



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

# HUBUNGAN KESEPIAN DAN PERILAKU MENYAKITI DIRI SENDIRI PADA MAHASISWA DENGAN PENGUNGKAPAN DIRI SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR

## SKRIPSI

Disusun guna memenuhi Sebagian persyaratan untuk mendapatkan  
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:

**DINA MAULINA BR SIREGAR**

**12160123185**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

**2025**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta m  
IK UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR PENGESAHAN

### HUBUNGAN KESEPIAN DAN PERILAKU MENYAKITI DIRI SENDIRI PADA MAHASISWA DENGAN PENGUNGKAPAN DIRI SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR

Disusun oleh:

**Dina Maulina Br Siregar**

**12160123185**

## SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Islam  
Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 24 Juli 2025

## Pembimbing

**Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog**  
**NIP:197912072006042001**

**PENGESAHAN PENGUJI**

Nama Mahasiswa : Dina Maulina Br Siregar  
 NIM : 12160123185  
 Judul skripsi : Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada  
 Mahasiswa dengan Pengungkapan Diri sebagai Variabel Mediator

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam  
 Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari / Tanggal : Kamis / 17 Juli 2025

Bertepatan dengan : Kamis / 21 Muharram 1447 H

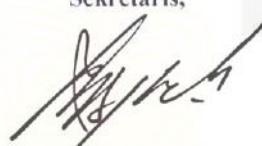
**TIM PENGUJI**

Ketua,



Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog  
 NIDN 2009127101

Sekretaris,



Dr. Lisya Chairani, M.A., Psikolog  
 NIDN 2007127901

Penguji I,



Raudatuzzalamah, M.A.  
 NIDN 2015107901

Penguji II,



Salmiyati, M.Psi., Psikolog  
 NIDN 2017088802

Mengetahui,

Fakultas Psikologi  
 Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



Dr. Lisya Chairani, M.A., Psikolog  
 NIDN 2007127901

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dina Maulina Br Siregar  
NIM : 12160123185  
Tempat/Tgl. Lahir : Sei Tapung / 20 Mei 2003  
Fakultas/Pasca Sarjana : Psikologi  
Prodi : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*:

Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Orang Sendiri pada Mahasiswa dengan Pengungkapan Diri sebagai Variabel Mediator

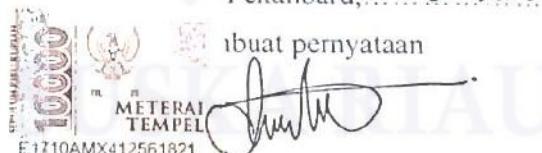
Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah, Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 24 Juli 2025

ibuat pernyataan



METERAI TEMPAT  
E1710AMX412561821

Dina Maulina Br Siregar  
NIM 12160123185

\*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **PERSEMBAHAN**

Alhamdulillahirabbil 'aalamiin.

Segala puji dan syukur yang setinggi-tingginya hanya bagi Allah SWT penguasa seluruh alam, atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya yang mengiringi setiap langkah hingga terselesaikannya karya sederhana ini dengan tepat waktu

Karya sederhana ini merupakan hasil dari usaha dan doa, yang dengan tulus ananda persembahkan kepada dua sosok terpenting dalam hidup ini:

**Ayahanda Lukman Elly Hakim Siregar dan Ibunda Hartiningsih**

Terima kasih atas segala doa yang tak pernah henti, atas kasih sayang yang tak mengenal batas, serta atas kesabaran dan pengorbanan yang tak ternilai. Setiap langkah yang ditempuh hingga titik ini adalah hasil dari cinta dan perjuangan yang telah diberikan sepanjang waktu.

Dari lubuk hati yang paling dalam,

Terima kasih, Ayah dan Mama.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## MOTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)”

**QS. Al-Insyirah: 6-7**

“Matilah engkau mati. Engkau akan lahir berkali-kali”

**Laut Bercerita karya Leila S. Chudori.**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

## **KATA PENGANTAR**

Pujian dan syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan kehadiran-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini tanpa hambatan yang begitu menantang. Tidak lupa mengucapkan sholawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa kita dari zaman jahiliah ke zaman yang terang benderang seperti yang kita rasakan saat ini. Peneliti sangat bersyukur telah memiliki kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Kesepian dengan Perilaku Menyakiti diri sendiri dengan Pengungkapan diri Sebagai Variabel Mediasi”**. Peneliti berharap skripsi ini bermanfaat bagi pembaca sebagai referensi untuk pekerjaan berikutnya.

Dalam menyelesaikan skripsi ini peneliti mendapatkan bantuan, doa, serta restu dari berbagai pihak, terutama kedua orang tua peneliti, ayah mama, adik, serta seluruh keluarga besar peneliti yang selalu mendukung, mendoakan, menasehati peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati peneliti juga mengucapkan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, M.S., S.E., A.K., C.A., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti ingin menyampaikan penghargaan yang mendalam atas segala dukungan, kebijakan, serta fasilitas yang telah diberikan selama masa studi, sehingga peneliti dapat menyelesaikan pendidikan dan penyusunan skripsi ini dengan baik.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Ibu Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti menyampaikan penghargaan yang tulus atas dukungan, kebijaksanaan, serta semangat yang senantiasa diberikan kepada seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi.
3. Ibu Dr. Diana Elfida, M. Si., Psikolog selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.A., M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Hijriati Cucuani, M.Psi. Psikolog, selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti mengucapkan terima kasih atas segala bentuk dukungan, pelayanan, serta kebijakan yang diberikan dalam bidang akademik, administrasi, maupun kemahasiswaan. Perhatian dan kontribusi Bapak dan Ibu sangat berarti dalam mendukung kelancaran proses studi dan penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si. selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang telah membimbing, mendampingi, serta memberikan arahan selama peneliti menjalani proses perkuliahan di Fakultas Psikologi. Nasihat, motivasi, dan perhatian Ibu sangat berarti dalam perjalanan akademik peneliti.
5. Ibu Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi, peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya atas segala bentuk bimbingan, arahan, dan koreksi yang telah diberikan dengan sabar. Dalam setiap proses revisi, diskusi, hingga penyempurnaan isi skripsi ini, Ibu tidak hanya berperan sebagai pembimbing ilmiah, tetapi juga sebagai sosok yang memotivasi dan mengarahkan peneliti untuk teliti, dan bertanggung jawab

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- terhadap karya ilmiah ini. Tanpa dukungan, kesabaran, dan komitmen Ibu, penyusunan skripsi ini tentu tidak akan dapat terselesaikan dengan baik.
6. Ibu Raudatussalamah, M.A., selaku Narasumber 1, peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan Ibu menjadi dosen penguji dalam sidang skripsi ini. Peneliti sangat menghargai setiap kritik, saran, dan pertanyaan yang Ibu berikan, yang tidak hanya mempertajam isi skripsi ini tetapi juga memperluas sudut pandang peneliti dalam memaknai hasil penelitian.
7. Ibu Salmiyati, M.Psi., Psikolog, selaku Narasumber 2, peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan Ibu menjadi dosen penguji dalam sidang skripsi ini. Peneliti sangat menghargai setiap kritik, saran, dan pertanyaan yang Ibu berikan, yang tidak hanya mempertajam isi skripsi ini tetapi juga memperluas sudut pandang peneliti dalam memaknai hasil penelitian.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, yang telah memberikan ilmu, bimbingan, arahan, serta pengalaman berharga selama proses perkuliahan. Segala kontribusi Bapak dan Ibu Dosen telah membentuk pengetahuan dan cara berpikir peneliti yang akan menjadi bekal penting, tidak hanya dalam penyusunan skripsi ini, tetapi juga dalam kehidupan akademik dan profesional di masa mendatang.
9. Seluruh staf Akademik, Umum, Tata Usaha, Perpustakaan, Kebersihan, dan Keamanan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, yang telah memberikan pelayanan, bantuan, serta dukungan secara

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

administratif dan teknis selama masa studi peneliti. Keramahan, ketelitian, dan ketulusan Bapak/Ibu dalam menjalankan tugas sangat membantu peneliti dalam melalui berbagai proses perkuliahan hingga penyusunan tugas akhir ini.

10. Kepada seluruh responden yang telah bersedia dan memberikan izin kepada peneliti untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya. Tanpa adanya kesediaan dari saudari sekalian, penelitian ini tentu tidak dapat terselesaikan dengan baik.
11. Ayah Lukman Elly Hakim Siregar dan Mama Hartiningsih peneliti ucapkan terimakasih atas segala doa, dukungan, dan perhatian yang telah diberikan selama ini. Dalam proses penyusunan penelitian ini, semangat dan motivasi dari Mama dan Ayah sangat berarti. Meski tidak selalu terlihat, peneliti meyakini bahwa di balik setiap langkah yang ditempuh, ada doa dan harapan yang Mama dan Ayah panjatkan.
12. Kedua adik tersayang Sarah Aulia Br Siregar dan Muhammad Arifin Siregar, yang selalu memberikan semangat, perhatian, dan dukungan selama proses penulisan ini. Terima kasih telah menjadi adik-adik yang membanggakan dan menjadi motivasi tersendiri bagi peneliti.
13. Kakak Yusma Agustina dan Mas Sutrisno peneliti ucapkan terimakasih atas segala bentuk perhatian, doa, dan dukungan yang telah diberikan kepada peneliti. Kehadiran dan semangat dari kalian menjadi bagian penting dalam proses penyusunan skripsi ini.
14. Sahabat seperjalanan di bangku kuliah, Gita Amanda Sari, Noor Mutiara Aisyah, Salsabila Rizka Rianda, Saskia Zeta Azlina, dan Siti Maisyaroh yang

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

telah mendampingi peneliti sejak awal hingga akhir. Terimakasih atas semangat, tawa, bantuan, dan dukungan selama proses perkuliahan. Terimakasih juga telah menjadi teman sekaligus pendengar bagi peneliti sejak awal perkuliahan hingga akhir. Kalian bukan sekadar teman kuliah, tapi sudah seperti keluarga sendiri. Kehadiran kalian menjadi bagian penting yang membuat perjalanan kuliah ini lebih bermakna dan tidak terasa terlalu berat.

15. Sahabat semasa SMA Dwi Nurlita S. Si, Febry Riani, Khalida Vanessa A.Md.Gz dan Niken Ayu Kurniawati S. Keb, yang hingga kini masih menjadi bagian dari hidup peneliti. Terima kasih atas setiap tawa, nasihat, semangat, dan waktu yang kalian luangkan serta dukungan yang telah diberikan selama peneliti menjalani perkuliahan.

16. Seluruh teman-teman TPP 2024 bimbingan Ibu Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog, terima kasih telah menjadi bagian penting dalam proses akademik ini. Kebersamaan, dukungan, dan semangat saling menyemangati yang terjalin selama penyusunan skripsi menjadi dorongan besar bagi peneliti untuk tetap bertahan dan menyelesaikan tugas akhir ini. Obrolan ringan, saling tukar referensi, tawa, hingga keluh kesah yang dibagikan bersama menjadi penguatan di tengah segala tantangan yang dihadapi sepanjang proses ini.

17. Seluruh teman-teman Kelas B Angkatan 2021, yang telah menjadi bagian dari perjalanan panjang ini. Terima kasih atas kebersamaan, semangat, dan kerja sama sejak awal perkuliahan hingga akhirnya kita berhasil menyelesaikan studi dan meraih gelar sarjana.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

18. Terakhir, kepada saya sendiri Dina Maulina Br Siregar terima kasih telah berproses sejauh ini. Terima kasih telah tetap mencoba, tetap hadir dalam setiap tantangan, dan memilih untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai.

Penulis menyadari masih terdapat adanya kesalahan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini, Oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan masukan yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat menambah pengetahuan.

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Pekanbaru, 24 Juli 2025

Peneliti

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR ISI**

<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN TIDAK PLAGIASI .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTO .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB I .....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan.....	10
D. Manfaat .....	10
E. Keaslian Penelitian.....	11
<b>BAB II .....</b>	<b>17</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>17</b>
A. Menyakiti Diri Sendiri .....	17
1. Definisi Menyakiti Diri Sendiri .....	17
2. Kriteria Menyakiti Diri Sendiri .....	18
3. Faktor Penyebab Menyakiti Diri Sendiri .....	20
4. Jenis-Jenis Menyakiti Diri Sendiri .....	22
5. Bentuk Menyakiti Diri Sendiri.....	23
B. Kesepian .....	25
1. Definisi Kesepian .....	25
2. Aspek-Aspek Kesepian .....	26

<b>Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang</b>	
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:	
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.	
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.	
<b>© Hak cipta milik UIN Suska Riau</b>	
<b>Studi Ilmiah UIN Sultan Syarif Kasim Riau</b>	
3. Bentuk-Bentuk Kesepian .....	28
4. Faktor Penyebab Kesepian .....	29
5. Dampak Kesepian .....	32
C. Pengungkapan Diri.....	35
1. Definisi Pengungkapan Diri .....	35
2. Aspek-Aspek Pengungkapan Diri .....	36
3. Dimensi Pengungkapan Diri .....	37
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengungkapan Diri .....	39
5. Manfaat Pengungkapan Diri .....	40
D. Mahasiswa.....	42
E. Kerangka Berpikir.....	44
F. Hipotesis.....	48
<b>BAB III.....</b>	<b>50</b>
<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>50</b>
A. Pendekatan Penelitian .....	50
B. Variabel .....	50
C. Definisi Operasional.....	51
D. Populasi dan Sampel .....	53
E. Alat Ukur.....	54
F. Validitas dan Reabilitas .....	57
G. Analisis Data .....	63
H. Jadwal Penelitian.....	65
<b>BAB IV .....</b>	<b>66</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>66</b>
A. Pelaksanaan Penelitian .....	66
B. Hasil Penelitian .....	68
1. Deskripsi Subjek .....	68
2. Uji Asumsi.....	69
3. Uji Hipotesis .....	74
4. Kategorisasi Penelitian.....	80
C. Pembahasan.....	83



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	<i>Blueprint</i> Skala Menyakiti diri sendiri .....	55
Tabel 3. 2	<i>Blueprint</i> Skala Kesepian .....	55
Tabel 3. 3	<i>Blueprint</i> Skala Pengungkapan diri .....	57
Tabel 3. 4	<i>Blueprint</i> Skala Kesepian (setelah <i>try out</i> ) .....	59
Tabel 3. 5	<i>Blueprint</i> Skala Kesepian (untuk penelitian) .....	59
Tabel 3. 6	<i>Blueprint</i> Skala Menyakiti Diri Sendiri (setelah <i>try out</i> ) .....	60
Tabel 3. 7	<i>Blueprint</i> Skala Menyakiti Diri Sendiri (untuk penelitian) .....	60
Tabel 3. 8	<i>Blueprint</i> Skala Pengungkapan Diri (setelah <i>try out</i> ) .....	61
Tabel 3. 9	<i>Blueprint</i> Skala Pengungkapan Diri (untuk penelitian) .....	62
Tabel 3. 10	Hasil Uji Reabilitas Alat Ukur .....	63
Tabel 3. 11	Jadwal Penelitian .....	65
Tabel 4. 1	Data Demografi Responden .....	68
Tabel 4. 2	Hasil Uji Normalitas .....	69
Tabel 4. 3	Uji Linearitas .....	70
Tabel 4. 4	Uji Heteroskedastisitas .....	72
Tabel 4. 5	Uji Multikolinearitas .....	73
Tabel 4. 6	Hasil Uji Korelasi .....	74
Tabel 4. 7	Hasil Uji Hipotesis .....	75
Tabel 4. 8	Hasil Uji Hipotesis .....	75
Tabel 4. 9	Hasil Uji Hipotesis .....	76
Tabel 4. 10	Hasil Uji Hipotesis .....	77
Tabel 4. 11	Hasil Uji Mediasi .....	78
Tabel 4. 12	Kategorisasi Alat Ukur .....	80
Tabel 4. 13	Kategorisasi Variabel Kesepian .....	81
Tabel 4. 14	Kategorisasi Variabel Menyakiti Diri Sendiri .....	81
Tabel 4. 15	Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Pengungkapan Diri .....	82
Tabel 4. 16	Kategorisasi Variabel Pengungkapan Diri .....	83

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Lembar Validasi Skala Kesepian .....	99
Lampiran B	Lembar Validasi Skala Menyakiti Diri Sendiri.....	106
Lampiran C	Lembar Validasi Pengungkapan Diri .....	117
Lampiran D	Skala <i>Try Out</i> .....	128
Lampiran E	Tabulasi Data <i>Try Out</i> .....	135
Lampiran F	Hasil Uji Realibilitas Dan Uji Daya Diskriminasi.....	144
Lampiran G	Skala Penelitian .....	148
Lampiran H	Data Demografi Subjek Penelitian .....	154
Lampiran I	Tabulasi Data Penelitian .....	157
Lampiran J	Uji Asumsi Klasik.....	168
Lampiran K	Uji Hipotesis .....	172
Lampiran L	Surat Penelitian.....	178

## HUBUNGAN KESEPIAN DAN PERILAKU MENYAKITI DIRI SENDIRI PADA MAHASISWA DENGAN PENGUNGKAPAN DIRI SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR

*Dina Maulina Br Siregar*

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau  
[dinamaulina3005@gmail.com](mailto:dinamaulina3005@gmail.com)

### ABSTRAK

Fenomena menyakiti diri sendiri di kalangan mahasiswa menjadi perhatian dalam bidang kesehatan mental. Salah satu faktor yang diduga berperan adalah kesepian. Ketika kesepian tidak diiringi dengan kemampuan untuk mengungkapkan diri, tekanan emosional yang dirasakan bisa semakin berat. Dalam kondisi tersebut, menyakiti diri dapat muncul sebagai cara untuk melampiaskan emosi yang tidak tersampaikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa di Pekanbaru, dengan pengungkapan diri sebagai variabel mediator. Subjek penelitian ini berjumlah 104 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *snowball sampling*. Alat ukur yang digunakan meliput *Instrumen De Jong Gierveld Loneliness Scale* (DJGLS), *Revised Self disclosure Scale* (RSDS), dan *Self Harm Inventory* (SHI). Hasil analisis menunjukkan bahwa kesepian berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku menyakiti diri sendiri, ditunjukkan oleh nilai  $F = 23,694$  dan signifikansi  $p < 0,001$ . Namun, kesepian tidak berpengaruh secara signifikan terhadap pengungkapan diri ( $p = 0,084$ ), dan pengungkapan diri juga tidak berpengaruh signifikan terhadap menyakiti diri sendiri ketika diuji dalam model mediasi ( $p = 0,186$ ). Artinya, pengungkapan diri tidak berperan sebagai mediator dalam hubungan antara kesepian dan perilaku menyakiti diri. Penelitian ini menunjukkan bahwa kesepian merupakan faktor risiko penting dalam mendorong perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa, sehingga diperlukan upaya pencegahan dan dukungan psikologis yang tepat.

**Kata Kunci:** Kesepian, Pengungkapan diri, Menyakiti diri, mahasiswa

# THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND SELF-HARM BEHAVIOR AMONG UNIVERSITY STUDENTS WITH SELF-DISCLOSURE AS A MEDIATING VARIABLE

*Dina Maulina Br Siregar*

Faculty of Psychology, Sultan Syarif Kasim State Islamic University

Riau

[dinamaulina3005@gmail.com](mailto:dinamaulina3005@gmail.com)

## ABSTRACT

The phenomenon of self-harm among university students has become a growing concern in the field of mental health. One suspected contributing factor is loneliness. When loneliness is not accompanied by the ability to express oneself, the emotional pressure experienced can become increasingly overwhelming. In such conditions, self-harm may emerge as a way to release unexpressed emotions. This study aims to examine the relationship between loneliness and self-harming behavior among university students in Pekanbaru, with self-disclosure as a mediating variable. The participants in this study were 104 students selected using a snowball sampling technique. The instruments used included the De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS), the Revised Self-Disclosure Scale (RSDS), and the Self-Harm Inventory (SHI). The analysis results showed that loneliness had a positive and significant effect on self-harming behavior, indicated by an F value of 23.694 and a significance level of  $p < 0.001$ . However, loneliness did not have a significant effect on self-disclosure ( $p = 0.084$ ), and self-disclosure also did not significantly affect self-harming behavior when tested in the mediation model ( $p = 0.186$ ). This means that self-disclosure does not serve as a mediator in the relationship between loneliness and self-harming behavior. This study highlights that loneliness is an important risk factor contributing to self-harming behavior among university students, indicating the need for appropriate preventive measures and psychological support.

**Keywords:** Loneliness, Self-disclosure, Self-harm, University students

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Mahasiswa sebagai individu dewasa muda sering menghadapi berbagai permasalahan, baik secara fisik maupun psikologis (Awalinni & Harsono, 2023). Permasalahan tersebut meliputi masalah ekonomi, keadaan kehidupan, hubungan personal, psikologis, rumah tangga atau keluarga, tugas kuliah, masa depan dan pekerjaan (Martunis & Bahri, 2016). Menurut Awalinni dan Harsono (2023) pada masa dewasa awal ini, mahasiswa juga dituntut untuk melaksanakan berbagai tugas pada tahap perkembangan yang sama sekali berbeda dengan tahapan perkembangan sebelumnya yaitu masa remaja. Selanjutnya, Shafira dan Hargiana (2022) juga menyatakan bahwa pada tahapan usia dewasa muda terdapat fase peralihan dari usia remaja menuju dewasa awal yang melatarbelakangi mahasiswa yang berujung pada kondisi distress, ketidakmampuan mengontrol emosi, hingga tingginya risiko gangguan mental dikarenakan banyak terjadi perubahan dan penyesuaian baru terhadap kondisi sosial, pendidikan, pekerjaan, perencanaan hidup dan hubungan antar individu.

Kebanyakan mahasiswa yang berada pada rentang usia dewasa awal sering dihadapkan dengan permasalahan dan situasi yang tidak menyenangkan (Shafira & Hargiana, 2022). Sehingga dengan adanya permasalahan dan situasi tidak menyenangkan yang dihadapi mahasiswa dapat memungkinkan munculnya emosi negatif. Emosi negatif yang sulit untuk diutarakan karena permasalahan yang terlalu



©

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kompleks, rumit, atau penuh dengan kenangan yang menyakitkan atau situasi yang tidak dapat dikendalikan dapat membuat mahasiswa menyakiti diri sendiri akan tetapi tidak sampai melakukan bunuh diri, namun perilaku tersebut tetap dapat membahayakan pelakunya (Hutami dkk. 2020).

Perilaku menyakiti diri sendiri merupakan salah satu bentuk ekspresi psikologis yang dilakukan individu secara sengaja untuk melukai tubuhnya, namun tidak disertai dengan niat untuk mengakhiri hidup. Perilaku ini dikenal sebagai *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI). Klonsky (2007) mendefinisikan NSSI sebagai tindakan menyakiti tubuh secara langsung dan sengaja tanpa adanya tujuan untuk bunuh diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lindgren dkk. (2022) yang menyatakan bahwa individu yang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri cenderung melakukannya untuk membuat hidup lebih mudah diatur, karena perilaku tersebut dapat memberikan perasaan lega, aman, dan menjadi cara untuk mengendalikan emosi yang berlebihan.

Menyakiti diri sendiri dialami sebagai dorongan mental dan fisik yang kuat dan hanya dapat terpuaskan dengan tindakan tersebut, hal ini menunjukkan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri lebih dapat dianggap sebagai gangguan kompulsif daripada impulsif (Miller dkk. 2021). Selanjutnya Lindgren dkk. (2022) juga menjelaskan bahwa individu menderita karena merasa kecanduan untuk menyakiti diri sendiri dan dari rasa malu, rasa bersalah, sehingga menghukum diri sendiri serta merasa tersinggung, kesepian, dan dihakimi oleh orang-orang di sekitar kemudian remaja berusaha untuk menyembunyikan perasaan yang sebenarnya.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Menurut Fitzgerald dan Curtis (2017) perempuan lebih cenderung menunjukkan perilaku menyakiti diri sendiri yang kronis dan lebih mungkin terlibat dalam bentuk-bentuk perilaku menyakiti diri sendiri yang tersembunyi misalnya, menggaruk dan mengiris pergelangan tangan, lengan, atau paha sedangkan laki-laki lebih mungkin lebih terang-terangan menyakiti diri sendiri misalnya, membenturkan atau meninjau diri sendiri atau benda-benda dengan tangan atau kepala.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hutami dkk. (2020) menunjukkan bahwa dari 118 responden bahwa 49,2% responden melakukan perilaku menyakiti diri sendiri dengan 13,6% disebabkan oleh kesedihan, dan 10,2% disebabkan oleh stres. Sejalan dengan penelitian oleh Nurendah dkk. (2023) dengan jumlah partisipan yaitu 299 mahasiswa aktif di lingkungan Universitas Pendidikan Indonesia, yang tersebar di 8 fakultas dengan rentang usia 18 - 24 tahun menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 144 partisipan (48,1%) pernah melukai diri sendiri dengan sengaja, 88 partisipan(29,5%) tidak pernah, dan 67 partisipan (22,4%) sering. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hampir sebagian besar mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia pernah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Azzahra dkk. (2023) terhadap 222 mahasiswa didapatkan sebagian besar 118 mahasiswa (53,2%) pernah mengalami perilaku menyakiti diri sendiri diantaranya sebanyak 12 mahasiswa (11,1 %) berjenis kelamin laki-laki, dan 106 mahasiswa (89,9%) berjenis kelamin perempuan. Responden menjawab pernah melakukan perilaku yang menyakiti diri sendiri

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

secara fisik misalnya menyayat diri sendiri, mengukir pada badan sendiri, mencakar diri sendiri, menggigit diri sendiri, mencubit diri sendiri, membenturkan kepala ke tembok, membakar kulit, menjambak/menarik rambut sendiri, menggosokkan kulit ke permukaan yang kasar dan memasukkan benda ke dalam kulit yang menunjukkan kecenderungan perilaku menyakiti diri sendiri.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan YouGov Omnibus kepada 1.018 orang Indonesia terdapat lebih dari sepertiga (36%) orang Indonesia pernah melukai diri sendiri. Terutama ditemukan di kalangan orang muda Indonesia, dengan lebih dari dua dari lima orang (45%) pernah melukai diri sendiri. Selanjutnya informasi dari Liputan menyatakan bahwa sebanyak 36,9% masyarakat Indonesia pernah melakukan upaya menyakiti diri sendiri dengan sengaja. Jumlah ini banyak didominasi oleh kelompok usia muda, yakni 18-24 tahun, dengan persentase sebesar 45%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zakaria dan Theresa (2020) ketidakmampuan mengontrol emosi menyebabkan perilaku *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI) menjadi mekanisme coping yang tidak adaptif yang dipicu oleh pengaruh negatif teman sebaya melalui tindakan pelecehan dan ketidakharmonisan hubungan keluarga. Sejalan dengan penelitian oleh Insani dan Savira, (2022) yang menyatakan bahwa faktor seseorang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri yaitu sebagai *emotion focus coping*. Insani dan Savira, (2022) juga menjelaskan bahwa terdapat faktor lain yang berperan dalam perilaku menyakiti diri meliputi kesepian, gangguan mental, penghargaan diri yang rendah, pola asuh otoriter, kematangan emosi yang kurang, masalah keluarga, dan hubungan romantis. Dari

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

penjelasan diatas dapat diketahui bahwa salah satu faktor yang mendorong perilaku menyakiti diri sendiri adalah kesepian.

Menurut Herianda dkk. (2021) kesepian adalah keadaan yang tidak menyenangkan dan subjektif yang muncul ketika kebutuhan akan interaksi sosial tidak terpenuhi. Perilaku dan cara berpikir yang menunjukkan kesepian mahasiswa termasuk perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, dan berpusat pada kegagalan. Kesepian ini dapat disebabkan oleh banyak hal, seperti mahasiswa mengalami kesulitan untuk berinteraksi dengan orang lain (Noviani & Sa'adah, 2022).

Menurut Muttaqin dan Hidayati (2022) pengalaman kesepian memiliki dampak positif, seperti introspeksi diri, melakukan banyak hal positif, dan membangun pola pikir yang lebih dewasa, namun pengalaman kesepian juga dapat menyebabkan perasaan seperti kesedihan, rasa terasing dan penolakan oleh orang lain, kurangnya kepercayaan diri, kebosanan, dan kemarahan pada orang lain. Hal ini sejalan dengan Camelia (2019) yang menyatakan bahwa dampak negatif dari kesepian dapat menyebabkan individu merasa bosan dan kurang menghargai hubungan yang dimilikinya, yang kemudian mempengaruhi upaya mereka dalam mencari cara efektif untuk mengatasi perasaan kesepian tersebut. Dalam situasi seperti ini cara maladaptif yang mungkin dilakukan mahasiswa untuk mengatasi perasaan kesepian dengan menyakiti diri sendiri.

Andover dkk. (2012) menyatakan bahwa kesepian dapat mendorong perilaku menyakiti diri sendiri dan percobaan bunuh diri pada remaja. Hal ini dikarenakan ketika individu merasa kesepian akan cenderung merasa sendiri dan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

beranggapan bahwa individu tersebut tidak memiliki orang lain untuk mencari jalan keluar dari masalahnya, sehingga mencari cara untuk mengeluarkan emosi yang dirasakan dengan melukai dirinya sendiri sebagai bentuk penyaluran emosi atau perasaan negatif karena rasa sakit psikis yang sulit diungkapkan (Awalinni & Harsono, 2023).

Menurut Camelia, (2019) kesepian tidak hanya dapat diatasi dengan cara maladaptif, tetapi individu juga dapat mengatasinya dengan cara mereka sendiri, seperti mengenali kesepian itu sendiri, melakukan pengenalan diri dan hiburan yang disukai, serta melakukan pengungkapan diri. Dengan mengenali perasaan kesepian itu sendiri memungkinkan individu untuk lebih sadar akan kondisi emosional yang dialami dan mencari solusi yang tepat untuk mengatasi kesepian tersebut. Selain itu, melakukan pengenalan diri dapat membantu individu memahami kebutuhan emosional mereka dan menemukan cara-cara yang dapat membawa kenyamanan, seperti melakukan aktivitas yang mereka nikmati. Mahasiswa juga dapat mengatasi kesepian dengan mencari hiburan yang disukai, seperti berolahraga, membaca, atau menonton film, untuk mengalihkan perhatian dari perasaan terasing. Selain itu, pengungkapan diri dengan berbicara kepada teman, keluarga, atau seorang konselor juga dapat membantu melepaskan emosi yang terpendam sehingga meminimalisir terjadinya perilaku maladaptif akibat dari kesepian. Sehingga dapat diketahui salah satu cara yang dapat dilakukan mahasiswa untuk mengatasi kesepian adalah pengungkapan diri.

Menurut Setianingsih (2015) pengungkapan diri adalah jenis komunikasi di mana mahasiswa menceritakan hal-hal yang biasanya disembunyikan tentang diri

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

mereka sendiri. Namun, tidak semua individu mampu melakukan pengungkapan diri dengan baik. Seseorang yang tidak mampu melakukan pengungkapan diri, terbukti kurang percaya diri, tidak mampu menyesuaikan diri, mengalami perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup (Salim dkk. 2022). Kondisi ini dapat memperburuk perasaan terisolasi yang timbul akibat kesepian. Apabila kesepian yang dialami tidak disertai dengan kemampuan pengungkapan diri yang memadai, maka tekanan emosional yang tidak tersalurkan tersebut berisiko memunculkan perilaku negatif. Akibatnya, ketika seseorang merasa kesepian tetapi tidak mampu mengomunikasikan perasaannya secara terbuka mereka bisa merasa semakin terisolasi. Ketika kondisi ini terus dibiarkan, maka jalan keluar yang dipilih bisa bersifat negatif. Hal ini sejalan Setianingsih (2015) yang menyatakan bahwa individu yang tidak mampu mengekspresikan dirinya dengan sehat berpotensi menempuh jalan keluar yang keliru, seperti menyakiti diri sendiri atau bahkan melakukan tindakan yang bertentangan dengan norma sosial.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Demuthova dkk. (2020) yang mengamati prevalensi perilaku mencelakai diri sendiri (45,3%) dalam sampel 2.210 remaja berusia 11 hingga 19 tahun, dan kemudian mengamati kesediaan subjek untuk mengungkapkan perilaku mencelakai diri sendiri dalam subset sampel dari 1.002 remaja yang melukai diri sendiri (usia rata-rata = 15,37; 68,6% perempuan). 55,2% dari pelaku yang mencelakai diri sendiri bersedia memberikan data tentang topik ini, dan hanya 51,5% dari mereka menyatakan bahwa mereka telah mengungkapkan perilaku mencelakai diri mereka kepada orang lain, paling sering kepada teman sebaya mereka (80,0%). Perempuan perempuan lebih sering

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© mengungkapkan informasi ini dibandingkan laki-laki ( $p = 0.000$ ). laki-laki ( $p = 0.000$ ) dan secara signifikan lebih bersedia ( $p = 0.025$ ) untuk memberikan data tentang perilaku mereka di bidang ini. Selanjutnya penelitian lainnya yang dilakukan oleh Akbar dan Abdullah, (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian (loneliness) dengan self disclosure. Hal ini dapat diketahui dari nilai koefisien korelasi positif, dimana  $\text{Sig. (p hitung)} = 0,000$  atau  $p < 0,05$  yang berarti terdapat nilai positif menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang searah, yang artinya semakin tinggi kesepian yang dirasakan maka semakin tinggi pula self disclosure yang dilakukan di media sosial.

Pengungkapan diri memungkinkan mahasiswa untuk berkomunikasi dan membagikan kisah serta perasaan kepada orang yang dipercaya, sehingga diharapkan mereka dapat menemukan solusi yang tepat untuk permasalahan yang dihadapi dan merasa didukung oleh lingkungan sekitar. Hal ini sejalan dengan pendapat Camelia (2019) yang menyatakan bahwa pengungkapan diri dapat meminimalisir perasaan kesepian individu. Sebaliknya, keengganannya untuk berbicara tentang perasaan atau pengalaman dengan orang lain sering kali memperburuk kesepian dan peningkatan potensi NSSI, karena individu merasa bahwa mereka tidak memiliki cara lain untuk mengekspresikan atau mengatasi tekanan emosional mereka (Demuthova dkk. 2020).

Mahasiswa dapat berbicara kepada orang yang dipercaya, sehingga dapat merasakan kelegaan emosional, merasa didengar, dan memperoleh dukungan sosial, yang pada gilirannya dapat mengurangi perilaku negatif, seperti menyakiti diri sendiri akibat kesepian. Hal ini sejalan dengan Hanan dkk. (2024) yang

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyatakan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam perilaku menyakiti diri sendiri, karena dukungan sosial berfungsi sebagai faktor pelindung yang mengurangi risiko perilaku tersebut pada remaja yang mengalami kesepian. Oleh karena itu, pengungkapan diri sangat penting bagi mahasiswa yang mengalami kesepian, guna mengurangi risiko perilaku menyakiti diri sendiri. Sehingga diperlukannya pengungkapan diri bagi mahasiswa yang mengalami kesepian agar dapat mengurangi risiko perilaku menyakiti diri sendiri.

Berdasarkan fenomena di atas menunjukkan bahwa tingginya tingkat perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan mahasiswa membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variabel mediator.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan di atas, pertanyaan pada penelitian ini yaitu:

1. Apakah kesepian pada mahasiswa memiliki hubungan dengan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa?
2. Apakah kesepian pada mahasiswa memiliki hubungan dengan pengungkapan diri pada mahasiswa?
3. Apakah pengungkapan diri pada mahasiswa memiliki hubungan dengan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa?
4. Apakah pengungkapan diri memediasi hubungan antara kesepian pada mahasiswa dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa?

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### C. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk melihat hubungan kesepian pada mahasiswa terhadap perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa
2. Untuk melihat hubungan kesepian pada mahasiswa terhadap pengungkapan diri pada mahasiswa
3. Untuk melihat hubungan pengungkapan diri pada mahasiswa terhadap perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa
4. Untuk melihat apakah pengungkapan diri dapat memediasi hubungan antara kesepian pada mahasiswa dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa.

### D. Manfaat

Berdasarkan tujuan dari penelitian ini, maka diharapkan manfaat dari hasil penelitian yang ingin di capai yaitu:

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi pada pengembangan teori-teori kesehatan mental dengan memperdalam pemahaman tentang hubungan antara kesepian, pengungkapan diri, dan perilaku menyakiti diri sendiri.

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat mengetahui bagaimana kesepian dapat memengaruhi perilaku menyakiti diri sendiri sehingga memberikan informasi yang dapat

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

digunakan oleh mahasiswa untuk mengarahkan pengembangan program kesehatan mental yang lebih terfokus dan relevan.

### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian ini mengacu pada beberapa penelitian terdahulu yang telah meneliti variabel *loneliness*, menyakiti diri sendiri dan pengungkapan diri . Beberapa penelitian terdahulu relatif sama dalam hal topik penelitian ini, tetapi terdapat beberapa perbedaan yang signifikan diantaranya kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel yang diteliti, lokasi penelitian ataumetode analisis yang digunakan. Untuk mengetahui keaslian penelitian ini, maka penulis akan mencantumkan penelitian terdahulu yang terkait dengan judul penelitian ini, yaitu “Hubungan kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variabel mediator”. Adapun jurnal dan skripsi yang relevan dengan penelitian ini diantaranya sebagai berikut:

Penelitian Awalinni dan Harsono (2022) berjudul "Hubungan Antara Kesepian dan *Perilaku Non-Suicidal Self-Injury* pada Mahasiswa Psikologi di Kota Malang" Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian terdiri dari 65 mahasiswa Psikologi dari berbagai universitas negeri dan swasta di Kota Malang, yang dipilih dengan teknik accidental sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari skala kesepian Russell (1996) dengan 20 item, dan skala non-suicidal self-injury yang diadaptasi dari skala Klonsky dan Glenn (2009) dengan 39 item. Analisis data menggunakan korelasi Pearson's product moment menunjukkan adanya korelasi



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

positif dan signifikan antara kesepian dan non-suicidal self-injury sebesar 0,341, dengan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,005 ( $p \leq 0,005$ ), menunjukkan korelasi yang rendah namun signifikan dan searah. Hasil penelitian ini mendukung adanya hubungan positif antara tingkat kesepian dan perilaku non-suicidal self-injury pada mahasiswa psikologi di Kota Malang. Penelitian ini memiliki beberapa kesamaan, seperti variabel yang digunakan, teknik pengumpulan data, dan teknik validitas data. Namun ada perbedaan dengan penelitian yang dilakukan yaitu perbedaan pada konteks kampus dengan beberapa peraturan dan budaya yang berbeda. Tidak hanya itu, penelitian yang dilakukan menambahkan pengungkapan diri sebagai variabel mediator.

Penelitian Lubis dan Yudhaningrum (2020) yang berjudul “Gambaran Kesepian pada Remaja Perilaku *Self-Harm*”. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Data berupa wawancara dan observasi dengan dua partisipan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari tiga jenis kesepian yang dikemukakan oleh Weiss yaitu kesepian dalam keluarga, kesepian dalam hubungan romantis, dan kesepian sosial kedua partisipan yang terlibat dalam perilaku *self-injury* mengalami kesepian pada ketiga aspek tersebut. Kesepian dalam lingkup keluarga ternyata memiliki pengaruh yang paling signifikan terhadap remaja yang mengalami self-injury. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam variabel yang digunakan yaitu menyakiti diri sendiri dan kesepian. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada jenis penelitian dan pengumpulan data yang digunakan. Penelitian yang akan dilakukan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan skala atau kuisioner.

Penelitian Miller, Redley dan Wilkinson (2021) yang berjudul “*A Qualitative Study of Understanding Reasons for self-harm in Adolescent Girls*”. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan pemahaman dengan menginformasikan pengembangan dan perawatan serta layanan yang efektif bagi individu yang melakukan Tindakan menyakiti diri sendiri. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan pengambilan data melalui wawancara sembilan partisipan remaja perempuan (13-17 tahun) yang melakukan menyakiti diri sendiri. Analisis data menggunakan Analisis Fenomenologi Interpretatif (IPA). Hasil penelitian mengungkapkan bahwa menyakiti diri sendiri dialami sebagai dorongan mental dan fisik yang kuat, yang hanya terpuaskan dengan melukai diri sendiri, hal ini menunjukkan bahwa menyakiti diri sendiri dapat dianggap sebagai gangguan kompulsif daripada impulsif, yang mewakili perspektif baru tentang perilaku tersebut. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam variabel yang digunakan yaitu menyakiti diri sendiri. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada jenis penelitian dan pengumpulan data yang digunakan. Penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan skala atau kuisioner.

Penelitian McClelland, Evans dan Connor (2022) yang berjudul “*The association of family, social and romantic loneliness in relation to suicidal ideation and self-injurious behaviour*”. Tujuan penelitian ini untuk mengeksplorasi berbagai bentuk kesepian dapat dikaitkan dengan perilaku menyakiti diri sendiri berdasarkan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

temuan dari penelitian berbasis teori yang sudah ada. Penelitian menggunakan pendekatan studi online cross-sectional pengambilan data melalui survei dari 582 peserta (usia 18-70 tahun). Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua bentuk kesepian berhubungan dengan keinginan untuk bunuh diri, dan semua bentuk kesepian secara signifikan, secara independen, memoderasi hubungan antara kesepian dan ide untuk bunuh diri. Selain itu, depresi secara signifikan memediasi antara kesepian keluarga, kesepian romantis, dan kesepian global serta ide bunuh diri, tetapi tidak dengan kesepian sosial. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam variabel yang digunakan yaitu kesepian dan menyakiti diri sendiri. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada jenis penelitian dan pengumpulan data yang digunakan. Penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan skala atau kuisioner penelitian yang dilakukan menambahkan pengungkapan diri sebagai variabel mediator.

Penelitian Camelia (2019) yang berjudul “Dinamika Kesepian Pada Wanita Dewasa Awal”. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan fenomena kesepian pada wanita dewasa awal (emerging young adult) secara mendalam melalui latar belakang terbentuknya kejadian hingga dampak dan cara informan menghadapi kesepian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan menggunakan dua subjek wanita dewasa awal. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa pengalaman berelasi dan persepsi individu menjadi kunci dalam memahami kesepian, yang dapat timbul dari relasi keluarga yang kurang memuaskan. Kesepian dapat memicu kebosanan dan kurangnya penghargaan pada relasi, tetapi juga

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memberi peluang untuk berkembang. Coping yang efektif meliputi mengenali kesepian, introspeksi, mencari hiburan, dan pengungkapan diri, menjadikan kesepian pengalaman unik yang memperdalam pemahaman dan cinta diri. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam variabel yang digunakan yaitu kesepian. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada jenis penelitian dan pengumpulan data yang digunakan. Penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan skala atau kuisioner.

Penelitian Akbar dan Abdullah (2021) yang berjudul “ Hubungan Antara Kesepian (*Loneliness*) Dengan *Self Disclosure* Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa Yang Menggunakan Sosial Media (Instagram)”. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan self disclosure pada mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa yang menggunakan sosial media (Instagram). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 97 orang mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan instrumen penelitian berupa dua skala yaitu skala kesepian dan skala self disclosure. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan self disclosure dengan koefisien korelasi bernilai 0,689 masuk kategori tinggi atau kuat, dan nilai  $\text{Sig. (p hitung)} = 0,000$  atau  $p < 0,05$  yang berarti terdapat nilai positif menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang searah, yang artinya semakin tinggi kesepian yang dirasakan maka semakin tinggi pula self disclosure



yang dilakukan di media sosial. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam pendekatan penelitian dan variabel yang digunakan yaitu kesepian dan pengungkapan diri. Namun ada perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu perbedaan pada konteks kampus dengan beberapa peraturan dan budaya yang berbeda, serta teknik pengambilan sampel. Tidak hanya itu, penelitian yang dilakukan menambahkan perilaku menyakiti diri sendiri.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Menyakiti Diri Sendiri

##### 1. Definisi Menyakiti Diri Sendiri

Menyakiti diri sendiri merupakan fenomena yang banyak terjadi dimana individu sengaja melukai diri sendiri tanpa adanya keinginan untuk bunuh diri. Menurut Sansone dan Sansone (2010) perilaku menyakiti diri sendiri mengacu pada tindakan spesifik yang merusak atau melukai diri sendiri, tetapi tidak dilakukan dengan tujuan untuk mengakhiri hidup. Sejalan dengan pernyataan Curtis dkk. (2018) yang menyatakan bahwa menyakiti diri sendiri didefinisikan sebagai segala bentuk tindakan melukai diri sendiri yang disengaja terlepas dari motif atau niat bunuh diri. Individu yang terlibat dalam perilaku menyakiti diri sendiri melakukan tindakan menyakiti diri sendiri secara sengaja dan terencana, Mereka menggunakan kekerasan fisik terhadap tubuh mereka sendiri, namun mereka tidak memiliki niat untuk mengakhiri hidup saat melakukan tindakan tersebut (Burešová dkk. 2015).

Menyakiti diri sendiri merupakan salah satu cara untuk mengatasi atau mengekspresikan penderitaan emosional dengan cara melukai diri sendiri (Chantika dkk. 2023). Menurut Insani dan Savira (2022) menyakiti diri sendiri adalah tindakan seseorang yang sengaja menyakiti atau melukai diri sendiri sebagai respons terhadap emosi yang dirasakan. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Estefan dan Wijaya (2004) menyakiti diri sendiri adalah tindakan yang sengaja dilakukan untuk menyakiti diri sendiri dengan tujuan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengurangi penderitaan secara psikologis. Jika metode menyakiti diri sendiri yang dilakukan menyebabkan luka parah atau disertai dengan pikiran bunuh diri yang intens, maka perilaku ini dapat berakibat fatal (Sansone dkk. 1998).

*Self-injury* atau yang dikenal sebagai menyakiti diri sendiri adalah tindakan yang dilakukan seseorang untuk mengatasi rasa sakit emosional dengan cara melukai dirinya sendiri secara sengaja tanpa adanya tujuan untuk mengakhiri hidup (Maidah, 2013). Orang yang melakukan perilaku menyakiti diri sendiri tidak bermaksud menciptakan rasa sakit fisik atau mengakhiri hidup, tetapi lebih pada upaya untuk meredakan atau mengatasi penderitaan emosional yang mendalam yang bisa menjadi penyebab depresi yang mereka alami (Guntur dkk. 2021)

Berdasarkan pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa menyakiti diri sendiri atau menyakiti diri sendiri adalah tindakan individu yang sengaja menyakiti diri sendiri tanpa adanya niat untuk bunuh diri dengan tujuan sebagai respon terhadap emosi yang dihadapi. Perilaku menyakiti diri sendiri ini seperti menyayat tangan, membenturkan kepala kedinding, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh, menarik rambut dengan keras, dan lain sebagainya.

## 2. Kriteria Menyakiti Diri Sendiri

Kriteria perilaku *non-suicidal self-injury* (NSSI) menurut DSM V- TR (American Psychiatric Association (APA), 2022) memiliki 6 kriteria diantaranya adalah:



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### a. Kriteria A

Selama satu tahun terakhir, individu tersebut telah terlibat dalam tindakan yang disengaja untuk melukai dirinya sendiri selama 5 hari atau lebih, yang kemungkinan besar menyebabkan pendarahan, memar, atau rasa sakit, namun tanpa niat untuk bunuh diri. Tindakan tersebut meliputi seperti memotong, membakar, menusuk, memukul, atau menggosok secara berlebihan, dengan harapan bahwa hanya akan menyebabkan kerusakan fisik yang ringan atau sedang.

#### b. Kriteria B

Individu ini melakukan perilaku melukai diri dengan harapan mendapatkan kelegaan dari perasaan atau kondisi kognitif yang negatif, menyelesaikan kesulitan interpersonal, atau menginduksi keadaan perasaan positif. Kelegaan atau respons yang diinginkan terjadi selama atau setelah tindakan melukai diri, dan individu mungkin menunjukkan pola perilaku yang menunjukkan ketergantungan untuk melakukan hal tersebut berulang kali.

#### c. Kriteria C

Tindakan melukai diri tersebut terkait dengan kesulitan interpersonal atau perasaan negatif seperti depresi, kecemasan, ketegangan, kemarahan, atau kritik terhadap diri sendiri, yang terjadi sebelum tindakan tersebut dilakukan. Sebelum melakukan tindakan tersebut, individu juga mungkin mengalami periode keasyikan dengan perilaku tersebut yang sulit

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dikendalikan, dan sering berpikir tentang tindakan tersebut bahkan ketika tidak dilakukan.

**d. Kriteria D**

Perilaku ini tidak diterima secara sosial dan tidak terbatas pada tindakan yang secara budaya atau ritual disetujui (misalnya, tindik badan, tato, atau bagian dari ritual agama atau budaya) dan termasuk dalam perilaku seperti mengelupas bekas luka atau menggigit kuku.

**e. Kriteria E**

Perilaku menyakiti diri sendiri dapat menyebabkan tekanan atau gangguan yang signifikan dalam fungsi interpersonal, akademis, atau bidang fungsi penting lainnya.

**f. Kriteria F**

Tindakan ini tidak terjadi selama episode psikotik, delirium, atau keadaan sub-keracunan atau penarikan zat. Perilaku ini tidak termasuk dalam pola stereotip yang berulang pada orang dengan gangguan perkembangan saraf. Selain itu, perilaku ini tidak dapat dijelaskan oleh gangguan mental atau kondisi medis lainnya seperti gangguan psikotik, gangguan spektrum autisme, cacat intelektual, atau sindrom Lesch-Nyhan atau gangguan gerakan stereotipik.

**3. Faktor Penyebab Menyakiti Diri Sendiri**

Menurut Insani dan Savira (2022) perilaku menyakiti diri sendiri pada perempuan seringkali dipengaruhi oleh banyak faktor yang berbeda, tidak terbatas pada satu penyebab tunggal saja diantaranya adalah faktor yang paling

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

umum ditemukan dalam munculnya perilaku menyakiti diri sendiri pada remaja perempuan adalah sebagai emosional coping, seperti menggunakan menyakiti diri sendiri sebagai fokus untuk mengatasi emosi. Selain itu, faktor-faktor lain yang terkait dengan perilaku menyakiti diri sendiri termasuk kematangan emosi, perasaan kesepian, rendahnya harga diri, dan gangguan emosional. Sedangkan menurut Wibisono dan Gunatirin (2019) faktor yang menyebabkan individu menyakiti diri sendiri terbagi menjadi dua yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal yang memicu perilaku melukai diri adalah tekanan sosial dari keluarga. Sedangkan faktor internal meliputi pengalaman kehilangan, harga diri rendah, penerimaan sosial dan trauma.

Martison (dalam Shalsabilla dkk. 2023) menyakiti diri sendiri dapat dipicu oleh berbagai faktor, termasuk faktor keluarga, pengaruh biokimia, kepribadian, dan psikologis.

1. Faktor keluarga timbul akibat kurangnya contoh atau teladan dalam mengekspresikan emosi pada masa kecil dan kurangnya hubungan yang kuat antara anggota keluarga.
2. Faktor pengaruh biokimia muncul karena individu yang melakukan menyakiti diri sendiri mungkin mengalami ketidakseimbangan dalam sistem serotonergik, yang dapat meningkatkan tingkat impulsivitas dan agresivitas.
3. Faktor psikologis terjadi ketika seseorang mengalami tekanan emosional yang sulit untuk diatasi

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Faktor kepribadian berkaitan dengan cenderungnya individu dengan tipe kepribadian introvert untuk melakukan perilaku menyakiti diri sendiri

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwasanya ada beberapa faktor yang menyebabkan individu melakukan menyakiti diri sendiri yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal yang memicu menyakiti diri sendiri adalah keluarga seperti pola asuh otoriter dan tekanan sosial dari keluarga. Sedangkan faktor internal yang memicu menyakiti diri sendiri diantaranya bentuk *emotional coping*, kesepian, kematangan emosi, perasaan kesepian, rendahnya harga diri, gangguan emosional, pengalaman kehilangan, penerimaan sosial, trauma, faktor pengaruh biokimia, tekanan emosional yang sulit diatasi, dan faktor kepribadian.

#### **4. Jenis-Jenis Menyakiti Diri Sendiri**

Strong ( dalam Caperton, 2004) mengidentifikasi tiga jenis perilaku melukai diri sendiri diantaranya adalah:

##### *1. Major self-mutilation*

*Major self-mutilation* didefinisikan sebagai perilaku menyakiti diri sendiri yang dapat menyebabkan kerusakan permanen pada organ utama, seperti mencungkil mata atau memotong kaki. Perilaku ini biasanya dilakukan oleh orang yang menderita kondisi psikotik.

##### *2. Stereotypic self-injury*

*Stereotypic self-injury* didefinisikan sebagai perilaku melukai diri sendiri yang sering terjadi berulang-ulang dan tidak terlalu parah, seperti

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

membenturkan kepala ke lantai. Jenis perilaku menyakiti diri ini sering menyebabkan gangguan neurologis seperti autisme atau sindrom Tourette.

### 3. *Moderate/superficial self-mutilation*

*Moderate/superficial self-mutilation* didefinisikan sebagai jenis *self-injury* yang paling umum. Contohnya termasuk memotong, menggores, atau membakar kulit dengan intensitas yang cukup ringan sehingga tidak menyebabkan cedera yang serius.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis menyakiti diri sendiri terbagi menjadi tiga yaitu *major self-mutilation*, *stereotypic self-injury* dan, *moderate/superficial self-mutilation*

## 5. Bentuk Menyakiti Diri Sendiri

Menurut Kusumadewi et al. (2020) yang merujuk berdasarkan Sansone (1998) mengklasifikasikan perilaku menyakiti diri sendiri dapat dibagi ke dalam beberapa kelompok, yaitu perilaku menyakiti diri secara langsung (*direct*) yang terbagi menjadi kategori ringan dan berat, perilaku menyakiti diri secara tidak langsung, perilaku berisiko, dan kognisi. Selanjutnya, Knigge juga (dalam Lubis & Yudhaningrum, 2020) mengidentifikasi berbagai bentuk perilaku menyakiti diri yang mungkin dilakukan seseorang termasuk memukul tembok atau benda keras, memotong atau menggores bagian tubuh tertentu (*self-mutilation moderat/superfisial*), mengganggu proses penyembuhan luka, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh tertentu, dan bahkan menyebabkan patah tulang. Hal ini sejalan dengan Estefan dan Wijaya (2004) yang menyatakan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri mencakup tindakan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seperti membakar bagian tubuh, menggunakan pisau atau silet untuk memotong kulit, menarik rambut dengan keras, memukul diri sendiri, dan bahkan melakukan luka pada bagian tubuh tertentu.

Higgins (dalam Guntur dkk. 2021) menyatakan bahwa perilaku *self-injury* memiliki berbagai bentuk yang meliputi mematahkan tulang, mengukir tulisan atau simbol di kulit, menanamkan benda di kulit, menggigit, membakar, membenturkan kepala ke benda keras, meninju diri sendiri, menyayat bagian tubuh tertentu, menarik rambut, menusuk kulit dengan benda tajam, mengganggu proses penyembuhan luka agar tidak cepat sembuh, menjepit tubuh, dan bahkan meracuni diri. Sedangkan menurut Whitlock dkk. (2006) meskipun *Self-Injurious Behavior* (SIB) sering kali dikaitkan dengan istilah "memotong", namun SIB mencakup berbagai macam perilaku, termasuk namun tidak terbatas pada mengukir atau memotong kulit dan jaringan subdermal, menggaruk, membakar, merobek atau menarik kulit atau rambut, menelan zat beracun, memar, dan mematahkan tulang.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri mencakup berbagai bentuk seperti memukul tembok atau benda keras, memotong atau menggores bagian tubuh tertentu (*self-mutilation moderat/superfisial*), mengganggu proses penyembuhan luka, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh tertentu, menyebabkan patah tulang, menyayat kulit, merobek atau menarik kulit atau rambut, menusuk kulit dengan benda tajam, memotong bagian tubuh tertentu, mengukir tulisan atau simbol di

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kulit, membenturkan kepala ke benda keras, menjepit tubuh, dan bahkan meracuni diri.

## B. Kesepian

### 1. Definisi Kesepian

Kesepian dianggap sebagai ekspresi dari perasaan negatif karena kehilangan hubungan dan terjadi pada individu dari segala usia, dan kebalikan dari kesepian adalah keterikatan (Gierveld & Tilburg, 2006). Selanjutnya, Gierveld & Kamphuls (1985) mendefinisikan kesepian sebagai kondisi yang timbul akibat kurangnya hubungan yang memiliki kualitas yang memadai, ini berkaitan dengan situasi di mana frekuensi hubungan yang dimiliki lebih sedikit dari yang diinginkan atau dianggap memadai, serta situasi di mana tingkat keintiman yang diharapkan belum tercapai. Menurut Cosan (2014) kesepian adalah kondisi emosional yang dialami secara pribadi, bukan hanya tentang jumlah atau jarak fisik dengan orang-orang di sekitar. Sejalan dengan pendapat Yusuf (2015) yang menyatakan bahwa kesepian adalah respons emosional dan kognitif terhadap kurang memuaskannya hubungan yang diharapkan oleh seseorang.

Menurut Perlman dan Peplau (1998) kesepian merupakan perasaan tidak nyaman yang dialami seseorang ketika merasa hubungan sosial yang dialami kurang memuaskan baik dalam bentuk kualitas maupun kuantitasnya. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Herianda dkk. (2021) yang menyatakan kesepian adalah kondisi yang tidak menyenangkan dan bersifat subjektif yang muncul ketika ada kebutuhan untuk interaksi sosial yang tidak terpenuhi. Selanjutnya

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menurut Marisa dan Afriyeni (2019) kesepian adalah sebuah pengalaman emosional yang tidak menyenangkan ketika individu merasa terisolasi dan sendirian yang sering kali disebabkan karena kurangnya koneksi sosial yang diharapkan sehingga mengakibatkan kurangnya kepuasan dalam hubungan dengan orang-orang di sekitarnya

Kesepian adalah pengalaman pribadi yang tidak menyenangkan, dan terjadi ketika individu menilai bahwa hubungan yang dimiliki tidak memenuhi standar kuantitas dan kualitas yang diharapkan (Gierveld dkk. 2006). Menurut Russell (1996) kesepian yang dirasakan oleh seseorang sering kali ditandai dengan perasaan sedih atau kurang bersemangat, merasa tidak memiliki seseorang yang dapat diandalkan, dan kesulitan dalam membina hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah pengalaman emosional individu terhadap ketidakpuasan dengan hubungan dengan orang-orang dilingkungan sekitarnya yang disebabkan oleh kurangnya koneksi sosial yang diharapkan.

## 2. Aspek-Aspek Kesepian

Menurut Russell (1996) dalam skala kesepian R-UCLA ada beberapa aspek kesepian diantaranya sebagai berikut:

1. *Personality*, aspek ini mengacu pada pola yang relatif tetap dari perasaan kesepian yang dapat bervariasi tergantung pada situasi atau karakteristik individu yang mempengaruhi kesepian. Karakteristik ini mencakup ketakutan dan kurangnya kepercayaan terhadap orang lain..



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. *Social desirability*, di mana karena kehidupan sosial yang diinginkan di lingkungan mereka tidak terpenuhi dapat menyebabkan seseorang dapat mengalami kesepian.
3. Depresi adalah sikap dan perasaan yang ditandai dengan perasaan rendah diri, kurang semangat, muram, sedih, dan putus asa.

Menurut Gierveld dan Kamphuls (1985) terdapat tiga dimensi kesepian diantaranya sebagai berikut.

#### 1. *Emotional characteristics* (karakteristik emosi)

Karakteristik emosi yang meliputi berbagai tingkat perasaan yang dialami seseorang. Perilakunya ditandai dengan kehilangan perasaan positif seperti kebahagiaan, harga diri, kepercayaan, kasih sayang, keunikan, rasa berguna, dan kekuatan, yang digantikan oleh perasaan negatif seperti sedih, cemas, tertekan, terluka, gelisah, terasing, tidak pasti, tidak dipahami, tidak memiliki tujuan, gagal, dan merasa terputus dari hubungan.

#### 2. *Type of social deprivation* (bentuk keterpisahan sosial)

Keterpisahan sosial menggambarkan seberapa dekat hubungan individu dengan orang-orang di sekitarnya. Indikator perilaku meliputi tidak adanya hubungan yang dekat dan khusus, perasaan bahwa hubungan di komunitasnya jauh dan hampa, serta perasaan diabaikan atau ditolak oleh orang-orang di sekitarnya.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 3. *Time perspective* (perspektif waktu)

Cara seseorang mengevaluasi kesepiannya dapat dilihat dari perspektif waktu. Pendekatan ini melibatkan tiga karakteristik indikator perilaku: tidak ada harapan, permanen, dan atribusi eksternal. Tidak ada harapan mencerminkan keyakinan bahwa kesepian tidak dapat diubah dan sulit untuk mengatasi perasaan tersebut. Sementara itu, atribusi eksternal menunjukkan pandangan bahwa kesepian dianggap sebagai sesuatu yang tidak dapat hilang dan disebabkan oleh faktor di luar diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari kesepian diantaranya *personality*, *social desirability*, depresi, *emotional characteristics*, *type of social deprivation*, *time perspective*.

### 3. Bentuk-Bentuk Kesepian

Menurut Weiss (dalam Perlman & Peplau, 1998), terdapat dua jenis kesepian berdasarkan analisisnya tentang aspek hubungan diantaranya sebagai berikut:

1. Kesepian emosional, yang timbul dari kurangnya keterikatan emosional dalam hubungan intim seperti kehilangan pasangan atau perceraian. Gejala kesepian emosional meliputi kecemasan, kewaspadaan terhadap ancaman, perasaan kesendirian, dan kecenderungan untuk salah menafsirkan niat bermusuhan atau kasih sayang dari orang lain.
2. Kesepian sosial, yang berasal dari kurangnya jaringan sosial yang memadai seperti pindah tempat tinggal atau pengalaman dikucilkan oleh teman sebaya. gejala kesepian sosial termasuk perasaan bosan, gelisah, dan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perasaan marjinalitas. Gejala emosional dari kesepian umumnya lebih intens dan tidak menyenangkan dibandingkan dengan gejala sosial.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk kesepian diantaranya kesepian emosional dan kesepian sosial.

#### **4. Faktor Penyebab Kesepian**

Menurut Cosan (2014) terdapat berbagai faktor yang menyebabkan kesepian, beberapa membuatnya menjadi jangka panjang dan permanen, sementara yang lain hanya menyebabkan kesepian sementara.

##### 1. Karakteristik personal

Ada beberapa karakteristik seperti pemalu, rendahnya rasa percaya diri, keterampilan sosial yang kurang efisien, introversi, dan kurangnya usaha dapat membuat seseorang merasa kesepian. Individu dengan karakteristik ini mungkin cenderung menjauh dari orang lain karena kekhawatiran mereka tentang diri sendiri, kurangnya keterampilan untuk berinteraksi secara sosial, dan ketidakmampuan untuk mengambil risiko dalam hubungan sosial.

##### 2. Pengalaman masa kecil

Pengalaman masa kecil juga dapat memengaruhi kesepian seseorang, seperti perceraian orang tua yang dapat menyebabkan perasaan kesepian yang mendalam, terutama jika anak mengalami perceraian pada usia yang lebih muda.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**3. Jenis Kelamin**

Menurut Weiss (dalam Cosan, 2014) kesepian juga terkait dengan jenis kelamin, status pernikahan, tingkat pendapatan, dan usia. Wanita cenderung lebih merasa kesepian daripada pria, dan wanita yang sudah menikah cenderung lebih sedikit merasa kesepian daripada wanita lajang. Terdapat juga perbedaan dalam cara pria dan wanita mengevaluasi dan mengekspresikan kesepian, yang dapat memengaruhi hubungan antara jenis kelamin dan kesepian.

**4. Usia**

Berdasarkan Perlman dan Peplau (dalam Cosan, 2014) remaja lebih sering mengungkapkan kesepian daripada kelompok usia lainnya. Kesepian juga dirasakan lebih sedikit pada masa dewasa dan lebih banyak pada usia di atas delapan puluh tahun. Kesepian pada masa remaja mungkin disebabkan oleh perasaan kesenjangan selama masa transisi ketika remaja meninggalkan hubungan dekat dengan keluarga dan mencoba membentuk lingkaran sosial yang terdiri dari teman-teman. Sementara itu, perasaan kesepian pada usia di atas delapan puluh tahun mungkin disebabkan oleh kematian orang yang dicintai.

**5. Alasan Lain: Alasan Sementara dan Gangguan Psikologis**

Selain itu, orang yang baru saja mengalami peristiwa seperti pindah, perceraian, kehilangan pasangan karena kematian, atau kematian seseorang juga memiliki risiko tinggi mengalami kesepian. Hal ini juga berlaku untuk mahasiswa yang baru saja pindah, siswa yang baru saja memulai sekolah,

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

individu yang baru memasuki dunia kerja, ibu yang anak-anaknya sudah dewasa dan meninggalkan rumah, pengangguran, narapidana, dan orang-orang dengan disabilitas. Selain itu, kelompok-kelompok seperti individu dengan penyakit serius, mahasiswa internasional, imigran, veteran perang, dan kelompok-kelompok yang terpinggirkan juga sering mengalami kesepian. Beberapa dari kelompok-kelompok ini, seperti mereka yang baru saja pindah atau mahasiswa yang berganti sekolah, mungkin mengalami kesepian secara sementara, sementara kelompok lain seperti orang-orang dengan disabilitas, kelompok-kelompok yang terpinggirkan, dan orang-orang dengan penyakit serius cenderung mengalami kesepian secara lebih permanen.

Selain itu, kesepian jangka panjang juga bisa menjadi hasil dari gangguan psikologis. Contohnya, individu dengan gangguan kepribadian dependen dan borderline cenderung merasa lebih kesepian. Orang-orang dengan skizofrenia juga sering mengalami isolasi sosial, alienasi, dan kesepian. Selain itu, depresi juga dapat menjadi penyebab dan konsekuensi dari kesepian, di mana individu yang depresi bisa kehilangan minat dan motivasi untuk bersosialisasi, sehingga kesepian dapat memperburuk kondisi depresi mereka seiring waktu.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab kesepian diantaranya adalah karakteristik personal, pengalaman masa kecil, jenis kelamin, usia dan alasan lain.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**5. Dampak Kesepian**

Menurut Cosan (2014), kesepian memiliki dampak negatif bagi individu diantaranya sebagai berikut:

## 1. Perasaan Negatif

Perasaan negatif yang timbul dari kesepian, seperti ketidakpuasan, kebosanan, rasa tidak berdaya, perasaan kurang, dan ketidakbahagiaan, dapat mengurangi motivasi untuk melakukan aktivitas.

## 2. Persepsi negative kepada orang lain

Ketika seseorang merasa kesepian, mood negatif dalam kehidupannya tidak hanya berdampak pada dirinya sendiri, tetapi juga pada orang-orang di sekitarnya. Orang yang merasa kesepian cenderung melihat orang-orang di sekitar mereka secara lebih negatif daripada orang yang tidak merasa kesepian. Mereka sering menilai orang lain sebagai kurang memadai, termasuk diri mereka sendiri dan pasangan mereka dalam hubungan antar dua arah. Selain itu, orang-orang yang merasa kesepian juga sering dilihat secara negatif oleh orang lain. Mereka mungkin dianggap kurang sukses, kurang menarik, dan jika lajang, dianggap tidak mampu untuk memiliki pasangan.

## 3. Interaksi sosial yang lebih sedikit

Orang-orang yang merasa kesepian cenderung memiliki interaksi sosial yang lebih sedikit dan memiliki hubungan sosial yang kurang. Mereka menghabiskan lebih sedikit waktu untuk beraktivitas bersama teman-teman dan memiliki teman dekat yang lebih sedikit.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**4. Ketidakmampuan menghadapi masalah**

Ketika menghadapi masalah, orang-orang yang merasa kesepian cenderung merasa khawatir dan terancam, daripada mencoba menyelesaikan masalah secara aktif. Mereka mungkin merespon kesepian dengan cara yang pasif, seperti menangis, tidur, makan, menonton televisi, atau tidak melakukan apa-apa, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kedalaman dan lamanya kesepian.

**5. Gangguan Psikosomatik**

Orang-orang yang merasa kesepian juga cenderung mengalami lebih banyak gangguan psikosomatik, seperti sakit kepala, kelelahan, dan masalah tidur. Mereka mungkin tidak cenderung membagi kekhawatiran dan kegelisahan mereka dengan orang lain, yang dapat mengakibatkan stres dan gangguan psikosomatik.

**6. Perilaku Beresiko : Merokok, Menggunakan Obat-obatan, Upaya Bunuh Diri, dan Perilaku Kriminal**

Reaksi yang lebih serius terhadap kesepian meliputi konsumsi alkohol dan penggunaan obat-obatan, serta risiko percobaan bunuh diri. Selain itu, kesepian juga dapat berhubungan dengan perilaku kriminal, seperti pencurian dan kerusakan harta benda orang lain.

**7. Tingkat Kematian yang Lebih Tinggi**

Akibat dari kesepian juga dapat berdampak pada tingkat kematian yang lebih tinggi. Misalnya, duka akibat kematian pasangan dapat menyebabkan kematian dalam beberapa tahun setelahnya, terutama di kalangan orang tua.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Menurut Muttaqin dan Hidayati (2022) yang menyatakan pengalaman kesepian dapat membawa dampak positif seperti pengembangan pola pikir yang lebih dewasa, melakukan banyak hal positif, dan melakukan introspeksi diri. Namun, dampak negatif yang mungkin timbul termasuk perasaan sedih, kurangnya kepercayaan diri, perasaan terasing dan ditolak oleh orang lain, kebosanan, serta kemarahan terhadap orang lain. Pendapat lain dari Camelia (2019) dampak negatif dari kesepian dapat menyebabkan individu merasa bosan dan kurang menghargai hubungan yang dimilikinya, yang kemudian mempengaruhi upaya mereka dalam mencari cara efektif untuk mengatasi perasaan kesepian. Lebih lanjut Camelia, (2019) juga menjelaskan bahwa individu dapat mengatasi kesepian dengan cara mereka sendiri, seperti mengenali kesepian itu sendiri, melakukan pengenalan diri dan hiburan yang disukai, serta melakukan pengungkapan diri.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat berapa dampak dari kesepian diantaranya adalah dampak positif dan dampak negatif. Kesepian dapat memiliki dampak positif, seperti membangun pola pikir yang lebih dewasa, banyak melakukan hal-hal positif, dan introspeksi diri. Di sisi lain, dampak negatif dari kesepian termasuk kebosanan dan tidak adanya penghargaan pada relasi yang dimiliki individu, kebosanan, kemarahan pada orang lain, kurangnya kepercayaan diri, perspektif negatif terhadap orang lain, interaksi yang lebih sedikit, rasa terasing dan penolakan oleh orang lain, dan kurangnya interaksi dengan orang lain.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **C. Pengungkapan Diri**

### **1. Definisi Pengungkapan Diri**

Wheless dan Grotz (1976) mengkonseptualisasikan keterbukaan atau pengungkapan diri sebagai segala pesan mengenai diri yang disampaikan oleh seseorang kepada orang lain. Menurut Arda dan Rina (2022) pengungkapan diri adalah tindakan mengungkapkan kepada orang lain tentang hal-hal yang umumnya dianggap pribadi dan seringkali disembunyikan sehingga tidak diketahui oleh orang lain. Sejalan menurut Asmayulia dkk. (2023) yang menyatakan bahwa pengungkapan diri adalah langkah untuk membagikan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain.

Pengungkapan diri adalah bentuk komunikasi di mana mahasiswa mengungkapkan informasi tentang diri mereka sendiri yang biasanya mereka sembunyikan (Setianingsih, 2015). Pengungkapan diri adalah membagikan informasi pribadi kepada orang lain, ini bisa berupa hal-hal yang biasanya disembunyikan atau informasi yang dibagikan secara umum, seperti kesukaan dan ketidaksukaan di Facebook, tweet singkat, pemikiran, atau preferensi makanan, buku, dan musik yang diunggah di Pinterest atau Instagram.(DeVito, 2016).

Pengungkapan diri adalah proses komunikasi di mana seseorang berbagi informasi tentang dirinya yang biasanya dirahasiakan (Kusumaningtyas & Rahmandani, 2023). Selanjutnya menurut Sari et al. (2014) Pengungkapan diri adalah kemampuan seseorang untuk berbagi informasi tentang dirinya dengan orang lain yang ditunjukkan dengan adanya kesadaran diri, kesadaran orang

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lain, objektivitas, profesionalisme, keterbukaan, dan kepercayaan. Pengungkapan diri mencakup berbagai topik seperti sikap, perilaku, tingkah laku, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide-ide yang terkait dan ada dalam diri individu. (Achmad dkk. 2022).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa pengungkapan diri adalah kemampuan seseorang untuk membagikan informasi pribadi kepada orang lain dengan tujuan mempererat hubungan. Pengungkapan diri meliputi berbagai aspek seperti perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi, dan konsep diri seseorang.

## 2. Aspek-Aspek Pengungkapan Diri

Menurut Altman dan Taylor (dalam Gainau, 2009) pengungkapan diri melibatkan lima aspek utama diantaranya adalah

### 1. Ketepatan

Ketepatan mengacu pada relevansi dan kecocokan informasi pribadi yang diungkapkan dengan situasi atau peristiwa yang terjadi saat ini. Pengungkapan diri yang tepat dapat meningkatkan tanggapan positif dari orang lain.

### 2. Motivasi

Motivasi adalah dorongan yang membuat seseorang mengungkapkan dirinya kepada orang lain, baik yang berasal dari dalam diri sendiri maupun dari pengaruh lingkungan sosial.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**3. Waktu**

Memilih waktu yang tepat dapat meningkatkan kemungkinan seseorang untuk mengungkapkan diri. Hal ini melibatkan memperhatikan kondisi orang lain dan memilih saat yang sesuai.

**4. Keintensifan**

Tingkat keterbukaan seseorang bervariasi tergantung pada orang yang diajak berbicara, seperti keluarga, kakak, adik, orang tua, teman dekat, atau orang yang baru dikenal.

**5. Kedalaman dan Keluasan**

Pengungkapan diri dapat memiliki kedalaman yang dangkal atau dalam, tergantung pada tingkat kedekatan hubungan dengan orang lain. Informasi yang lebih dalam biasanya diungkapkan kepada orang-orang yang memiliki hubungan yang lebih intim.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat lima aspek pengungkapan diri diantaranya adalah ketepatan, motivasi, waktu keintensifan dan kedalaman serta keluasan.

**3. Dimensi Pengungkapan Diri**

Menurut Wheless dan Grotz (1976), terdapat enam dimensi dari pengungkapan diri.

**1. *Intended disclosure factor***

Dimensi ini mengacu pada kesadaran individu saat mengungkapkan perasaan dan pikirannya. Saat melakukan pengungkapan diri, individu umumnya mempertimbangkan maksud atau tujuan tertentu. Tidak mungkin

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seseorang mengungkapkan dirinya tanpa tujuan tertentu, yang bisa sangat bervariasi antara individu, seperti mengekspresikan perasaan mereka.

2. *Amount factor*

Dimensi ini mencakup seberapa sering dan seberapa lama seseorang mengungkapkan diri, yaitu seberapa sering mereka berbicara tentang diri mereka sendiri dan berapa lama waktu yang mereka habiskan untuk membahas hal tersebut.

3. *Positive-negative factor*

Dimensi ini mencakup mengenai seseorang memberikan informasi tentang dirinya sendiri, baik positif maupun negatif, termasuk berbicara tentang hal-hal yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan.

4. *Honesty-accuracy factor*

Dimensi ini mencakup kejujuran dan keakuratan individu dalam mengungkapkan dirinya. Ini berarti memberikan informasi yang benar dan jujur tentang emosi, perasaan, perilaku, atau pengalaman mereka kepada orang lain.

5. *Control of General Depth Factor*

Dimensi ini menggambarkan sejauh mana seseorang membagikan detail dan informasi yang pribadi tentang dirinya kepada orang lain.

6. *Relevance message nature factor*

Dimensi ini melibatkan sejauh mana informasi yang diungkapkan relevan dengan topik komunikasi yang sedang dibahas. Hal ini berarti bahwa ketika seseorang membagikan informasi tentang diri mereka,

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

relevansi informasi tersebut dengan konteks percakapan atau topik yang sedang diangkat dapat mempengaruhi bagaimana pengungkapan itu diterima oleh orang lain

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa dimensi pengungkapan diri terbagi diantanya *intended disclosure factor, amount factor, positive-negative factor, honesty-accuracy factor, control of the general depth factor and relevance-message nature factor.*

#### **4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengungkapan Diri**

Menurut DeVinto (2016) banyak faktor yang memengaruhi individu dalam melakukan pengungkapan diri, jenis informasi yang akan diungkapkan, dan kepada siapa informasi tersebut akan diungkapkan. Faktor-faktor ini meliputi identitas individu, budaya, jenis kelamin, pendengar, topik pembicaraan, dan media komunikasi yang digunakan.

##### **1. Identitas individu**

Orang yang lebih ekstrovert cenderung melakukan pengungkapan diri lebih sering dibandingkan dengan orang yang lebih introvert. Sementara itu, individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri dan harga diri yang tinggi juga lebih mungkin untuk bersikap terbuka tentang diri mereka.

##### **2. Budaya**

Budaya yang berbeda memiliki pandangan yang berbeda terhadap pengungkapan diri. Contohnya, orang Amerika cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan diri daripada orang Jepang.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 3. Jenis kelamin

Penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung untuk mengungkapkan lebih banyak informasi pribadi daripada laki-laki.

### 4. Pendengar

Orang umumnya lebih terbuka kepada orang yang mereka sukai, percaya, dan cintai. Mereka juga cenderung lebih mengungkapkan diri kepada orang yang sudah membuka diri terlebih dahulu.

### 5. Topik pembicaraan

Orang cenderung lebih mudah mengungkapkan diri tentang topik-topik tertentu daripada yang lain. Topik yang lebih pribadi dan positif biasanya lebih sering diungkapkan daripada topik yang negatif.

### 6. Media komunikasi

Media yang digunakan juga mempengaruhi tingkat pengungkapan diri. Beberapa orang lebih cenderung untuk membuka diri secara langsung, sementara yang lain lebih nyaman untuk berbagi melalui media sosial.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi pengungkapan diri diantaranya identitas individu, budaya, jenis kelamin, pendengar, topik pembicaraan dan media komunikasi.

## 5. Manfaat Pengungkapan Diri

Menurut DeVinto (2016) pengungkapan diri memiliki manfaat yang signifikan diantaranya yaitu:

1. Pengungkapan diri membantu individu memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri dan memperluas perspektif mereka. Ini

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

juga memungkinkan mereka untuk lebih menerima diri sendiri melalui tanggapan positif dari orang lain, yang dapat memperkuat konsep diri yang positif.

2. Dalam konteks hubungan interpersonal, pengungkapan diri memainkan peran penting dalam membangun kedekatan dan kepuasan hubungan. Ini dapat meningkatkan imbalan seksual dan kepuasan hubungan serta mengurangi risiko pelecehan psikologis.
3. Selain itu, pengungkapan diri tampaknya memiliki dampak positif pada kesehatan fisik, dengan individu yang melakukan pengungkapan diri cenderung lebih sehat secara fisik. Pengungkapan diri dalam komunikasi online juga dapat membantu dalam mengatasi kesulitan emosional, seperti berkabung atas kematian orang yang dicintai.

Selain itu, menurut Lumsden (dalam Septiani dkk. 2019), pengungkapan diri memiliki peran penting dalam kemampuan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperkuat kedekatan dalam hubungan. Ketika seseorang tidak mampu melakukan pengungkapan diri, terbukti kurang percaya diri, tidak mampu menyesuaikan diri, mengalami perasaan takut, cemas, merasa rendah diri, dan tertutup (Salim dkk. 2022). Hal ini sejalan dengan (Demuthova dkk. 2020) keengganan untuk berbicara tentang perasaan atau pengalaman dengan orang lain seringkali memperburuk kesepian dan peningkatan potensi NSSI, karena individu merasa bahwa mereka tidak memiliki cara lain untuk mengekspresikan atau mengatasi tekanan emosional yang dihadapi.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa manfaat dari pengungkapan diri diantaranya kemampuan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperkuat kedekatan dalam hubungan, membantu individu memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri, membangun kedekatan dan kepuasan hubungan dan dampak positif pada kesehatan fisik.

#### **D. Mahasiswa**

Peraturan Pemerintah RI No.30 tahun 1990 mendefinisikan mahasiswa sebagai peserta didik yang terdaftar dan berlajar di perguruan tinggi tertentu.(Ebtanastiti & Muis, 2014). Masa mahasiswa adalah periode ketika individu memasuki fase dewasa, yang biasanya terjadi antara usia 18 hingga 25 tahun (Santrock, 2012). Selain itu, mahasiswa mengalami transisi dari masa remaja ke masa dewasa awal. Dalam pergeseran ini, lingkungan sekolah menjadi lebih besar dan lebih tidak langsung, dengan penekanan yang lebih besar pada penilaian prestasi dan prestasi akademik, serta interaksi dengan teman sebaya dari latar belakang yang lebih beragam (Santrock, 2012). Selama periode ini, mahasiswa memiliki tanggung jawab untuk mengelola proses perkembangan pribadinya, mengambil tanggung jawab atas kehidupan mereka sendiri dan mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan dan tanggung jawab yang ada dalam dunia dewasa (Hulukati & Djibran, 2018).

Manusia mengalami perkembangan sepanjang hidup mereka dan memiliki tugas perkembangan yang berbeda pada setiap tahap kehidupannya. Menurut

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Havighurst (dalam Hulukati & Djibran, 2018) Tugas perkembangan adalah serangkaian tanggung jawab yang harus diselesaikan oleh seseorang selama fase atau periode kehidupan tertentu. Tugas perkembangan mahasiswa menurut Ika Mariyati dkk. (2021) diantaranya adalah meniti karier, memilih pasangan hidup, memulai membina keluarga, mengasuh anak, mengelola rumah tangga, berperan dalam masyarakat, dan bersama kelompok sosial yang bermanfaat. Selanjutnya Setyawati et al. (2019) menambahkan bahwa tugas perkembangan mahasiswa adalah kemampuan individu untuk mengembangkan diri dan membentuk hubungan sosial yang sehat dengan orang lain.

Menurut Ika Mariyati dkk. (2021) keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan dianggap sebagai faktor yang menyebabkan kebahagiaan, sementara kegagalan dapat menyebabkan rasa kekecewaan dan kritik dari orang tua atau masyarakat dan menyulitkan individu dalam mencapai perkembangan selanjutnya. Kegagalan ini juga dapat kesulitan dalam menjalani kehidupan mandiri, merasa kesulitan dalam menentukan arah hidup, mengalami keterbatasan dalam membentuk hubungan sosial yang sehat bahkan menimbulkan gangguan kesejahteraan mental seperti stress, depresi serta kecemasan.

Dampak dari kegagalan dalam melakukan tugas perkembangan pada tahap dewasa awal ini adalah mengalami gangguan kesejahteraan mental individu. Hal ini tentunya akan mempengaruhi hubungan sosial mahasiswa membuat individu tidak merasa puas dengan hubungan sosial yang dimilikinya. Individu yang merasa tidak puas dengan hubungan interpersonal mereka seringkali mengalami perasaan kesepian atau kekosongan dalam diri mereka (Setyawati dkk. 2019). Kemudian

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan banyaknya permasalahan dan tuntutan perkembangan yang dihadapi oleh mahasiswa juga menimbulkan emosi negatif bagi mahasiswa. Mulai dari perkuliahan yang semakin tinggi tingkat semester akan semakin sulit, permasalahan pertemanan, kesepian bahkan permasalahan keluarga. Hal ini memungkinkan mahasiswa untuk melakukan coping dengan cara yang maladaptif khususnya menyakiti diri sendiri.

Menyakiti diri sendiri dapat mencakup tindakan seperti menggunakan pisau atau silet untuk menyayat kulit, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh, menarik rambut dengan keras, dan bahkan memotong bagian tubuh tertentu (Estefan & Wijaya, 2004). Namun rasa kesepian ini dapat saja diatasi apabila mahasiswa melakukan pengungkapan diri. Dengan mahasiswa melakukan pengungkapan diri harapannya dapat membantu Pengungkapan diri memungkinkan mahasiswa untuk dapat berkomunikasi dan membagi kisah kepada orang yang dipercaya sehingga diharapkan mahasiswa dapat menemukan solusi yang tepat bagi permasalahan yang sedang dihadapi dan merasa mendapat dukungan dari orang disekitarnya.

### E. Kerangka Berpikir

Menyakiti diri sendiri adalah tindakan individu yang sengaja menyakiti diri sendiri tanpa adanya niat untuk bunuh diri dengan tujuan sebagai respon terhadap emosi yang dihadapi. Terdapat berbagai bentuk perilaku menyakiti diri sendiri, termasuk memukul tembok atau benda keras, memotong atau menggores bagian tubuh tertentu (*self-mutilation moderat/superfisial*), mengganggu proses

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

penyembuhan luka, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh tertentu, menyebabkan patah tulang, menyayat kulit, merobek atau menarik kulit atau rambut, menusuk kulit dengan benda tajam, memotong bagian tubuh tertentu, mengukir tulisan atau simbol di kulit, membenturkan kepala ke benda keras, menjepit tubuh, dan bahkan meracuni diri.

Menurut Insani dan Savira, (2022) faktor yang menyebabkan individu melakukan tindakan menyakiti diri sendiri diantaranya yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang dapat menyebabkan individu melakukan menyakiti diri sendiri adalah *emotional coping*, kesepian, kematangan emosi, perasaan kesepian, rendahnya harga diri, gangguan emosional, pengalaman kehilangan, penerimaan sosial, trauma, faktor pengaruh biokimia, tekanan emosional yang sulit diatasi, dan faktor kepribadian. Sedangkan faktor eksternal yang menyebabkan individu melakukan menyakiti diri sendiri yaitu keluarga seperti pola asuh otoriter dan tekanan sosial dari keluarga. Salah satu faktor yang menyababkan individu melakukan menyakiti diri sendiri yaitu kesepian.

Kesepian adalah pengalaman emosional individu terhadap ketidakpuasan hubungan dengan orang-orang dilingkungan sekitarnya yang disebabkan oleh kurangnya koneksi sosial yang diharapkan. Mahasiswa yang mengalami kesepian membutuhkan pengalihan dari rasa kesepian tersebut. Adapun bentuk-bentuk dari kesepian menurut Weiss (dalam Perlman & Peplau, 1998) diantaranya kesepian emosional dan kesepian sosial.

Menurut Muttaqin dan Hidayati (2022) pengalaman kesepian dapat memberikan dampak positif bagi individu diantaranya yaitu individu dapat

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

membangun pola pikir yang lebih dewasa, banyak melakukan hal-hal positif, dan introspeksi diri. Selanjutnya Muttaqin dan Hidayati (2022) juga menjelaskan bahwa dampak negatif dari kesepian a adalah tidak adanya penghargaan pada relasi yang dimiliki individu kesedihan, rasa terasing, kebosanan, kurangnya kepercayaan diri, kebosanan, penolakan oleh orang lain, perspektif negatif kepada orang lain, kemarahan pada orang lain, interaksi yang lebih sedikit, ketidakmampuan menghadapi masalah, gangguang psikosomatik, perilaku beresiko, dan tingkat kematian yang lebih tinggi.

Ketika individu merasa kesepian akan cenderung merasa sendiri dan beranggapan bahwa individu tersebut tidak memiliki orang lain untuk mencari jalan keluar dari masalahnya, sehingga mencari cara untuk mengeluarkan emosi yang dirasakan dengan melukai dirinya sendiri sebagai bentuk penyaluran emosi atau perasaan negatif karena rasa sakit psikis yang sulit diungkapkan (Awalinni & Harsono, 2023). Pada situasi seperticara maladaptif yang mungkin dilakukan mahasiswa adalah dengan melakukan menyakiti diri sendiri sebagai pengalihan perasaan kesepian. Hal ini dikarenakan ketika seseorang merasa kesepian, ia cenderung akan merasa sendiri dan beranggapan bahwa ia tidak memiliki orang lain untuk mencari jalan keluar dari masalahnya, sehingga mencari cara untuk mengeluarkan emosi tersebut dengan melukai dirinya sendiri sebagai bentuk penyaluran emosi atau perasaan negatif karena rasa sakit psikis yang sulit diungkapkan dirasakan oleh pelakunya. Namun, sebenarnya mahasiswa dapat mengatasi kesepian dengan cara mereka sendiri, seperti mengenali kesepian itu sendiri, melakukan pengenalan diri dan hiburan yang disukai, serta melakukan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

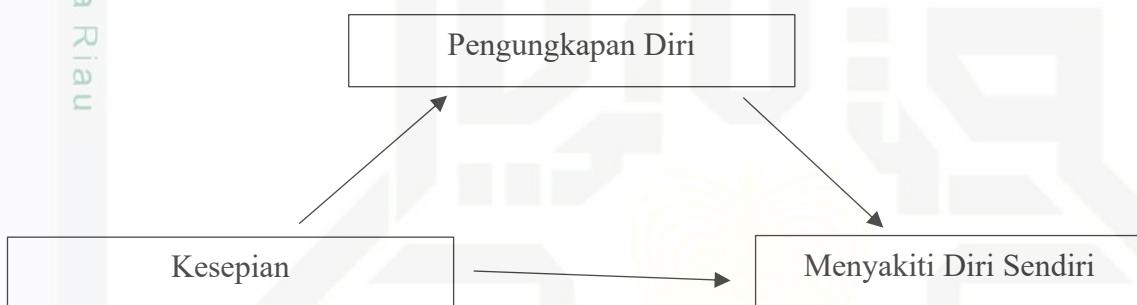
pengungkapan diri atau pengungkapan diri (Camelia, 2019). Aktivitas-aktivitas tersebut mungkin saja dapat mengurangi atau mencegah perilaku maladaptif dari dampak negatif kesepian. Salah satu aktivitas yang dapat dilakukan mahasiswa adalah melakukan pengungkapan diri.

Pengungkapan diri merupakan keterampilan individu dalam mengungkapkan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain dengan tujuan untuk mempererat hubungan dengan orang lain. Pengungkapan diri meliputi beberapa topik seperti perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide dari seorang individu. Menurut Wheless dan Grotz (1976) dimensi pengungkapan diri terbagi diantanya *intended disclosure factor, amount factor, positive-negative factor, honesty-accuracy factor, control of the general depth factor and relevance-message nature factor.*

Pengungkapan diri memungkinkan mahasiswa untuk dapat berkomunikasi dan membagi kisah kepada orang yang dipercaya sehingga diharapkan mahasiswa dapat menemukan solusi yang tepat bagi permasalahan yang sedang dihadapi dan merasa mendapat dukungan dari orang disekitarnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Camelia (2019) yang menyatakan bahwa pengungkapan diri dapat meminimalisir perasaan kesepian individu. Sebaliknya, keengganannya untuk berbicara tentang perasaan atau pengalaman dengan orang lain seringkali memperburuk kesepian dan peningkatan potensi NSSI, karena individu merasa bahwa mereka tidak memiliki cara lain untuk mengekspresikan atau mengatasi tekanan emosional mereka (Demuthova dkk. 2020).

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dengan berbicara kepada orang yang dipercaya, seseorang dapat merasakan kelegaan emosional, merasa didengar, dan mendapatkan dukungan sosial, yang pada akhirnya dapat mengurangi perilaku negatif, seperti menyakiti diri sendiri akibat kesepian. Hal tersebut secara tidak langsung dapat mengurangi perilaku negatif akibat dari kesepian. Sehingga memungkinkan mahasiswa untuk mengurangi tindakan menyakiti diri sendiri.



## F. Hipotesis

Hipotesis adalah prediksi awal atau perkiraan sementara dalam sebuah penelitian yang mencoba menjelaskan atau menguji hubungan antara variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) (Sahir, 2021). Disebut sementara karena jawabannya didasarkan pada teori yang relevan, namun belum diperkuat oleh data empiris dari pengumpulan data (Sugiyono, 2013). Berdasarkan tinjauan teori tersebut maka peneliti mengajukan hipotesis yaitu:

1. Hipotesis 1 ( H1 ) : Kesepian pada mahasiswa berpengaruh terhadap perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa

- © **Hak Cipta milik UIN Suska Riau**
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
2. Hipotesis 2 (H2) : Kesepian pada mahasiswa berpengaruh terhadap pengungkapan diri pada mahasiswa
3. Hipotesis 3 (H3) : Pengungkapan diri pada mahasiswa berpengaruh terhadap perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa
4. Hipotesis 4 (H4) : Pengungkapan diri dapat memediasi hubungan antara kesepian pada mahasiswa dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk melihat hubungan antara tingkat kesepian terhadap perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dan mengidentifikasi apakah pengungkapan diri dapat menjadi mediator dalam hubungan antara kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri. Penelitian kuantitatif adalah Penelitian yang melibatkan penggunaan alat statistik untuk menganalisis data yang terkumpul sehingga hasil penelitian dan data yang diperoleh cenderung diekspresikan dalam bentuk numerik (Sahir, 2021). Selanjutnya metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode mediator atau mediasi. Sejalan dengan penelitian ini yang ingin mengetahui hubungan kesepian terhadap perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variabel mediator.

#### **B. Variabel**

Menurut Winarno (2013), variabel adalah aspek atau objek yang menjadi fokus utama dalam suatu penelitian, atau yang menjadi pusat perhatian dalam analisis dan pengumpulan data. Variabel penelitian merupakan aspek yang telah dipilih oleh peneliti untuk diselidiki dengan tujuan mendapatkan jawaban yang telah dirumuskan sebelumnya, yang kemudian akan menjadi dasar dari kesimpulan penelitian (Sahir, 2021). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga jenis variabel diantaranya sebagai berikut:

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**1. Variabel independen**

Variabel independen atau variabel bebas adalah variabel yang diasumsikan sebagai penyebab atau pemicu terjadinya variabel terikat. Biasanya, variabel independen dikenai manipulasi, observasi, dan pengukuran untuk menilai dampaknya terhadap variabel lain (Winarno, 2013). Dalam penelitian ini kesepian peneliti tetapkan sebagai variabel independen.

**2. Variabel dependen (Y)**

Variabel dependen atau terikat adalah faktor yang diamati dan diukur untuk melihat apakah dipengaruhi oleh variabel bebas.(Winarno, 2013). Dalam penelitian ini menyakiti diri sendiri peneliti tetapkan sebagai variabel dependen

**3. Variabel mediator (Z)**

Variabel mediator adalah faktor yang dipertimbangkan untuk menilai apakah faktor tersebut mempengaruhi atau mengubah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian. (Winarno, 2013). Dalam penelitian ini pengungkapan diri peneliti tetapkan sebagai variabel mediator

### **C. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah suatu penjelasan atau definisi mengenai suatu konsep atau variabel yang berdasarkan pada karakteristik yang dapat diamati atau diukur secara konkret (Winarno, 2013). Definisi operasional adalah penjabaran konkret yang menjelaskan variabel-variabel yang diteliti dalam penelitian, khususnya dalam konteks praktis atau operasional di lapangan (Anggreni, 2022).

Adapun definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut:

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**1. Menyakiti diri sendiri**

Menyakiti diri sendiri adalah tindakan individu yang sengaja menyakiti diri sendiri tanpa adanya niat untuk bunuh diri dengan tujuan sebagai respon terhadap emosi yang dihadapi. Perilaku menyakiti diri sendiri ini akan diukur berdasarkan bentuk perilaku menyakiti diri sendiri seperti perilaku menyayat tangan, membenturkan kepala kedinding, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh, menarik rambut dengan keras, dan lain sebagainya.

**2. Kesepian**

Kesepian adalah pengalaman emosional individu terhadap ketidakpuasan dengan hubungan dengan orang-orang dilingkungan sekitarnya yang disebabkan oleh kurangnya koneksi sosial yang diharapkan. Kesepian ini diukur berdasarkan bentuk-bentuk kesepian diantaranya kesepian emosional dan kesepian sosial.

**3. Pengungkapan diri**

Pengungkapan diri merupakan keterampilan individu dalam mengungkapkan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain dengan tujuan untuk mempererat hubungan dengan orang lain. Pengungkapan diri meliputi beberapa topik seperti perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide dari seorang individu. Perilaku pengungkapan diri ini diukur berdasarkan dimensi pengungkapan diri diantanya *intent to disclose, amount of disclosure, the positive-negative nature of disclosure, the honesty-accuracy of disclosure, general depth-control of disclosure, relevance-message nature*.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **D. Populasi dan Sampel**

Menurut Sahir (2021) semua subjek yang diteliti disebut populasi. Sedangkan menurut Sugiyono (2013) populasi adalah sekelompok objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti yang kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang ada di Pekanbaru.

Sampel hanyalah sebagian dari populasi yang akan diteliti (Sahir, 2021). Sampel adalah sebagian dari populasi yang mencerminkan jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh keseluruhan populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Teknik pengambilan sampel peneliti menggunakan metode *Nonprobability Sampling* dengan Teknik *snowball sampling*. *Nonprobability Sampling* adalah cara pengambilan teknik ini yaitu pengambilan sampel dengan tidak memberi peluang sama (Sahir, 2021). Snowball sampling adalah metode penentuan sampel yang dimulai dengan anggota awal yang kecil kemudian berkembang lebih besar. (Sugiyono, 2013). Peneliti menggunakan metode dan Teknik tersebut dikarenakan kriteria atau karakteristik sampel yang cukup sulit ditentukan serta keterbatasan peneliti. Adapun kriteria sampel yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah:

1. Mahasiswa aktif Pekanbaru
2. Berusia 18-25 tahun
3. Pernah melakukan perilaku menyakiti diri sendiri
4. Suka rela terlibat dalam penelitian

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **E. Alat Ukur**

Alat ukur yang digunakan sebagai metode pengumpulan data pada penelitian ini yaitu berbentuk skala. Skala ini mengacu pada instrumen *Self Harm Inventory* (SHI) oleh Randy Sansone et al untuk variabel menyakiti diri sendiri, alat ukur instrumen *De Jong Gierveld Loneliness Scale* (DJGLS) yang disusun oleh de Jong Gierveld dan Theo van Tilburg untuk variabel kesepian dan instrumen *Revised Self disclosure Scale* (RSDS) oleh Wheless dan Grotz (1976) untuk variabel pengungkapan diri.

### **1. Skala Menyakiti diri sendiri**

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur perilaku menyakiti diri sendiri adalah *Self Harm Inventory* (SHI) oleh Randy Sansone et al. Alat ukur ini juga sudah diadaptasi oleh Kusumadewi dkk. (2020) ke dalam Bahasa Indonesia. Instrumen SHI ini dapat digunakan sebagai alat untuk deteksi dini atau *skrining* awal perilaku menyakiti diri sendiri (Sansone dkk. 1998). Menurut Sansone et al. (1998) instrument SHI ini diukur berdasarkan bentuk-bentuk dari perilaku menyakiti diri sendiri. Namun Kusumadewi et al. (2020) mengklasifikasikan item SHI berdasarkan Sansone (1998) menjadi beberapa kelompok diantaranya perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung (*direct*) yang terdiri atas ringan dan berat, perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung, perilaku berisiko dan kognisi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusumadewi dkk. (2020) yang menyatakan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,831 untuk instrumen SHI versi Indonesia, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3. 1**  
**Blueprint Skala Menyakiti diri sendiri**

Dimensi	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
Perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung ( <i>direct</i> ) ringan dan berat	1,2,3, 4,5, 6, 8, 18, 19	9
Perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung	9, 10, 14, 21	4
Perilaku berisiko kognisi	7, 11, 12 13, 15, 16, 17, 20, 22	9
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>

Instrumen ini terdiri dari 22 item pernyataan ordinal yang dijawab dengan skor 1 untuk "ya" dan skor 0 untuk "tidak". Rentang total skor yang dihasilkan adalah dari 0 hingga 22. Studi ini juga menyatakan bahwa skor  $cut-off > 5$  cukup valid untuk mengindikasikan adanya perilaku menyakiti diri sendiri ringan, sementara skor  $cut-off > 11$  menunjukkan kecenderungan psikopatologi yang memerlukan pemeriksaan psikiatri lebih lanjut.

## 2. Skala Kesepian

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variable kesepian pada penelitian ini adalah *Instrumen De Jong Giervield Loneliness Scale* (DJGLS) yang disusun oleh de Jong Giervield dan Theo van Tilburg yang telah digunakan oleh Gazadinda dkk. (2021) dan Wedaloka & Turnip (2019) yang sudah diterjemahkan dan diadaptasi ke bahasa dan budaya Indonesia oleh (Umami, dalam Wedaloka & Turnip, 2019)

**Tabel 3. 2**  
**Blueprint Skala Kesepian**

Dimensi	Nomor Aitem	Jumlah
Kesepian Emosional	1,5,6	3
Kesepian Sosial	2,3,4	3
<b>Jumlah</b>		<b>6</b>

Setiap item pada alat ukur ini berbentuk skala Likert dengan empat pilihan jawaban: "1 = Sangat Tidak Setuju," "2 = Tidak Setuju," "3 = Setuju," dan "4

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

= Sangat Setuju." De Jong Gierveld dan Van Tilburg menyebutkan bahwa untuk item yang mengukur kesepian emosional, semakin tinggi skornya, semakin besar tingkat kesepiannya dan untuk item yang mengukur kesepian sosial, semakin tinggi skornya, semakin rendah tingkat kesepiannya (Wedaloka & Turnip, 2019)). Artinya, untuk setiap item kesepian emosional, jawaban 3 atau 4 diberi skor 1, sementara jawaban 1 atau 2 diberi skor 0. Sedangkan untuk item kesepian sosial, jawaban 1 atau 2 diberi skor 1, dan jawaban 3 atau 4 diberi skor 0. Semua skor item dijumlahkan untuk mendapatkan skor total kesepian. Skor total ini menunjukkan tingkat kesepian yang dialami partisipan, dengan rentang 0-6; semakin tinggi skor total, semakin tinggi tingkat kesepian. Skor total kemudian dikategorikan menjadi dua: skor 0-1 menunjukkan "tidak kesepian," sementara skor 2-6 menunjukkan "kesepian.".

### 3. Skala Pengungkapan diri

Alat Ukur yang digunakan untuk mengukur variabel pengungkapan diri pada penelitian ini yaitu alat ukur *Revised Self disclosure Scale* (RSDS). Adapun skala pengungkapan diri ini merupakan skala yang dikembangkan oleh Wheless dan Grotz (1976) dan diperbarui oleh Bailey (2014) untuk menilai pengungkapan diri (pengungkapan diri). RSDS terdiri dari lima (6) dimensi yaitu: *amount factor, positive-negative factor, intended disclosure factor, honesty-accuracy factor, control of the general depth factor and relevance-message nature factor*. Alat ukur ini telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan disesuaikan dengan konteks pertemahan baru di

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lingkungan perkuliahan oleh (Kartikarini & Purwanti, 2022) dengan skor koefisien alpha untuk keseluruhan alat ukur sebelum ada item yang dieliminasi adalah 0.738. Setelah item nomor 15, 16, dan 17 dieliminasi, nilai koefisien alpha meningkat menjadi 0.801.

**Tabel 3. 3**  
***Blueprint Skala Pengungkapan diri***

<b>Dimensi</b>	<b>Nomor Aitem</b>	<b>Jumlah</b>
<i>Intended disclosure factor</i>	1,2,3	3
<i>Amount factor</i>	4,5,6,7	4
<i>Positive-negative factor</i>	8,9	2
<i>Honesty-accuracy factor</i>	10,11,12,13	4
<i>Control of the general depth factor</i>	14,15,16	3
<i>Relevance-message nature factor</i>	17,18	2
<b>Jumlah</b>		<b>18</b>

Rating alat ukur asli RSDS menggunakan 7 skala likert dengan pilihan 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = agak tidak setuju, 4 = netral, 5 = agak setuju, 6 = setuju, dan 7 = sangat setuju. Koefisien alpha alat ukur ini adalah 0.73. Telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia dengan skala akan diperkecil menjadi 4 skala likert dengan pilihan 1 "sangat tidak sesuai dengan saya" sampai 4 "sangat sesuai dengan saya". Item total yang digunakan yaitu 18 nomor sehingga skor maksimal adalah 72 (18 x 4).

## F. Validitas dan Reabilitas

### 1. Uji Validitas

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan keabsahan atau ketepatan suatu instrument (Widodo dkk. 2023). Validitas adalah pengujian keabsahan atau kevalidan pertanyaan penelitian untuk mengevaluasi sejauh mana

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pertanyaan tersebut dapat mengukur atau memahami apa yang ingin ditanyakan kepada responden dengan tepat (Sahir, 2021). Sebuah alat pengukur dianggap valid apabila alat tersebut benar-benar mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2013). Jenis uji validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah Validitas Isi (*Content Validity*). Validitas Isi merupakan uji validitas mengenai sejauh mana alat ukur dapat mewakili keseluruhan dari perilaku sampel (Sahir, 2021). Validitas alat ukur pada penelitian ini menggunakan *expert judgment*.

## 2. Daya Diskriminasi

Daya diskriminasi aitem adalah kemampuan aitem dalam membedakan individu satu dengan individu lainnya berdasarkan atribut yang diukur.(Azwar., 2016) Pemilihan butir soal (aitem) dalam penelitian ini didasarkan pada nilai korelasi antara setiap aitem dengan total skor skala. Aitem dianggap valid apabila memiliki koefisien korelasi sebesar  $\geq 0,30$ . Aitem yang berada di bawah nilai tersebut akan dieliminasi. Namun, apabila jumlah aitem valid masih belum mencukupi, batas minimal dapat diturunkan menjadi  $\geq 0,25$  untuk mempertahankan jumlah aitem yang diinginkan (Azwar., 2016). Dalam penelitian ini, penulis menetapkan batas korelasi minimum sebesar 0,25 sebagai kriteria daya diskriminasi aitem. Uji validitas skala dilakukan terhadap 76 partisipan dan analisis data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS 29.00 for windows.

### a. Kesepian

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan hasil uji coba instrumen menggunakan bantuan program SPSS terhadap skala kesepian yang terdiri dari 6 aitem, diperoleh bahwa 5 aitem dinyatakan valid dengan koefisien korelasi daya butir aitem berada pada rentang 0,473 hingga 0,609 ( $r \geq 0,25$ ). Sedangkan terdapat 1 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 5 karena memiliki koefisien korelasi daya butir  $< 0,25$ . Rincian-rincian aitem yang sah dan yang gugur dapat dilihat pada tabel 3.4.

**Tabel 3. 4**  
**Blueprint Skala Kesepian (setelah try out)**

No	Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah
		Valid	Gugur	
1.	Kesepian Emosional	1,6	5	2
2.	Kesepian Sosial	2,3,4	-	3
	<b>Total</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>6</b>

Berdasarkan rincian jumlah aitem skala kesepian yang valid dan gugur tersebut, peneliti kemudian menyusun kembali blueprint skala kesepian yang digunakan dalam penelitian ini. Penyusunan ulang dilakukan dengan mempertimbangkan hanya aitem-aitem yang telah memenuhi syarat validitas, yaitu memiliki koefisien korelasi daya butir  $\geq 0,25$ . Blueprint aitem yang digunakan dalam pengambilan data dapat dilihat pada tabel 3.5.

**Tabel 3. 5**  
**Blueprint Skala Kesepian (untuk penelitian)**

No	Dimensi	Nomor Aitem	Jumlah
1.	Kesepian Emosional	1,5	2
2.	Kesepian Sosial	2,3,4	3
	<b>Jumlah</b>	<b>5</b>	<b>5</b>

**b. Menyakiti Diri**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil uji coba instrumen menggunakan bantuan program SPSS terhadap skala menyakiti diri sendiri yang terdiri dari 22 aitem, diperoleh bahwa 18 aitem dinyatakan valid dengan koefisien korelasi daya butir aitem berada pada rentang 0, 288 hingga 0,653 ( $r \geq 0,25$ ). Sedangkan terdapat 4 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 6, 11, 17, 22 karena memiliki koefisien korelasi daya butir  $< 0,25$ . Rincian-rincian aitem yang sah dan yang gugur dapat dilihat pada tabel 3.6.

**Tabel 3. 6*****Blueprint Skala Menyakiti Diri Sendiri (setelah try out)***

No	Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah
		Valid	Gugur	
1.	Perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung ( <i>direct</i> ) ringan dan berat	1, 2, 3, 4, 5, 8, 18, 19	6	8
2.	Perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung	9, 10, 14, 21	-	4
3.	Perilaku berisiko dan kognisi	7, 12, 13, 15, 16, 20,	11, 17, 22	6
<b>Total</b>		<b>18</b>	<b>4</b>	<b>22</b>

Berdasarkan rincian jumlah aitem skala kesepian yang valid dan gugur tersebut, peneliti kemudian menyusun kembali blueprint skala kesepian yang digunakan dalam penelitian ini. Penyusunan ulang dilakukan dengan mempertimbangkan hanya aitem-aitem yang telah memenuhi syarat validitas, yaitu memiliki koefisien korelasi daya butir  $\geq 0,25$ . Blueprint aitem yang digunakan dalam pengambilan data dapat dilihat pada tabel 3.7.

**Tabel 3. 7*****Blueprint Skala Menyakiti Diri Sendiri (untuk penelitian)***

No	Dimensi	Nomor Aitem	Jumlah
----	---------	-------------	--------

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung ( <i>direct</i> ) ringan dan berat	1,2,3, 4,5, 7, 15, 16	8
2. Perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung	8, 9, 12, 18	4
3. Perilaku berisiko dan kognisi	6, 10, 11, 13, 14, 17	6
<b>Jumlah</b>		<b>18</b>

**c. Pengungkapan Diri**

Hasil uji coba instrumen menggunakan bantuan program SPSS terhadap skala pengungkapan diri yang terdiri dari 18 aitem, diperoleh bahwa 14 aitem dinyatakan valid dengan koefisien korelasi daya butir aitem berada pada rentang 0, 270 hingga 0, 524 ( $r \geq 0,25$ ). Sedangkan terdapat 4 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 8,13,14,15 karena memiliki koefisien korelasi daya butir  $< 0,25$ . Rincian-rincian aitem yang sah dan yang gugur dapat dilihat pada tabel 3.8

**Tabel 3. 8**  
**Blueprint Skala Pengungkapan Diri (setelah try out)**

No	Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah
		Valid	Gugur	
1.	<i>Intended disclosure factor</i>	1, 2, 3	-	3
2.	<i>Amount factor</i>	4,5,6,7	-	4
3.	<i>Positive-negative factor</i>	9	8	1
4.	<i>Honesty-accuracy factor</i>	10,11,12	13	3
5.	<i>Control of the general depth factor</i>	16	14, 15	1
6.	<i>Relevance-message nature factor</i>	17,18	-	2
<b>Total</b>		<b>14</b>	<b>4</b>	<b>18</b>

Berdasarkan rincian jumlah aitem skala kesepian yang valid dan gugur tersebut, peneliti kemudian menyusun kembali blueprint skala kesepian yang digunakan dalam penelitian ini. Penyusunan ulang dilakukan

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan mempertimbangkan hanya aitem-aitem yang telah memenuhi syarat validitas, yaitu memiliki koefisien korelasi daya butir  $\geq 0,25$ . *Blueprint* aitem yang digunakan dalam pengambilan data dapat dilihat pada tabel 3.9.

**Tabel 3. 9*****Blueprint Skala Pengungkapan Diri (untuk penelitian)***

No	Dimensi	Nomor Aitem	Jumlah
1.	<i>Intended disclosure factor</i>	1,2,3	3
2.	<i>Amount factor</i>	4,5,6,7	4
3.	<i>Positive-negative factor</i>	8	1
4.	<i>Honesty-accuracy factor</i>	9,10,11	3
5.	<i>Control of the general depth factor</i>	12	1
6.	<i>Relevance-message nature factor</i>	13,14	2
<b>Jumlah</b>			<b>14</b>

### 3. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah kekonsistenan pengukuran atau alat ukur yang menunjukkan ketika digunakan berulang kali dengan kondisi yang sama (Sahir, 2021). Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang, ketika digunakan berulang kali untuk mengukur objek yang sama, akan memberikan hasil data yang konsisten atau stabil (Widodo dkk. 2023). Reliabilitas dinyatakan dalam bentuk angka, biasanya sebagai koefisien seperti Cronbach's alpha atau koefisien korelasi test-retest, yang menunjukkan seberapa konsisten instrumen dalam mengukur suatu konstruk atau variabel. (Sahir, 2021). Semakin tinggi koefisien tersebut, semakin tinggi reliabilitas atau konsistensi jawaban responden(Widodo dkk. 2023). Uji reabilitas pada penelitian ini menggunakan bantuan perangkat IBM SPSS Statistic 29 dengan cara uji statistic *Cronbach's Alpha*.

**Tabel 3. 10**  
**Hasil Uji Reabilitas Alat Ukur**

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>
Kesepian	0,852
Menyakiti Diri Sendiri	0,783
Pengungkapan Diri	0,759

### G. Analisis Data

Analisis data merupakan proses yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lainnya terkumpul (Sugiyono, 2013). Tahapan analisis data meliputi pengumpulan data, pemberian skor, pembuatan kode agar data mudah diolah, tabulasi data, dan kemudian pengolahan data untuk analisis deskriptif dan inferensial (Sahir, 2021). Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan bantuan perangkat IBM SPSS Statistic 29. Penelitian ini menggunakan metode analisis regresi yang akan menghitung kontribusi yang dinyatakan oleh koefisien antara tiga variabel yaitu kesepian (variabel independen), menyakiti diri sendiri (variabel dependen), dan pengungkapan diri (variabel mediator). Untuk menguji analisis regresi variabel mediasi peneliti menggunakan metode kausal step yang dikembangkan oleh Baron dan Kenny (1986) , berikut adalah langkah-langkahnya:

- 1) Menganalisa persamaan regresi antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y).
- 2) Menganalisa persamaan regresi antara variabel independen (X) dan variabel mediasi (M).
- 3) Menganalisa persamaan regresi antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) dengan memasukkan variabel mediasi (M).

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 4) Menarik kesimpulan apakah variabel mediator berperan sebagai mediasi sempurna atau mediasi parsial.

Untuk menguji apakah variabel M benar-benar berperan sebagai variabel mediasi atau intervening kriteria berikut harus dipenuhi:

- 1) Persamaan pertama, variabel independen (X) harus memiliki hubungan terhadap variabel dependen (Y)
- 2) Persamaan kedua, variabel independen (X) harus memiliki hubungan terhadap variabel mediasi (M).
- 3) Persamaan ketiga, variabel mediasi (M) harus memiliki hubungan terhadap variabel dependen (Y).

Adapun kriteria pengujian yang diungkapkan oleh Suliyanto (dalam Asyorori & Andani, 2023)

- 1) Variabel M disebut sebagai mediasi sempurna (*perfect mediation*) apabila pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat yang awalnya signifikan menjadi tidak signifikan setelah variabel M dimasukkan ke dalam model regresi.
- 2) Variabel M disebut sebagai mediasi parsial (*partial mediation*) apabila pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat yang awalnya signifikan tetap signifikan meskipun variabel M dimasukkan ke dalam model regresi.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## H. Jadwal Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Pekanbaru dengan sampel yang diambil adalah mahasiswa aktif di Pekanbaru yang pernah melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Adapun jadwal penelitian yaitu:

**Tabel 3. 11 Jadwal Penelitian**

No	Tahap Kegiatan Penelitian	Waktu Pelaksanaan
1.	Pengajuan Judul Proposal	16 Februari 2024
2.	Penyusunan Proposal Penelitian	22 Februari 2024
3.	Penunjukan Pembimbing Penelitian	20 September 2024
4.	Seminar Proposal Penelitian	16 Oktober 2024
5.	Persiapan Administrasi <i>Try Out</i>	05 – 15 Februari 2025
6.	<i>Try Out</i> Instrumen Penelitian	21 Februari – 17 Maret 2025
7.	Persiapan Administrasi Penelitian	05 – 10 Mei 2025
8.	Pelaksanaan Penelitian	13 – 23 Mei 2025
9.	Pengolahan dan Penyusunan Laporan Hasil Data Penelitian	26 Mei – 10 Juni 2025
10.	Seminar Hasil	8 Juli 2025
11.	Ujian Munaqasyah	17 Juli 2025

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan serta hasil uji hipotesis dan hasil analisis tambahan, dapat disimpulkan beberapa hal berikut:

1. Kesepian memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku menyakiti diri sendiri akan tetapi pengungkapan diri belum cukup kuat untuk menjadi penengah atau mediator yang efektif dalam hubungan antara kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri.
2. Kategorisasi pada setiap variable, terlihat persentasi variable kesepian pada mahasiswa di Pekanbaru sebesar 78,88%, tergolong merasa kesepian, baik laki-laki maupun perempuan. Sebanyak 63,47% menunjukkan kecenderungan menyakiti diri sendiri, baik dalam kategori ringan maupun berat, yang menunjukkan perlunya perhatian dan intervensi psikologis. Sementara itu, tingkat pengungkapan diri mayoritas berada pada kategori sedang (74%).

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan saran sebagai berikut.

##### **1. Bagi Mahasiswa**

Bagi mahasiswa yang memiliki kecenderungan menyakiti diri sendiri disarankan untuk mulai mengenali dan menyalurkan emosinya secara sehat, seperti menulis jurnal, berbicara dengan orang terpercaya,

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

atau mengikuti kegiatan positif agar dorongan tersebut tidak diwujudkan dalam perilaku merugikan diri.

## 2. Bagi Kampus

Kampus diharapkan menyediakan akses layanan konseling psikologis yang mudah dijangkau dan tidak berbayar, tetapi juga secara aktif mensosialisasikan keberadaan layanan tersebut kepada seluruh mahasiswa. Tidak jarang mahasiswa tidak mengetahui bahwa layanan konseling tersedia di lingkungan kampus, atau merasa ragu untuk mengaksesnya karena kurangnya informasi dan promosi yang memadai. Untuk itu, kampus dapat menunjuk konselor tetap atau bekerja sama dengan fakultas psikologi untuk memperkuat layanan yang ada. Selain itu, kampus bisa mengadakan kegiatan rutin bertema kesehatan mental, seperti diskusi ringan, sharing session, atau kelas pengelolaan stres yang bersifat informal agar lebih menarik minat mahasiswa.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan jumlah responden yang lebih besar dan seimbang secara gender, agar hasil penelitian memiliki kekuatan statistik yang lebih baik dan dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Penelitian ini juga belum mengukur secara eksplisit intensi bunuh diri, padahal hal tersebut penting untuk memastikan bahwa perilaku yang dikaji benar-benar termasuk dalam kategori *Non-Suicidal Self-Injury* (NSSI). Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan jumlah responden yang



lebih besar dan seimbang secara gender, menyertakan pengukuran intensi bunuh diri, serta mempertimbangkan pendekatan kualitatif guna mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, A. A., Dini, R. R., & Nurhadianti, D. (2022). Hubungan Konsep Diri Dan Keterbukaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Perantau Di Universitas Persada Indonesia Y.A.I. *Journal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 96–105.
- Akbar, S. K., & Abdullah, E. S. P. S. (2021). Hubungan Antara Kesepian (Loneliness) Dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa Yang Menggunakan Sosial Media (Instagram). *Jurnal Tambora*, 5(3).
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition Text Revision* (5 revision). American Psychiatric Association Publishing.
- Andover, M. S., Morris, B. W., Wren, A., & Bruzzese, M. E. (2012). *The co-occurrence of non-suicidal self-injury and attempted suicide among adolescents: distinguishing risk factors and psychosocial correlates*. <http://www.caphm.com/content/6/1/11>
- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metode Penelitian Kesehatan*. STIKES Majapahit Mojokerto.
- Arda, J. C. D., & Rina, N. (2022). Pengaruh Keterbukaan Diri terhadap Hubungan Relasional antar Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Telkom. *Medium*, 10(1), 135–148. [https://doi.org/10.25299/medium.2022.vol10\(1\).9222](https://doi.org/10.25299/medium.2022.vol10(1).9222)
- Asmayulia, A., Ni', A., & Rohmah, M. (2023). Pengungkapan Diri (Self Disclosure) Ditinjau dari Teori Communication Privacy Management Pada Penggunaan Fitur Close Friend di Instagram. *EJournal Lmu Komunikas*, 2023(3), 183–197.
- Asyorori, M., & Andani, W. (2023). Analisis Regresi Variabel Mediasi dengan Metode Kausal Step. *Buletin Ilmiah Math. Stat. Dan Terapannya*, 12(1), 59–68.
- Awalinni, A., & Harsono, Y. T. (2023). Hubungan Antara Kesepian Dan Perilaku Non-suicidal Self-injury Pada Mahasiswa Psikologi di Kota Malang. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 14(1), 43–59. <https://doi.org/10.26740/jptt.v14n1.p43-59>
- Azwar., S. (2016). *Konstruksi Tes Kemampuan Kognitif*. Pustaka Pelajar.
- Azzahra, A., Wahyuni, S., & Arneliwati, A. (2023). Hubungan Stres Akademik dan Non Akademis Terhadap Perilaku Self-Harm pada Mahasiswa Universitas Riau. *Jurnal Nurse*, 6(1), 1–12. <https://doi.org/10.57213/nurse.v6i1.134>

- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182.
- Burešová, I., Bartošová, K., & Čerňák, M. (2015). Connection between Parenting Styles and Self-harm in Adolescence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 171, 1106–1113. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.272>
- Camelia, O. (2019). Dinamika kesepian pada wanita dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 8(1), 1722–1741.
- Caperton, B. (2004). What school counselors should know about self injury among adolescents: A literature review. *A Research Paper*.
- Chantika, R., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2023). Self injury pada dewasa awal: Bagaimana peranan self awareness? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 764–771.
- Cosan, D. (2014). An Evaluation of Loneliness. *European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 103–110. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2014.05.13>
- Curtis, S., Thorn, P., McRoberts, A., Hetrick, S., Rice, S., & Robinson, J. (2018). Caring for young people who self-harm: A review of perspectives from families and young people. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 15, Issue 5, pp. 1–14). <https://doi.org/10.3390/ijerph15050950>
- Demuthova, S., Vaclavikova, I., Selecka, L., & Blatny, M. (2020). The Problem of Self-Disclosure of Self-Harming Behaviour in Adolescence. *Postmodern Openings*, 11(4), 01–19. <https://doi.org/10.18662/po/11.4/220>
- DeVito, J. A. (2016). *The Interpersonal Communication Book*.
- Doan, U., Hong, D., & Hitchcock, C. (2025). Please, just talk to me: Self-disclosure mediates the effect of autobiographical memory specificity on adolescent self-harm and depressive symptoms in a UK population-based study. *Journal of Affective Disorders*, 376, 10–17. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.01.141>
- Ebtanastiti, D. F., & Muis, T. (2014). Survei Pilihan Karir Mahasiswa Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Surabaya Career Choice Survey for Student of Faculty of Mathematics and Sciences in State University of Surabaya. *Jurnal BK*, 4(3), 1–10.
- Estefan, G., & Wijaya, Y. D. (2004). Gambaran proses regulasi emosi pada pelaku. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 26–33.

©

Pak cipta milik UIN Suska Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- Fitzgerald, J., & Curtis, C. (2017). Non-suicidal self-injury in a New Zealand student population: Demographic and self-harm characteristics. *New Zealand Journal of Psychology*, 46(3), 156–163.
- Gaina, M. (2009). Keterbukaan Diri (Self-Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33(1), 1–18.
- Gazadinda, R., Mutiara, M., & Pasaribu, C. (2021). Pengaruh Kesepian Dan Status Hubungan Romantis Terhadap Kualitas Hidup Pada Perempuan Lajang Dewasa Muda Di Indonesia. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 10(2), 115–124. [https://doi.org/https://doi.org/10.21009/JPPP.102.07](https://doi.org/10.21009/JPPP.102.07)
- Gierveld, de J. J., & Kamphuls, F. (1985). The Development of a Rasch-Type Loneliness Scale. *Applied Psychological Measurement*, 9(3), 289–299. <http://www.copyright.com/>
- Gierveld, J. D. J., Tilburg, T. U., & Dvkstra, P. A. (2006). Loneliness and Social Isolation. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, 485–500.
- Gierveld, J. D. J., & Van Tilburg, T. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on Aging*, 28(5), 582–598. <https://doi.org/10.1177/0164027506289723>
- Guntur, I. A., Dewi, P. M. E., & Ridfah, A. (2021). Dinamika Perilaku Self-injury pada Remaja Laki-laki. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), 42–54.
- Hanan, F. A., Kusmawati, A., Putri, E. T., & Oktaviani, T. (2024). Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Self-Harm Pada Remaja Yang Merasa Kesepian. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 3(1), 211–218. <https://doi.org/10.55606/concept.v3i1.998>
- Herianda, I. P., Wungu, E., & Dewi, R. (2021). Gambaran Kondisi Kesepian Mahasiswa yang Hanya Mengambil Mata Kuliah Skripsi Program Pendidikan S-1 Universitas Padjajaran. *Journal of Psychological Science and Profession*, 5(3), 203–212. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i3.28497>
- Hulukati, W., & Djibran, Moh. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, 2(1), 73–114. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Hufami, S., Rokayah, C., & Widiastuti, M. (2020). Self Harm Behavior in 4th Grade Students. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 2(3), 225–230. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR>
- Ika Mariyati, L., Psi, M., Vanda Rezania, P., Mojopahit, J., & Sidoarjo, B. (2021). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Manusia I* (1st ed.). UMSIDA Press.

State Islamic University of Sultan Sharif Kasim Riau

©

Hak cipta milik UIN Suska Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Insani, M. S., & Savira, I. S. (2022). Studi Kasus : Faktor Penyebab Perilaku Self-Harm pada Remaja Perempuan Case Study: Causative Factor Self-Harm Behavior In Adolescent Female. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(02), 439–454.
- Kartikarini, R. K., & Purwanti, M. (2022). Gambaran social self-efficacy, self-disclosure, dan status pertemanan pada mahasiswa baru. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(1), 20–40. <https://doi.org/10.30996/persona.v11i1.6142>
- Kusumadewi, A. F., Yoga, B. H., Sumarni, S., & Ismanto, S. H. (2020). Self-Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 8(1), 20–25. <https://doi.org/10.20473/jps.v8i1.15009>
- Kusumaningtyas, A., & Rahmandani, A. (2023). Hubungan antara Self-Disclosure dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Program Studi D3 Keperawatan Poltekkes Semarang. *Jurnal EMPATI*, 12(4), 298–305. <https://doi.org/10.14710/empati.2023.28298>
- Lindgren, B. M., Wikander, T., Neyra Marklund, I., & Molin, J. (2022). A Necessary Pain: A Literature Review of Young People's Experiences of Self-Harm. In *Issues in Mental Health Nursing* (Vol. 43, Issue 2, pp. 154–163). Taylor and Francis Ltd. <https://doi.org/10.1080/01612840.2021.1948640>
- Lubis, I. R., & Yudhaningrum, L. (2020). Gambaran Kesepian pada Remaja Pelaku Self Harm. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 9(1), 14–21. <https://doi.org/10.21009/jppp.091.03>
- Maidah, D. (2013). Self Injury Pada Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Pelaku Self Injury). *Development and Clinical Psychology*, 2(1), 6–13. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/dcp.v2i1.2088>
- Marisa, D., & Afriyeni, N. (2019). Kesepian dan Self-Compassion pada Mahasiswa Perantau. *Psibernetika*, 12(1), 1–11. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v12i1.1582>
- Martunis, & Bahri, S. (2016). Identifikasi masalah- masalah yang dialami mahasiswa fakultas teknik dan ekonomi unsyiah. *Suloh*, 1(1), 10–18.
- Miller, M., Redley, M., & Wilkinson, P. O. (2021). A qualitative study of understanding reasons for self-harm in adolescent girls. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073361>
- Muttaqin, V. A., & Hidayati, I. A. (2022). Pengalaman kesepian pada mahasiswa rantau selama pandemi covid-19. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 11(4), 587–602. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4>

- © **Nak cipta milik UIN Suska Riau**
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Noviani, M. C., & Sa'adah, N. (2022). Gambaran Kesepian pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. *Al-Irsyad*, 12(1), 238–250. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11563>
- Nurendah, G., Maslihah, S., & Zakariyya, F. (2023). An Analysis of Self-Harm Behaviors among Undergraduate Students of Indonesia University of Education. *Proceedings of International Conference on Psychology, Mental Health, Religion, and Spirituality*, 1(1). <https://doi.org/10.29080/pmhhs.v1i1.1162>
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). Loneliness. *Encyclopedia of Mental Health*, 2, 571–581.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2)
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. PENERBIT KBM INDONESIA. [www.penerbitbukumurah.com](http://www.penerbitbukumurah.com)
- Salim, D. E. C., Nurwati, R. N., & Taftazani, B. M. (2022). Memahami Dampak dan Resiko Pengungkapan Anak Korban Kekerasan Seksual Understanding The Impact And Risk Of Disclosure Child Victim Of Sexual Vio. *Share : Social Work Journal*, 12(1). <https://doi.org/10.24198/share.v12i1.38891>
- Sansone, R. A. M., & Sansone, L. A. M. (2010). Measuring Self-Harm Behavior with the Self-Harm Inventory. *Psychiatry (Edgemont)*, 7(4), 16–20.
- Sansone, R. A., Wiederman, M. W., & Sansone, L. A. (1998). The Self-Harm Inventory (SHI): Development of a Scale for Identifying Self-Destructive Behaviors and Borderline Personality Disorder. In *JOURNAL OF CLINICAL PSYCHOLOGY* (Vol. 54, Issue 7).
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* (Novietha I. Sallama, Ed.; 13th ed). Penerbit Erlangga.
- Sari, N. P., Giyono, & Rahmayanthi, R. (2014). Upaya Peningkatan Self-Disclosure dengan Menggunakan Bimbingan Kelompok pada Siswa. *Bimbingan Dan Konseling FKIP Universitas Lampung*.
- Septiani, D., Azzahra, P. N., Wulandari, S. N., & Manuardi, A. R. (2019). Self Disclosure dalam Komunikasi Interpersonal: Kesetiaan, Cinta, dan Kasih Sayang. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 2(6). <https://doi.org/10.22460/fokus.v2i6.4128>
- Setianingsih, E. S. (2015). Keterbukaan diri siswa (Self Disclosure). *Jurnal Empati*, 2(2).

- Setyawati, W., Fauzia, R., & Achmad, R. A. (2019). Hubungan kesepian dengan kecenderungan kelekatan terhadap objek transisi pada mahasiswa program studi psikologi universitas lambung mangkurat banjarbaru. *Jurnal Kognisia*, 2(1).
- Shafira, A. N., & Hargiana, G. (2022). Self-Harm Behavior pada Mahasiswa Keperawatan (Self-Harm Behavior among Nursing Students). *Jurnal Kesehatan*, 11(2).
- Shalsabilla, R. C. P., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2023). Self injury pada dewasa awal: Bagaimana peranan self awareness? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 764–771.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R &D* (19th ed.). Penerbit Alfabeta,.
- Wedaloka, K. B., & Turnip, S. S. (2019). Gender differences in the experience of loneliness among adolescents in Jakarta. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 16(1). <https://doi.org/10.26555/humanitas.v16i1.11311>
- Wheless, L. R., & Grotz, J. (1976). Conceptualization and Measurement of Reported Self-Disclosure. *West Virginia University*, 2(4).
- Whitlock, J., Eckenrode, J., & Silverman, D. (2006). Self-injurious behaviors in a college population. *Pediatrics*, 117(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2005-2543>
- Wibisono, B. K., & Gunatirin, E. Y. (2019). Faktor-faktor Penyebab Perilaku Melukai-Diri Pada Remaja Perempuan. *Calyptra*, 2(2).
- Widodo, S., Ladyani, F., Asriant, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyat, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian* (1st ed.). CV Science Techno Direct.
- Winarno, M. E. (2013). *Metode Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. UM PRESS.
- Yusuf, N. F. (2015). Kesepian dan Depresi : Studi Metaanalisis. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*.
- Zakaria, Z. Y. H., & Theresa, R. M. (2020). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perilaku Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) Pada Remaja Putri. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26404>



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN A

### LEMBAR VALIDASI SKALA KESEPIAN



## **LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR** **SKALA KESEPIAN**

### **Definisi Operasional**

Kesepian adalah pengalaman emosional individu terhadap ketidakpuasan dengan hubungan dengan orang-orang dilingkungan sekitarnya yang disebabkan oleh kurangnya koneksi sosial yang diharapkan. Kesepian ini diukur berdasarkan bentuk-bentuk kesepian diantaranya kesepian emosional dan kesepian sosial

### **Skala yang digunakan**

- a. Buat Sendiri ( )
- b. Adaptasi (✓)
- c. Modifikasi ( )

### **3. Jumlah Aitem**

Jumlah aitem dalam skala ini yaitu 6 aitem

### **4. Jenis Format Respon**

Jenis format respon yang digunakan yaitu skala *likert* dengan bentuk format sebagai berikut:

- a. Sangat Tidak Setuju
- b. Tidak Setuju
- c. Setuju
- d. Sangat Setuju

### **5. Penilaian Tiap Butir Aitem**

- a. Relevan (R)
- b. Kurang Relevan (KR)
- c. Tidak Relevan (TR)

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Petunjuk:**

Pada bagian ini Bapak/Ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada tiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variable mediator. Dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan konsep yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], dan Tidak Relevan [TR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan.

**Contoh:**

No	Pernyataan	Alt Jawaban			Ket
		R	KR	TR	
1	Saya pernah memukul diri saya sendiri	✓			

Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan aspek/indikator, maka Bapak/Ibu memberi ceklis (✓) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem yang tersedia.

Variabel	Aspek	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Kesepian	Kesepian Emosional	1	Saya merasa sepi.	✓			
		5	Saya merindukan adanya orang-orang di sekitar saya		✓		
		6	Saya tidak diinginkan oleh siapapun		✓		

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<b>Kesepian Sosial</b>	2	Ada banyak orang yang dapat saya andalkan ketika saya punya masalah.	✓				
	3	Ada banyak orang yang bisa saya percaya sepenuhnya.	✓				
	4	Saya merasa dekat dengan banyak orang.	✓				

## 6. Catatan

- a. Isi .....
- .....
- b. Bahasa .....
- .....
- c. Jumlah Aitem .....
- .....

Pekanbaru, September 2024

Validator,



**Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog**  
**NIP: 197912072006042001**

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR**

### **SKALA KESEPIAN**

#### **1. Definisi Operasional**

Kesepian adalah pengalaman emosional individu terhadap ketidakpuasan dengan hubungan dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya yang disebabkan oleh kurangnya koneksi sosial yang diharapkan. Kesepian ini diukur berdasarkan bentuk-bentuk kesepian diantaranya kesepian emosional dan kesepian sosial

#### **2. Skala yang digunakan**

- a. Buat Sendiri ( )
- b. Adaptasi (✓)
- c. Modifikasi ( )

#### **3. Jumlah Aitem**

Jumlah aitem dalam skala ini yaitu 6 aitem

#### **4. Jenis Format Respon**

Jenis format respon yang digunakan yaitu skala *likert* dengan bentuk format sebagai berikut:

- a. Sangat Tidak Setuju
- b. Tidak Setuju
- c. Setuju
- d. Sangat Setuju

#### **5. Penilaian Tiap Butir Aitem**

- a. Relevan (R)
- b. Kurang Relevan (KR)
- c. Tidak Relevan (TR)



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Petunjuk:**

Pada bagian ini Bapak/Ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada tiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variable mediator. Dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan konsep yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], dan Tidak Relevan [TR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan.

**Contoh:**

No	Pernyataan	Alt Jawaban			Ket
		R	KR	TR	
1	Saya pernah memukul diri saya sendiri	✓			

Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan aspek/indikator, maka Bapak/Ibu memberi ceklis (✓) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem yang tersedia.

Variabel	Aspek	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Kesepian	Kesepian Emosional	1	Saya merasa sepi.	✓			
		5	Saya merindukan adanya orang-orang di sekitar saya	✓			
		6	Saya tidak diinginkan oleh siapapun	✓			
	Kesepian Sosial	2	Ada banyak orang yang dapat saya andalkan	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

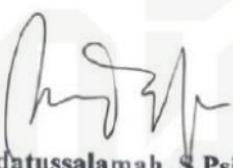
		ketika saya punya masalah.				
3		Ada banyak orang yang bisa saya percaya sepenuhnya.	✓			
4		Saya merasa dekat dengan banyak orang.	✓			

6. Catatan

- a. Isi .....
- .....
- .....
- b. Bahasa .....
- .....
- .....
- c. Jumlah Aitem .....
- .....
- .....

Pekanbaru, 05 Februari 2025

Validator,



Raudatussalamah, S.Psi., M.A.  
NIP. 19791015 200604 2004

UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN B

### LEMBAR VALIDASI SKALA MENYAKITI DIRI SENDIRI

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR**

### **SKALA MENYAKITI DIRI SENDIRI (*Self Harm*)**

#### **1. Definisi Operasional**

Menyakiti diri sendiri atau menyakiti diri sendiri adalah tindakan individu yang sengaja menyakiti diri sendiri tanpa adanya niat untuk bunuh diri dengan tujuan sebagai respon terhadap emosi yang dihadapi. Perilaku menyakiti diri sendiri ini akan diukur berdasarkan bentuk perilaku menyakiti diri sendiri seperti perilaku menyayat tangan, membenturkan kepala kedinding, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh, menarik rambut dengan keras, dan lain sebagainya.

#### **2. Skala yang digunakan**

- a. Buat Sendiri ( )
- b. Adaptasi ( )
- c. Modifikasi (✓)

#### **3. Jumlah Aitem**

Jumlah aitem dalam skala ini yaitu 22 aitem

#### **4. Jenis Format Respon**

Jenis format respon yang digunakan yaitu skala *likert* dengan bentuk format sebagai berikut:

- a. Ya
- b. Tidak

#### **5. Penilaian Tiap Butir Aitem**

- a. Relevan (R)
- b. Kurang Relevan (KR)
- c. Tidak Relevan (TR)

#### **Petunjuk:**

Pada bagian ini Bapak/Ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada tiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui hubungan

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variable mediator. Dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan konsep yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], dan Tidak Relevan [TR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan.

**Contoh:**

No	Pernyataan	Alt Jawaban			Ket
		R	KR	TR	
1	Saya tidak diinginkan oleh siapapun	✓			

Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan aspek/indikator, maka Bapak/Ibu memberi ceklis (✓) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem yang tersedia.

Variabel	Aspek	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Menyakiti Diri Sendiri ( <i>Self Harm</i> )	Perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung ( <i>direct</i> ) ringan	1	Saya pernah dengan sengaja mengonsumsi obat melebihi dosis yang dianjurkan atau mengalami overdosis.	✓			
		2	Saya pernah dengan sengaja menyayat bagian tubuh saya sendiri	✓			
		3	Saya pernah dengan sengaja membakar bagian tubuh saya sendiri	✓			
		4	Saya pernah dengan sengaja memukul diri sendiri.	✓			

## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung	5	Saya pernah dengan sengaja membenturkan kepala saya	✓						
	6	Saya pernah mengonsumsi alkohol secara berlebihan	✓						
	8	Saya pernah mencakar diri saya sendiri secara sengaja	✓						
	18	Saya pernah melakukan tindakan percobaan bunuh diri	✓						
	19	Saya pernah dengan sengaja melukai diri saya sendiri	✓						
Perilaku berisiko kognisi	9	Saya pernah tidak mengobati luka saya	✓						
	10	Saya pernah dengan sengaja membuat kondisi penyakit saya memburuk dengan tidak mengikuti anjuran pengobatan.	✓						
	14	Saya pernah menjauhkan diri dari Tuhan sebagai bentuk hukuman untuk diri sendiri	✓						
	21	Saya pernah sengaja membiarkan diri saya kelaparan untuk menyiksa diri	✓						
	7	Saya pernah dengan sengaja menyetir dengan cara yang ceroboh.	✓						
Perilaku berisiko kognisi	11	Saya tidak memilih-milih dalam berhubungan intim dengan seseorang dan saya memiliki banyak	✓						

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

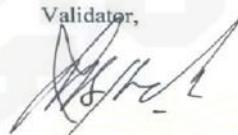
		22	Saya pernah dengan sengaja memaksakan diri untuk mengonsumsi obat pencahar/obat cuci perut sebagai bentuk penyiksaan diri.		
--	--	----	--	--	--

## 6. Catatan

- a. Isi .....
- b. Bahasa .....
- c. Jumlah Aitem .....

Pekanbaru, September 2024

Validator,



**Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog**  
**NIP: 197912072006042001**



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR**

### **SKALA MENYAKITI DIRI SENDIRI (*Self Harm*)**

#### **1. Definisi Operasional**

Menyakiti diri sendiri atau menyakiti diri sendiri adalah tindakan individu yang sengaja menyakiti diri sendiri tanpa adanya niat untuk bunuh diri dengan tujuan sebagai respon terhadap emosi yang dihadapi. Perilaku menyakiti diri sendiri ini akan diukur berdasarkan bentuk perilaku menyakiti diri sendiri seperti perilaku menyayat tangan, membenturkan kepala kedinding, memukul diri sendiri, membakar bagian tubuh, menarik rambut dengan keras, dan lain sebagainya.

#### **2. Skala yang digunakan**

- a. Buat Sendiri ( )
- b. Adaptasi ( )
- c. Modifikasi (✓)

#### **3. Jumlah Aitem**

Jumlah aitem dalam skala ini yaitu 22 aitem

#### **4. Jenis Format Respon**

Jenis format respon yang digunakan yaitu skala *likert* dengan bentuk format sebagai berikut:

- a. Ya
- b. Tidak

#### **5. Penilaian Tiap Butir Aitem**

- a. Relevan (R)
- b. Kurang Relevan (KR)
- c. Tidak Relevan (TR)

#### **Petunjuk:**

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada bagian ini Bapak/Ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada tiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variable mediator. Dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan konsep yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], dan Tidak Relevan [TR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan.

**Contoh:**

No	Pernyataan	Alt Jawaban			Ket
		R	KR	TR	
1	Saya tidak diinginkan oleh siapapun	✓			

Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan aspek/indikator, maka Bapak/Ibu memberi ceklis (✓) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem yang tersedia.

Variabel	Aspek	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Menyakiti Diri Sendiri ( <i>Self Harm</i> )	Perilaku menyakiti diri sendiri secara langsung ( <i>direct</i> ) ringan	1	Saya pernah dengan sengaja mengonsumsi obat melebihi dosis yang dianjurkan atau mengalami overdosis.	✓			
		2	Saya pernah dengan sengaja menyayat bagian tubuh saya sendiri	✓			
		3	Saya pernah dengan sengaja membakar bagian tubuh saya sendiri	✓			

## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Perilaku menyakiti diri sendiri secara tidak langsung	4	Saya pernah dengan sengaja memukul diri sendiri.	✓						
	5	Saya pernah dengan sengaja membenturkan kepala saya	✓						
	6	Saya pernah mengonsumsi alkohol secara berlebihan	✓						
	8	Saya pernah mencakar diri saya sendiri secara sengaja	✓						
	18	Saya pernah melakukan tindakan percobaan bunuh diri	✓						
	19	Saya pernah dengan sengaja melukai diri saya sendiri	✓						
Perilaku berisiko kognisi	9	Saya pernah tidak mengobati luka saya	✓						
	10	Saya pernah dengan sengaja membuat kondisi penyakit saya memburuk dengan tidak mengikuti anjuran pengobatan.	✓						
	14	Saya pernah menjauahkan diri dari Tuhan sebagai bentuk hukuman untuk diri sendiri	✓						
Perilaku berisiko kognisi	21	Saya pernah sengaja membiarkan diri saya kelaparan untuk menyiksa diri	✓						
	7	Saya pernah dengan sengaja menyetir dengan cara yang ceroboh.	✓						

## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

11	Saya tidak memiliki-milah dalam berhubungan intim dengan seseorang dan saya memiliki banyak pasangan seksual (jika iya berapa banyak)	✓				
12	Saya pernah berada dalam situasi di mana saya menempatkan diri dalam hubungan yang ditolak.	✓				
13	Saya pernah menyalahgunakan obat melebihi dosis yang tertera dalam resep	✓				
15	Saya pernah menyakiti pasangan saya secara psikologis/emosional dalam sebuah hubungan (jika iya berapa kali pernah melakukannya)	✓				
16	Saya pernah terlibat dalam hubungan yang menyiksa pasangan saya secara seksual (jika iya berapa kali pernah melakukannya)	✓				
17	Saya pernah mengundurkan diri dari pekerjaan dengan sengaja.	✓				
20	Saya pernah menyiksa	✓				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		diri sendiri dengan pikiran negatif yang mengalahkan diri sendiri dan tidak memihak diri sendiri		
22		Saya pernah dengan sengaja memaksakan diri untuk mengonsumsi obat pencahar/obat cuci perut sebagai bentuk penyiksaan diri.	✓	

## 6. Catatan

- a. Isi . . . . .

.....  
.....

b. Bahasa. —

.....  
.....

c. Jumlah Aitem. —

.....  
.....

Pekanbaru, 05 Februari 2025

Validator,  
  
Raudatussalamah S.Psi., M.A.  
NIP. 19791015 200604 2004



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN C

### LEMBAR VALIDASI SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR**

### **SKALA PENGUNGKAPAN DIRI**

#### **1. Definisi Operasional**

Pengungkapan diri merupakan keterampilan individu dalam mengungkapkan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain dengan tujuan untuk mempererat hubungan dengan orang lain. Pengungkapan diri meliputi beberapa topik seperti perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide dari seorang individu. Perilaku pengungkapan diri ini diukur berdasarkan dimensi pengungkapan diri diantanya *intent to disclose, amount of disclosure, the positive-negative nature of disclosure, the honesty-accuracy of disclosure, general depth-control of disclosure, relevance-message nature.*

#### **2. Skala yang digunakan**

- a. Buat Sendiri ( )
- b. Adaptasi (✓)
- c. Modifikasi ( )

#### **3. Jumlah Aitem**

Jumlah aitem dalam skala ini yaitu 18 aitem

#### **4. Jenis Format Respon**

Jenis format respon yang digunakan yaitu skala *likert* dengan bentuk format sebagai berikut:

- a. Sangat Tidak Sesuai
- b. Tidak Sesuai
- c. Sesuai
- d. Sangat Sesuai

#### **5. Penilaian Tiap Butir Aitem**

- a. Relevan (R)
- b. Kurang Relevan (KR)



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## c. Tidak Relevan (TR)

**Petunjuk:**

Pada bagian ini Bapak/Ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada tiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variable mediator. Dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan konsep yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], dan Tidak Relevan [TR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan.

**Contoh:**

No	Pernyataan	Alt Jawaban			Ket
		R	KR	TR	
1	Saya pernah memukul diri saya sendiri	✓			

Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan aspek indikator, maka Bapak/Ibu memberi ceklis (✓) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem yang tersedia.

Variabel	Aspek	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Pengungkapan diri	<i>Conscious</i>	1	Pengungkapan diri yang saya lakukan	✓			

<b>© Hak cipta milik UIN Suska Riau</b>  <b>State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau</b>	<i>Intended disclosure</i>	<b>2</b>	menggambarkan secara akurat siapa diri saya.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
	<i>Amount</i>	<b>3</b>	Ketika mengungkapkan perasaan tentang diri saya, memang hal itu yang ingin saya sampaikan.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
	<i>Positive-negativeness</i>	<b>4</b>	Saya jarang membicarakan tentang diri saya	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
	<i>Positive-negativeness</i>	<b>5</b>	Saya menyatakan perasaan biasanya dengan singkat.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
	<i>Positive-negativeness</i>	<b>6</b>	Percakapan berlangsung paling singkat ketika saya membahas tentang diri saya.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
	<i>Honesty-accuracy</i>	<b>7</b>	Saya jarang mengungkapkan pendapat pribadi saya.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

<i>Control of the general depth</i>	11	Saya tidak yakin apa yang saya ekspresikan merupakan perasaan, emosi, dan pengalaman yang menggambarkan diri saya sebenarnya	✓				
	12	Saya tidak selalu jujur dalam pengungkapan diri saya	✓				
	13	Saya merasa tidak sepenuhnya tulus ketika saya mengungkapkan perasaan, emosi, perilaku, atau pengalaman saya sendiri	✓				
	14	Saya mengungkapkan diri saya secara terbuka dan mendalam.	✓				
	15	Saya sulit berhenti ketika bercerita tentang diri saya	✓				
	16	Saya mengungkapkan informasi tentang diri saya tanpa ada maksud tertentu.	✓				
<i>Relevance message nature</i>	17	Sebagian besar pesan yang saya ungkapkan adalah hal yang saya sukai.	✓				
	18	Pengungkapan tentang keyakinan dan pendapat pribadi saya secara langsung berhubungan dengan	✓				



			percakapan yang sedang terjadi				
--	--	--	--------------------------------	--	--	--	--

#### 6. Catatan

a. Isi .....

.....

b. Bahasa .....

.....

c. Jumlah Aitem .....

.....

Pekanbaru, September 2024

Validator,

**Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog**  
NIP: 197912072006042001

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR** **SKALA PENGUNGKAPAN DIRI**

### **1. Definisi Operasional**

Pengungkapan diri merupakan keterampilan individu dalam mengungkapkan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain dengan tujuan untuk mempererat hubungan dengan orang lain. Pengungkapan diri meliputi beberapa topik seperti perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi, dan ide dari seorang individu. Perilaku pengungkapan diri ini diukur berdasarkan dimensi pengungkapan diri diantanya *intent to disclose, amount of disclosure, the positive-negative nature of disclosure, the honesty-accuracy of disclosure, general depth-control of disclosure, relevance-message nature*.

### **2. Skala yang digunakan**

- a. Buat Sendiri ( )
- b. Adaptasi (✓)
- c. Modifikasi ( )

### **3. Jumlah Aitem**

Jumlah aitem dalam skala ini yaitu 18 aitem

### **4. Jenis Format Respon**

Jenis format respon yang digunakan yaitu skala *likert* dengan bentuk format sebagai berikut:

- a. Sangat Tidak Sesuai
- b. Tidak Sesuai
- c. Sesuai
- d. Sangat Sesuai

### **5. Penilaian Tiap Butir Aitem**

- a. Relevan (R)
- b. Kurang Relevan (KR)



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## c. Tidak Relevan (TR)

**Petunjuk:**

Pada bagian ini Bapak/Ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada tiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kesepian dan perilaku menyakiti diri sendiri pada mahasiswa dengan pengungkapan diri sebagai variable mediator. Dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan konsep yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], dan Tidak Relevan [TR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan.

**Contoh:**

No	Pernyataan	Alt Jawaban			Ket
		R	KR	TR	
1	Saya pernah memukul diri saya sendiri	✓			

Jika Bapak/Ibu menilai pernyataan (aitem) tersebut relevan dengan aspek/indikator, maka Bapak/Ibu memberi ceklis (✓) pada R, begitu seterusnya untuk aitem-aitem yang tersedia.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Variabel	Aspek	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Pengungkapan diri	Conscious Intended disclosure	1	Pengungkapan diri yang saya lakukan menggambarkan secara akurat siapa diri saya.	✓			
		2	Saya menyadari apa yang dilakukan dan dikatakan saat mengekspresikan perasaan pribadi	✓			
		3	Ketika mengungkapkan perasaan tentang diri saya, memang hal itu yang ingin saya sampaikan.	✓			
	Amount	4	Saya jarang membicarakan tentang diri saya	✓			
		5	Saya menyatakan perasaan biasanya dengan singkat.	✓			
		6	Percakapan berlangsung paling singkat ketika saya membahas tentang diri saya.	✓			
		7	Saya jarang mengungkapkan pendapat pribadi saya.	✓			
	Positive-negative ness	8	Saya biasanya mengungkapkan hal-hal positif tentang diri saya	✓			
		9	Pengungkapan tentang diri saya lebih banyak	✓			

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		negatif daripada positif.		
<i>Honesty-accuracy</i>	10	Saya tidak mengungkapkan diri saya karena tidak cukup mengenal diri saya	✓	
	11	Saya tidak yakin apa yang saya ekspresikan merupakan perasaan, emosi, dan pengalaman yang menggambarkan diri saya sebenarnya	✓	
	12	Saya tidak selalu jujur dalam pengungkapan diri saya	✓	
	13	Saya merasa tidak sepenuhnya tulus ketika saya mengungkapkan perasaan, emosi, perilaku, atau pengalaman saya sendiri	✓	
	14	Saya mengungkapkan diri saya secara terbuka dan mendalam.	✓	
	15	Saya sulit berhenti ketika bercerita tentang diri saya	✓	
<i>Control of the general depth</i>	16	Saya mengungkapkan informasi tentang diri saya tanpa ada maksud tertentu.	✓	
	17	Sebagian besar pesan yang saya ungkapkan adalah hal yang saya sukai.	✓	

## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

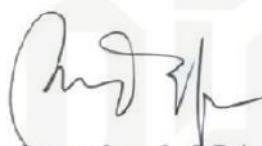
18	Pengungkapan tentang keyakinan dan pendapat pribadi saya secara langsung berhubungan dengan percakapan yang sedang terjadi	✓	
----	--	---	--

## 6. Catatan

- a. Isi .....
- .....
- .....
- b. Bahasa .....
- .....
- .....
- c. Jumlah Aitem .....
- .....
- .....

Pekanbaru, 05 Februari 2025

Validator,



**Raudatuzzalamah, S.Psi., M.A.**  
NIP. 19791015 200604 2004



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN D

## SKALA TRY OUT

UIN SUSKA RIAU



Silahkan lengkapi data berikut sesuai dengan identitas dirimu

## BIODATA DIRI

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Nama Inisial : .....  
Usia : .....  
Jenis Kelamin : .....  
Dомisili : .....  
Asal Kampus : .....  
Pekerjaan : .....  
No. Hp : .....  
Email : .....

1. Apakah anda pernah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri?

- a. Ya
- b. Tidak

Jika Ya, Kapan terakhir kali Anda melakukan tindakan menyakiti diri sendiri dan jelaskan jenis tindakan yang pernah atau sering Anda lakukan?

.....

.....

2. Apakah Anda memiliki seseorang yang dipercaya untuk mencerahkan isi hati dalam situasi sulit?

- a. Ya
- b. Tidak

3. Ketika merasa sedih atau memiliki beban pikiran, kepada siapa Anda biasanya mencerahkan isi hati atau berbagi cerita?

.....

## PETUNJUK PENERJAAN

- a. Bacalah setiap pertanyaan atau pernyataan dengan saksama sebelum menjawab.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

- Jawablah pertanyaan atau pernyataan dengan jujur sesuai dengan pengalaman dan perasaan Anda
- Setiap jawaban yang Anda berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah dalam penelitian ini.
- Untuk pengerajan skala I Berilah tanda centang ( ✓) pada salah satu kolom penilaian skor sesuai dengan pengalaman dan perasaan anda
  - Ya
  - Tidak
- Untuk pengerajan skala II dan III Berilah tanda centang ( ✓) pada salah satu kolom penilaian skor sesuai dengan pengalaman dan perasaan anda
  - STS : Sangat Tidak Sesuai/Setuju
  - ST : Sangat Sesuai/Setuju
  - S : Sesuai/Setuju
  - SS : Sangat Sesuai/Setuju
- Pastikan untuk mengisi seluruh bagian yang diwajibkan sebelum mengirimkan jawaban Anda.

**SKALA I**

Tujuan dari skala ini adalah untuk menggambarkan sejauh mana Anda mengalami perilaku atau kecenderungan yang berhubungan dengan tindakan berisiko terhadap diri sendiri.

No.	PENYATAAN	Ya	Tidak	Ket
1	Pernahkah kamu dengan sengaja :			
2	Saya pernah dengan sengaja mengonsumsi obat melebihi dosis yang dianjurkan atau mengalami overdosis.			
3	Saya pernah dengan sengaja menyayat bagian tubuh saya sendiri			
4	Saya pernah dengan sengaja membakar bagian tubuh saya sendiri			
5	Saya pernah dengan sengaja memukul diri sendiri.			
	Saya pernah dengan sengaja membenturkan kepala saya			

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6. <b>Hak cipta milik UIN Suska Riau</b>	Saya pernah mengonsumsi alkohol secara berlebihan			
7.	Saya pernah dengan sengaja menyetir dengan cara yang ceroboh.			
8.	Saya pernah mencakar diri saya sendiri secara sengaja			
9.	Saya pernah tidak mengobati luka saya			
10.	Saya pernah dengan sengaja membuat kondisi penyakit saya memburuk dengan tidak mengikuti anjuran pengobatan.			
11.	Saya tidak memilih-milih dalam berhubungan intim dengan seseorang dan saya memiliki banyak pasangan seksual (jika iya berapa banyak)			
12.	Saya pernah berada dalam situasi di mana saya menempatkan diri dalam hubungan yang ditolak.			
13.	Saya pernah menyalahgunakan obat melebihi dosis yang tertera dalam resep			
14.	Saya pernah menjauhkan diri dari Tuhan sebagai bentuk hukuman untuk diri sendiri			
15. <b>Sekte Islam UIN Syarif Kasim Riau</b>	Saya pernah menyakiti pasangan saya secara psikologis/emosional dalam sebuah hubungan (jika iya berapa kali pernah melakukannya)			
16.	Saya pernah terlibat dalam hubungan yang menyiksa pasangan saya secara seksual (jika iya berapa kali pernah melakukannya)			
17.	Saya pernah mengundurkan diri dari pekerjaan dengan sengaja.			
18.	Saya pernah melakukan tindakan percobaan bunuh diri			
19.	Saya pernah dengan sengaja melukai diri saya sendiri			

20	Saya pernah menyiksa diri sendiri dengan pikiran negatif yang mengalahkan diri sendiri dan tidak memihak diri sendiri			
21	Saya pernah sengaja membiarkan diri saya kelaparan untuk menyiksa diri			
22	Saya pernah dengan sengaja memaksakan diri untuk mengonsumsi obat pencahar/obat cuci perut sebagai bentuk penyiksaan diri.			

## SKALA II

Tujuan dari skala ini adalah untuk menggambarkan sejauh mana Anda merasakan isolasi sosial atau kekurangan hubungan emosional yang memadai dalam kehidupan Anda.

No	PENYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa sepi.				
2.	Ada banyak orang yang dapat saya andalkan ketika saya punya masalah.				
3.	Ada banyak orang yang bisa saya percaya sepenuhnya.				
4.	Saya merasa dekat dengan banyak orang.				
5.	Saya merindukan adanya orang-orang di sekitar saya				
6.	Saya tidak diinginkan oleh siapapun				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### SKALA III

Tujuan dari skala ini adalah untuk menggambarkan sejauh mana Anda bersedia dan merasa nyaman dalam mengungkapkan perasaan, pikiran, serta pengalaman pribadi anda kepada orang lain.

No	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Pengungkapan diri yang saya lakukan menggambarkan secara akurat siapa diri saya.				
2.	Saya menyadari apa yang dilakukan dan dikatakan saat mengekspresikan perasaan pribadi				
3.	Ketika mengungkapkan perasaan tentang diri saya, memang hal itu yang ingin saya sampaikan.				
4	Saya jarang membicarakan tentang diri saya				
5	Saya menyatakan perasaan biasanya dengan singkat.				
6	Percakapan berlangsung paling singkat ketika saya membahas tentang diri saya.				
7	Saya jarang mengungkapkan pendapat pribadi saya.				
8	Saya biasanya mengungkapkan hal-hal positif tentang diri saya				
9	Pengungkapan tentang diri saya lebih banyak negatif daripada positif.				
10	Saya tidak mengungkapkan diri saya karena tidak cukup mengenal diri saya				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© SKAK CIPTA MILIK  
No. 1  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

11	© Hak cipta milik UIN Syarif Hidayah	Saya tidak yakin apa yang saya ekspresikan merupakan perasaan, emosi, dan pengalaman yang menggambarkan diri saya sebenarnya			
12		Saya tidak selalu jujur dalam pengungkapan diri saya			
13		Saya merasa tidak sepenuhnya tulus ketika saya mengungkapkan perasaan, emosi, perilaku, atau pengalaman saya sendiri			
14		Saya mengungkapkan diri saya secara terbuka dan mendalam.			
15		Saya sulit berhenti ketika bercerita tentang diri saya			
16		Saya mengungkapkan informasi tentang diri saya tanpa ada maksud tertentu.			
17		Sebagian besar pesan yang saya ungkapkan adalah hal yang saya sukai.			
18		Pengungkapan tentang keyakinan dan pendapat pribadi saya secara langsung berhubungan dengan percakapan yang sedang terjadi			



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN E

### TABULASI DATA TRY OUT

UIN SUSKA RIAU

TABULASI DATA *TRY OUT* SKALA MENYAKITI DIRI

NO	Inisial	Nomor Item Skala Menyakiti Diri																						Total	
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22		
1	r	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	5
2	j	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	14
3	K	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	9
4	i	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	3
5	ZF	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	10
6	FSC	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	4
7	a	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	2
8	AE	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	6
9	MHS	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	10	
10	z	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	6
11	Di	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	5
12	F	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	10
13	Di	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	9
14	Fe	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	7
15	na	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	10
16	N	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	13
17	ER	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	4	
18	R	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	5
19	FAH	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	4
20	Y	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	14
21	s	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	17
22	AA	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	18
23	Diremehkan	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	9
24	a	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	16
25	na	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	5
26	Di	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	10
27	NS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	3
28	San	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	14

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa



29	HA	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	5
30	sh	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	12
31	ya	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	3
32	MH	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0
33	ADN	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	7
34	AA	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	4
35	AR	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
36	NIMZ	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	19
37	nfpr	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	3
38	Ma	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0
39	S	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
40	niken	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0
41	VS	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	7
42	n	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	5
43	ss	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0
44	Nas	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0
45	FH	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	3
46	M	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	10
47	P	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0
48	sherina	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	16
49	D	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0
50	A	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	8
51	AG	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0
52	AL	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	12
53	S	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	6
54	na	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0
55	NKNP	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	8
56	ya	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0
57	ASA	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	4
58	H	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0
59	SM	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0
60	dnaasrg	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	5



61	Slm	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	11		
62	AS	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	11		
63	R	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	11	
64	An	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	2		
65	U	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3		
66	ya	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	16
67	Al	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	9
68	R	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	4	
69	a	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	12	
70	A	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	4	
71	BG	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	8	
72	Di	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	4
73	Cii	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
74	ND	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	11
75	H	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	5
76	N	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	11

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## TABULASI DATA TRY OUT SKALA KESEPIAN

NO	Inisial	Nomor Item Skala Kesepian						Total
		P23	P24	P25	P26	P27	P28	
1	r	1	1	1	1	1	0	4
2	j	1	1	1	1	1	1	5
3	K	0	1	1	1	1	0	3
4	i	0	0	0	0	0	0	0
5	ZF	1	1	1	1	1	0	4
6	FSC	0	0	0	1	0	0	1
7	a	1	1	1	1	1	0	4
8	AE	0	0	0	0	1	0	0
9	MHS	1	0	0	0	1	0	1
10	z	1	1	1	1	1	0	4
11	Di	0	1	0	0	1	0	1
12	F	1	0	1	1	1	1	4
13	Di	1	1	1	1	1	1	5
14	Fe	1	1	1	1	1	1	5
15	na	1	1	1	1	1	1	5
16	N	1	1	1	1	1	1	5
17	ER	0	1	1	1	1	0	3
18	R	1	0	0	0	1	1	2
19	FAH	1	1	1	1	1	1	5
20	Y	1	1	1	1	1	1	5
21	s	1	1	1	1	0	1	5
22	AA	1	1	1	1	1	1	5
23	Diremehkan	1	1	1	1	0	1	5
24	a	1	1	1	1	1	1	5
25	na	1	0	0	0	1	0	1
26	Di	1	1	1	0	1	0	3
27	NS	0	0	1	0	1	1	2
28	San	1	1	1	1	1	1	5
29	HA	1	0	0	0	1	0	1
30	sh	0	1	1	1	0	0	3
31	ya	1	1	1	1	1	1	5
32	MH	1	1	1	1	1	0	4
33	ADN	1	1	1	1	1	0	4
34	AA	1	1	1	1	0	0	4
35	AR	1	0	1	0	1	0	2
36	NIMZ	1	1	1	1	1	1	5
37	nfpr	0	1	1	0	1	0	2
38	Ma	1	1	1	1	0	1	5
39	S	1	1	1	0	0	0	3
40	niken	1	1	1	0	1	0	3
41	VS	0	0	1	0	0	0	1
42	n	0	0	0	0	1	0	0
43	ss	1	1	1	0	1	0	3
44	Nas	1	1	1	0	1	0	3
45	FH	1	0	0	0	1	0	1

## © Hak cipta milik UIN Suska Riau

## State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

46	M	1	1	1	1	0	1
47	P	1	1	1	1	1	1
48	sherina	1	1	1	0	1	0
49	D	1	1	1	0	0	0
50	A	0	0	0	0	1	0
51	AG	1	1	1	1	1	1
52	AL	1	1	1	1	1	0
53	S	0	0	1	1	1	0
54	na	0	0	0	1	1	0
55	NKNP	1	1	1	1	0	1
56	ya	1	0	1	1	1	1
57	ASA	0	0	0	0	1	0
58	H	1	1	1	1	1	1
59	SM	1	0	0	0	1	0
60	dnaasrg	0	0	1	1	1	0
61	Slm	1	1	1	1	1	1
62	AS	0	0	1	0	1	0
63	R	1	1	1	1	0	0
64	An	1	0	1	0	1	0
65	U	0	0	0	0	1	1
66	ya	1	1	1	1	1	1
67	AI	1	1	1	1	0	0
68	R	1	1	1	1	1	1
69	a	0	1	1	1	0	0
70	A	1	1	1	1	1	0
71	BG	1	1	1	1	0	1
72	Di	0	0	1	1	0	0
73	Cii	0	0	0	0	1	0
74	ND	1	0	0	1	0	0
75	H	1	1	1	1	0	0
76	Z	1	0	0	0	1	0



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun ti

## TABULASI DATA TRY OUT SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

NO	Inisial	Skala Pengungkapan Diri																		Total
		P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	P41	P42	P43	P44	P45	P46	
1	r	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	39
2	j	1	1	1	2	3	4	4	3	3	2	4	4	4	2	4	2	1	3	35
3	K	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	35
4	i	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	34
5	ZF	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	4	2	4	43
6	FSC	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	35
7	a	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	36
8	AE	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	37
9	MHS	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	40
10	z	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	1	2	2	3	3	48
11	Di	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	3	2	3	30
12	F	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	39
13	Di	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	4	3	2	3	3	2	3	3	40
14	Fe	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	36
15	na	4	3	2	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	2	2	4	3	3	40
16	N	3	3	2	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	2	3	2	4	3	43
17	ER	2	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	34
18	R	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
19	FAH	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	37
20	Y	2	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	4	3	1	3	3	3	3	44
21	s	2	2	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	2	3	46
22	AA	3	3	4	4	3	3	2	2	3	4	1	1	1	2	2	3	2	3	39
23	Diremehkan	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	2	3	3	49
24	a	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4	3	3	51
25	na	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	37
26	Di	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	41
27	NS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	56
28	San	2	3	3	1	2	3	1	1	4	3	3	4	2	3	2	1	4	3	37

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun ti

29	HA	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	40
30	sh	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	35
31	ya	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	39
32	MH	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	4	4	34
33	ADN	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	35
34	AA	3	3	3	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	35
35	AR	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	41
36	NIMZ	1	1	1	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	38
37	nfpr	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	1	1	1	2	3	39
38	Ma	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	2	2	2	3	3	46
39	S	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	2	35
40	niken	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	39
41	VS	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	34
42	n	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	38
43	ss	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	36
44	Nas	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	34
45	FH	4	4	4	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	50
46	M	2	2	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	1	2	2	2	2	36
47	P	2	1	1	1	4	4	1	4	1	1	1	4	4	4	1	1	2	1	25
48	sherina	3	3	4	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	36
49	D	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	36
50	A	2	2	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	1	3	3	33
51	AG	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	42
52	AL	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	39
53	S	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	40
54	na	3	3	3	4	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	1	3	4	3	41
55	NKNP	2	3	3	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	1	2	3	2	2	37
56	ya	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	40
57	ASA	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	35
58	H	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	36
59	SM	2	2	4	3	3	2	3	3	2	2	2	4	4	3	2	3	3	3	40
60	dnaasrg	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	40

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun ti

61	Slm	2	3	2	2	1	4	2	1	3	4	3	3	3	2	2	4	3	2	38
62	AS	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	35
63	R	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	1	3	3	3	47
64	An	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	35
65	U	3	3	3	4	3	2	3	3	1	2	2	2	3	3	3	2	4	3	37
66	ya	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	39
67	Al	1	2	2	2	3	3	4	2	2	2	4	3	4	1	3	2	3	2	35
68	R	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	38
69	a	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	38
70	A	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	37
71	BG	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	42
72	Di	1	3	1	3	3	3	4	3	1	2	1	3	3	3	1	1	3	3	34
73	Cii	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	36
74	ND	3	2	2	4	2	3	4	2	3	4	4	3	1	2	2	4	3	3	44
75	H	3	4	4	2	4	3	4	4	2	1	3	2	2	4	2	4	4	4	44
76	Z	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	42



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN F

### HASIL UJI REALIBILITAS DAN UJI DAYA DISKRIMINASI

UIN SUSKA RIAU

## UJI RELIABILITAS DAN UJI DAYA DISKRIMINASI SKALA KESEPIAN

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.783	5

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P01	3.17	2.170	.474	.628
P02	3.25	1.950	.609	.576
P03	3.13	2.089	.590	.592
P04	3.26	2.063	.504	.616
P05	3.14	2.925	-.076	.783
P06	3.51	2.093	.473	.627

## UJI RELIABILITAS DAN UJI DAYA DISKRIMINASI SKALA MENYAKITI DIRI SENDIRI

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.852	18

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P01	7.8816	17.732	.560	.835
P02	7.7632	17.490	.560	.835
P03	8.1053	19.482	.288	.846
P04	7.3289	18.464	.418	.841
P05	7.6184	17.972	.421	.841
P06	8.0526	19.304	.246	.847
P07	7.7895	18.408	.333	.845
P08	7.7368	17.236	.618	.832
P09	7.4342	18.436	.351	.844
P10	7.6974	17.521	.536	.836
P11	8.1447	20.019	.000	.850
P12	7.5789	18.567	.280	.848
P13	7.9079	17.498	.653	.832
P14	7.6974	17.494	.543	.836
P15	7.8553	18.072	.448	.840
P16	8.1184	19.492	.352	.846
P17	7.9211	19.007	.229	.849
P18	7.9474	17.891	.581	.835
P19	7.5658	17.449	.559	.835
P20	7.3158	18.672	.367	.843
P21	7.4868	18.386	.343	.845
P22	8.0921	19.605	.183	.848

## UJI RELIABILITAS DAN UJI DAYA DISKRIMINASI SKALA MENYAKITI DIRI SENDIRI

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.759	14

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P01	46.08	27.434	.333	.710
P02	45.88	27.892	.350	.709
P03	45.91	27.498	.303	.712
P04	45.88	27.546	.293	.713
P05	45.88	26.826	.433	.701
P06	45.83	27.557	.308	.712
P07	45.97	26.933	.374	.705
P08	46.08	28.687	.126	.730
P09	46.29	27.168	.336	.709
P10	46.21	26.088	.418	.700
P11	45.88	26.079	.479	.695
P12	45.95	26.957	.342	.708
P13	46.20	27.574	.246	.718
P14	46.36	28.712	.120	.731
P15	46.50	29.373	.056	.735
P16	45.95	27.731	.272	.715
P17	45.86	28.259	.270	.715
P18	45.83	27.424	.524	.700



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN G

### SKALA PENELITIAN

UIN SUSKA RIAU



Silahkan lengkapi data berikut sesuai dengan identitas dirimu

## BIODATA DIRI

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Nama Inisial : .....

Usia : .....

Jenis Kelamin : .....

Domisili : .....

Asal Kampus : .....

Pekerjaan : .....

No. Hp : .....

Email : .....

4. Apakah anda pernah melakukan tindakan menyakiti diri sendiri?

- c. Ya
- d. Tidak

Jika Ya, Kapan terakhir kali Anda melakukan tindakan menyakiti diri sendiri dan jelaskan jenis tindakan yang pernah atau sering Anda lakukan?

.....

.....

5. Apakah Anda memiliki seseorang yang dipercaya untuk mencerahkan isi hati dalam situasi sulit?

- c. Ya
- d. Tidak

6. Ketika merasa sedih atau memiliki beban pikiran, kepada siapa Anda biasanya mencerahkan isi hati atau berbagi cerita?

.....

**PETUNJUK PENERJAAN****Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

**© Hak Cipta milik UIN Suska Riau**

- Bacalah setiap pertanyaan atau pernyataan dengan saksama sebelum menjawab.
- Jawablah pertanyaan atau pernyataan dengan jujur sesuai dengan pengalaman dan perasaan Anda
- Setiap jawaban yang Anda berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah dalam penelitian ini.
- Untuk pengerjaan skala I Berilah tanda centang ( ✓) pada salah satu kolom penilaian skor sesuai dengan pengalaman dan perasaan anda
  - Ya
  - Tidak
- Untuk pengerjaan skala II dan III Berilah tanda centang ( ✓) pada salah satu kolom penilaian skor sesuai dengan pengalaman dan perasaan anda
  - STS : Sangat Tidak Sesuai/Setuju
  - ST : Sangat Sesuai/Setuju
  - S : Sesuai/Setuju
  - SS : Sangat Sesuai/Setuju
- Pastikan untuk mengisi seluruh bagian yang diwajibkan sebelum mengirimkan jawaban Anda.

**SKALA I**

Tujuan dari skala ini adalah untuk menggambarkan sejauh mana Anda mengalami perilaku atau kecenderungan yang berhubungan dengan tindakan berisiko terhadap diri sendiri.

No.	PENYATAAN	Ya	Tidak	Ket
	Pernahkah kamu dengan sengaja :			
1.	Saya pernah dengan sengaja mengonsumsi obat melebihi dosis yang dianjurkan atau mengalami overdosis.			
2.	Saya pernah dengan sengaja menyayat bagian tubuh saya sendiri			
3.	Saya pernah dengan sengaja membakar bagian tubuh saya sendiri			
4.	Saya pernah dengan sengaja memukul diri sendiri.			

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5. <b>© Hak Cipta milik UIN Suska Riau</b>	Saya pernah dengan sengaja membenturkan kepala saya			
6.	Saya pernah dengan sengaja menyetir dengan cara yang ceroboh.			
7.	Saya pernah mencakar diri saya sendiri secara sengaja			
8.	Saya pernah tidak mengobati luka saya			
9.	Saya pernah dengan sengaja membuat kondisi penyakit saya memburuk dengan tidak mengikuti anjuran pengobatan.			
10.	Saya pernah berada dalam situasi di mana saya menempatkan diri dalam hubungan yang ditolak.			
11.	Saya pernah menyalahgunakan obat melebihi dosis yang tertera dalam resep			
12.	Saya pernah menjauhkan diri dari Tuhan sebagai bentuk hukuman untuk diri sendiri			
13.	Saya pernah menyakiti pasangan saya secara psikologis/emosional dalam sebuah hubungan (jika iya berapa kali pernah melakukannya)			
14.	Saya pernah terlibat dalam hubungan yang menyiksa pasangan saya secara seksual (jika iya berapa kali pernah melakukannya)			
15.	Saya pernah melakukan tindakan percobaan bunuh diri			
16.	Saya pernah dengan sengaja melukai diri saya sendiri			
17.	Saya pernah menyiksa diri sendiri dengan pikiran negatif yang mengalahkan diri sendiri dan tidak memihak diri sendiri			
18.	Saya pernah sengaja membiarkan diri saya kelaparan untuk menyiksa diri			

## SKALA II

Tujuan dari skala ini adalah untuk menggambarkan sejauh mana Anda merasakan isolasi sosial atau kekurangan hubungan emosional yang memadai dalam kehidupan Anda.

No	PENYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa sepi.				
2.	Ada banyak orang yang dapat saya andalkan ketika saya punya masalah.				
3.	Ada banyak orang yang bisa saya percaya sepenuhnya.				
4.	Saya merasa dekat dengan banyak orang.				
5.	Saya tidak diinginkan oleh siapapun				

## SKALA III

Tujuan dari skala ini adalah untuk menggambarkan sejauh mana Anda bersedia dan merasa nyaman dalam mengungkapkan perasaan, pikiran, serta pengalaman pribadi anda kepada orang lain.

No	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Pengungkapan diri yang saya lakukan menggambarkan secara akurat siapa diri saya.				
2.	Saya menyadari apa yang dilakukan dan dikatakan saat mengekspresikan perasaan pribadi				
3.	Ketika mengungkapkan perasaan tentang diri saya, memang hal itu yang ingin saya sampaikan.				
4.	Saya jarang membicarakan tentang diri saya				

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<b>5 © Hak cipta milik UIN Suska Riau</b>	Saya menyatakan perasaan biasanya dengan singkat.			
	Percakapan berlangsung paling singkat ketika saya membahas tentang diri saya.			
	Saya jarang mengungkapkan pendapat pribadi saya.			
	Pengungkapan tentang diri saya lebih banyak negatif daripada positif.			
	Saya tidak mengungkapkan diri saya karena tidak cukup mengenal diri saya			
	Saya tidak yakin apa yang saya ekspresikan merupakan perasaan, emosi, dan pengalaman yang menggambarkan diri saya sebenarnya			
	Saya tidak selalu jujur dalam pengungkapan diri saya			
	Saya mengungkapkan informasi tentang diri saya tanpa ada maksud tertentu.			
	Sebagian besar pesan yang saya ungkapkan adalah hal yang saya sukai.			
	Pengungkapan tentang keyakinan dan pendapat pribadi saya secara langsung berhubungan dengan percakapan yang sedang terjadi			



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN H

## DATA DEMOGRAFI SUBJEK PENELITIAN

UIN SUSKA RIAU

NO	Inisial	Jenis Kelamin	Usia	Universitas
1	r	Perempuan	21	Universitas Islam Riau
2	j	Laki-Laki	20	Universitas Negeri Riau
3	K	Perempuan	21	UIN SUSKA
4	i	Perempuan	22	uin suska riau
5	ZF	Perempuan	21	UIN Suska Riau
6	FSC	Perempuan	21	Uin suska
7	a	Perempuan	21	Universitas islam riau
8	AE	Perempuan	22	Universitas Muhammadiyah Riau
9	MHS	Laki-Laki	22	Universitas Muhammadiyah Riau
10	z	Perempuan	20	Universitas Muhammadiyah Riau
11	Di	Perempuan	21	Universitas Muhammadiyah Riau
12	F	Perempuan	22	Universitas Islam Riau
13	Di	Laki-Laki	21	Universitas Muhammadiyah Riau
14	Fe	Perempuan	20	Muhammadiyah Riau
15	na	Perempuan	21	universitas islam riau
16	N	Perempuan	20	UIN Suska Riau
17	ER	Perempuan	22	Universitas Muhammadiyah Riau
18	R	Laki-Laki	21	Universitas Muhammadiyah Riau
19	F A H	Perempuan	20	Universitas Muhammadiyah Riau
20	Y	Perempuan	24	Kepo
21	s	Perempuan	21	uin suska riau
22	AA	Perempuan	20	-
23	Diremehka	Laki-Laki	22	Uin suska
24	a	Perempuan	24	Universitas tuanku tambusai
25	na	Perempuan	20	uin suska
26	Di	Perempuan	20	Universitas Negeri Riau
27	NS	Perempuan	21	Uin Suska
28	San	Laki-Laki	20	Universitas Riau
29	HA	Laki-Laki	22	Universitas Islam Riau
30	sh	Perempuan	22	Universitas Islam Riau
31	ya	Perempuan	20	universitas riau
32	MH	Perempuan	21	Universitas Muhammadiyah Riau
33	ADN	Perempuan	20	UIN Suska Riau
34	AA	Laki-Laki	21	Universitas Negeri Riau
35	AR	Perempuan	22	UIN Suska Riau
36	NIMZ	Perempuan	20	UIN Sultan Syarif Kasim
37	nfpr	Perempuan	20	uin suska riau
38	Ma	Perempuan	19	Universitas Riau
39	S	Perempuan	22	-
40	niken	Perempuan	21	uin suska riau
41	VS	Perempuan	18 tahun	UIN SUSKA RIAU
42	n	Perempuan	21	uin suska riau
43	ss	Perempuan	20	uin suska
44	Nas	Perempuan	22	Uin suska riau
45	FH	Perempuan	22	Uin suska
46	M	Perempuan	18	UIN Suska Riau
47	P	Perempuan	20	Uin
48	sherina	Perempuan	22	muhammadiyah
49	D	Perempuan	21	Universitas Islam Riau
50	A	Perempuan	22	IKES PAYUNG NEGRI
51	AG	Laki-Laki	22	Universitas Muhammadiyah Riau
52	AL	Perempuan	20	uin suska
53	S	Perempuan	22	Belum kuliah

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

54	na	Perempuan	21	universitas muhammadiyah purworejo
55	NKNP	Perempuan	22	UNP
56	ya	Perempuan	22	Uin suska
57	ASA	Laki-Laki	21	UIN Suska Riau
58	H	Perempuan	22	UIN SUSKA
59	SM	Perempuan	22	Uin Suska Riau
60	dnaasrg	Perempuan	21	UIN SUSKA
61	Slm	Perempuan	22	Universitas Negeri Riau
62	AS	Perempuan	22	Universitas Islam Riau
63	R	Perempuan	22	UIN Suska
64	An	Perempuan	23	UIN SUSKA RIAU
65	U	Perempuan	21	Politeknik Caltex Riau
66	ya	Perempuan	21	Politeknik Caltex Riau
67	AI	Perempuan	21	Politeknik Caltex Riau
68	R	Perempuan	21	Uin suska
69	a	Perempuan	20	uin suska riau
70	A	Perempuan	22	UI
71	BG	Laki-Laki	22	Uin
72	Di	Perempuan	22	Uin Suska riau
73	Cii	Perempuan	21	UIN SUSKA RIAU
74	ND	Perempuan	20	UIN SUSKA RIAU
75	H	Perempuan	22	UIN Suska Riau
76	Z	Perempuan	20	UIN suska
77	DB	Perempuan	20	Universitas Muhammadiya Riau
78	JV	Laki-Laki	20	Universitas Negeri Riau
79	S	Perempuan	21	UIN SUSKA RIAU
80	ci	Perempuan	23	UIN SUSKA RIAU
81	Ts	Perempuan	22	uin suska riau
82	A	Perempuan	21	uin suska riau
83	K	Perempuan	22	UIN SUSKA Riau
84	FLH	Perempuan	19	UIN Suska Riau
85	Nj	Perempuan	21	UIN SUSKA RIAU
86	a	Perempuan	19	uin suska
87	Ni	Perempuan	19	Universitas Islam Negeri Sultan Syarif
88	a	Perempuan	20	uin suska riau
89	T	Perempuan	20	UIN Suska
90	m	Perempuan	22	UIN SUSKA Riau
91	AI0	Perempuan	22	Uin Suska Riau
92	AR	Perempuan	22	UIN
93	RFM	Laki-Laki	22	UIN SUSKA RIAU
94	T	Perempuan	22	UIN SUSKA
95	R	Perempuan	22	UIN suska
96	na	Perempuan	20	uin suska
97	FG	Perempuan	19	Uin suska Riau
98	s	Perempuan	23	uin suska riu
99	FHI	Perempuan	22	UIN Suska
100	DOR	Perempuan	21	UIN Suska Riau
101	oc	Perempuan	23	abdurrab
102	Vr	Perempuan	22	Pku
103	YA	Perempuan	20	Universitas Negeri Riau
104	na	Perempuan	22	uin suska riau



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN I

### TABULASI DATA PENELITAIN

UIN SUSKA RIAU



## TABULASI DATA PENELITIAN SKALA MENYAKITI DIRI

NO	Inisial	Menyakiti Diri Sendiri																		TOTAL
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	
1	r	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	5
2	N	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	13
3	K	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	9
4	i	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3
5	ZF	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	9
6	FSC	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	4
7	a	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2
8	AE	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	6
9	MHS	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	10
10	z	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	6
11	Di	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	4
12	F	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	10
13	Di	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	9
14	Fe	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	7
15	na	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	10
16	N	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	12
17	ER	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	3
18	R	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
19	FAH	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3
20	Y	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	12
21	s	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	16
22	AA	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
23	Diremehkan	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	9
24	a	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	15
25	na	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	5
26	Di	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	10
27	NS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	2
28	San	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	13

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh menyakiti diri tanpa mendapat persetujuan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa persetujuan dan menyebutkan sumber:

29	HA	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	5
30	sh	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	11
31	ya	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	3
32	MH	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	14
33	ADN	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	7
34	AA	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	4
35	AR	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1
36	NIMZ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
37	nfpr	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	3
38	Ma	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	13
39	S	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3
40	niken	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	11
41	VS	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	7
42	n	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	5
43	ss	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	8
44	Nas	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3
45	FH	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0
46	M	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	9
47	P	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	10
48	Rherina	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	14
49	D	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	4
50	A	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	8
51	AG	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	11
52	AL	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	11
53	S	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	6
54	na	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	6
55	NKNP	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	8
56	ya	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0
57	ASA	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	4
58	H	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	7
59	SM	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	9
60	dnaasrg	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	5

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruhnya tanpa mendapat persetujuan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa mendapat persetujuan dan menyebutkan sumber:



Hal	Slm	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	11
61	AS	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	11
62	R	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	11
63	An	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2
64	U	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
65	ya	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	16
66	Al	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	9
67	R	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	4
68	a	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	12
69	A	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	4
70	BG	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	6
71	Di	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	3
72	Cii	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
73	ND	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	11
74	H	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	5
75	Z	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	11
76	DB	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	16
77	JV	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	3
78	S	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	7
79	ci	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2
80	Ts	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	3
81	A	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	14
82	K	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	6
83	FLH	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
84	Nj	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	4
85	a	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	16
86	Ni	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	16
87	a	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	9
88	T	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	12
89	m	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	17

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tanpa mendapat persetujuan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa persetujuan dan menyebutkan sumber:



91	AI0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
92	AR	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
93	RFM	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	10
94	T	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	6
95	R	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	4
96	na	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	5
97	FG	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	9
98	s	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	9
99	FHI	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	13
100	DOR	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	13
101	oc	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
102	Vr	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	8
103	YA	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	11
104	na	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	9

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

  - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

## TABULASI DATA PENELITIAN SKALA KESEPIAN

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

NO	Inisial	Kesepian					TOTAL
		P1	P2	P3	P4	P5	
1	r	1	1	1	1	0	4
2	j	1	1	1	1	1	5
3	K	0	1	1	1	0	3
4	i	0	0	0	0	0	0
5	ZF	1	1	1	1	0	4
6	FSC	0	0	0	1	0	1
7	a	1	1	1	1	0	4
8	AE	0	0	0	0	0	0
9	MHS	1	0	0	0	0	1
10	z	1	1	1	1	0	4
11	Di	0	1	0	0	0	1
12	F	1	0	1	1	1	4
13	Di	1	1	1	1	1	5
14	Fe	1	1	1	1	1	5
15	na	1	1	1	1	1	5
16	N	1	1	1	1	1	5
17	ER	0	1	1	1	0	3
18	R	1	0	0	0	1	2
19	FAH	1	1	1	1	1	5
20	Y	1	1	1	1	1	5
21	s	1	1	1	1	1	5
22	AA	1	1	1	1	1	5
23	Diremehkan	1	1	1	1	1	5
24	a	1	1	1	1	1	5
25	na	1	0	0	0	0	1
26	Di	1	1	1	0	0	3
27	NS	0	0	1	0	1	2
28	San	1	1	1	1	1	5
29	HA	1	0	0	0	0	1
30	sh	0	1	1	1	0	3
31	ya	1	1	1	1	1	5
32	MH	1	1	1	1	0	4
33	ADN	1	1	1	1	0	4
34	AA	1	1	1	1	0	4
35	AR	1	0	1	0	0	2
36	NIMZ	1	1	1	1	1	5
37	nfpr	0	1	1	0	0	2
38	Ma	1	1	1	1	1	5
39	S	1	1	1	0	0	3
40	niken	1	1	1	0	0	3
41	VS	0	0	1	0	0	1
42	n	0	0	0	0	0	0
43	ss	1	1	1	0	0	3
44	Nas	1	1	1	0	0	3
45	FH	1	0	0	0	0	1
46	M	1	1	1	1	1	5
47	P	1	1	1	1	1	5
48	sherina	1	1	1	0	0	3

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

49	D	1	1	1	0	0	3
50	A	0	0	0	0	0	0
51	AG	1	1	1	1	1	5
52	AL	1	1	1	1	0	4
53	S	0	0	1	1	0	2
54	na	0	0	0	1	0	1
55	NKNP	1	1	1	1	1	5
56	ya	1	0	1	1	1	4
57	ASA	0	0	0	0	0	0
58	H	1	1	1	1	1	5
59	SM	1	0	0	0	0	1
60	dnaasrg	0	0	1	1	0	2
61	Slm	1	1	1	1	1	5
62	AS	0	0	1	0	0	1
63	R	1	1	1	1	0	4
64	An	1	0	1	0	0	2
65	U	0	0	0	0	1	1
66	ya	1	1	1	1	1	5
67	AI	1	1	1	1	0	4
68	R	1	1	1	1	1	5
69	a	0	1	1	1	0	3
70	A	1	1	1	1	0	4
71	BG	1	1	1	1	1	5
72	Di	0	0	1	1	0	2
73	Cii	0	0	0	0	0	0
74	ND	1	0	0	1	0	2
75	H	1	1	1	1	0	4
76	Z	1	0	0	0	0	1
77	DB	1	1	1	1	1	5
78	JV	1	1	1	1	0	4
79	S	0	0	0	1	0	1
80	ci	1	1	1	1	0	4
81	Ts	0	0	0	0	0	0
82	A	1	1	1	1	1	5
83	K	1	1	1	1	1	5
84	FLH	1	1	1	0	0	3
85	Nj	0	0	0	0	0	0
86	a	1	1	1	1	0	4
87	Ni	1	1	1	1	1	5
88	a	1	1	1	1	0	4
89	T	1	1	1	1	1	5
90	m	1	0	1	0	1	3
91	AlO	1	1	1	1	0	4
92	AR	1	0	0	0	0	1
93	RFM	1	1	1	0	0	3
94	T	0	0	0	0	0	0
95	R	1	1	1	1	1	5
96	na	1	1	1	0	1	4
97	FG	1	1	1	1	1	5
98	s	1	1	1	1	1	5
99	FHI	1	1	0	0	0	2
100	DOR	1	1	1	1	1	5
101	oc	1	0	0	0	1	2
102	Vr	1	1	1	1	1	5
103	YA	1	1	1	1	1	5
104	na	0	1	1	1	0	3



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun ti

## TABULASI DATA PENELITIAN SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

NO	Inisial	Pengungkapan Diri														TOTAL
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	
1	r	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	39
2	j	1	1	1	2	3	4	4	3	2	4	4	2	1	3	35
3	K	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	35
4	i	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	34
5	ZF	1	3	3	2	4	3	3	3	4	4	3	4	2	4	43
6	FSC	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	35
7	a	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	36
8	AE	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	37
9	MHS	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	40
10	z	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	48
11	Di	3	3	3	2	2	2	2	1	1	2	1	3	2	3	30
12	F	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	39
13	Di	3	3	4	3	3	3	2	2	2	4	3	2	3	3	40
14	Fe	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	36
15	na	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	40
16	N	3	3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	2	4	3	43
17	ER	2	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	34
18	R	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
19	FAH	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	37
20	Y	2	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	44
21	s	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	46
22	AA	3	3	4	4	3	3	2	3	4	1	1	3	2	3	39
23	Diremehkan	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	49
24	a	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	51
25	na	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	37
26	Di	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	41
27	NS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56
28	San	2	3	3	1	2	3	1	4	3	3	4	1	4	3	37

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun ti

29	HA	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	40
30	sh	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	35
31	ya	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	39
32	MH	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	44
33	ADN	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	35
34	AA	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	3	35
35	AR	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	41
36	NIMZ	1	1	1	4	3	4	4	4	4	4	4	1	1	2	38
37	nfpr	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	39
38	Ma	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	3	3	46
39	S	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	35
40	niken	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	39
41	VS	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	34
42	n	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	38
43	ss	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	36
44	Nas	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	34
45	FH	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	50
46	M	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	2	36
47	P	2	1	1	1	4	4	1	1	1	1	4	1	2	1	25
48	sherina	3	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	36
49	D	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	36
50	A	2	2	3	3	1	3	3	2	2	2	2	3	3	2	33
51	AG	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
52	AL	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	39
53	S	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	40
54	na	3	3	3	4	3	3	2	3	1	3	3	3	4	3	41
55	NKNP	2	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	2	37
56	ya	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	40
57	ASA	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	35
58	H	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	36
59	SM	2	2	4	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	3	40
60	dnaasrg	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	40

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin.

61	Slm	2	3	2	2	1	4	2	3	4	3	3	4	3	2	38
62	AS	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	35
63	R	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	47
64	An	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	35
65	U	3	3	3	4	3	2	3	1	2	2	2	2	4	3	37
66	ya	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	39
67	Al	1	2	2	2	3	3	4	2	2	4	3	2	3	2	35
68	R	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	38
69	a	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	38
70	A	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	37
71	BG	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
72	Di	1	3	1	3	3	4	3	2	1	3	3	3	3	1	34
73	Cii	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	36
74	ND	3	2	2	4	2	3	4	3	4	4	3	4	3	3	44
75	H	3	4	4	2	4	3	4	2	1	3	2	4	4	4	44
76	Z	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	42
77	DB	1	2	2	4	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	42
78	JV	4	4	1	4	4	4	2	4	1	1	4	1	1	3	38
79	S	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	3	3	4	3	39
80	ci	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	45
81	Ts	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	35
82	A	1	2	4	4	4	3	3	1	3	3	3	2	2	2	37
83	K	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	2	3	39
84	FLH	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	36
85	Nj	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	34
86	a	3	2	3	3	4	4	2	2	2	4	4	1	2	2	38
87	Ni	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	1	3	3	37
88	a	3	3	1	3	4	3	4	3	3	4	4	2	2	3	42
89	T	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	41
90	m	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	41

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun ti

91	AI0	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	39
92	AR	3	3	3	3	4	3	2	1	2	2	2	3	3	3	37
93	RFM	3	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3	33
94	T	3	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	37
95	R	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	45
96	na	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	2	4	4	4	37
97	FG	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	33
98	s	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	43
99	FHI	3	3	3	4	2	2	4	2	3	3	3	2	2	3	39
100	DOR	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	37
101	oc	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56
102	Vr	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	38
103	YA	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	44
104	na	2	2	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	38



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN J

### UJI ASUMSI KLASIK

UIN SUSKA RIAU

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HASIL UJI ASUMSI (Uji Normalitas, Uji Linearitas)

### 1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
Z		104
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.73930144
Most Extreme Differences	Absolute	.077
	Positive	.077
	Negative	-.054
Test Statistic		.077
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		.150
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>d</sup>	Sig.	.135
	99% Confidence Interval	Lower Bound
		.126
		Upper Bound
		.144

- a. Test distribution is Normal.  
 b. Calculated from data.  
 c. Lilliefors Significance Correction.  
 d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

### 2. Uji Linearitas

Kesepian dan Menyakiti diri

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
y (menyakiti diri) * X (Kesepian)	Between Groups	(Combined)	413.374	5	82.675	5.789
		Linearity	343.105	1	343.105	24.024
		Deviation from Linearity	70.270	4	17.567	1.230
	Within Groups		1399.602	98	14.282	
	Total		1812.977	103		

Menyakiti diri dan Pengungkapan diri

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
y (menyakiti diri) * Z (Pengungkapan Diri)	Between Groups	(Combined)	456.436	21	21.735	1.314
		Linearity	72.646	1	72.646	4.391
		Deviation from Linearity	383.790	20	19.190	1.160
	Within Groups		1356.540	82	16.543	
	Total		1812.977	103		

### 3. Uji Heteroskedasitas

Model	Coefficients <sup>a</sup>		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Unstandardized Coefficients Std. Error			
(Constant)	.038	1.637		.023	.981
X (Kesepian)	.203	.118	.168	1.714	.090
Z (Pengungkapan Diri)	.062	.042	.143	1.462	.147

a. Dependent Variable: Abs\_RES

### 4. Uji Multikolinearitas

#### Kesepian dan Pengungkapan Diri

Model	Coefficients <sup>a</sup>		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Unstandardized Coefficients Std. Error				Tolerance	VIF
1	(Constant)	37.475	1.000	37.465	<.001		
	X (Kesepian)	.478	.274	.170	1.745	.084	1.000 1.000

a. Dependent Variable: Z (Pengungkapan Diri)

#### Kesepian, Pengungkapan Diri dan Menyakitit Diri

Model	Coefficients <sup>a</sup>		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Unstandardized Coefficients Std. Error				Tolerance	VIF
1	(Constant)	.323	3.048	.106	.916		
	X (Kesepian)	1.011	.220	.413	4.588 <.001	.971	1.030
	Z (Pengungkapan Diri)	.113	.079	.130	1.443	.152	.971 1.030

a. Dependent Variable: y (menyakiti diri)

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  - Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 5. Uji Korelasi Pearson

**Correlations**

	X (Kesepian)	y (menyakiti diri)	Z (Pengungkapan Diri)
X (Kesepian)	Pearson Correlation	1	.435**
	Sig. (2-tailed)		<.001
	N	104	104
y (menyakiti diri)	Pearson Correlation	.435**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	104	104
Z (Pengungkapan Diri)	Pearson Correlation	.170	.200*
	Sig. (2-tailed)	.084	.042
	N	104	104

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## LAMPIRAN K

### UJI HIPOTESIS

UIN SUSKA RIAU

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 1. Uji ANOVA

## Kesepian dan Menyakiti Diri

 ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	343.105	1	343.105	23.809	<.001 <sup>b</sup>
	Residual	1469.872	102	14.411		
	Total	1812.977	103			

a. Dependent Variable: y (menyakiti diri)

b. Predictors: (Constant), X (Kesepian)

## Kesepian dan Pengungkapan diri

 ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	69.071	1	69.071	3.046	.084 <sup>b</sup>
	Residual	2312.890	102	22.675		
	Total	2381.962	103			

a. Dependent Variable: Z (Pengungkapan Diri)

b. Predictors: (Constant), X (Kesepian)

## Kesepian, Menyakiti diri Sendiri, Pengungkapan diri

 ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	372.792	2	186.396	13.072	<.001 <sup>b</sup>
	Residual	1440.185	101	14.259		
	Total	1812.977	103			

a. Dependent Variable: y (menyakiti diri)

b. Predictors: (Constant), Z (Pengungkapan Diri), X (Kesepian)

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

 2. Uji Model Summary  
 Kesepian dan Menyakiti Diri

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.435 <sup>a</sup>	.189	.181	3.796

a. Predictors: (Constant), X (Kesepian)

b. Dependent Variable: y (menyakiti diri)

## Kesepian dan Pengungkapan diri

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.170 <sup>a</sup>	.029	.019	4.762

a. Predictors: (Constant), X (Kesepian)

b. Dependent Variable: Z (Pengungkapan Diri)

## Kesepian, Menyakiti diri Sendiri, Pengungkapan diri

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.453 <sup>a</sup>	.206	.190	3.776

a. Predictors: (Constant), Z (Pengungkapan Diri), X (Kesepian)

b. Dependent Variable: y (menyakiti diri)

### 3. Uji Regresi

#### Kesepian dan Menyakiti Diri

Model	Coefficients <sup>a</sup>			t	Sig.
	B	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients		
		Beta			
1	(Constant)	4.569	.797	5.729	<.001
	X (Kesepian)	1.065	.218	.435	4.879
					<.001

a. Dependent Variable: y (menyakiti diri)

#### Kesepian dan Pengungkapan diri

Model	Coefficients <sup>a</sup>			t	Sig.
	B	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients		
		Beta			
1	(Constant)	37.475	1.000		37.465
	X (Kesepian)	.478	.274	.170	1.745
					.084

a. Dependent Variable: Z (Pengungkapan Diri)

#### Kesepian, Menyakiti diri Sendiri, Pengungkapan diri

Model	Coefficients <sup>a</sup>			t	Sig.
	B	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients		
		Beta			
1	(Constant)	.323	3.048	.106	.916
	X (Kesepian)	1.011	.220	.413	4.588
	Z (Pengungkapan Diri)	.113	.079	.130	1.443
					.152

a. Dependent Variable: y (menyakiti diri)

### 4. Uji Mediasi

Run MATRIX procedure:

\*\*\*\*\* PROCESS Procedure for SPSS Version 4.2 \*\*\*\*\*

Written by Andrew F. Hayes, Ph.D. [www.afhayes.com](http://www.afhayes.com)

Documentation available in Hayes (2022). [www.guilford.com/p/hayes3](http://www.guilford.com/p/hayes3)

\*\*\*\*\*

\*\*

Model : 4

Y : y1

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

 X : x  
 M : z  
 Sample  
 Size: 104

\*\*\*\*

\*\*

OUTCOME VARIABLE:

z

Model Summary

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,1703	,0290	22,6754	3,0461	1,0000	102,0000	,0839

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	37,4753	1,0003	37,4649	,0000	35,4913	39,4594
x	<b>,4779</b>	,2738	1,7453	,0839	-,0652	1,0210

Standardized coefficients

coeff
x ,1703

\*\*\*\*

\*\*

OUTCOME VARIABLE:

y1

Model Summary

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,4535	,2056	14,2593	13,0719	2,0000	101,0000	,0000

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	,3229	3,0475	,1059	,9158	-5,7226	6,3684
x	<b>1,0109</b>	,2203	4,5879	,0000	,5738	1,4480
z	<b>,1133</b>	,0785	1,4429	,1521	-,0425	,2691

Standardized coefficients

coeff
x ,4129
z ,1299

\*\*\*\*\* TOTAL EFFECT MODEL \*\*\*\*

\*\*\*\*

OUTCOME VARIABLE:

y1

Model Summary

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,4350	,1892	14,4105	23,8094	1,0000	102,0000	,0000

## Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	4,5686	,7974	5,7293	,0000	2,9870	6,1503
x	1,0651	,2183	4,8795	,0000	,6321	1,4980

## Standardized coefficients

	coeff
x	,4350

\*\*\*\*\* TOTAL, DIRECT, AND INDIRECT EFFECTS OF X ON Y \*\*\*\*\*

## Total effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	ULCI	c'_cs
1,0651	,2183	4,8795	,0000	,6321	1,4980	,4350

## Direct effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	ULCI	c'_cs
1,0109	,2203	4,5879	,0000	,5738	1,4480	,4129

## Indirect effect(s) of X on Y:

Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	
z	,0541	,0590	-,0187	,2103

## Completely standardized indirect effect(s) of X on Y:

Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	
z	,0221	,0243	-,0076	,0857

\*\*\*\*\* ANALYSIS NOTES AND ERRORS \*\*\*\*\*

## Level of confidence for all confidence intervals in output:

95,0000

## Number of bootstrap samples for percentile bootstrap confidence intervals:

5000

---- END MATRIX ----



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN L

### SURAT PENELITIAN

**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**كلية علم النفس**  
**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampahan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

**Nomor** : B-311E/Un.04/F.VI/PP.00.9/02/2025  
**Sifat** : Biasa  
**Lampiran** :  
**Hal** : Mohon Izin Pra Riset

Pekanbaru, 07 Februari 2025

Kepada Yth.  
 Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
 Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
 Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini  
 menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Dina Maulina Br Siregar  
 NIM : 12160123185  
 Jurusan : Psikologi S1  
 Semester : VIII (Delapan)

akan melakukan pra riset di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang  
 berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Kesepian Dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Pada Mahasiswa  
 Dengan Pengungkapan Diri Sebagai Variabel Mediator".*

untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin riset yang bersangkutan  
 dalam rangka penyelesaian penyusunan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima  
 kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.  
 Dekan,

  
 Dr. Kyurradi, M.Pd  
 NIP. 19671212 199503 1 001

**KOMISI ETIK PENELITIAN**  
**ETHICAL REVIEW UNIT FOR RESEARCH AND DEVELOPMENT**

Nomor/Number : 327/Un.04/L.1/TL.01/05/2025

## KETERANGAN KELAIKAN ETIK ETHICAL CLEARANCE

Komisi Etik Penelitian Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UIN Sultan Syarif Kasim Riau dalam upaya melindungi hak azasi dan kesejahteraan subjek penelitian, telah mengkaji dengan teliti proposal/protokol penelitian yang beriudul:

The Research Ethics Commission of the Research and Community Service Institute of UIN Sultan Syarif Kasim Riau in an effort to protect the rights and welfare of research subjects, has carefully reviewed the research proposal/protocol entitled:

Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Mahasiswa dengan Pengungkapan Diri Sebagai Variabel Mediator

## *The Relationship between Loneliness and Self-Harm Behavior in College Students with Self-Disclosure as a Mediator Variable*

Peneliti Utama : Dina Maulina Br Siregar

### *Principal Researcher*

Anggota Peneliti

### *Member of The Researchers*

Naam Instituut:

• Fakultas Psikologi

dan telah menyetujui proposal/protokol penelitian tersebut di atas.

and approved the above mentioned research proposal/protocol.

Mengetahui  
Ketua LP2M,  
*Chairman of LP2M*

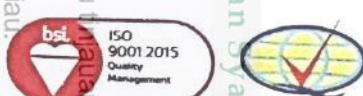
Prof. Dr. Leny Nofianti, MS, SE, M.Si.Ak  
NIP. 19751112 199903 2 001

Pekanbaru, 5 Mei 2025

Ketua

*Chairman*

drh. Rahmi Febriyanti, M.Sc  
NIP.19840208 200912 2 002





KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Nomor  
Sifat  
Lampiran  
Hal

: B-841E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025  
: Biasa  
: -  
: Mohon Izin Try Out Penelitian

Pekanbaru, 15 Mei 2025

Kepada Yth.  
1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
2. Rektor Universitas Riau  
3. Rektor Universitas Islam Riau  
4. Rektor Universitas Muhammadiyah Riau  
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa:

Nama	:	Dina Maulina Br Siregar
NIM	:	12160123185
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	VIII (Delapan)

akan melakukan *try out* penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian/ skripsi / tesis, yaitu:

*"Hubungan Kesepian Dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Pada Mahasiswa Dengan Pengungkapan Diri Sebagai Variabel Mediator".*

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin *try out* kepada yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum wr wb,  
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd  
NIP. 19671212 199503 1 001

Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.

Token : UfRmd6Fd



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004  
Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

20 Februari 2025

Nomor : B- 506 /Un.04/WR.I/TL.00/02/2025  
Sifat : Biasa  
Lamp : -  
Hal : Izin Try Out Penelitian

Yth. 1. Dekan Fakultas \_\_\_\_\_  
2. Kepala Bagian \_\_\_\_\_  
UIN Suska Riau

Pekanbaru

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, menindaklanjuti surat Dekan Fakultas Psikologi Nomor: B-346E/Un.04/F.VI/PP.00.9/02/2025 tanggal 13 Februari 2025 hal Mohon izin Try Out Penelitian Tugas Akhir/Skripsi, maka kami minta kepada Saudara agar dapat membantu Penelitian nama tersebut di bawah ini :

Nama : Dina Maulina Br Siregar  
NIM : 12160123185  
Program Studi : Psikologi S1

Untuk dapat melaksanakan Penelitian dan Pengambilan Data guna mendapatkan Data dan Informasi yang terkait dengan Judul Penelitian: "Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Mahasiswa dengan Pengungkapan Diri sebagai Variabel Mediator" pada unit kerja saudara.

Demikian kami sampaikan atas kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Wassalam  
a.n. Rektor  
Wakil Rektor Bidang Akademik  
dan Pengembangan Lembaga

Prof. Dr. Hj. Helmiati, M.Ag.  
NIP. 19700222 199703 2 001

Tembusan  
Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (sebagai laporan)



2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tolong masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



Nomor  
Sifat  
Lampiran  
Hal

- Undang-Undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**كلية علم النفس**  
**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail:fpsi@uin-suska.ac.id

: B-832E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025  
: Biasa  
: -  
: Mohon Izin Riset

Pekanbaru, 15 Mei 2025

Kepada Yth.  
1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
2. Rektor Universitas Riau  
3. Rektor Universitas Islam Riau  
4. Rektor Universitas Muhammadiyah Riau  
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama	:	Dina Maulina Br Siregar
NIM	:	12160123185
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	VIII (Delapan)

akan melakukan riset penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Kesepian Dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Pada Mahasiswa Dengan Pengungkapan Diri Sebagai Variabel Mediator".*

untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.  
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd  
NIP. 19671212 199503 1 001





UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Jl. H.R. Soebrantas KM 15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004  
Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

Nomor : B-1304 /Un.04/WR.I/TL.00/05/2025  
Sifat : Biasa  
Lamp. : -  
Hala : Izin Riset

23 Mei 2025

Yth. 1. Dekan Fakultas \_\_\_\_\_  
2. Kepala PTIPD \_\_\_\_\_  
3. Kepala Bagian \_\_\_\_\_  
pada UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
Pekanbaru

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, menindaklanjuti surat Dekan Fakultas Psikologi Nomor: B-832E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025 tanggal 15 Mei 2025 hal Mohon izin Riset Skripsi/Tesis, maka kami minta kepada Saudara agar dapat membantu Penelitian nama tersebut di bawah ini :

**Nama : Dina Maulina Br Siregar**  
**NIM : 12160123185**  
**Program Studi : Psikologi S1**

Untuk dapat melaksanakan Riset dan Pengambilan Data guna mendapatkan Data dan Informasi yang terkait dengan Judul Penelitian: "Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Mahasiswa dengan Pengungkapan Diri sebagai Variabel Mediator" pada unit kerja saudara.

Demikian kami sampaikan atas kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Wassalam  
a.n. Rektor  
Wakil Rektor Bidang Akademik  
dan Pengembangan Lembaga

Prof. Dr. Hj. Helmiati, M.A.  
NIP. 19700222 199703 2 001

Tembusan  
Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (sebagai laporan)



UN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS RIAU

Kampus Bina Widya Km. 12,5 Simpang Baru Pekanbaru 28293  
Telepon (0761) 63266 Faksimile (0761) 63279  
Laman [www.unri.ac.id](http://www.unri.ac.id)

SURAT IZIN

Nomor : 21714/UN19.5.2.1/TU.00.00/2025

Berdasarkan surat dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Nomor: B-832E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025 dan B-841E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025, tanggal 15 Mei 2025, Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Riau dengan ini memberi izin kepada:

Nama : Dina Maulina Br Siregar  
NIM : 12160123185  
Universitas Asal : UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
Program Studi : S1 Psikologi  
Lokasi Penelitian : Universitas Riau

Untuk melakukan riset dan try out dengan Judul Penelitian "*Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Mahasiswa dengan Pengungkapan Diri sebagai Variabel Mediator*", dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan riset dan try out dalam pengumpulan data ini.
2. Pelaksanaan kegiatan riset dan try out ini berlangsung selama 3 (tiga) bulan terhitung mulai tanggal surat izin ini dikeluarkan.

Demikian surat izin ini diberikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 17 Juni 2025

Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan,



Dessy Riasari,SE.,Ak.,MM  
NIP 197012112002122001

Tembusan:  
Rektor Universitas Riau



Catatan :

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSE



UIN SUSKA RIAU



Surat Izin Riset  
Nomor Lamp. Perihal

Surat Izin Riset  
Nomor Lamp. Perihal  
Kepada

# YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU UNIVERSITAS ISLAM RIAU

الجامعة الإسلامية سلطان سعفان

Alamat: Jalan Kahanuddin Nasution No. 113, Marpoyan, Pekanbaru, Riau, Indonesia - 28284  
Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Email: [info@uir.ac.id](mailto:info@uir.ac.id) Website: [wwwuir.ac.id](http://wwwuir.ac.id)

1807 /E UIR/27-2025

Pekanbaru, 22 Mei 2025 M  
24 Dzulqaidah 1446 H

IZIN RISET

Yth. DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
Di  
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,  
Dengan hormat, teriring salam dan do'a semoga Bapak berada dalam keadaan sehat dan  
sukses selalu, Aamiin.

Memperhatikan surat Bapak Nomor : B-832/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025 tanggal 15 Mei  
2025, perihal izin riset mahasiswa atas nama:

Nama : **Dina Maulina Br Siregar**  
NPM : 12160123185  
Program Studi : Psikologi (S1)  
Judul Penelitian : Hubungan Kesepekan Dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Pada  
Mahasiswa Dengan Pengungkapan Diri Sebagai Variabel Mediator

Maka bersama ini disampaikan bahwa permohonan izin riset mahasiswa yang  
bersangkutan pada prinsipnya dapat kami setujui, untuk melakukan pengumpulan data  
dan informasi pada Universitas Islam Riau, dengan ketentuan yang bersangkutan dapat  
mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Riau.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan  
terimakasih.

Wassalam  
Wakil Rektor Bidang Akademik,  
Riset dan Inovasi



Tembusan :  
Sdr. Dina Maulina Br Siregar di Pekanbaru.

UIN SUSKA RIAU

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



# UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH RIAU

Kampus : Jl. Tuanku Tambusai, Pekanbaru 28294  
: Telp./Fax. (0761) 839577

e-mail : [umri@umri.ac.id](mailto:umri@umri.ac.id)

<http://www.umri.ac.id>

Nomor: 867 /II.3.AU/D/1/2025

09 Dzulhijjah 1446 H  
31 Mei 2025 M

Lamp : -

Hal : Balasan izin Penelitian

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau  
di

Tempat

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Do'a dan harapan kami mudah-mudahan kita semua senantiasa berada dalam lindungan Allah SWT serta sukses dalam menjalankan aktivitas sehari – hari, Amin.

Selanjutnya, sehubungan dengan surat dari Dekan Fakultas Psikologi Nomor B-841E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2025 perihal Permohonan Izin Penelitian, maka dengan ini kami memberikan izin Penelitian kepada mahasiswa :

Nama	:	Dina Maulina Br Siregar
Nim	:	12160123185
Program Studi	:	Psikologi
Judul Penelitian	:	"Hubungan Kesepian Dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Pada Mahasiswa Dengan Pengungkapan Diri Sebagai Variabel Mediator."

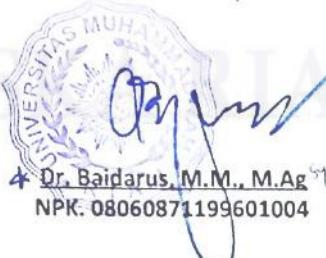
Perlu kami informasikan bahwa Universitas Muhammadiyah Riau dapat memberikan data-data untuk penelitian selama data tersebut tidak bersifat rahasia dan yang bersangkutan bersedia mematuhi ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Riau.

Demikianlah hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapan terima kasih.

*Wassalâmu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

An. Rektor,

Wakil Rektor II,

  
**Dr. Baidarus, M.M., M.Ag.**  
 NPK. 08060871199601004

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Jl. H.R. Soebrantas KM. 15 No.155 Tuahmadani Kec. Tuahmadani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004  
Telepon : (0761) 5780056 Web: www.uin-suska.ac.id, E-mail: rektor04@uin-suska.ac.id

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor 203 /Un.04/06/2025

Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Dina Maulina Br Siregar  
NIM : 12160123185  
Tempat/Tgl. Lahir : Sei Tapung, 20 Mei 2003  
Program Studi : Psikologi

yang bersangkutan benar telah selesai melaksanakan Riset di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, terhitung tanggal 20 Februari 2025 s.d. 23 Mei 2025 dengan judul penelitian: "Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Mahasiswa dengan Pengungkapan Diri sebagai Variabel Mediator".

Demikian Surat Keterangan ini dikeluarkan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 20 Juni 2025  
a.n. Rektor  
Wakil Rektor Bidang Akademik  
dan Pengembangan Lembaga

Prof. Dr. Hj. Helmiati, M.Ag.  
NIP. 19700222 199703 2 001

Tembusan

Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (sebagai laporan)



2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU



UN SUSKA RIAU



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS RIAU

Kampus Bina Widya Km. 12,5 Simpang Baru Pekanbaru 28293  
Telepon (0761) 63266 Faksimile (0761) 63279  
Laman [www.unri.ac.id](http://www.unri.ac.id)

SURAT KETERANGAN

Nomor : 24225/UN19.5.2.1/TU.00.01/2025

Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Riau dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	:	Dina Maulina Br Siregar
NIM	:	12160123185
Universitas	:	UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Jurusan	:	S1 Psikologi
Semester	:	VIII (Delapan)

Sehubungan dengan surat izin penelitian nomor : 21714/UN19.5.2.1/TU.00.00/2025 tanggal 15 Juni 2025, yang mana mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan riset dan *try out* dengan bukti laporan hasil penelitian yang berjudul "*Hubungan Kesepeian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Mahasiswa dengan Pengungkapan Diri sebagai Variabel Mediator*".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 30 Juni 2025

Kepala Biro Akademik dan Kemahasiswaan,



Dessy Riasari,SE.,Ak.,MM  
NIP 197012112002122001

UIN SUSKA RIAU

Catatan :

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSsE



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

# YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM (YLPI) RIAU UNIVERSITAS ISLAM RIAU

جامعة إسلامية رياو

Alamat: Jalan Kaharuddin Nasution No. 113, Marpoyan, Pekanbaru, Riau, Indonesia - 28284  
Telp. +62 761 674674 Fax. +62 761 674834 Email: info@uir.ac.id Website: wwwuir.ac.id

## SURAT KETERANGAN

Nomor : 2111 /A-UIR/5-2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **Dr. Admiral, S.H., M.H.**  
NPK : 08 01 02 332  
Jabatan : Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan, Alumni, Kerjasama dan  
Dakwah Islamiyah Universitas Islam Riau

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **Dina Maulina Br Siregar**  
NIM : 12160123185  
Program Studi : Psikologi  
Universitas : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

telah melaksanakan Riset di Universitas Islam Riau untuk memperoleh data dalam penyusunan Skripsi dengan judul "**Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Pada Mahasiswa Dengan Pengungkapan Diri Sebagai Variabel Mediator**".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 19 Juni 2025 M  
23 Dzulhijah 1446 H

Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan, Alumni,  
Kerjasama dan Dakwah Islamiyah,



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



# UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH RIAU

Kampus : Jl. Tuanku Tambusai, Pekanbaru 28294  
: Telp./Fax. (0761) 839577

e-mail : umri@umri.ac.id

<http://www.umri.ac.id>

## SURAT KETERANGAN

Nomor: 53 /II.3.AU/D/1/2025

Biro Sumber Daya Manusia dan Umum Universitas Muhammadiyah Riau (UMRI) dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	: Dina Maulina Br Siregar
NIM	: 12160123185
Program Studi	: Psikologi (S1)
Fakultas	: Psikologi

Benar telah mengadakan penelitian di Universitas Muhammadiyah Riau pada tanggal 20 Februari – 23 Mei 2025 guna melengkapi data pada penyusunan Skripsi yang berjudul: *"Hubungan Kesepian dan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri Pada Mahasiswa Dengan Pengungkapan Diri Sebagai Variabel Mediator"*.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 16 Muharram 1447 H  
11 Juli 2025 M

An. Wakil Rektor II  
Ub  
Biro Sumber Daya Manusia & Umum

  
Raja Suci Harlizah, MM   
NPK. 08 090482 2008 02 032

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



## RIWAYAT HIDUP

Dina Maulina Br Siregar, akrab disapa Dina, lahir di Sei Tapung pada tanggal 20 Mei 2003. Merupakan anak pertama dari tiga bersaudara, putri dari pasangan Lukman Elly Hakim Siregar dan Hartiningsih. Riwayat pendidikan dimulai dari SD Negeri 002 Tandun, dilanjutkan ke SMP Negeri 2 Tandun, kemudian menempuh pendidikan menengah atas di SMA Negeri 1 Tandun. Setelah menyelesaikan pendidikan menengah, melanjutkan studi ke Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Selama masa perkuliahan, aktif mengikuti berbagai kegiatan organisasi dan kepanitiaan, di antaranya sebagai **staf** bidang Manajemen Sumber Daya Mahasiswa (MSDM) di Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) Psikologi, serta menjabat sebagai Bendahara Umum di Senat Mahasiswa Fakultas Psikologi.

Berkat petunjuk dan pertolongan Allah SWT, serta doa dan dukungan yang tiada henti dari kedua orang tua, seluruh proses akademik di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dapat dilalui dengan baik. Alhamdulillah, tugas akhir ini akhirnya dapat diselesaikan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Menyadari bahwa kesempurnaan hanya milik Allah SWT, maka dengan segala kerendahan hati, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Kritik dan saran dapat disampaikan melalui surel: [dinamaulina3005@gmail.com](mailto:dinamaulina3005@gmail.com).