

Pengaruh Loneliness dan Self-Control Terhadap Motivasi Untuk Melakukan Self-Harm Pada Lansia Di Kecamatan Abepura

Sally Putri Karisma¹, Rr. Retno Handasah², Ermelinda Yersin Putri Larung³, Mifta Fariz Prima Putra⁴, Donal Saputra⁵, Delila Anggelina Nahak Seran⁶

^{1,2,3,4}Universitas Cenderawasih,

⁴UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi

⁵Universitas Nusa Cendana

Email: sallyputrikarisma2@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh loneliness (kesepian) dan self-control (pengendalian diri) terhadap motivasi melakukan self-harm pada lansia di Kecamatan Abepura. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional. Sampel penelitian dipilih dengan teknik purposive random sampling dan terdiri dari lansia berusia 60–74 tahun yang terindikasi memiliki riwayat atau indikasi perilaku self-harm. Instrumen yang digunakan meliputi UCLA Loneliness Scale, Skala Self-Control, dan Skala Motivasi Self-Harm yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan regresi linear berganda menggunakan bantuan program SPSS versi 20. Hasil penelitian menunjukkan nilai korelasi berganda (R) sebesar 0,149 dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,022. Hal ini mengindikasikan bahwa hanya 2,2% variasi motivasi self-harm dapat dijelaskan oleh loneliness dan self-control, sementara 97,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Uji simultan menghasilkan nilai F sebesar 0,308 dengan signifikansi 0,737 ($>0,05$), sehingga secara bersama-sama loneliness dan self-control tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi melakukan self-harm. Uji parsial juga menunjukkan hasil serupa, di mana loneliness (sig. 0,493) dan self-control (sig. 0,735) tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi self-harm. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa loneliness dan self-control bukanlah prediktor utama motivasi self-harm pada lansia di Kecamatan Abepura. Faktor-faktor lain, seperti dukungan sosial, kondisi kesehatan fisik, pengalaman hidup, maupun aspek religiusitas, kemungkinan memiliki kontribusi yang lebih besar. Penelitian ini merekomendasikan perlunya kajian lebih lanjut dengan variabel yang lebih luas serta pendekatan mixed-method untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

Kata Kunci: *Loneliness; Self-Control; Self-Harm; Lansia; Motivasi.*

ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of loneliness and self-control on the motivation for self-harm among the elderly in Abepura District. This research uses a quantitative approach with a correlational descriptive design. The research sample was selected using a purposive random sampling technique and consisted of elderly individuals aged 60–74 who were indicated to have a history or signs of self-harm behavior. The instruments used included the UCLA Loneliness Scale, the Self-Control Scale, and the Self-Harm Motivation Scale, all of which had been tested for validity and reliability. Data analysis was performed using multiple linear regression with the help of the SPSS version 20 program. The results showed a multiple correlation value (R) of 0.149 with a coefficient of determination (R^2) of 0.022. This indicates that only 2.2% of the variation in self-harm motivation can be explained by

loneliness and self-control, while the remaining 97.8% is influenced by other factors outside the research model. The simultaneous test resulted in an F-value of 0.308 with a significance of 0.737 (>0.05), indicating that collectively, loneliness and self-control do not have a significant effect on the motivation for self-harm. Partial tests also showed similar results, where loneliness (sig. 0.493) and self-control (sig. 0.735) did not have a significant effect on self-harm motivation.

The conclusion of this study is that loneliness and self-control are not the primary predictors of self-harm motivation among the elderly in Abepura District. Other factors, such as social support, physical health conditions, life experiences, or aspects of religiosity, likely have a greater contribution. This study recommends the need for further research with broader variables and a mixed-method approach to gain a more comprehensive understanding.

Keywords: *Loneliness; Self-Control; Self-Harm; Elderly; Motivation*

© 2025 Sally Putri Karisma, Rr. Retno Handasah, Ermelinda Yersin Putri Larung, Mifta Fariz
Prima Putra, Donal Saputra, Delila Anggelina Nahak Seran
Under the license CC BY-SA 4.0

PENDAHULUAN

Lansia adalah kelompok orang yang mengalami perubahan yang terkait dengan penurunan kemampuan mereka dalam menjalani kehidupan (Andriani, 2022). Menurut Pasal 1 Poin 2 Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, orang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas dianggap sebagai penduduk lanjut usia (Girsang, 2022). Pemerintah berusaha mendukung pemberdayaan orang lanjut usia agar mereka dapat mencapai kesejahteraan dengan menjalani kehidupan yang sehat, mandiri, aktif, produktif, dan bermanfaat bagi keluarga dan masyarakat (R. Dewi et al., 2023). Lansia yang memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi cenderung lebih baik dalam mengelola emosi mereka dan menghadapi tantangan. Sebaliknya, mereka yang memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah sering kali merasa hidupnya kurang menyenangkan, dengan pikiran dan perasaan negatif yang penuh, yang dapat menyebabkan kemarahan, kecemasan, bahkan depresi (Dewi & Nasywa, 2019).

Data WHO tahun 2021 menunjukkan bahwa sekitar 280 juta orang di seluruh dunia mengalami depresi, dengan 5,7% di antaranya adalah orang dewasa berusia di atas 60 tahun (Arofah & Sofro, 2022). Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa 8% orang Indonesia berusia 60 tahun ke atas mengalami depresi (Kemenkes RI, 2018). Selain itu, Organisasi Kesehatan Dunia (Ahmed,

2023) menyatakan bahwa depresi yang berlangsung lama dapat menyebabkan orang tua lebih ingin mengakhiri hidup, terutama jika mereka tidak mendapatkan dukungan dari teman, keluarga, atau orang terdekat mereka, menyebabkan mereka kesepian.

Kesepian adalah kondisi yang tidak menyenangkan dan tidak diinginkan, ditandai dengan perasaan hampa dan kesendirian (Rahma, 2019). Perasaan ini muncul ketika ada ketidaksesuaian antara harapan dan realitas dalam kehidupan seseorang (Marpaung, 2018). Pada lansia, kesepian mencerminkan masalah mental dan emosional, yang dapat menyebabkan perasaan keterasingan serta kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain akibat ketidakpuasan dalam interaksi sosial (Nuryani, 2018).

Selain kesepian, tingkat self-control atau pengendalian diri juga berperan penting dalam menentukan apakah seseorang akan melakukan self-harm (Sahrul, 2024)). Lansia dengan tingkat self-control yang rendah lebih mudah terpengaruh oleh emosi negatif (Troya et al., 2019) dan kesulitan dalam mengendalikan dorongan impulsif. Ketika menghadapi stres atau kesedihan yang mendalam, individu dengan self-control yang lemah cenderung mengambil keputusan yang tidak rasional, termasuk melukai diri sendiri sebagai bentuk pelarian dari tekanan emosional. (Brehm, S., Miller, R., Perlman, D., & Campbell, S. (2002). *Intimate Relationships* (3rd Ed.). New York: McGraw-Hill. - Penelusuran Google, n.d.) Studi mengenai hubungan antara loneliness, self-control, dan motivasi untuk melakukan self-harm pada lansia di Kecamatan Abepura menjadi penting mengingat tingginya angka kesepian di kalangan lansia yang tinggal sendiri atau terpisah dari keluarga. Dalam konteks ini, kurangnya dukungan sosial memperburuk kondisi psikologis mereka, sehingga meningkatkan kemungkinan mereka untuk terlibat dalam perilaku self-harm. (Kusumadewi et al., 2020) Lansia yang merasa tidak memiliki tujuan hidup atau merasa tidak diinginkan dalam lingkungannya berisiko lebih tinggi mengalami gangguan mental yang berujung

pada tindakan menyakiti diri sendiri (Poudyal et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana pengaruh kesepian (loneliness) dan pengendalian diri (self-control) terhadap motivasi lansia dalam melakukan self-harm. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pihak terkait, terutama dalam upaya pencegahan dan intervensi psikososial bagi lansia yang berisiko mengalami perilaku menyakiti diri sendiri. (Jovanović et al., 2024)

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh loneliness terhadap motivasi melakukan self-harm pada lansia di Kecamatan Abepura, menguji pengaruh self-control terhadap motivasi tersebut, serta menguji pengaruh loneliness dan self-control secara bersama-sama. Secara umum, manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan bahan rekomendasi untuk kebijakan atau perencanaan program pencegahan perilaku self-harm pada lansia di Papua. Secara khusus, penelitian ini diharapkan dapat memberikan data dan informasi mengenai gambaran loneliness, self-control, dan motivasi self-harm kepada LSM serta pemerintah/instansi terkait untuk pemahaman dan upaya penanggulangan isu ini pada lansia di Papua.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena secara sistematis, faktual, dan akurat (Girsang, 2022). Fokus utama penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tingkat loneliness (X1), self-control (X2), dan motivasi melakukan self-harm (Y) pada lansia di Kecamatan Abepura. Data yang digunakan merupakan data primer, yaitu informasi yang diperoleh langsung dari para subjek penelitian sehingga hasil yang didapatkan benar-benar mencerminkan kondisi aktual di lapangan. (Jovanović et al., 2024)

Subjek penelitian ini adalah para lansia yang terindikasi memiliki riwayat atau indikasi perilaku self-harm dan berdomisili di delapan kelurahan di Kecamatan Abepura. Pemilihan responden dilakukan dengan teknik purposive random sampling, disertai kriteria inklusi yang

jelas, yakni berusia 60–74 tahun, memiliki indikasi self-harm yang teridentifikasi melalui laporan medis, wawancara tenaga kesehatan, atau pengakuan pribadi, serta bersedia berpartisipasi dengan menandatangani informed consent. Responden yang mengalami gangguan kognitif berat tidak dilibatkan dalam penelitian agar data yang diperoleh tetap valid.(Irianto, A. 2015).

- 1.Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi tiga skala, yaitu:
- 2.Skala loneliness
- 3.Skala self-control
- 4.Skala self-harm

Seluruhnya menggunakan model Likert. Skala loneliness menggunakan UCLA Loneliness Scale (Marpaung. 2018). dengan 20 item yang berorientasi pada pengukuran perasaan kesepian. Skala self-control mengukur tiga aspek, yaitu kontrol perilaku, kognitif, dan pengambilan keputusan, dengan empat pilihan jawaban mulai dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju. Sementara itu, skala self-harm yang dikembangkan dari teori Vrouva et al. (2010) terdiri dari 19 item dengan rentang jawaban dari tidak pernah hingga berkali-kali. Seluruh instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan analisis model Rasch dengan bantuan perangkat lunak Winstep for Windows. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara deskriptif untuk memperoleh gambaran umum, serta dilanjutkan dengan analisis regresi sederhana guna memprediksi hubungan antar variabel. Untuk meminimalisir kesalahan, seluruh analisis dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS versi 20.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan di Kecamatan Abepura dengan sampel 31 lansia berusia 60–74 tahun yang terindikasi memiliki riwayat atau kecenderungan perilaku self-harm, yang dipilih menggunakan teknik purposive random sampling. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari Skala UCLA Loneliness, Skala Self-Control, dan Skala Motivasi Self-Harm.

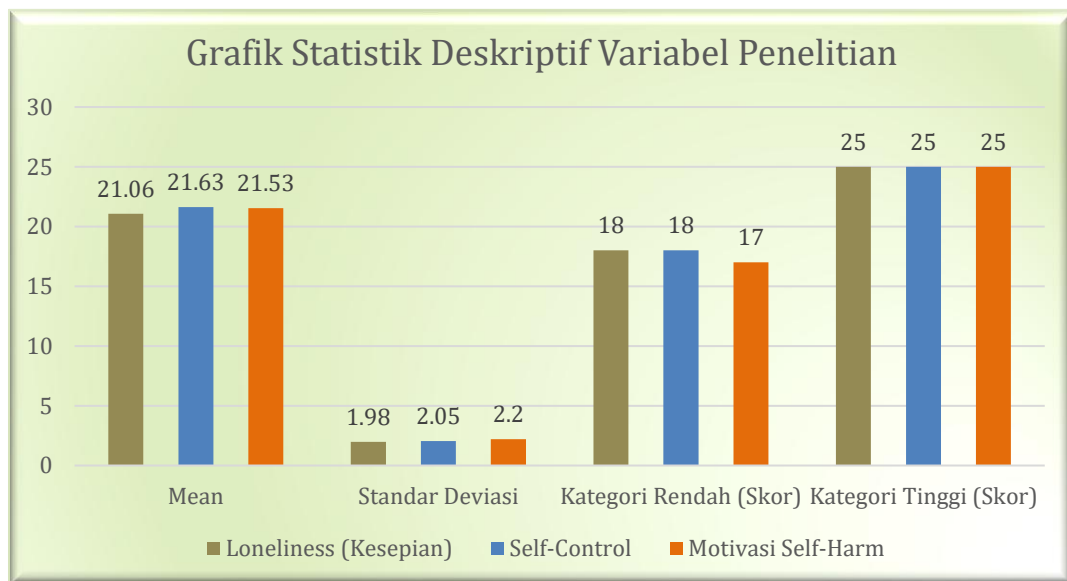
Deskripsi Statistik

Kategori Loneliness (Kesepian) menunjukkan nilai mean sebesar 21,06 dengan standar deviasi 1,98. Skor loneliness yang termasuk kategori rendah adalah di bawah 18, sedangkan kategori tinggi adalah di atas 25. Kategori Self-Control (Pengendalian Diri) menunjukkan nilai mean sebesar 21,63 dengan standar deviasi 2,05. Skor self-control yang termasuk kategori rendah adalah di bawah 18, sedangkan kategori tinggi adalah di atas 25. Kategori Motivasi Self-Harm menunjukkan nilai mean sebesar 21,53 dengan standar deviasi 2,20. Skor motivasi self-harm yang termasuk kategori rendah adalah di bawah 17, sedangkan kategori tinggi adalah di atas 25. Penjelasan ini dapat di liat pada tabel 1 .

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Kategori Rendah (Skor)	Kategori Tinggi (Skor)
<i>Loneliness (Kesepian)</i>	21,06	1,98	18	25
<i>Self-Control</i>	21,63	2,05	18	25
<i>Motivasi Self-Harm</i>	21,53	2,20	17	25

Berdasarkan Tabel 1 mengenai Deskripsi Statistik Variabel Penelitian, dapat dijelaskan bahwa nilai rata-rata (mean) untuk variabel Loneliness (Kesepian) adalah 21,06 dengan standar deviasi 1,98, dimana skor di bawah 18 dikategorikan rendah dan skor di atas 25 dikategorikan tinggi. Untuk variabel Self-Control, nilai mean yang diperoleh adalah 21,63 dengan standar deviasi 2,05, dengan kategori rendah pada skor di bawah 18 dan kategori tinggi pada skor di atas 25. Sementara itu, variabel Motivasi Self-Harm memiliki nilai mean 21,53 dan standar deviasi 2,20, dimana skor rendah berada di bawah 17 dan skor tinggi di atas 25. Secara keseluruhan, ketiga variabel menunjukkan nilai mean yang relatif berdekatan pada kisaran awal dekade 20-an dengan sebaran data yang homogen ditunjukkan oleh standar deviasi yang stabil, serta menggunakan ambang batas kategori yang konsisten untuk Loneliness dan Self-Control, namun dengan batas rendah yang sedikit lebih longgar untuk Motivasi Self-Harm. Penjelasan ini dapat digambarkan dalam grafik pada gambar 1.



Gambar 1. Grafik Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Model Summary

Sebagai dasar untuk memahami kekuatan prediksi model yang digunakan dalam penelitian ini, berikut disajikan Tabel 2 yang merangkum hasil pengujian statistik terhadap kemampuan variabel loneliness dan self-control dalam menjelaskan variasi motivasi untuk melakukan self-harm.

Tabel 2. Ringkasan Model Regresi

Statistik	Nilai
R	0,149
R ²	0,022
Adjusted R ²	-0,050

Statistik	Nilai
Std. Error of Estimate	2,263

Berdasarkan Tabel 2 terlihat bahwa nilai korelasi berganda (R) sebesar 0,149 menunjukkan hubungan yang sangat lemah antara variabel independen dan dependen, sementara nilai R^2 sebesar 0,022 mengindikasikan bahwa hanya 2,2% variasi motivasi self-harm yang dapat dijelaskan oleh loneliness dan self-control secara bersama-sama. Adjusted R^2 yang bernilai negatif (-0,050) mempertegas ketidakcocokan model dengan data, dan Standard Error of Estimate sebesar 2,263 memberikan gambaran tentang besarnya deviasi data dari garis regresi yang terbentuk.

ANOVA (Uji F)

Untuk mengetahui besaran pengaruh dan signifikansi masing-masing variabel independen secara parsial terhadap motivasi self-harm, berikut disajikan Tabel 3 yang memuat hasil uji t beserta koefisien regresi yang diperoleh.

Tabel 3. Hasil Uji Parsial (Uji t)

Variabel	B (Unstd.)	Beta (Std.)	t	Sig.
(Konstanta)	26,153	-	4,219	0,000
<i>Loneliness</i>	-0,148	-0,132	-0,696	0,493
<i>Self-Control</i>	-0,070	-0,065	-0,342	0,735

Berdasarkan Tabel 3 dapat dijelaskan bahwa konstanta sebesar 26,153 menunjukkan nilai dasar motivasi self-harm ketika variabel independen bernilai nol, sementara koefisien regresi loneliness sebesar -0,148 ($\text{Beta} = -0,132$) dan self-control sebesar -0,070 ($\text{Beta} = -0,065$) mengindikasikan arah hubungan negatif meskipun tidak signifikan secara statistik (masing-masing dengan sig. 0,493 dan 0,735). Nilai t-hitung untuk loneliness (-0,696) dan self-control (-0,342) yang lebih kecil dari t-tabel serta nilai signifikansi di atas 0,05 membuktikan bahwa kedua variabel tersebut tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi self-harm secara parsial.

Koefisien Regresi (Uji t)

Sebagai bagian dari analisis regresi linear berganda, Tabel 3 menyajikan hasil uji parsial (uji t) untuk mengukur pengaruh masing-masing variabel independen secara individual terhadap variabel dependen.

Tabel 3. Hasil Uji Parsial (Uji t)				
Variabel	B (Unstd.)	Beta (Std.)	t	Sig.
(Konstanta)	26,153	-	4,219	0,000
<i>Loneliness</i>	-0,148	-0,132	-0,696	0,493
<i>Self-Control</i>	-0,070	-0,065	-0,342	0,735

Berdasarkan Tabel 3, dapat diinterpretasikan bahwa nilai konstanta sebesar 26,153 menunjukkan bahwa ketika kedua variabel independen (*loneliness* dan *self-control*) bernilai nol, maka motivasi *self-harm* diprediksi berada pada angka 26,153. Koefisien regresi untuk *loneliness* sebesar -0,148 (Beta = -0,132) menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan skor *loneliness*, motivasi *self-harm* cenderung menurun sebesar 0,148 satuan, meskipun pengaruh ini tidak signifikan secara statistik (sig. 0,493 > 0,05). Demikian pula, koefisien *self-control* sebesar -0,070 (Beta = -0,065) mengindikasikan bahwa setiap kenaikan satu satuan *self-control*, motivasi *self-harm* justru mengalami penurunan sebesar 0,070 satuan, namun pengaruh ini juga tidak signifikan (sig. 0,735 > 0,05). Nilai t-hitung untuk kedua variabel yang lebih kecil dari nilai kritis dan signifikansi di atas alpha 0,05 mengonfirmasi bahwa secara parsial, baik *loneliness* maupun *self-control* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap motivasi *self-harm*.

Visualisasi Hasil

Secara keseluruhan, hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa nilai korelasi berganda (R) sebesar 0,149 dengan koefisien determinasi (R²) sebesar 0,022. Hal ini mengindikasikan bahwa hanya 2,2% variasi motivasi *self-harm* dapat dijelaskan oleh *loneliness* dan *self-control*, sementara 97,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model

penelitian. Uji simultan (uji F) menghasilkan nilai F sebesar 0,308 dengan signifikansi 0,737 ($>0,05$), yang menunjukkan bahwa loneliness dan self-control secara bersama-sama tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi self-harm. Uji parsial (uji t) juga menunjukkan bahwa baik loneliness (sig. 0,493) maupun self-control (sig. 0,735) tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi self-harm. Konstanta sebesar 26,153 menunjukkan bahwa jika nilai loneliness dan self-control dianggap nol, maka motivasi self-harm diprediksi sebesar 26,153 poin. Secara umum, hasil penelitian ini menegaskan bahwa loneliness dan self-control bukanlah prediktor utama motivasi self-harm pada lansia di Kecamatan Abepura. Faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, kondisi kesehatan fisik, pengalaman hidup, dan aspek religiusitas kemungkinan memiliki kontribusi yang lebih besar. Penjelasan ini dapat di lihat pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

Variabel	Koefisien (B)	Std. Error	Beta	t-hit	Sig.
(Konstanta)	26.153	6.199	-	4.219	0.000
<i>Loneliness</i>	-0.148	0.212	-0.132	-0.696	0.493
<i>Self-Control</i>	-0.070	0.204	-0.065	-0.342	0.735

Berdasarkan Tabel 4 mengenai Hasil Analisis Regresi Linear Berganda, dapat dijelaskan bahwa model regresi menunjukkan konstanta sebesar 26.153 yang signifikan pada tingkat kepercayaan 99% (sig. 0.000), sementara variabel loneliness memiliki koefisien regresi -0.148 dengan arah hubungan negatif dan tidak signifikan secara statistik (sig. 0.493 > 0.05) yang menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu unit skor loneliness hanya akan menurunkan motivasi self-harm sebesar 0.148 unit, dan variabel self-control juga menunjukkan pengaruh negatif tidak signifikan (sig. 0.735 > 0.05) dengan koefisien -0.070 yang mengindikasikan bahwa peningkatan self-control justru diikuti penurunan motivasi self-harm meskipun sangat lemah, dimana kedua variabel independen tersebut secara statistik terbukti tidak memengaruhi motivasi self-harm secara signifikan berdasarkan nilai signifikansi di atas alpha 0.05.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa loneliness dan self-control tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi self-harm pada lansia di Kecamatan Abepura. Temuan ini kontras dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kesepian merupakan faktor

risiko penting untuk perilaku self-harm pada populasi lansia. Nilai R^2 sebesar 0,022 mengindikasikan bahwa hanya 2,2% variasi motivasi self-harm yang dapat dijelaskan oleh kedua variabel ini, sementara 97,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model. Hal ini menunjukkan kompleksitas fenomena self-harm pada lansia yang tidak dapat dijelaskan hanya melalui pendekatan psikologis individual. Temuan ini berbeda (kontras) dengan beberapa penelitian sebelumnya yang justru menyatakan bahwa kesepian merupakan faktor risiko penting untuk perilaku self-harm pada populasi lansia. Sebagai contoh, penelitian Troya et al. (2019) dalam systematic review-nya menyimpulkan bahwa kesepian (loneliness) dan isolasi sosial merupakan prediktor signifikan untuk perilaku menyakiti diri sendiri dan ideasi bunuh diri pada lansia. Demikian pula Sabrina et al. (2022) menemukan bahwa loneliness berhubungan positif dengan berbagai internalizing problems, termasuk kecenderungan untuk melakukan self-harm.. Tetapi penelitian ini juga tidak berbeda jauh dengan penelitian Fajaruddin. (2022) menunjukkan bahwa hubungan self-control dengan self-harm bisa sangat kompleks dan dimediasi oleh banyak faktor.

Beberapa faktor lain yang mungkin lebih berperan penting antara lain dukungan sosial, kondisi kesehatan fisik, pengalaman traumatis, faktor ekonomi, akses terhadap layanan kesehatan mental, dan aspek religiusitas (Monjereujuk et al., 2024). Lansia di Kecamatan Abepura mungkin menghadapi tantangan sosio-kultural yang khas yang tidak sepenuhnya terwakili oleh konstruk loneliness dan self-control. Nilai Adjusted R^2 yang negatif (-0,050) juga mengindikasikan bahwa model yang digunakan tidak sesuai dengan data, atau mungkin terdapat masalah spesifikasi model yang perlu diteliti lebih lanjut.

Temuan bahwa baik loneliness maupun self-control memiliki koefisien regresi negatif (meskipun tidak signifikan) juga menarik untuk dicermati. (Mughal et al., 2025) Arah hubungan yang negatif untuk loneliness berlawanan dengan hipotesis umum dalam literatur, sementara hubungan negatif untuk self-control sejalan dengan ekspektasi teoretis namun besaran pengaruhnya sangat kecil. Ketidaksignifikan hasil ini mungkin disebabkan oleh karakteristik sampel yang homogen atau adanya faktor mediator yang tidak diikutsertakan dalam model. (Witt et al., 2025)

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, disimpulkan bahwa loneliness (kesepian) tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi self-harm pada lansia di Kecamatan Abepura. Hal ini ditunjukkan

oleh nilai signifikansi 0,493 yang jauh melebihi alpha 0,05, serta koefisien regresi negatif (-0,148) yang menunjukkan arah hubungan yang berlawanan dengan hipotesis meskipun tidak signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesepian bukan merupakan faktor penentu utama dalam membentuk motivasi untuk melakukan self-harm pada populasi lansia yang diteliti.

Selanjutnya, self-control (pengendalian diri) juga terbukti tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi self-harm, dengan nilai signifikansi 0,735 yang tidak memenuhi kriteria signifikansi statistik. Koefisien regresi negatif (-0,070) memang sejalan dengan ekspektasi teoretis bahwa kemampuan pengendalian diri yang tinggi seharusnya dapat mengurangi motivasi self-harm, namun besaran pengaruhnya sangat minimal dan tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, self-control bukan merupakan prediktor yang berarti untuk motivasi self-harm dalam konteks penelitian ini.

Secara keseluruhan, model regresi yang terdiri dari variabel loneliness dan self-control tidak signifikan dalam memprediksi motivasi self-harm, yang dibuktikan dengan nilai signifikansi uji F sebesar 0,737 dan koefisien determinasi (R^2) hanya 0,022. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut hanya mampu menjelaskan 2,2% variasi motivasi self-harm, sementara 97,8% sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar model. Temuan ini mengungkap kompleksitas fenomena self-harm pada lansia yang melibatkan berbagai faktor lain seperti dukungan sosial, kondisi kesehatan, faktor ekonomi, pengalaman hidup, dan aspek kultural yang perlu dieksplorasi lebih mendalam.

Berdasarkan temuan penelitian, untuk peneliti selanjutnya disarankan memperluas cakupan variabel dengan memasukkan faktor-faktor yang lebih relevan dalam konteks lansia di Papua seperti dukungan sosial keluarga, kondisi kesehatan fisik, tingkat religiusitas, dan faktor sosio-ekonomi, serta menggunakan pendekatan mixed-method untuk menggali makna dan pengalaman subjektif lansia secara lebih komprehensif; bagi praktisi dan konselor disarankan mengembangkan program intervensi holistik yang tidak hanya berfokus pada aspek psikologis individual tetapi mencakup penguatan dukungan sosial, peningkatan akses layanan kesehatan mental, dan kegiatan pemberdayaan komunitas yang sesuai dengan nilai-nilai kultural lansia Papua; sementara bagi pemerintah dan pemangku kebijakan disarankan mengembangkan kebijakan khusus yang mendukung kesejahteraan psikososial lansia melalui program terintegrasi termasuk layanan konseling gerontologis, pusat kegiatan lansia, dan pelatihan kader kesehatan dalam mendeteksi risiko self-harm, serta meningkatkan kolaborasi antara

dinas sosial, kesehatan, dan LSM untuk menciptakan sistem pendukung yang komprehensif bagi lansia di wilayah tersebut.

REFERENSI

- Ahmed, J. O. (2023). Social media psychology and mental health. *Middle East Current Psychiatry*, 30(1). <https://doi.org/10.1186/S43045-023-00362-W>
- Andriani, L. (2022). Gambaran tingkat kebahagiaan pada lansia yang tinggal di komunitas. *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(2), 291–297. Jakarta: Bina Sarana Informatika. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Andriani%2C+L.+%282022%29.+Gambaran+tingkat+kebahagiaan+pada+lansia+yang+tinggal+di+komunitas.+Jurnal+Keperawatan>
- Arofah, F., & Sofro, A. (2022). Penerapan regresi logistik multinomial untuk analisis model tingkat depresi pada lansia. *MATHunesa: Jurnal Ilmiah Matematika*, 10(1), 84–93. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Arofah%2C+F.%2C+%26+Sofro%2C+A.+%282022%29.+Penerapan+regresi+logistik+multinomial+untuk+analisis+model+tingkat+depresi+pada+lansia.+MATHunesa%3A+Jurnal+Ilmiah+Matematika>
- Brehm, S., Miller, R., Perlman, D., & Campbell, S. (2002). *Intimate relationships* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Brehm%2C+S.%2C+Miller%2C+R.%2C+Perlman%2C+D.%2C+%26+Campbell%2C+S.+%282002%29.+Intimate+relationships>
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 1(1), 54–62. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Dewi%2C+L.%2C+%26+Nasywa%2C+N.+%282019%29.+Faktor-faktor+yang+mempengaruhi+subjective+well-being.+Jurnal+Psikologi+Terapan+dan+Pendidikan>
- Di, S., Monjereujak, G., Gandapura, K., & Bireun, K. (2024). Terapi Zikir Dalam Menangani Kecemasan Lansia Menghadapi Kematian (Studi di Gampong Monjereujak Kecamatan Gandapura Kabupaten Bireun). <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/39983/>
- Fajaruddin, M., & Sahrul, S. (2024). Karakteristik kesehatan mental remaja dalam perilaku self-harm. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(4), 1–13. Makassar: Universitas Negeri Makassar. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Fajaruddin%2C+M.%2C+%26+Sahrul%2C+S.+%282024%29.+Karakteristik+kesehatan+mental+remaja+dalam+perilaku+self-harm>

- Girsang, P. L. (2022). Statistik penduduk lanjut usia 2022. Jakarta: Badan Pusat Statistik. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Girsang%2C+P.+L.+%282022%29.+Statistik+p enduduk+lanjut+usia+2022.+Jakarta%3A+Badan+Pusat+Statistik>
- Irianto, A. (2015). Statistik: Konsep dasar, aplikasi, dan pengembangannya (4th ed.). Jakarta: Prenadamedia Group. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Irianto%2C+A.+%282015%29.+Statistik%3A+ Konsep+dasar%2C+aplikasi%2C+dan+pengembangannya>
- Jovanović, V., Rudnev, M., Aryanto, C. B., Balgiu, B. A., Caudek, C., Datu, J. A. D., Guse, T., Kyriazos, T., Lambert, L., Mishra, K. K., Puente-Díaz, R., Rice, S. P. M., Singh, K., Sumi, K., Tong, K. K., Yaaqeb, S., Yıldırım, M., Zager Kocjan, G., & Žemojtel-Piotrowska, M. (2024). A Cross-Cultural Evaluation of Diener's Tripartite Model of Subjective Well-Being Across 16 Countries. *Journal of Happiness Studies*, 25(6). <https://doi.org/10.1007/S10902-024-00781-4>
- 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. <https://doi.org/10.20473/JPS.V8I1.15009>
- Marpaung, W. (2018). Affiliation need viewed from loneliness on students living at dormitory of University of Sari Mutiara Indonesia Medan. *Jurnal Psychomutiara*, 1(1), 51–58. Medan: Universitas Sari Mutiara. - Penelusuran Google. (n.d.-b). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Marpaung%2C+W.+%282018%29.+Affiliation +need+viewed+from+loneliness+on+students+living+at+dormitory+of+University +of+Sari+Mutiara+Indonesia+Medan.+Jurnal+Psychomutiara>
- Mughal, F., Young, P., Stahl, D., Asarnow, J. R., & Ougrin, D. (2025). Mortality in adolescents after therapeutic intervention for self-harm: A systematic review and meta-analysis. *Wiley Online Library*. <https://doi.org/10.1002/JCV2.12302>
- Nuryani, S. (2018). Kesepian pada lansia ditinjau dari status pernikahan. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 145–154. Bandung: Universitas Islam Bandung. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Nuryani%2C+S.+%282018%29.+Kesepian+pa da+lansia+ditinjau+dari+status+pernikahan.+Jurnal+Psikologi>
- Poudyal, S., Sharma, K., Subba, H. K., & Subba, R. (2024). Psycho-social problems among older people residing in community of Chitwan, Nepal—A cross-sectional study. *PLoS ONE*, 19(9 September). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0310849>
- Rahma, A. (2019). Hubungan kesepian dengan kualitas hidup pada lansia. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(2), 87–95. Bandar Lampung: Universitas Malahayati. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Rahma%2C+A.+%282019%29.+Hubungan+ke sepi an+dengan+kualitas+hidup+pada+lansia.+Jurnal+Psikologi>
- Sabrina, K. N., Syakarofath, N. A., Karmiyati, D., & Widyasari, D. C. (2022). Loneliness dan Internalizing Problems Remaja. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, *5*(2), 142–149. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from

<https://www.google.com/search?q=Sabrina%2C+K.+N.%2C+Syakarofath%2C+N.+A.%2C+Karmiyati%2C+D.%2C+%26+Widyasari%2C+D.+C.+%282022%29.+Loneliness+and+Internalizing+Problems+Remaja.+Psychopolitan>

- Troya, M. I., Babatunde, O., Polidano, K., Bartlam, B., McCloskey, E., Dikomititis, L., & Chew-Graham, C. A. (2019). Self-harm in older adults: systematic review. *The British Journal of Psychiatry*, *214*(4), 186–200. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Troya%2C+M.+I.%2C+Babatunde%2C+O.%2C+Polidano%2C+K.%2C+Bartlam%2C+B.%2C+McCloskey%2C+E.%2C+Dikomititis%2C+L.%2C+%26+Chew-Graham%2C+C.+A.+%282019%29.+Self-harm>
- Vrouva, I., Fonagy, P., Fearon, P., & Roussow, T. (2010). The risk-taking and self-harm inventory for adolescents: Development and psychometric evaluation. *Journal of Adolescence*, 33(2), 199–213. London: Elsevier. - Penelusuran Google. (n.d.). Retrieved September 21, 2025, from <https://www.google.com/search?q=Vrouva%2C+I.%2C+Fonagy%2C+P.%2C+Fearon%2C+P.%2C+%26+Roussow%2C+T.+%282010%29.+The+risk-taking+and+self-harm>
- Witt, K., Stewart, A., & Hawton, K. (2025). Practitioner Review: Treatments for young people who self-harm—challenges and recommendations for research and clinical practice. *Wiley Online Library*, 66(1), 122–131. <https://doi.org/10.1111/JCPP.14052>