
Penguji I

  
Pebri Yanasari, M.A  
NIP. 199202212019032024

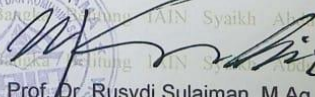
Penguji II

  
Siska Dwi Paramitha, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198611052022032001

Ketua Panitia

  
Rafles Abdi Kusuma, M.A  
NIP. 19870627-202321 1 017

Bangka, 20 Agustus 2025  
Dekan,

  
Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag  
NIP. 19660105 199703 1 001

## **HALAMAN MOTO**

“ketahuilah bahwa pertolongan datang bersama kesabaran,  
kelapangan datang bersama kesempitan, dan kemudahan datang  
bersama kesulitan”

~HR. Tirmidzi~

“The first step toward change is awareness. The second step is  
acceptance.”

— Nathaniel Branden

## **PERSEMBAHAN**

Assalamu`alaikumWr.Wb

Bismillahirrahmanirrahim...

Peneliti panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, serta hidayah-Nya kepada semua hamba-Nya sehingga kita bisa merasakan nikmatnya yang masih mendapatkan keimanan dan keislaman hingga saat ini. Solawat serta salam yang kita curahkan pada nabi besar kita Nabi Muhammad SAW yang telah membawakan rahmat bagi makhluknya dan semoga kita mendapatkan rahmat pertolongan di hari akhirnya nanti.

Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai bantuan pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Teristimewa penulis ucapkan terimakasih kepada kedua orang tua tercinta yakni ayahanda Alm. M.nursyamsi dan Ibunda Murni terimakasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi, serta dukungan dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun agar penulis mampu bertahan untuk melangkah setapak demi setapak dalam meraih mimpi di masa depan. Terimakasih untuk selalu berada disisi penulis walaupun raga ayah sudah tidak ada tapi penulis yakin doanya akan selalu bersama penulis. Ayah, ibu putri kecilmu sudah dewasa dan siap melanjutkan mimpi yang lebih tinggi lagi.
2. Kepada kakak perempuan penulis Rya agustini dan kakak laki-laki sosok kedua yang berjasa dalam pendidikan penulis selama ini. terimakasih banyak atas doa, dukungannya secara moril maupun

materil sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.

3. Kepada diri saya sendiri Aulia Anggraini. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri dititik ini, walau sering merasa putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terima kasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terima kasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi, ini merupakan pencapaian yang patut diapresiasi untuk diri kita sendiri. Kepada teman-teman seperjuangan Psikologi A angkatan 2021 terimakasih atas suka dan duka yang telah kita lalui, semoga kita selalu menjadi orang sukses.

Besar harapan penulis untuk terus mempelajari dan memperbaiki kekurangan-kekurangan karena skripsi ini masih jauh dari harapan kita semua. Semoga dapat bermanfaat bagi pennis khususnya khalayak ramai pada umumnya

Pangkal Pinang 22 Mei 2025

Aulia Anggraini

**PSIKODINAMIKA *SELF HARM* PADA MAHASISWA  
PSIKOLOGI ANGKATAN 2021 FAKULTAS DAKWAH DAN  
KOMUNIKASI ISLAM INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**

Aulia Anggraini

2124015

Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam

Institut Agama Islam Negeri

Syaiikh Abdurrahman Siddik

**Abstrak**

Mahasiswa sering diidentifikasi sebagai dewasa awal dengan banyak problematika, baik dari segi fisik maupun psikologis. Masa perkembangan dewasa awal ini tidak hanya dianggap sebagai masa yang penting dan unik, karena adanya perubahan yang signifikan pada aspek kepribadian, kemampuan bersosialisasi, dan lain-lain. Peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal merupakan tahap yang berpotensi mengalami berbagai masalah, tetapi mahasiswa dianggap mampu menyelesaikan permasalahan secara adaptif, karena mahasiswa telah dinilai mampu dalam mengatasi permasalahannya. Namun masih ada sebagian mahasiswa gagal dalam menyelesaikan permasalahan dengan cara yang maladaptif, yaitu perilaku menyakiti dirinya sendiri. Tindakan menyakiti diri sendiri atau mencederai dengan cara seperti ini disebut *self-harm*. Menyakiti diri sendiri (*Self harm*) adalah semua hal yang dilakukan seseorang untuk menyakiti diri sendiri dengan cara yang disengaja dan biasanya diam-diam. Cara yang dilakukan seperti memukul atau membenturkan badan, cutting, menjambak rambut, menggaruk, overdosis dan mutilasi diri. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui bagaimana gambaran pengalaman *self harm* pada mahasiswa psikologi dan apa saja faktor dari *self harm*. Penelitian ini merupakan hasil kajian dan pengamatan dari pengalaman *self harm* pada mahasiswa psikologi. Penelitian ini merupakan Penelitian ini merupakan penelitian fenomenologi dengan pendekatan *interpretative phenomenological analysis* (IPA) Data dikumpulkan dari hasil wawancara dan observasi kepada beberapa informan. Selain itu, didukung dengan dokumentasi yang relevan dengan topik penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan gambaran pengalaman *self harm* dipengaruhi oleh *toxic parent* orang tua, perasaan ingin mengulangi, fantasi kematian lalu faktor melakukan *self harm* yaitu pengalaman traumatis dan kesulitan mengontrol emosi.

**Kata kunci :** Pengalaman pribadi, *self harm* dan mahasiswa

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT, Sang Penguasa seluruh isi alam jagat raya yang mana telah memberikan nikmat dan hidayah-NYA sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam kita hanturkan junjungan nabi kita nabi Muhammad SAW. Beserta para sahabatnya, yang telah membawa kita dari zaman kegelapan menuju zaman terang menderang seperti saat ini.

Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan rasa terima kasih kepada

1. Dr. Irawan, M.S , selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, beserta para staf.
3. Oktarizal Drianus, M. Psi, selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
4. Ibu Primalita Putri Distina, M. Psi, Psikolog, selaku Penasehat Akademik.
5. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Pembimbing I.
6. Bapak Zulkarnain. M. A, selaku Pembimbing II.
7. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
8. Rekan-rekan seperjuangan, yang telah membantu proses penyelesaian Skripsi ini.
9. Kepada saudara saya Resti sastia dan ponakan saya hesti hidayah septi, herfan dan ceisya azalea azzahra terimakasih atas bantuan support dan kelucuan-kelucuan kalian yang membuat penulis semangat dan selalu membuat penulis senang. Sehingga penulis semangat untuk mengerjakan skripsi ini sampai selesai.
10. Kepada teman dekat di perkuliah penulis Khiran, Pitri, Bunga Umi juniarti terima kasih atas dukungan, support dan sudah mendengar

keluh kesah penulis, memberi semangat dalam perjalanan penyusunan skripsi ini.

11. Kepada sahabat masa sekolah penulis Resya dan olif yang setia menemani hingga sekarang terimakasih atas support, dukungan dan doa kalian

Demikianlah skripsi ini adanya, tentunya terlepas dari berbagai kelemahan dan dan kekurangan, besar harapan peneliti, skripsi ini bisa bermanfaat. Akhirnya, saran dan kritik yang membangun peneliti harapkan demi perbaikan dan pengembangan skripsi ini.

Bangka, 22 Mei 2025

Aulia Anggraini  
2124015

## DAFTAR ISI

SURAT BEBAS PLAGIASI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
NOTA DINAS KONSULTAN.....	v
HALAMAN LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
MOTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
ABSTRAK .....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Penelitian .....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Kegunaan Penelitian.....	9
E. Telaah Pustaka.....	11
F. Sistematika Pembahasan.....	16
BAB II LANDASAN TEORI.....	18
A. Perilaku Menyakiti Diri .....	18
1. Definisi Perilaku Menyakiti Diri.....	18
2. Aspek-Aspek <i>Self Harm</i> .....	27
3. Faktor-Faktor <i>Self Harm</i> .....	38
4. Bentuk-Bentuk Menyakiti Diri.....	42
5. Jenis-Jenis <i>Self Harm</i> .....	45
B. Makna Mahasiswa .....	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	50
A. Jenis Penelitian .....	50
B. Lokasi Penelitian.....	51
C. Informan Penelitian.....	52

D. Sumber Data.....	53
E. Teknik Pengumpulan Data.....	54
F. Teknik Analisis Data.....	56
G. Etika Penelitian.....	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	59
A. Analisis Hasil Penelitian.....	59
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	66
1.Psikodinamika <i>Self Harm</i> Pada Mahasiswa Psikologi Islam.....	67
2.Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>self harm</i> .....	81
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	93
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran.....	95

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	: Panduan Wawancara
Lampiran II	: Persetujuan Responden
Lampiran III	: Tabel Transkrip Wawancara
Lampiran IV	: Tabel Pengembangan Tema Emergen
Lampiran V	: Tabel Perumusan Tema Superordinat
Lampiran VI	: Tabel Identifikasi Tema Berulang
Lampiran VII	: Dokumentasi Wawancara
Lampiran VIII	: SK Pembimbing Skripsi
Lampiran IX	: Kartu Bimbingan Skripsi
Lampiran X	: Surat Keterangan Baca Al-Quran
Lampiran XI	: Sertifikat PBAK
Lampiran XII	: Sertifikat KKN
Lampiran XIII	: Sertifikat TOEFL
Lampiran XIV	: Skrining Penyintas <i>Self Harm</i>
Lampiran XV	: Review <i>Expert Judgment</i>