



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

## **Peran *Alexithymia* sebagai Prediktor *Nonsuicidal Self-Injury* pada Mahasiswa**

FEREN ALIA HIDAYAT & DIAN KARTIKA AMELIA ARBI\*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### **ABSTRAK**

Menyakiti diri sendiri adalah permasalahan yang perlu diperhatikan pada mahasiswa. Mahasiswa mengalami berbagai tantangan dalam kehidupan yang menimbulkan stres. Salah satu faktor risiko *nonsuicidal self-injury* adalah *alexithymia*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *alexithymia* sebagai prediktor perilaku *nonsuicidal self-injury* pada mahasiswa. Desain penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan prosedur survei. Penelitian dilakukan pada mahasiswa berusia 18-25 tahun yang pernah menyakiti diri sendiri tanpa niat bunuh diri dengan jumlah partisipan sebanyak 84 orang. Alat ukur psikologi yang digunakan adalah *Toronto Alexithymia Scale (TAS-20)* milik Bagby, Taylor, Parker (1994) dan *The Inventory of Statements About Self-injury (ISAS)* milik Klonsky dan Glenn (2009). Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan peran signifikan *alexithymia* sebagai prediktor *nonsuicidal self-injury* pada mahasiswa dengan korelasi antar variabel bersifat positif ( $(F(1, 82) = 5,37; p = 0,023; R^2 = 0,0614)$ ).

**Kata kunci:** *alexithymia, mahasiswa, nonsuicidal self-injury*

### **ABSTRACT**

*Nonsuicidal self-injury is a problem that students need to pay attention to. Students experience various challenges in life that cause stress. One risk factor for non-suicidal self-injury is alexithymia. This study aims to determine the role of alexithymia as a predictor of nonsuicide self-injury behavior in students. The research design uses a quantitative approach with survey procedures. Research: Research was conducted on students aged 18-25 years who had hurt themselves without suicidal intent with a total of 84 participants. The psychological measuring tools used are the Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) belonging to Bagby, Taylor, Parker (1994) and The Inventory of Statements About Self-injury (ISAS) belonging to Klonsky and Glenn (2009). Data analysis was carried out using simple correlation and linear regression techniques. The results of the study showed a significant role of alexithymia as a predictor of nonsuicide self-injury in students with the correlation between variables being positive ( $(F(1, 82) = 5,37; p = 0,023; R^2 = 0,0614)$ ).*

**Keywords:** *alexithymia, nonsuicidal self-injury, students*

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: dian.kartika@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

WHO (2018) menyatakan bahwa perilaku menyakiti diri sendiri dan bunuh diri merupakan penyebab kematian tertinggi kedua di dunia bagi usia 18-29 tahun. Berdasarkan survei YouGov Omnibus pada Juni tahun 2019 yang melibatkan 1.018 penduduk Indonesia, terdapat 36,9% orang atau setara dengan lebih dari sepertiga penduduk Indonesia yang pernah menyakiti diri sendiri dengan sengaja. Prevalensi tertinggi yang ditemukan dari survei tersebut terdapat pada kelompok usia 18-24 tahun (Sasonto, 2020). Tingkat prevalensi menyakiti diri sendiri ditemukan lebih tinggi pada mahasiswa (20%) daripada populasi dewasa muda yang lebih luas (13,4%) (Swannell dkk., 2014).

Bagi sebagian besar individu, menjadi dewasa memerlukan masa transisi yang panjang dan melibatkan banyak penyesuaian. Peralihan dari masa remaja ke masa dewasa disebut dengan masa *emerging adult*, yaitu pada usia 18-25 tahun (Arnett, 2018). Terdapat lima ciri utama masa *emerging adult*, yaitu mencari identitas/eksplorasi identitas, ketidakstabilan, fokus pada diri sendiri, tidak merasa dirinya remaja ataupun dewasa seutuhnya, dan masa dimana banyak kemungkinan yang dapat terjadi (Arnett, 2018). Mahasiswa termasuk dalam individu dalam tahap perkembangan *emerging adult*. Terdapat berbagai tantangan dalam kehidupan mahasiswa, yaitu ketidakstabilan dalam hal pendidikan, pekerjaan, dan percintaan; transisi dari SMA ke perguruan tinggi; tantangan akademis dalam perkuliahan; serta upaya membangun karir baru di bidang tertentu.

Menyakiti diri sendiri tanpa niat bunuh diri atau disebut juga *Nonsuicidal Self-Injury* (NSSI) adalah merusak jaringan-jaringan tubuh secara sengaja tanpa niat bunuh diri untuk alasan yang tidak disetujui secara budaya atau sosial (Klonsky & Glenn, 2009). Meskipun tidak memiliki niat untuk bunuh diri, individu dengan riwayat NSSI memiliki peningkatan risiko bunuh diri (Grandclerc dkk., 2016). Metode perilaku NSSI menggunakan cara yang mungkin menyebabkan pendarahan, memar, atau rasa sakit (membenturkan/memukul diri sendiri, menggigit, membakar, mengukir, menyayat, mencabut luka, menusukkan benda tajam, mencubit, mencabut rambut, menggosok kulit pada permukaan kasar, menggaruk parah, dan menelan bahan kimia) (Klonsky & Glenn, 2009). NSSI dalam penelitian ini dibatasi pada NSSI sebagai lingkup penyimpangan perilaku, bukan NSSI sebagai gangguan berdasarkan kriteria DSM-V.

Individu melaporkan berbagai fungsi untuk melukai diri sendiri, fungsi regulasi emosi adalah yang paling konsisten digunakan (Taylor dkk., 2018). Disregulasi emosi terjadi sebagai respons terhadap emosi yang intens dan berlebihan. Beberapa individu dengan disregulasi emosi tidak mampu mengidentifikasi, memberi nama, atau meregulasi emosi dan melakukan tindakan melukai diri sendiri sebagai cara untuk menghilangkan emosi negatif (Møhl, 2019). Berdasarkan beberapa penelitian, ditemukan bahwa disregulasi emosi berhubungan dengan *alexithymia* (Stasiewicz dkk., 2012). *Alexithymia* merupakan defisiensi regulasi emosi yang ditandai dengan kesulitan ekspresi dan identifikasi emosional dapat berperan dalam NSSI (Sleuwaegen dkk., 2017).

*Alexithymia* menunjukkan kemampuan terbatas dalam mengidentifikasi, menggambarkan, dan mengomunikasikan perasaan seseorang yang mencerminkan kesulitan dalam pengaturan afektif diri (Bagby dkk., 1994). *Alexithymia* adalah sifat kepribadian yang mencakup tiga dimensi inti dari pemrosesan emosional, yaitu kesulitan mengidentifikasi perasaan dan membedakan perasaan (*Difficulty Identifying Feelings* (DIF)), kesulitan menggambarkan perasaan kepada orang lain (*Difficulty Describing Feelings* (DDF)), dan berfokus pada peristiwa eksternal daripada pikiran dan perasaan internal (*Externally Oriented Thinking* (EOT)) (Bagby dkk., 1994).

*Alexithymia* telah ditemukan secara signifikan lebih tinggi pada orang-orang dengan riwayat NSSI (Greene dkk., 2020). Perasaan negatif yang dirasakan individu, seperti perasaan frustrasi, kemarahan, kekosongan, depresi, kecemasan, dll. yang tidak mampu dikontrol menimbulkan pikiran untuk melukai diri sendiri. NSSI digunakan sebagai mekanisme *coping* yang bertujuan untuk mengurangi ketegangan yang tidak menyenangkan. Perilaku tersebut dapat mengaktivasi hormon endorfin sehingga mengurangi perasaan tidak menyenangkan (Møhl, 2019). Pada individu dengan *alexithymia*, rasa sakit secara emosional dapat terekspresikan ketika mengatasi kesulitan dalam merasakan dan mengungkapkan perasaan negatif melalui kata-kata dialihkan dengan menggunakan tubuh (Cerutti dkk., 2018; Raffagnato dkk., 2020).

Selain hubungan *alexithymia* dan NSSI, peran *alexithymia* sebagai prediktor perilaku NSSI pun telah diteliti oleh beberapa penelitian. Borrill dkk. (2009) menemukan bahwa mahasiswa yang melakukan NSSI mendapat skor *alexithymia* yang jauh lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak NSSI. Akan tetapi, hasil penelitian terkait *alexithymia* dan NSSI masih mendapatkan hasil yang tidak konsisten. Terdapat hasil penelitian yang hanya menemukan korelasi yang lemah antara *alexithymia* dan NSSI (Greene dkk., 2021). Selain itu, beberapa studi juga hanya menemukan dimensi tertentu dari *alexithymia* yang berhubungan dengan NSSI (Sleuwaegen dkk., 2017). Tang dkk. (2022) menemukan bahwa hubungan *alexithymia* dan NSSI sepenuhnya dimediasi oleh depresi karena tidak ada hubungan *alexithymia* dengan NSSI.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat terlihat bahwa terdapat ketidakkonsistenan pada penelitian terhadap serta minimnya literatur terkait peran *alexithymia* sebagai prediktor *non-suicidal self injury*. Penelitian ini mempunyai tujuan utama dalam pelaksanaannya, yaitu mengetahui peran *alexithymia* sebagai prediktor perilaku *non-suicidal self injury* pada mahasiswa. Oleh karena itu, hipotesis penelitian ini adalah terdapat peran *alexithymia* sebagai prediktor perilaku *non-suicidal self injury* pada mahasiswa.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Melalui pendekatan ini, fenomena dapat dikaji secara objektif dengan pengukuran yang menguji hubungan kausal antar variabel penelitian (Neuman, 2014). Penulis secara sistematis akan menyajikan kuesioner berisi *item* alat ukur yang sama kepada sejumlah orang dan kemudian mencatat jawabannya untuk mengumpulkan informasi tentang latar belakang, perilaku, keyakinan, atau sikap sejumlah orang (Neuman, 2014). Dalam penelitian ini, variabel independennya adalah *alexithymia* dan variabel dependennya adalah *non-suicidal self-injury*.

### *Partisipan*

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *simple random sampling*. *Simple random sampling* adalah teknik di mana peneliti membentuk kerangka pengambilan sampel dari populasi secara acak tanpa ada pertimbangan strata atau kriteria tertentu karena populasi bersifat homogen sehingga setiap anggota populasi memiliki probabilitas dan peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel penelitian (Neuman, 2014). Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah 1) mahasiswa berusia 18-25 tahun 2) selama menjadi mahasiswa, pernah menyakiti diri sendiri tanpa ada intensi untuk bunuh diri (membenturkan/memukul diri sendiri, menggigit, membakar, mengukir, menyayat, mencabut luka,

menusukkan benda tajam, mencubit, mencabut rambut, menggosok kulit pada permukaan kasar, menggaruk parah, dan menelan bahan kimia) 3) bersedia mengikuti penelitian. Penelitian ini menggunakan bantuan *software G\*Power* untuk penentuan jumlah sampel. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan *a priori: compute required sample size* menghasilkan ukuran efek (Cohen  $f^2$ ) sebesar 0,18, nilai  $\alpha$  sebesar 0,05, dan *power* (1- $\beta$ ) sebesar 0,8 pada jumlah prediktor sebanyak 1. Perhitungan ini mendapatkan hasil sampel yang dibutuhkan minimal, yaitu sebanyak 46 orang. Penulis merekrut 84 partisipan ( $M_{usia}=20,8$ ;  $SD_{usia}=1,06$ ; 76,2% perempuan)

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdapat 2 alat ukur, yaitu *Toronto Alexithymia Scale-20* (TAS-20) disusun oleh Bagby, Taylor, dan Parker (1994) untuk mengukur *alexithymia* pada mahasiswa. *Item* skala ini berjumlah 20 *item* dengan menggunakan skala Likert 5 poin (1 = sangat tidak setuju, 5 = sangat setuju). Selanjutnya, *Inventory of Statements About Self-injury* (ISAS) oleh Klonsky & Glenn (2009) digunakan untuk mengukur frekuensi dan fungsi *nonsuicidal self-injury* pada mahasiswa. ISAS mempunyai 2 bagian untuk mengukur NSSI. Bagian pertama menilai frekuensi seumur hidup dari 12 perilaku NSSI dan bagian kedua menilai 13 fungsi melakukan NSSI. Dalam hasil uji CVI alat ukur TAS-20 dengan besaran 0,96. Reliabilitas kedua alat ukur diuji dengan Cronbach's Alpha menghasilkan bahwa alat ukur TAS-20 ( $\alpha = 0,797$ ) dan ISAS ( $\alpha = 0,886$ ) memiliki reliabilitas yang baik.

#### Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis yang digunakan adalah uji korelasi untuk mengetahui arah dan besaran korelasi antar variabel. Selanjutnya, dilakukan teknik analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui seberapa besar variabel independen dapat memprediksi varians dari variabel dependen. Uji korelasi yang digunakan adalah Spearman's Rho karena distribusi data tidak normal berdasarkan uji asumsi normalitas. Dalam menganalisis data, penelitian ini menggunakan bantuan *software Jamovi 2.3.19 for Mac*.

### HASIL PENELITIAN

Hasil analisis uji deskriptif kedua variabel menghasilkan bahwa variabel *alexithymia* memiliki nilai  $M = 65,3$ ;  $SD = 11,6$ ;  $Min = 28$ ;  $Max = 88$  dan variabel NSSI memiliki nilai  $M = 73,8$ ;  $SD = 12,6$ ;  $Min = 47$ ;  $Max = 104$ .

**Tabel 1. Analisis Korelasi**

Correlation Matrix		Nonsuicidal Self-Injury	Alexithymia
Nonsuicidal Self-Injury	Spearman's rho	—	—
	p-value	—	—
	N	—	—
Alexithymia	Spearman's rho	0.243 *	—
	p-value	0.026	—
	N	84	—

## Correlation Matrix

	Nonsuicidal Self-Injury	Alexithymia
--	-------------------------	-------------

Note. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

Berdasarkan uji korelasi Spearman's Rho, dapat dilihat bahwa variabel *alexithymia* yang berkorelasi positif signifikan dengan variabel NSSI ( $r = 0,243$ ,  $p = 0,026$ ). Hal ini berarti *alexithymia* yang tinggi cenderung disertai dengan perilaku NSSI yang tinggi dan begitu pula sebaliknya.

**Tabel 2. Model Fit Uji Regresi Linear**

Model Fit Measures						
Model	R	R <sup>2</sup>	Overall Model Test			
			F	df1	df2	p
1	0.248	0.0614	5.37	1	82	0.023

Uji regresi linear sederhana menghasilkan model regresi *alexithymia* dapat menjelaskan 6% varians dari *Nonsuicidal Self-Injury* (NSSI) secara signifikan ( $F(1, 82) = 5,37$ ;  $p = 0,023$ ;  $R^2 = 0,0614$ ). Model regresi dapat dikatakan signifikan karena nilai  $p < 0.05$  ( $p = 0,023$ ).

**Tabel 3. Model Coefficients Uji Regresi Linear**

Model Coefficients - Nonsuicidal Self-Injury

Predictor	Estimate	SE	95% Confidence Interval		t	p	Stand. Estimate
			Lower	Upper			
Intercept	56.198	7.704	40.8714	71.525	7.29	< .001	
Alexithymia	0.269	0.116	0.0381	0.501	2.32	0.023	0.248

*Model coefficients* menunjukkan *alexithymia* yang lebih tinggi secara signifikan dapat memprediksi NSSI yang lebih tinggi ( $b = 0,27$ ; 95% CI [0,04; 0,5];  $SE = 0,12$ ;  $t = 2,32$ ;  $p = 0,023$ ). Persamaan garis regresi antara kedua variabel adalah  $Y_i = 56.198 + 0,27 * X_i$ .

Penulis melakukan analisis tambahan, yaitu uji beda jenis kelamin. Sebelumnya, dilakukan uji asumsi normalitas terkait variabel. Hasilnya tidak memenuhi uji asumsi, maka uji beda menggunakan statistik non-parametrik, yaitu uji Mann-Whitney U.

**Tabel 4. Uji Beda Jenis Kelamin**

## Independent Samples T-Test

		Statistic	p	Mean difference	SE difference	Effect Size
Nonsuicidal Self-Injury	Mann-Whitney U	573	0.485	3.00	Rank biserial correlation	0.1047
Alexithymia	Mann-Whitney U	629	0.912	9.49e-6	Rank biserial correlation	0.0172

Nilai  $p$  pada *alexithymia* ( $p = 0,91$ ) dan variabel NSSI ( $p = 0,49$ )  $> 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan.

### DISKUSI

Hal penelitian ini menghasilkan bahwa terdapat peran *alexithymia* sebagai prediktor *Nonsuicidal Self-Injury* (NSSI) secara signifikan dengan korelasi antar variabel bersifat positif. Peran *alexithymia* sebagai prediktor NSSI sejalan dengan penelitian sebelumnya. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Wester & King (2018) terkait *alexithymia*, perilaku menyakiti diri sendiri, dan pola komunikasi keluarga yang menemukan bahwa *alexithymia* memiliki hubungan yang positif signifikan dengan perilaku NSSI pada mahasiswa. Selain itu, penelitian Borrill dkk. (2009) mengenai perilaku menyakiti diri sendiri, mekanisme koping, ruminasi, dan *alexithymia* pada mahasiswa juga menemukan hasil yang sejalan dengan penelitian ini, yaitu mahasiswa yang melaporkan tindakan menyakiti diri sendiri mendapat skor *alexithymia* yang jauh lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tidak menyakiti diri sendiri. Paivio & McCulloch (2004) yang melakukan penelitian terkait *alexithymia*, menyakiti diri sendiri, dan trauma masa kecil, menemukan peran *alexithymia* yang sama pada mahasiswa. Penelitiannya menghasilkan bahwa tingkat *alexithymia* yang lebih tinggi dapat memprediksi tingkat perilaku menyakiti diri sendiri yang lebih tinggi.

Individu dengan *alexithymia* cenderung memiliki kemampuan terbatas untuk mengatasi kondisi stres secara adaptif (Lumley dkk., 2007). *Alexithymia* yang dimiliki oleh mahasiswa dapat memperburuk keadaannya ketika menghadapi tantangan sebagai mahasiswa pada tahap perkembangan *emerging adult*. Individu dengan *alexithymia* mengalami kesulitan untuk memahami perasaannya sehingga ketika mengalami peristiwa-peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, ia tidak dapat meregulasi emosinya dengan baik (Hemming dkk., 2019). Ketidakmampuan mengomunikasikan perasaan membuat individu memilih untuk tidak mengomunikasikan perasaannya melalui kata-kata (Bagby dkk., 1994). Hal tersebut mengakibatkan terdapat kemungkinan individu dengan *alexithymia* memberikan respons fisiologis yang selanjutnya berisiko untuk terlibat dalam NSSI sebagai sebuah strategi *coping* maladaptif (Nock, 2010). Rasa sakit secara emosional yang dialami seseorang dapat terekspresikan dengan menggunakan tubuh dibandingkan melalui kata-kata ketika disregulasi emosional dan perasaan negatif terjadi (Cerutti dkk., 2018; Raffagnato dkk., 2020).

### SIMPULAN

Hasil analisis penelitian menemukan bahwa terdapat peran *alexithymia* sebagai prediktor *Nonsuicidal Self Injury* pada mahasiswa dengan besar daya prediksi *alexithymia* untuk menjelaskan varians dari



perilaku NSSI sebesar 6,14% dan 93,86% lainnya berasal dari faktor lain yang tidak diteliti. Korelasi antar variabel bersifat positif sehingga apabila *alexithymia* meningkat, maka perilaku NSSI juga akan meningkat, begitu pula sebaliknya.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini, yaitu penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross-sectional* yang memiliki keterbatasan waktu. Hal tersebut membuat penelitian ini tidak mampu menjelaskan proses variabel independen (*alexithymia*) memprediksi variabel dependen (NSSI). Proses penyebaran data dilakukan secara daring sehingga penulis tidak dapat melakukan supervisi ketika responden mengisi kuesioner. Hal tersebut mengakibatkan kurangnya kontrol terhadap atensi yang diberikan responden dalam pengisian pertanyaan. Kuesioner berbentuk *self-report* juga memiliki kemungkinan terjadinya respon yang bias dalam pengisiannya. Jumlah sampel dalam penelitian ini masih terlalu sedikit, yaitu 84 partisipan. Selain itu, persebaran subjek tidak merata pada faktor demografis, yaitu usia, jenis kelamin, dan domisili sehingga terjadi perbedaan jumlah yang cukup tinggi pada ketiga kelompok demografis. Hal tersebut mengakibatkan hasil penelitian sulit digeneralisasikan karena sampel yang kurang merepresentasikan populasi.

Saran untuk penelitian selanjutnya terkait topik yang serupa adalah penelitian selanjutnya diharapkan untuk memperluas cakupan pengambilan data sehingga sampel yang didapatkan dapat merepresentasikan populasi penelitian. Selain itu, disarankan untuk menggunakan responden yang lebih banyak dalam penelitian selanjutnya. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* sehingga tidak diketahui bagaimana proses variabel dependen memprediksi variabel independen. Oleh karena itu, penulis menyarankan untuk melakukan studi longitudinal.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Tuhan yang Maha Esa, orang tua penulis, Dian Kartika Amelia Arbi, M.Psi., Psikolog. selaku dosen pembimbing mata kuliah Skripsi, serta seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung penulis dalam menyelesaikan penulisan jurnal artikel ini.

#### DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Feren Alia Hidayat dan Dian Kartika Amelia Arbi tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

#### PUSTAKA ACUAN

Arnet, J. J. (2018). *Adolescence and Emerging Adulthood (6th ed.)*.

Bagby, M., Parker, J. D. a, & Taylor, G. J. (1994). the Twenty-Item Item Selection Toronto and Cross-Validation Structure. *Journal of Psychosomatic research*, 38(1), 23–32.

Borrill, J., Fox, P., Flynn, M., & Roger, D. (2009). Students who self-harm: Coping style, rumination and alexithymia. *Counselling Psychology Quarterly*, 22(4), 361–372.  
<https://doi.org/10.1080/09515070903334607>



- Cerutti, R., Zuffianò, A., & Spensieri, V. (2018). The role of difficulty in identifying and describing feelings in non-suicidal self-injury behavior (NSSI): Associations with perceived attachment quality, stressful life events, and suicidal ideation. *Frontiers in Psychology*, 9(MAR), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00318>
- Grandclerc, S., De Labrouhe, D., Spodenkiewicz, M., Lachal, J., & Moro, M. R. (2016). Relations between nonsuicidal self-injury and suicidal behavior in adolescence: A systematic review. *PLoS ONE*, 11(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0153760>
- Greene, D., Boyes, M., & Hasking, P. (2020). The associations between alexithymia and both non-suicidal self-injury and risky drinking: A systematic review and meta-analysis. Dalam *Journal of Affective Disorders* (Vol. 260, hlm. 140–166). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.08.088>
- Greene, D., Boyes, M., & Hasking, P. (2021). Comparing the roles of behaviour-specific beliefs in the associations between alexithymia and both non-suicidal self-injury and risky drinking: A multi-method assessment of expectancies. *Journal of Affective Disorders Reports*, 4(February), 100115. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100115>
- Hemming, L., Taylor, P., Haddock, G., Shaw, J., & Pratt, D. (2019). A systematic review and meta-analysis of the association between alexithymia and suicide ideation and behaviour. Dalam *Journal of Affective Disorders* (Vol. 254, hlm. 34–48). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.05.013>
- Klonsky, E. D., & Glenn, C. R. (2009). Assessing the Functions of Non-suicidal Self-injury: Psychometric Properties of the Inventory of Statements about Self-injury (ISAS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 31(3), 215–219. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9107-z>
- Lumley, M. A., Neely, L. C., & Burger, A. J. (2007). The assessment of alexithymia in medical settings: Implications for understanding and treating health problems. Dalam *Journal of Personality Assessment* (Vol. 89, Nomor 3, hlm. 230–246). Routledge. <https://doi.org/10.1080/00223890701629698>
- Møhl, B. (2019). Assessment and Treatment of Non-Suicidal Self-Injury: A Clinical Perspective. Dalam *Psychological treatment of cardiac patients*. (1st ed.). Routledge.
- Neuman, W. L. (2014). Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches. Dalam *Teaching Sociology*. <https://doi.org/10.2307/3211488>
- Nock, M. K. (2010). Self-Injury. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 339–363. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
- Raffagnato, A., Angelico, C., Valentini, P., Miscioscia, M., & Gatta, M. (2020). Using the Body When There Are No Words for Feelings: Alexithymia and Somatization in Self-Harming Adolescents. *Frontiers in Psychiatry*, 11(April), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00262>
- Sasonto, A. R. (2020). *Kita Perlu Lebih Serious Membahas "Self Harm" yang Menghantui Anak Muda Indonesia*. <https://www.vice.com/id/article/4agbb3/ciri-gejala-self-harm-anak-muda-indonesia-menyakiti-diri-sendiri-konsultasi-psikologi>

- Sleuwaegen, E., Houben, M., Claes, L., Berens, A., & Sabbe, B. (2017). The relationship between non-suicidal self-injury and alexithymia in borderline personality disorder: "Actions instead of words." *Comprehensive Psychiatry*, 77, 80–88. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2017.06.006>
- Stasiewicz, P. R., Bradizza, C. M., Gudleski, G. D., Coffey, S. F., Schlauch, R. C., Bailey, S. T., Bole, C. W., & Gulliver, S. B. (2012). The relationship of alexithymia to emotional dysregulation within an alcohol dependent treatment sample. *Addictive Behaviors*, 37(4), 469–476. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.12.011>
- Swannell, S. V., Martin, G. E., Page, A., Hasking, P., & St John, N. J. (2014). Prevalence of nonsuicidal self-injury in nonclinical samples: Systematic review, meta-analysis and meta-regression. Dalam *Suicide and Life-Threatening Behavior* (Vol. 44, Nomor 3, hlm. 273–303). Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1111/sltb.12070>
- Tang, W. C., Lin, M. P., Wu, J. Y. W., Lee, Y. T., & You, J. (2022). Mediating role of depression in the association between alexithymia and nonsuicidal self-injury in a representative sample of adolescents in Taiwan. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 16(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13034-022-00477-8>
- Wester, K. L., & King, K. (2018). Family communication patterns and the mediating role of communication competence and alexithymia in relation to nonsuicidal self-injury. *Journal of Mental Health Counseling*, 226–239. <http://www.nber.org/papers/w16019>
- World Health Organization. (2018). *Suicide: Key Facts*. . <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/suicide>