

Gambaran Perilaku *Self-Harm* pada Mahasiswa Keperawatan

Self-Harm Behavior in Undergraduate Nursing Students

¹Fatima Muthia Adyanie, ²Imas Rafiyah, ³Sukma Senjaya

^{1,2,3}Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

E-mail: fatima22001@mail.unpad.ac.id

Submisi: 12 Februari 2026; penerimaan: 30 Mei 2026; publikasi: 30 Juni 2026

Abstrak

Self-harm adalah tindakan menyakiti diri sendiri yang muncul sebagai bentuk respons maladaptif terhadap tekanan psikologis, sosial, maupun akademik. Mahasiswa keperawatan termasuk kelompok yang rentan terhadap stres tinggi karena harus menyeimbangkan tuntutan akademik yang berat dan persiapan profesional di bidang kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perilaku *self-harm* pada mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan populasi 743 mahasiswa dan sampel 260 responden yang diambil melalui *stratified random sampling*. Instrumen pada penelitian ini adalah Deliberate Self-Harm Inventory (DSHI) versi Indonesia yang sudah dilakukan validitas dan reliabilitas. Penelitian dilakukan Januari 2026 di salah satu kampus yang berlokasi di wilayah Jatinangor, Kabupaten Sumedang. Hasil menunjukkan 54,2% responden pernah melakukan *self-harm*, dengan bentuk yang paling sering berupa mengganggu penyembuhan luka, menggaruk kulit hingga berdarah, dan menggigit kulit. Perilaku lebih banyak ditemukan pada mahasiswa perempuan, tingkat akhir, serta yang tinggal jauh dari keluarga. Penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan pernah melakukan *self-harm*, dengan bentuk perilaku yang cenderung tersembunyi sebagai mekanisme koping maladaptif terhadap tekanan akademik dan emosional. Perilaku ini lebih banyak ditemukan pada mahasiswa perempuan, tingkat awal, serta yang tinggal jauh dari keluarga, sehingga menegaskan perlunya penguatan program promosi kesehatan mental, deteksi dini, dan layanan konseling yang mudah diakses di lingkungan kampus.

Kata kunci: Mahasiswa keperawatan, Perilaku, *Self-harm*

Abstract

Self-harm is an act of self-injury that emerges as a maladaptive response to psychological, social, or academic pressures. Nursing students are a group vulnerable to high stress due to the need to balance heavy academic demands and professional preparation in the health field. This study aims to describe self-harm behavior among students in the Bachelor of Nursing Program. The method used is quantitative descriptive with a population of 743 students and a sample of 260 respondents selected through Stratified Random Sampling. The instrument in this study is the Indonesian version of the Deliberate Self-Harm Inventory (DSHI), which has undergone validity and reliability testing. The study was conducted in January 2026 at one of the universities located in the Jatinangor area, Sumedang Regency, Indonesia. The results showed that 54.2% of respondents reported having engaged in self-harm, with the most common behaviors including intentionally interfering with wound healing, scratching the skin until bleeding, and biting the skin. These behaviors were more frequently reported among female students, senior students, and those living away from their families. This study found that more than half of undergraduate nursing students had engaged in self-harm, with behaviors that tended to be subtle and hidden, functioning as maladaptive coping mechanisms in response to academic and emotional stress. These behaviors were more commonly observed among female students, early-year students, and those living away from their families, highlighting the need to strengthen mental health promotion programs, early detection efforts, and accessible counseling services within the campus environment.

Keywords: Nursing students, Behavior, Self-harm

Pendahuluan

Kesehatan mental mahasiswa menjadi isu strategis dalam pendidikan

tinggi, khususnya pada fase transisi dari remaja menuju dewasa muda (*emerging adulthood*), yang ditandai dengan

meningkatnya tuntutan akademik, sosial, dan emosional. Pada fase ini, mahasiswa dihadapkan pada tekanan adaptasi peran, pencapaian prestasi, serta pembentukan identitas diri, sehingga rentan mengalami gangguan kesejahteraan psikologis (Jing-Lan He *et al.*, 2025). Ketidakmampuan mengelola tekanan tersebut dapat memunculkan berbagai perilaku berisiko, salah satunya adalah *self-harm*. *Self-harm* didefinisikan sebagai tindakan menyakiti diri sendiri, baik dengan maupun tanpa niat bunuh diri, yang umumnya digunakan sebagai strategi koping maladaptif untuk meredakan nyeri emosional secara sementara (Wilson & Ougrin, 2021; Bilello *et al.*, 2023).

Fenomena *self-harm* telah menjadi perhatian global karena prevalensinya yang terus meningkat. World Health Organization (2021) melaporkan bahwa lebih dari 16% remaja di dunia pernah melakukan tindakan menyakiti diri. Di Indonesia, angka tersebut bahkan menunjukkan proporsi yang lebih tinggi, yakni 36,9% populasi pernah melakukan *self-harm*, dengan dominasi kelompok usia 18–24 tahun sebesar 45% (Widyawati & Kurniawan, 2021). Temuan ini menegaskan bahwa *self-harm* bukan sekadar masalah individual, melainkan isu kesehatan masyarakat yang mendesak untuk ditangani, terutama pada kelompok mahasiswa sebagai populasi usia produktif.

Mahasiswa pada rumpun ilmu kesehatan, khususnya keperawatan, menghadapi tekanan akademik dan emosional yang lebih kompleks dibandingkan bidang lain. Selain tuntutan akademik yang ketat, mereka juga harus menjalani praktik klinik, berinteraksi langsung dengan pasien dan keluarga, serta menghadapi situasi penderitaan dan kematian. Kondisi tersebut meningkatkan risiko stres, kecemasan, kelelahan emosional, hingga burnout (Zheng *et al.*, 2022). Berdasarkan *experiential avoidance model*, stres dan emosi negatif yang intens dapat mendorong individu menggunakan

self-harm sebagai bentuk pelarian untuk menghindari pengalaman psikologis yang tidak nyaman. Sejumlah studi nasional menunjukkan tingginya tingkat stres pada mahasiswa keperawatan, seperti temuan Pramesti (2021) sebesar 58,3% mengalami stres akademik berat. Data ini memperlihatkan bahwa mahasiswa keperawatan merupakan kelompok rentan yang memerlukan perhatian khusus.

Dari sisi konsekuensi klinis, *non-suicidal self-injury* (NSSI) tidak hanya berdampak pada luka fisik, tetapi juga berhubungan dengan gangguan regulasi emosi, impulsivitas, riwayat trauma masa kanak-kanak, serta perubahan biologis pada sistem serotonin dan respons stres. Lebih lanjut, NSSI diketahui menjadi prediktor kuat ideasi maupun percobaan bunuh diri di kemudian hari. Oleh karena itu, deteksi dini dan pencegahan menjadi sangat penting. Dalam konteks ini, perawat memiliki peran strategis melalui skrining, edukasi, konseling dasar, serta pengembangan intervensi promotif dan preventif kesehatan jiwa di lingkungan akademik.

Meskipun demikian, kajian mengenai *self-harm* pada mahasiswa keperawatan masih relatif terbatas. Sebagian besar penelitian berfokus pada populasi remaja atau mahasiswa umum, sehingga karakteristik spesifik mahasiswa keperawatan belum tergambarkan secara komprehensif (Sarfo *et al.*, 2022). Di Indonesia, penelitian serupa juga masih minim. Beberapa studi menunjukkan adanya perilaku *self-harm* ringan berulang pada mahasiswa keperawatan, namun eksplorasi mendalam mengenai jenis tindakan dan frekuensi perilaku masih jarang dilakukan. Selain itu, penggunaan instrumen yang lebih spesifik seperti Deliberate Self-Harm Inventory (DSHI) untuk memetakan perilaku secara detail belum banyak diterapkan. Kesenjangan literatur ini menjadi rasionalisasi penting dilakukannya penelitian kontekstual di lingkungan pendidikan keperawatan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran komprehensif mengenai perilaku *self-harm* pada mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan, khususnya terkait jenis tindakan dan frekuensinya. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam memperkaya literatur keperawatan jiwa di Indonesia, sekaligus menjadi dasar empiris bagi pengembangan strategi pencegahan dan intervensi kesehatan mental di lingkungan pendidikan keperawatan. Dengan demikian, institusi pendidikan, tenaga kesehatan, dan pembuat kebijakan dapat merancang sistem pendukung yang lebih adaptif guna meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif deskriptif dengan pendekatan survei. Rancangan ini bertujuan untuk menggambarkan fenomena perilaku *self-harm* pada mahasiswa secara sistematis tanpa pemberian intervensi maupun analisis hubungan sebab-akibat. Penelitian dilaksanakan di Fakultas Keperawatan yang berlokasi di wilayah Jatinangor, Kabupaten Sumedang, pada periode Desember 2025 hingga Januari 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif Program Studi Sarjana Keperawatan angkatan 2022 – 2025 sebanyak 743 orang. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (*margin of error*) 5%, sehingga diperoleh 260 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah *disproportionate stratified random sampling* berdasarkan angkatan untuk memastikan keterwakilan setiap strata, kemudian pemilihan responden dilakukan secara *simple random sampling*.

Hasil dan Pembahasan

Dari penelitian ini maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Mahasiswa

Karakteristik	Hasil Ukur	Frekuensi	Persentase
---------------	------------	-----------	------------

Sumber data yang digunakan adalah data primer, yang dikumpulkan melalui kuesioner tertutup berbasis daring menggunakan *google form*. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan menyetujui *informed consent* secara digital.

Instrumen pengumpulan data menggunakan *Deliberate Self-Harm Inventory (DSHI)* yang terdiri dari 17 item pertanyaan dengan skala Likert empat poin (1 = tidak pernah hingga 4 = sering). Instrumen ini mengukur frekuensi perilaku *self-harm*, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan frekuensi perilaku yang lebih besar. Versi Bahasa Indonesia telah dinyatakan valid ($r = 0,361 - 0,784$) dan reliabel (KR-20 = 0,911; KR-21 = 0,909). Variabel penelitian merupakan variabel tunggal, yaitu perilaku *self-harm*. Secara operasional, perilaku *self-harm* didefinisikan sebagai tindakan melukai diri sendiri secara sengaja tanpa niat bunuh diri, yang diukur berdasarkan total skor DSHI, kemudian dikategorikan menurut tingkat frekuensi kejadian.

Prosedur penelitian meliputi pengurusan izin etik, distribusi tautan kuesioner kepada responden terpilih, serta pengelolaan data melalui tahapan *editing, coding, entry, dan cleaning* untuk menjamin kelengkapan dan akurasi data. Penelitian dilaksanakan sesuai prinsip etik *autonomy, confidentiality, beneficence, non-maleficence, dan justice* dengan menjaga kerahasiaan identitas responden. Analisis data dilakukan secara univariat menggunakan perangkat lunak SPSS versi 27 untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase karakteristik responden serta jenis dan frekuensi perilaku *self-harm*. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel deskriptif.

Karakteristik	Hasil Ukur	Frekuensi	Persentase
enis kelamin	Laki-laki	22	8,5%
	Perempuan	238	91,5%
Tahun studi	2022	64	24,6%
	2023	59	22,7%
	2024	61	23,5%
	2025	76	29,2%
Tempat tinggal	Rumah orangtua/kerabat	78	30%
	Kost/asrama/apartemen	182	70%
Sumber pembiayaan kuliah	Orangtua	196	75,4%
	Beasiswa	64	24,6%
	Bekerja sendiri	0	0%

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 238 orang (91,5%), sedangkan laki-laki 22 orang (8,5%). Responden terbanyak berasal dari angkatan 2025, diikuti angkatan 2022, 2024, dan 2023.

Sebagian besar mahasiswa berdomisili di kost/asrama/apartemen (70%), serta mayoritas pembiayaan kuliah berasal dari orang tua (75,4%), sementara sisanya dari beasiswa (24,6%).

Tabel 2. Gambaran Umum Perilaku *Self-Harm* pada Mahasiswa

Perilaku <i>Self-Harm</i>	Frekuensi	Persentase
Berperilaku <i>self-harm</i>	141	54,2%
Tidak berperilaku <i>self-harm</i>	119	45,8%
Total	260	100%

Berdasarkan Tabel 2 didapat hasil bahwa sebanyak 141 responden (54,2%) berperilaku *self-harm*. Sedangkan sebanyak 119 responden (45,8%) tidak

berperilaku *self-harm*. Jumlah ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berperilaku *self-harm*.

Tabel 3. Gambaran Jenis Perilaku *Self-Harm* pada Mahasiswa

No.	Jenis Perilaku <i>Self-Harm</i>	Pernah		Lebih dari Sekali		Sering		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%
1.	Melukai diri dengan cara memotong kulit	26	18,4%	16	11,3%	1	0,7%	43	30,4%
2.	Membakar kulit menggunakan rokok	1	0,7%	2	1,4%	1	0,7%	4	2,8%
3.	Membakar kulit menggunakan korek api atau pemantik	1	0,7%	1	0,7%	0	0%	2	1,4%

No.	Jenis Perilaku <i>Self-Harm</i>	Pernah		Lebih dari Sekali		Sering		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%
4.	Menggigit kulit secara sengaja hingga menyebabkan kerusakan jaringan	35	24,8%	20	14,2%	3	2,1%	58	41,1%
5.	Menggaruk kulit secara berlebihan hingga menyebabkan perdarahan	45	31,9%	26	18,4%	8	5,7%	79	56%
6.	Menggosok kulit menggunakan amplas	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
7.	Meneteskan cairan asam ke kulit	1	0,7%	1	0,7%	0	0%	2	1,4%
8.	Menggosok kulit menggunakan cairan pemutih atau pembersih oven	2	1,4%	0	0%	0	0%	2	1,4%
9.	Menggosokkan pecahan kaca ke kulit	10	7%	1	0,7%	0	0%	11	7,7%
10.	Mematahkan tulang	1	0,7%	0	0%	0	0%	1	0,7%
11.	Mengukir kata-kata pada permukaan kulit	21	14,9%	11	7,8%	0	0%	32	22,7%
12.	Mengukir gambar pada permukaan kulit	21	14,9%	15	10,6%	0	0%	36	25,5%
13.	Menusukkan jarum, peniti, atau staples ke dalam kulit	18	12,8%	7	4,9%	1	0,7%	26	18,4%
14.	Mengganggu proses penyembuhan luka secara sengaja	53	37,6%	22	15,6%	8	5,7%	83	58,9%
15.	Memukul diri sendiri	26	18,4%	11	7,8%	1	0,7%	38	26,9%
16.	Membenturkan kepala	22	15,6%	7	4,9%	2	1,4%	31	21,9%
17.	Bentuk lain dari perilaku melukai diri sendiri	17	12,1%	0	0%	0	0%	17	12,1%

Berdasarkan Tabel 3, perilaku *self-harm* yang paling banyak dilakukan mahasiswa meliputi mengganggu proses penyembuhan luka secara sengaja (58,9%), menggaruk kulit hingga berdarah (56%), menggigit kulit hingga rusak (41,1%), memotong kulit (30,4%), dan memukul diri sendiri (26,9%). Selain itu, ditemukan pula variasi perilaku lain dengan persentase lebih rendah, seperti menusukkan benda tajam ke kulit, membenturkan kepala, mengukir kulit, hingga tindakan yang jarang dilakukan seperti membakar atau menggosok kulit dengan bahan tertentu. Hal ini

menunjukkan bahwa bentuk *self-harm* yang muncul cukup beragam, meskipun sebagian besar dilakukan dengan frekuensi terbatas.

Dilihat dari intensitasnya, perilaku yang paling sering dilakukan adalah menggaruk kulit berlebihan dan mengganggu penyembuhan luka (masing-masing 5,7%), diikuti menggigit kulit (2,1%) dan membenturkan kepala (1,4%). Perilaku lainnya seperti memotong kulit, membakar, menusukkan benda tajam, dan memukul diri sendiri hanya dilaporkan oleh sebagian kecil responden, sementara beberapa bentuk ekstrem tidak ditemukan.

Temuan ini menegaskan bahwa mayoritas mahasiswa cenderung melakukan *self-harm* dengan cara yang relatif tersembunyi dan berulang ringan.

Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden (54,2%) melaporkan pernah melakukan perilaku *self-harm*, yang mengindikasikan tingginya kerentanan mahasiswa keperawatan terhadap masalah kesehatan mental. Temuan ini sejalan dengan berbagai studi yang menunjukkan prevalensi perilaku *self-harm* yang tinggi pada kelompok mahasiswa dan tenaga kesehatan, khususnya perawat, yang berada pada fase usia dewasa muda dan menghadapi stres psikologis signifikan. Kondisi ini dapat dipahami mengingat karakteristik pendidikan keperawatan yang menuntut beban akademik padat, praktik klinik intensif, serta kesiapan emosional dalam menghadapi pasien, sehingga paparan stres yang bersifat kumulatif berpotensi mendorong munculnya strategi koping maladaptif, termasuk melukai diri (Mao *et al.*, 2021).

Berdasarkan karakteristik responden, perilaku *self-harm* lebih banyak ditemukan pada mahasiswa perempuan. Pola ini konsisten dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki prevalensi NSSI lebih tinggi dibandingkan laki-laki, terutama berkaitan dengan distress emosional dan penggunaan strategi regulasi emosi yang kurang adaptif (Liu *et al.*, 2023). Secara psikologis, perempuan cenderung lebih terbuka dalam mengekspresikan tekanan emosional, sementara laki-laki lebih sering menekan masalah psikologis akibat norma sosial. Ditinjau dari tahun studi, perilaku ini muncul pada seluruh angkatan dengan kecenderungan lebih tinggi pada mahasiswa tingkat akhir, yang menghadapi tuntutan akademik dan klinik yang semakin kompleks, meskipun kemunculan sejak tingkat awal menunjukkan bahwa proses adaptasi terhadap lingkungan

pendidikan juga menjadi sumber tekanan sejak dini (Christoforou *et al.*, 2021).

Faktor lingkungan sosial turut berperan, di mana mahasiswa yang tinggal di kos atau asrama menunjukkan kecenderungan *self-harm* lebih tinggi dibandingkan yang tinggal bersama keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial, khususnya dukungan emosional dari keluarga, berfungsi sebagai faktor protektif terhadap perilaku *self-harm*, dan ketiadaannya dapat meningkatkan risiko melalui peningkatan stres serta disregulasi emosi (Mao, 2025). Selain itu, meskipun prevalensi perilaku cukup tinggi, sebagian besar tindakan yang dilaporkan bersifat ringan dan episodik, seperti menggaruk kulit atau mengganggu penyembuhan luka, yang mencerminkan fungsi *self-harm* sebagai mekanisme koping jangka pendek untuk meredakan ketegangan emosional (Kpeno *et al.*, 2024).

Secara teoritis, temuan ini dapat dijelaskan melalui konsep disregulasi emosi, di mana keterbatasan kemampuan mengelola emosi negatif mendorong individu memilih cara instan namun tidak adaptif untuk memperoleh kelegaan psikologis. Berbagai penelitian menegaskan bahwa disregulasi emosi merupakan mekanisme utama yang mendasari perilaku NSSI, termasuk pada mahasiswa keperawatan (Halimah *et al.*, 2025). Oleh karena itu, tingginya kejadian *self-harm* pada mahasiswa keperawatan menegaskan perlunya deteksi dini, penguatan keterampilan regulasi emosi, serta pengembangan program promosi dan pencegahan kesehatan mental di lingkungan kampus sebagai bagian integral dari proses pendidikan profesional (Burger *et al.*, 2022).

Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku *self-harm* cukup banyak terjadi pada mahasiswa keperawatan, dengan bentuk tindakan yang cenderung tersembunyi dan dilakukan sebagai koping

maladaptif terhadap tekanan akademik dan praktik klinik. Temuan ini menegaskan perlunya perhatian institusi terhadap kesehatan mental mahasiswa sebagai bagian dari proses pendidikan keperawatan.

Institusi pendidikan perlu mengembangkan sistem dukungan kesehatan mental yang terstruktur melalui layanan konseling yang mudah diakses, program penguatan coping adaptif, serta lingkungan akademik yang lebih suportif dan preventif. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain analitik atau longitudinal dengan variabel psikologis dan sosial yang lebih luas serta pendekatan kualitatif, agar pemahaman mengenai faktor risiko dan konteks pengalaman mahasiswa menjadi lebih komprehensif dan dapat menjadi dasar intervensi yang tepat.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada pimpinan universitas dan fakultas serta seluruh sivitas akademik Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran atas dukungan, fasilitas, dan kesempatan yang diberikan selama proses pendidikan. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada para dosen wali, pembimbing, dan penguji yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan berharga selama penyusunan skripsi ini.

Secara khusus, penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada Ibu dan Ayah tercinta atas doa, dukungan, serta pengorbanan baik moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Referensi

Bilello, R., De Angelis, G. and Giordano, M., 2023. Emotional dysregulation and self-harming behaviors in college students: A mediational model. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(1), pp.101–115.

Buerger, A., Emser, T., Seidel, A., Scheiner, C., Von Schoenfeld, C., Ruecker, V., Heuschmann, P. and Romanos, M., 2022. DUDE – a universal prevention program for non-suicidal self-injurious behavior in adolescence based on effective emotion regulation: Study protocol of a cluster-randomized controlled trial. *Trials*, 23. <https://doi.org/10.1186/s13063-021-05973-4>.

Christoforou, R., Boyes, M. and Hasking, P., 2021. Emotion profiles of university students engaging in non-suicidal self-injury: Association with functions of self-injury and other mental health concerns. *Psychiatry Research*, 305. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114253>.

Halimah, F., Warsini, S. and Setiyarini, S., 2025. Emotional dysregulation and its association with non-suicidal self-injury among nursing students at Universitas Gadjah Mada. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*. <https://doi.org/10.20473/pnj.v7i2.76739>.

He, J.L., Xu, X.M., Wang, W., Chen, J.M., Zhang, Q., Gan, Y. and Kuang, L., 2025. Study pressure and self-harm in Chinese primary school students: The effect of depression and parent–child relationships. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1580527.

Kpeno, A., Rout, T. and Sahoo, S., 2024. Prevalence of deliberate self-harm among youth: A retrospective study in Eastern India. *International Journal of Health Sciences and Research*. <https://doi.org/10.52403/ijhsr.20241019>.

Liu, J., Li, J., Zhou, M., Liu, H., Fan, Y., Mi, S. and Tang, Y., 2023. Non-suicidal self-injury in adolescents with mood disorders and the roles of self-compassion and emotional

- regulation. *Frontiers in Psychiatry*, 14.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1214192>.
- Mao, C., Lin, M., Shen, S., Li, Y., Xie, Z. and Li, P., 2021. Latent profiles of emotion regulation strategies associated with alexithymia, non-suicidal self-injury and resilience among nursing students. *Stress and Health*.
<https://doi.org/10.1002/smi.3075>.
- Mao, W., 2025. The role of social support in non-suicidal self-injury: A meta-analysis and empirical study among first-year university students. <https://doi.org/10.26686/wgt.30006613>.
- Pramesti, S.A., 2021. Hubungan resiliensi dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa kesehatan tahun pertama. Skripsi. Universitas Indonesia.
- Sarfo, J.O., Baiden, P., Awuah, D. and et al., 2022. Depression, peer pressure and non-suicidal self-injury among university students in Ghana. *BMC Psychology*, 10(1), p.112.
- Widyawati, R.A. and Kurniawan, A., 2021. Pengaruh paparan media sosial terhadap perilaku self-harm pada pengguna media sosial emerging adulthood. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), pp.120–128.
- Wilson, E. and Ougrin, D., 2021. Defining self-harm: How inconsistencies in language persist – a commentary on Ward and Curran (2021). *Child and Adolescent Mental Health*, 26(4), pp.372–374.
- World Health Organization, 2021. *Adolescent mental health: Self-harm and suicide prevention*. Geneva: WHO.
- Zheng, Y.X., Jiao, J.R. and Hao, W.N., 2022. Prevalence of stress among nursing students: A protocol for systematic review and meta-analysis. *Medicine*, 101(31), e29293.