

## Eksplorasi Konsep Non-Suicidal Self Injury Pada Pemuda Dan Potensi Kontribusi Perspektif Islam

Zein Permana

Universitas Jenderal Achmad Yani

Corresponding Email: [zein.permana@lecture.unjani.ac.id](mailto:zein.permana@lecture.unjani.ac.id)

### ARTICLE INFO

#### Article History

Submission: 20-03-2024

Review: 24-05-2024

Revised: 28-07-2024

Accepted: 30-07-2024

Published: 31-07-2024

#### Keywords

Non-suicidal self-injury

Young muslim

Youth

Mental health

#### Kata kunci

Non-suicidal self-injury

Pemuda Muslim

Pemuda

Kesehatan Mental

### ABSTRACT

This research aims to explore the phenomenon of Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) among young individuals from an Islamic perspective. It delves into spiritual, ethical, and mental health aspects to provide a comprehensive understanding. The approach combines Islamic principles with contemporary mental health perspectives to offer insights into prevention and intervention strategies. Through a scoping review methodology, this study synthesizes relevant literature using keywords such as "non-suicidal self-injury" to examine motivations, risk factors, and psychological impacts. The discussion incorporates Islamic teachings on mental health, self-care ethics, and the importance of seeking help within a supportive community. The findings aim to contribute to a holistic understanding and culturally sensitive strategies for addressing NSSI among young Muslims.

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi fenomena Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) di kalangan remaja dari perspektif Islam. Penelitian ini menggali aspek spiritual, etika, dan kesehatan mental untuk memberikan pemahaman yang komprehensif. Pendekatan yang digunakan menggabungkan prinsip-prinsip Islam dengan perspektif kesehatan mental kontemporer untuk menawarkan wawasan tentang strategi pencegahan dan intervensi. Melalui metodologi scoping review, studi ini mensintesis literatur relevan dengan menggunakan kata kunci seperti "non-suicidal self-injury" untuk meneliti motivasi, faktor risiko, dan dampak psikologis. Diskusi ini mengintegrasikan ajaran Islam tentang kesehatan mental, etika perawatan diri, dan pentingnya mencari bantuan dalam komunitas yang mendukung. Temuan penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman holistik dan strategi yang sensitif secara budaya untuk menangani NSSI di kalangan remaja Muslim.

### Pendahuluan

Non-suicidal self-injury (NSSI) merupakan fenomena yang menjadi perhatian kesehatan masyarakat global (Nock, 2010; Wang, Xu et al., 2024; ). Fenomena ini mencakup

tindakan sengaja merusak jaringan tubuh seseorang, seperti memotong diri sendiri, membakar, dan menggaruk dengan keras, yang dilakukan tanpa niat bunuh diri dan alasan yang tidak diakui secara sosial (Wang, Li et al., 2024; Klonsky and Muehlenkamp, 2007; Nock, 2010). NSSI sangat umum, terutama di kalangan remaja. Meta-analisis pada sampel masyarakat (Swannell et al., 2014) mengungkapkan prevalensi seumur hidup sebesar 5,5% pada orang dewasa (usia  $\geq 25$  tahun), 13,4% pada dewasa muda (usia 18–24 tahun), dan 17,2% pada remaja (usia 10–17 tahun). Demikian pula, meta-analisis terbaru yang berfokus pada studi remaja melaporkan tingkat prevalensi seumur hidup dan 12 bulan berturut-turut masing-masing sebesar 22,1% dan 19,5% (Liu et al., 2018). Ketika mempertimbangkan sampel klinis, prevalensi seumur hidup dapat mencapai 30% hingga 82% (Hooley and Franklin, 2018). Angka itu menunjukkan betapa besarnya jumlah orang yang melakukan NSSI dalam sebuah populasi. Sayangnya, belum ada data detail dan spesifik terkait Indonesia. Kemungkinan besar, angka prevalensi di Indonesia terkait NSSI ini juga sama tingginya, mengingat karakteristik pemuda Indonesia yang cenderung masuk dalam toxic relationship (Permana et al., 2023), masih kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosi (Permana, 2021), dan masih tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, sehingga kehidupannya pun seringkali tidak jelas (Permana & Lestari, 2022).

NSSI berbeda dari melukai diri atau bahkan perilaku bunuh diri yang mematikan (Andover et al., 2013), banyak penelitian yang secara konsisten mengidentifikasi NSSI sebagai salah satu prediktor jangka panjang yang paling kuat terkait percobaan bunuh diri berikutnya. Artinya, kekuatan prediksi NSSI sering kali melebihi kekuatan prediksi percobaan bunuh diri sebelumnya (Asarnow et al., 2011; Mars et al., 2019; Ribeiro et al., 2016; Victor and Klonsky, 2014). Selain itu, NSSI telah menunjukkan kapasitasnya untuk meramalkan hasil psikopatologis berikutnya. Sebagai contoh, Bjureberg et al. (2022) mencatat bahwa remaja yang terlibat dalam NSSI memiliki risiko longitudinal yang lebih tinggi untuk mengembangkan gangguan penggunaan alkohol/zat daripada rekan-rekan mereka yang tidak terlibat dalam NSSI. Demikian pula, Kiekens et al. (2021) menemukan bahwa bahkan setelah mengontrol gangguan psikologis yang sudah ada, NSSI tetap dapat meramalkan munculnya gangguan psikologis di masa depan dan memprediksi ketahanan gangguan kecemasan umum dan gangguan suasana hati bipolar pada penilaian ulang setelah 12 bulan.

Penyebab Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) sangat beragam, melibatkan berbagai elemen sosiodemografis dan pendidikan, peristiwa kehidupan yang negatif, tantangan keluarga, dan faktor-faktor psikiatri dan psikologis (Hawton et al., 2012). Faktor-faktor seperti status sosial ekonomi rendah, pengalaman masa kecil yang buruk, dan kejadian pelecehan, misalnya, meningkatkan kerentanan terhadap NSSI. Selain itu, faktor-faktor psikiatri, termasuk depresi, juga berkontribusi pada sifat rumit NSSI (Hawton et al., 2012; Wang et al., 2024). Di antara faktor-faktor ini, perlakuan buruk terhadap anak dan pelecehan menjadi perhatian kesehatan masyarakat global. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), Perlakuan buruk terhadap anak mencakup segala bentuk penelantaran dan

pelecehan yang terjadi pada individu di bawah usia 18 tahun, memengaruhi satu dari tiga anak di seluruh dunia dan meningkatkan risiko mengembangkan gangguan mental (Chandan et al., 2019; Gu et al., 2024). Begitu pula, data dari 68 negara berpendapatan rendah dan menengah menunjukkan prevalensi pelecehan, tanpa memandang usia dan jenis kelamin, sebesar 34,4%, setidaknya sekali dalam 30 hari terakhir (Han et al., 2019). Pelecehan, yang didefinisikan sebagai perilaku yang dimaksudkan untuk menyebabkan cedera atau ketidaknyamanan pada individu lain, melibatkan unsur kesengajaan, keberulangan, dan ketidakseimbangan kekuatan. Ini diakui sebagai faktor risiko untuk masalah kesehatan mental (Olweus, 2013; Lereya et al., 2015).

Penelitian terkini menunjukkan bahwa pengalaman perlakuan buruk terhadap anak dan pelecehan dapat mengubah sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal dan sistem respons stres lainnya (Gu et al., 2024; Turecki et al., 2012) atau menyebabkan peningkatan proses peradangan jangka panjang dari masa kanak-kanak hingga dewasa muda (Copeland et al., 2014). Secara signifikan, baik perlakuan buruk terhadap anak maupun pelecehan di sekolah secara substansial meningkatkan risiko melakukan luka diri. Meta-analisis ekstensif secara konsisten membuktikan hubungan antara perlakuan buruk terhadap anak—termasuk pelecehan seksual, pelecehan fisik, pengabaian, dan pelecehan emosional—dan Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) (Liu et al., 2018). Selain itu, paparan berulang terhadap pelecehan di sekolah sangat terkait dengan peningkatan tingkat luka diri, bahkan setelah dikontrol untuk masalah emosional dan perilaku, IQ rendah, dan risiko lingkungan keluarga (Fisher et al., 2015). Selain itu, berbagai bentuk perlakuan korban pelecehan, seperti cyber-bullying dan pelecehan tradisional, juga ditemukan meningkatkan risiko gangguan depresi utama, luka diri, dan kecenderungan bunuh diri (Islam et al., 2020).

Dalam konteks norma masyarakat yang cepat berubah dan tantangan global, individu muda menghadapi berbagai tekanan yang memengaruhi kesejahteraan mental mereka. Meningkatnya prevalensi Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) di kalangan pemuda menuntut pemahaman yang lebih dalam dari perspektif Islam. Penelitian ini bertujuan untuk menyatukan perhatian antara kekhawatiran kesehatan mental kontemporer dan ajaran Islam terkait NSSI. Mengingat meningkatnya kasus NSSI di kalangan pemuda, studi ini mengatasi kebutuhan mendesak untuk mengintegrasikan perspektif Islam ke dalam wacana tentang kesehatan mental. Dengan mengeksplorasi motivasi, faktor risiko, dan konsekuensi psikologis NSSI, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang dapat membimbing langkah-langkah preventif dan intervensi dalam kerangka Islam. Tujuan utamanya adalah mengeksplorasi fenomena NSSI dari berbagai penelitian terkini, dan bagaimana sudut pandang Islam kemudian dapat memberikan kontribusi atau sumbangan penelitian untuk mencegah atau mengurangi potensi terjadinya NSSI.

Penelitian ini mengadopsi kerangka teoritis yang menggabungkan prinsip-prinsip dari ajaran Islam, perspektif kesehatan mental kontemporer, dan pertimbangan etika terkait perawatan diri. Pendekatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman komprehensif tentang NSSI dalam konteks budaya dan agama. Signifikansinya terletak pada potensinya

untuk membimbing strategi preventif dan intervensi yang peka terhadap budaya. Dengan menggabungkan prinsip-prinsip Islam dengan wawasan kesehatan mental, penelitian ini berkontribusi pada pemahaman yang lebih mendalam tentang NSSI di kalangan pemuda Muslim, memfasilitasi dukungan dan panduan yang lebih tepat sasaran.

## Metode

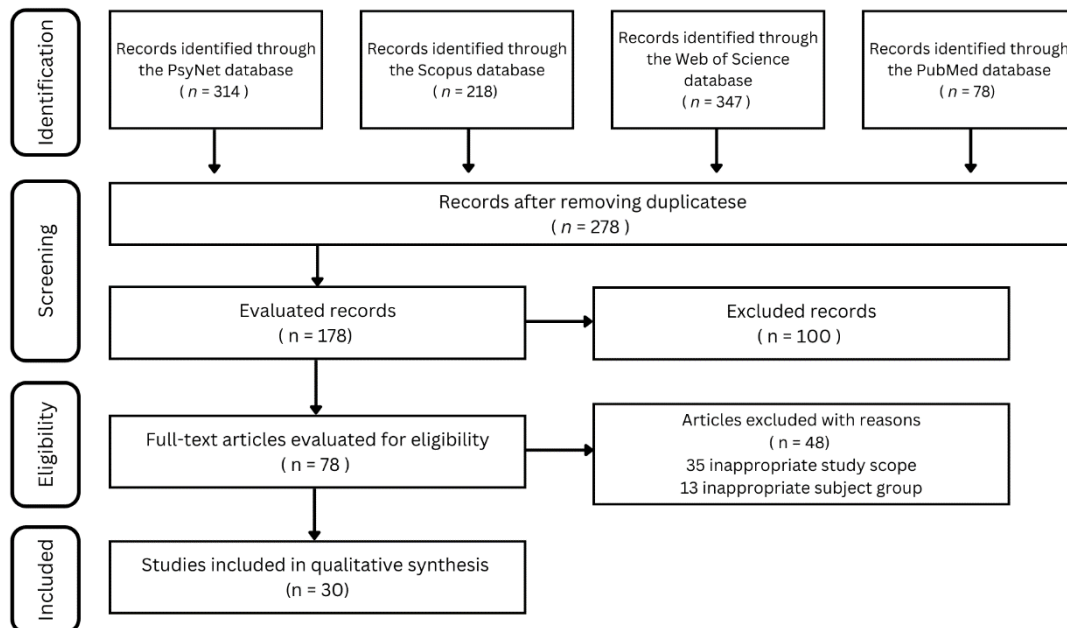
Penelitian ini menggunakan metodologi scoping review untuk mengeksplorasi dan mensintesa literatur yang relevan tentang NSSI di kalangan individu muda. Dengan menggunakan kata kunci seperti "*non-suicidal self-injury*," studi ini bertujuan untuk memberikan gambaran komprehensif tentang motivasi, faktor risiko, dan dampak psikologis dari perspektif Islam maupun kontemporer. Pencarian sistematis daring akan dilakukan di basis data seperti PubMed, PsyNet, Scopus dan WoS. Seleksi basis data yang luas bertujuan untuk mencakup literatur multidisiplin yang relevan dengan NSSI di kalangan pemuda menggunakan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*).

Artikel yang dipilih untuk ditinjau harus memenuhi kriteria berikut: 1) Menyelidiki atau membahas NSSI di kalangan individu muda; 2) Fokus pada motivasi, faktor risiko, atau dampak psikologis NSSI; 3) Dipublikasikan dalam jurnal ilmiah yang ditelaah oleh rekan sejawat. Artikel yang tidak memenuhi kriteria inklusi atau tidak relevan dengan fokus penelitian akan dikecualikan. Proses pemilihan dan ekstraksi data akan berdasarkan pada abstrak terlebih dahulu, diikuti dengan evaluasi menyeluruh terhadap artikel yang dipilih untuk ekstraksi data. Informasi yang relevan tentang motivasi, faktor risiko, dan dampak psikologis NSSI akan diekstraksi untuk analisis. Data yang diekstraksi dari artikel yang dipilih akan dianalisis secara deskriptif, dengan mengkategorikan temuan berdasarkan tema yang berkaitan dengan motivasi, faktor risiko, dan dampak psikologis NSSI. Sintesis ini bertujuan untuk menyajikan gambaran yang jelas tentang kompleksitas dan variasi dalam literatur yang relevan. Untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas, kriteria yang ketat untuk pemilihan literatur dan ekstraksi data akan diterapkan. Diskusi reguler dalam tim penelitian akan memastikan interpretasi temuan yang konsisten dan akurat. Metodologi yang diuraikan bertujuan untuk memberikan pendekatan yang ketat dan komprehensif dalam mengeksplorasi NSSI di kalangan individu muda dari sudut pandang Islam. Dengan mensintesis literatur yang relevan, studi ini bertujuan untuk memberikan wawasan berharga yang dapat menginformasikan strategi pencegahan dan intervensi yang sensitif terhadap budaya.

## Hasil dan Diskusi

PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) flow diagram adalah alat yang digunakan untuk menggambarkan proses seleksi dan inklusi studi dalam tinjauan sistematis atau meta-analisis. Diagram ini memberikan visualisasi alur

informasi melalui berbagai tahap tinjauan, mulai dari identifikasi hingga inklusi studi akhir. Berikut adalah penjelasan tentang tahapan dalam PRISMA flow diagram:



### 1. Identifikasi (Identification)

Artikel yang ditemukan melalui pencarian di berbagai basis data: **PsyNet**: 314 artikel; **Scopus**: 218 artikel; **Web of Science**: 347 artikel; **PubMed**: 78 artikel. Total artikel yang diidentifikasi terdapat 957 artikel.

### 2. Penyaringan (Screening)

Setelah penghapusan artikel duplikat, tersisa 278 artikel yang masuk ke tahap penyaringan. Dari 278 artikel ini, 100 artikel dikeluarkan dari proses penyaringan.

### 3. Kelayakan (Eligibility)

178 artikel yang tersisa dievaluasi untuk kelayakan dengan teks penuh. Dari 78 artikel yang dievaluasi, 48 artikel dikeluarkan dengan alasan spesifik. 35 artikel karena cakupan studi yang tidak sesuai. 13 artikel karena kelompok subjek yang tidak sesuai.

### 4. Inklusi (Included)

Akhirnya, 30 studi dimasukkan dalam sintesis kualitatif.

Pemuda secara alamiah membutuhkan untuk mengenali dan mengidentifikasi dirinya sebagai bagian dari pencarian jati dirinya (Permana, 2020). Proses pencarian ini seringkali membutuhkan banyak sekali eksplorasi bahkan mengeksploitasi relasi yang dimiliki. Tak jarang kemudian yang berakhir pada relasi yang bermasalah atau yang sering disebut dengan

*toxic relationships* (Permana et al., 2023). Seringnya, pemuda Indonesia itu kesulitan ketika mengeksplorasi relasinya karena ada persepsi yang negatif terhadap keluarga juga pernikahan (Permana & Medina, 2021). Rupanya persepsi itu terbangun karena seringnya pemuda Indonesia juga berada pada ketidakjelasan mengenai visi hidup dan cita-cita (Lestari & Permana, 2022). Kebingungan dan ketidakjelasan kehidupan ini kemudian termanifestasi dalam bentuk ekspresi relasi, yaitu perilaku seksual (Mellin et al., 2024). Sehingga bagi seorang pemuda, melakukan hubungan seksual aktif menjadi media berekspresi yang perlu dilakukan dalam relasi.

Hal inilah yang kemudian menjadi dorongan awal seseorang melakukan *self-injury*, yaitu karena adanya kebutuhan yang kuat untuk mengekspresikan dirinya. Perilaku seksual sebagai bentuk ekspresi diri dan melukai diri ini rupanya juga terjadi karena ambang batas rasa sakit seseorang yang mulai ambigu dan tidak jelas (Kao et al., 2024). Kao et al., (2024) mengeksplorasi sensitivitas terhadap rasa sakit sebagai penanda dan prediktor potensial untuk NSSI pada remaja, menyoroti interaksi antara faktor fisik dan psikologis dalam perilaku yang melukai diri sendiri. Ambigunya ambang batas rasa sakit ini menjelaskan bahwa fenomena *self-injury* ini bukan hanya fenomena psikologis, tapi kemudian sangat berpengaruh pada kesehatan fisik seseorang. Kepekaan individu terhadap rasa sakit, tentunya sangat berpengaruh terkait dengan keamanan dan keberlangsungan hidup seseorang, dan hal ini sangat berbahaya. Kehilangan ambang batas rasa sakit ini kemudian menjadi sebuah fenomena unik tersendiri yang disebut dengan *Alexithymia*. Kondisi *Alexithymia* ini merujuk pada sebuah kondisi dimana seseorang tidak lagi merasakan apapun atas kejadian-kejadian yang normalnya memunculkan ekspresi perasaan tertentu (Ruan et al., 2024; Pourramzani et al., 2024).

*Non-suicidal self-injury* (NSSI) kemudian semakin menjadi subjek penelitian yang semakin menarik minat, seperti yang ditunjukkan oleh banyaknya penelitian baru-baru ini yang meneliti berbagai aspek fenomena ini di kalangan remaja dan individu muda. Nam dan Cha (2024) menyelidiki bahwa adanya kecenderungan yang tinggi bahwa pemuda memiliki pemikiran masa depan untuk melakukan bunuh diri, bahkan bukan hanya untuk dirinya tapi secara bersama-sama dalam komunitas. Hal ini berarti bahwa NSSI ini bukan hanya fenomena personal dan individual, tapi juga fenomena kolektif dan sosial (Swannell et al., 2014). Bahkan fenomena yang terjadi adalah komunitas-komunitas NSSI ini merupakan pemuda yang memiliki latar belakang kabur dari rumah atau gelandangan alias runaway dan homeless youth dengan tingkat prevalensi yang sangat tinggi (Armoon et al., 2024).

Selain faktor kognitif dan fisiologis yang menjelaskan NSSI pada level personal dan individual, fakta bahwa NSSI juga menjadi fenomena kolektif dan sosial membuat dinamika keluarga memainkan peran penting dalam mempengaruhi kemunculan NSSI. Gu, Chen, dan Cheng (2024) menyelidiki hubungan longitudinal antara pengasuhan yang keras dan NSSI pada remaja, yang mengungkapkan pengaruh frustrasi kebutuhan psikologis dasar dan kejelasan konsep diri dalam hubungan ini. Bahkan Zhou et al., (2024) membuktikan untuk dapat memprediksi NSSI pemuda dari level latar belakang keluarganya melalui melalui



persamaan regresi dan machine learning. Begitu kuat dan besar pengaruhnya keluarga dalam menjelaskan NSSI pada level kolektif dan sosial.

Selain keluarga Pengalaman masa kecil dan prediktor awal juga berkontribusi pada pemahaman tentang NSSI. Wichstrøm dan Wichstrøm (2024) menyelidiki prediktor-prediktor masa kecil NSSI pada masa remaja, memberikan wawasan tentang lintasan perkembangan perilaku yang melukai diri sendiri. Wang, Li, Chen, dan rekan-rekannya (2024) mengusulkan kerangka konseptual baru untuk memahami sub tipe NSSI, mensintesis literatur yang ada untuk menggambarkan representasi yang berbeda dari melukai diri sendiri, terutama dari sisi apakah hal itu terjadi dan berada dalam level personal individual atau kolektif dan sosial. Ruan dkk. (2024) meneliti jalur terhubung antara alexithymia dan pelecehan oleh rekan sebaya, yang menggambarkan mekanisme psikologis yang kolektif dan sosial di balik NSSI pada remaja. Dimensi sosial NSSI juga telah diselidiki oleh Steggals, Graham, dan Lawler (2024) melalui pendekatan intersubjektif dari NSSI, menekankan konteks sosial dan implikasi perilaku melukai diri sendiri dalam hubungan interpersonal atau relasional seseorang. Bahkan Joiner (2024) menyediakan kerangka teoretis untuk memahami bunuh diri dalam konteks hubungan interpersonal, menawarkan wawasan tentang mekanisme di balik ideasi, yaitu proses munculnya ide bunuh diri, hingga proses sampai menjadi perilaku bunuh diri.

Proses dan dinamika psikologis ini merupakan kajian mendalam terkait dengan motivasi dan fungsi NSSI yang telah diteliti dalam penelitian terkini. Park, Qu, dan Ammerman (2024) misalnya, mengeksplorasi karakteristik dan fungsi NSSI yang memberikan informasi tentang risiko bunuh diri, menekankan pentingnya memahami motivasi yang mendasari perilaku melukai diri sendiri. Zhou dkk. (2024) mengembangkan model prediksi untuk NSSI pada remaja pada tingkat keluarga, menyoroti peran faktor keluarga dalam mengidentifikasi individu berisiko. Selanjutnya, faktor psikologis seperti depresi dan rumination telah dikaitkan dengan NSSI. Zhu, Zhang, Chen, dan Teicher (2024) menyelidiki lintasan bersama depresi dan rumination sebagai prediktor NSSI, menyoroti pentingnya regulasi emosi dalam perilaku yang melukai diri sendiri. Rumination adalah bahasa ilmiah dari overthinking, yang sering menjadi bahasa populer di masyarakat. Bahkan O'Loughlin, McClure, dan Ammerman (2024) mengembangkan dan memvalidasi Skala Stigma Melukai Diri Sendiri, yang menangani stigma yang terkait dengan NSSI dan dampaknya terhadap perilaku pencarian bantuan.

Pada akhirnya, faktor budaya dan penghindaran pengalaman juga telah diselidiki dalam hubungannya dengan NSSI. Permana dan Riyani (2024) misalnya, mengeksplorasi konsep budaya toleransi dan implikasinya dalam memahami kemungkinan munculnya NSSI dalam masyarakat Indonesia. Haywood, Hasking, dan Boyes (2024) memecahkan kaitan antara penghindaran pengalaman dan NSSI, menyoroti sifat multidimensional hubungan ini. Secara ringkas, penelitian terbaru tentang NSSI telah mengungkapkan sifatnya yang kompleks, melibatkan faktor kognitif, fisiologis, keluarga, sosial, dan psikologis.

Memahami interaksi kompleks dari faktor-faktor ini sangat penting untuk mengembangkan intervensi yang ditargetkan dan strategi dukungan bagi individu yang mengalami NSSI.

Dalam mengatasi dan menjawab tantangan NSSI, akademisi Muslim dan pergerakan Islam dapat mengambil berbagai langkah yang bersifat holistik dan berbasis nilai-nilai Islam. Pertama-tama, mereka dapat memanfaatkan pendekatan preventif dengan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang risiko dan konsekuensi NSSI melalui pendekatan edukasi yang berbasis agama. Hal ini dapat dilakukan melalui khutbah, ceramah, dan program pendidikan Islam yang memasukkan materi tentang kesehatan mental dan perilaku melukai diri dalam konteks ajaran Islam. Selain itu, mereka juga dapat menyediakan sumber daya dan dukungan bagi individu yang mungkin mengalami NSSI atau berisiko mengalami NSSI. Ini dapat berupa layanan konseling atau psikoterapi yang memadukan prinsip-prinsip Islam dengan praktik klinis yang terbukti efektif dalam mengatasi masalah kesehatan mental. Pergerakan Islam juga dapat memobilisasi komunitas untuk mendukung individu yang terpengaruh dan mengurangi stigma terkait dengan masalah kesehatan mental.

Pentingnya pembentukan lingkungan sosial yang inklusif dan mendukung juga tidak boleh diabaikan. Akademisi Muslim dan pergerakan Islam dapat mempromosikan budaya yang mendorong komunikasi terbuka, empati, dan penghargaan terhadap nilai-nilai kemanusiaan, sejalan dengan ajaran Islam tentang kasih sayang dan perdamaian. Ini dapat dilakukan melalui kegiatan sosial, pengembangan program komunitas, dan advokasi kebijakan yang mendukung kesejahteraan mental. Dalam konteks pendidikan, akademisi Muslim dapat memperkuat kurikulum pendidikan Islam dengan memasukkan pelajaran tentang kesehatan mental, penanganan stres, dan cara mengelola emosi secara Islami. Ini membantu menciptakan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya perawatan diri dan kesehatan mental dalam ajaran Islam, sehingga memungkinkan individu untuk mengidentifikasi dan mengatasi perasaan dan pikiran yang dapat menyebabkan NSSI.

Selanjutnya, akademisi Muslim juga dapat berperan dalam penelitian dan pengembangan model intervensi yang sensitif terhadap budaya dan berbasis nilai-nilai Islam untuk mengatasi NSSI. Ini termasuk mengeksplorasi konsep-konsep seperti taubah (penyesalan dan bertobat), tawakkal (kepercayaan sepenuhnya pada Allah), dan sabar (ketekunan dalam menghadapi cobaan), serta menerapkannya dalam konteks terapi dan dukungan psikososial. Di samping itu, dakwah Islam juga memiliki peran penting dalam mengatasi NSSI dengan menyebarkan pesan-pesan yang mengedepankan kepedulian, penyembuhan, dan solidaritas antarindividu. Melalui seruan untuk saling membantu, menyayangi sesama, dan memperkuat ikatan sosial dalam masyarakat, dakwah Islam dapat menjadi alat untuk membentuk lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan mencegah perilaku melukai diri. Kesimpulannya, akademisi Muslim dan pergerakan Islam memiliki peran yang signifikan dalam mengatasi NSSI dengan menyediakan pendidikan, dukungan, lingkungan yang inklusif, dan intervensi berbasis nilai-nilai Islam. Dengan pendekatan holistik yang mencakup aspek pendidikan, sosial, klinis, dan spiritual, mereka



dapat berkontribusi secara positif dalam upaya pencegahan dan penanganan NSSI di kalangan individu muda Muslim dan masyarakat pada umumnya.

### **Kesimpulan**

Penelitian ini menggambarkan kompleksitas fenomena NSSI (Non-Suicidal Self-Injury) dan menyoroti beragam faktor yang berkontribusi terhadap kemunculannya. Dari perspektif psikologis, NSSI tidak hanya merupakan masalah personal individual, tetapi juga terkait dengan dinamika keluarga, pengalaman masa kecil, dan faktor budaya yang memengaruhi individu. Temuan dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa kesadaran akan risiko NSSI dan upaya pencegahannya perlu ditingkatkan secara holistik. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan yang berbasis nilai-nilai Islam dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam mengatasi NSSI. Akademisi Muslim dan pergerakan Islam memiliki peran penting dalam menyediakan pendidikan, dukungan, dan intervensi yang sensitif terhadap budaya. Mereka dapat memobilisasi komunitas untuk mendukung individu yang terpengaruh dan mengurangi stigma terkait dengan masalah kesehatan mental.

Pentingnya pendekatan preventif dan intervensi yang menyeluruh juga ditekankan dalam kesimpulan ini. Melalui edukasi, layanan konseling, pengembangan program komunitas, dan advokasi kebijakan, upaya pencegahan NSSI dapat menjadi lebih efektif. Hal ini juga mencakup peningkatan pemahaman tentang kesehatan mental dalam konteks ajaran Islam dan pengembangan model intervensi yang berbasis nilai-nilai tersebut. Dakwah Islam juga dapat menjadi alat yang kuat dalam membentuk lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan mencegah perilaku melukai diri. Dengan menyebarkan pesan-pesan kasih sayang, solidaritas, dan pemahaman tentang nilai-nilai kemanusiaan, dakwah Islam dapat membantu mengurangi tekanan psikologis dan meningkatkan kesejahteraan mental dalam masyarakat.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyoroti pentingnya kolaborasi antara akademisi Muslim, pergerakan Islam, dan praktisi kesehatan mental dalam mengatasi NSSI. Dengan menggabungkan pengetahuan, nilai-nilai, dan upaya lintas sektoral, kita dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif, peduli, dan mendukung bagi individu yang rentan terhadap NSSI.

### **Referensi**

- APA. (2013). *American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual on Mental Disorder* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Andover, M. S., Morris, B. W., Schatten, H. T., & Kelly, C. A. (2013). Assessment of Suicidal and Non-suicidal Self-injury in Anxiety Disorders. In *Handbook of Assessing Variants and Complications in Anxiety Disorders* (pp. 119-137). New York, NY: Springer New York. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2011.04.003>

- Armoon, B., Mohammadi, R. & Griffiths, M.D. The Global Prevalence of Non-suicidal Self-injury, Suicide Behaviors, and Associated Risk Factors Among Runaway and Homeless Youth: A Meta-analysis. *Community Ment Health J* (2024). <https://doi.org/10.1007/s10597-024-01245-y>
- Asarnow, J. R., Porta, G., Spirito, A., Emslie, G., Clarke, G., Wagner, K. D., ... & Brent, D. A. (2011). Suicide attempts and nonsuicidal self-injury in the treatment of resistant depression in adolescents: findings from the TORDIA study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 50(8), 772-781.
- Bjureberg, J., Kuja-Halkola, R., Ohlss, A., Lichtenstein, P., D'Onofrio, B. M., Hellner, C., & Cederlöf, M. (2022). Adverse clinical outcomes among youths with nonsuicidal self-injury and suicide attempts: A longitudinal cohort study. *Journal of child psychology and psychiatry*, 63(8), 921-928. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13544>
- Bjureberg, J., Ojala, O., Rasmusson, B., Malmgren, J., Hellner, C., & Flygare, O. (2024). Cost-effectiveness of Internet-Delivered Emotion Regulation Therapy for Adolescents With Nonsuicidal Self-injury. <https://doi.org/10.31234/osf.io/93kjw>
- Chandan, J. S., Thomas, T., Gokhale, K. M., Bandyopadhyay, S., Taylor, J., & Nirantharakumar, K. (2019). The burden of mental ill health associated with childhood maltreatment in the UK, using The Health Improvement Network database: a population-based retrospective cohort study. *The Lancet Psychiatry*, 6(11), 926-934. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30369-4](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30369-4)
- Copeland, W. E., Angold, A., Shanahan, L., & Costello, E. J. (2014). Longitudinal patterns of anxiety from childhood to adulthood: the Great Smoky Mountains Study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 53(1), 21-33. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.09.017>
- Fisher, A. C., Rushby, J. A., McDonald, S., Parks, N., & Piguet, O. (2015). Neurophysiological correlates of dysregulated emotional arousal in severe traumatic brain injury. *Clinical Neurophysiology*, 126(2), 314-324. <https://doi.org/10.1016/j.clinph.2014.05.033>
- Gu, H., Chen, W., & Cheng, Y. (2024). Longitudinal relationship between harsh parenting and adolescent non-suicidal self-injury: The roles of basic psychological needs frustration and self-concept clarity. *Child Abuse & Neglect*, 149, 106697. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2024.106697>
- Han, S. (2019). Influencing factors of adolescent self-injury behavior. *Advances in Psychology*, 9(2), 248-54. <https://doi.org/10.12677/ap.2019.92032>
- Hawton, K., Saunders, K. E., & O'Connor, R. C. (2012). Self-harm and suicide in adolescents. *The lancet*, 379(9834), 2373-2382. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60322-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60322-5)
- Haywood, Hasking & Boyes (2024) Untangling the link between experiential avoidance and non-suicidal self-injury: a multidimensional approach, *Australian Journal of Psychology*, 76:1, 2315951, <https://doi.org/10.1080/00049530.2024.2315951>

- Hooley, J. M., & Franklin, J. C. (2018). Why do people hurt themselves? A new conceptual model of nonsuicidal self-injury. *Clinical psychological science*, 6(3), 428-451. <https://doi.org/10.1177/2167702617745641>
- Islam, S., Akter, R., Sikder, T., & Griffiths, M. D. (2020). Prevalence and factors associated with depression and anxiety among first-year university students in Bangladesh: a cross-sectional study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00242-y>
- Joiner, T. (2024). 1 Suicide: The Interpersonal Theory of Suicide. In *The Varieties of Suicidal Experience* (pp. 49-66). New York University Press. <https://doi.org/10.18574/nyu/9781479823505.003.0004>
- Kao H-T, Mürner-Lavanchy I, von Stosch E, Josi J, Berger T, Koenig J, Kaess M (2024). Pain sensitivity as a state marker and predictor for adolescent non-suicidal selfinjury. *Psychological Medicine* 1–8. <https://doi.org/10.1017/S0033291724000461>
- Kiekens, G., Robinson, K., Tatnell, R., & Kirtley, O. J. (2021). Opening the black box of daily life in nonsuicidal self-injury research: with great opportunity comes great responsibility. *JMIR Mental Health*, 8(11), e30915. doi: **10.2196/30915**
- Klonsky, E. D., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Self-injury: A research review for the practitioner. *Journal of clinical psychology*, 63(11), 1045-1056. <https://doi.org/10.1002/jclp.20412>
- Kuburi, S., Ewing, L., Hamza, C. A., & Goldstein, A. L. (2024). A daily diary study of the relation between stress and nonsuicidal self-injury and the moderating role of emotion dysregulation in emerging adulthood. *Journal of youth and adolescence*, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s10964-024-01946-3>
- Lereya, S. T., Copeland, W. E., Costello, E. J., & Wolke, D. (2015). Adult mental health consequences of peer bullying and maltreatment in childhood: two cohorts in two countries. *The Lancet Psychiatry*, 2(6), 524-531. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00165-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00165-0)
- Lesthari, F., & Permana, M. Z. (2022). Pengalaman Membangun Cita-Cita serta Tujuan Hidup pada Usia Emerging Adulthood: Analisa Fenomenologi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Insani*, 7(2).
- Linqi Zhou, Changyuan Qiao, Jialing Huang, Jian Lin, Haisheng Zhang, Jian Xie, Yonggui Yuan & Changchun Hu (2024) The Impact of Recent Life Events, Internalizing Symptoms, and Emotion Regulation on the Severity of Non-Suicidal Self-Injury in Adolescents: A Mediation Analysis, *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, , 415-428, <https://doi.org/10.2147/NDT.S444729>
- Liu, L., De Vel, O., Han, Q. L., Zhang, J., & Xiang, Y. (2018). Detecting and preventing cyber insider threats: A survey. *IEEE Communications Surveys & Tutorials*, 20(2), 1397-1417. DOI: **10.1109/COMST.2018.2800740**
- Littleton, L. L., Rehbein, D. M., Barber, J. J., & Muehlenkamp, J. J. (2024). Testing Suicide Ideation-to-Action Theory Differences Among Those With Nonsuicidal Self-

- Injury. *Archives of Suicide Research*, 1-12.  
<https://doi.org/10.1080/13811118.2024.2323589>
- Mars, B., Heron, J., Klonsky, E. D., Moran, P., O'Connor, R. C., Tilling, K., ... & Gunnell, D. (2019). Predictors of future suicide attempt among adolescents with suicidal thoughts or non-suicidal self-harm: a population-based birth cohort study. *The Lancet Psychiatry*, 6(4), 327-337. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30030-6](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30030-6)
- Mellin, J. E., Young, C. C., Rew, L., Zuniga, J., & Monge, M. C. (2024). Sexual Activity as Self-Injury: A Scoping Review. *The Journal of Sex Research*, 1-14.  
<https://doi.org/10.1080/00224499.2024.2320828>
- Nam, R. J., & Cha, C. B. (2024). Latent classes of episodic future thinking among suicidal and nonsuicidal community adolescents. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/CBDYZ>
- Nock, M. K. (2010). Self-injury. *Annual review of clinical psychology*, 6, 339-363. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
- O'Loughlin, C. M., McClure, K., & Ammerman, B. A. (2024). Development and validation of the self-injury stigma scale. *Journal of Psychiatric Research*.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2024.02.027>
- Olweus, D. (2013). School bullying: Development and some important challenges. *Annual review of clinical psychology*, 9, 751-780. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185516>
- Olweus, D. (2013). Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. In *The development and treatment of childhood aggression* (pp. 411-448). Psychology Press.
- Park, Y., Qu, W., & Ammerman, B. A. (2024). Characteristics and functions of non-suicidal self-injury that inform suicide risk. *Archives of suicide research*, 1-14.  
<https://doi.org/10.1080/13811118.2024.2310556>
- Permana, M. Z. (2020). Pengembangan Identitas Baru: Konsep Perluasan Diri dalam Relasi Interpersonal. *Psikologi untuk Indonesia: Isu-isu terkini relasi sosial dari intrapersonal hingga interorganisasi*, 43.
- Permana, M. Z., & Medynna, A. D. N. (2021). Ribet!: Persepsi Menikah pada Emerging Adulthood. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(3), 248-257. DOI: 10.30872/psikostudia
- Permana, Z., Koentjoro, K., & Azca, M. N. (2023). Toxic Relationship in Emerging Adulthood. *Jurnal Wanita dan Keluarga*, 4(1), 88-105.  
<https://doi.org/10.22146/jwk.8765>
- Permana, M. Z. (2021). Mengenal Dasar-Dasar Emosi Dalam Menghadapi Pandemi. *Plakat: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 3(1), 26-42.
- Permana, M. Z., & Lesthari, F. (2022). Mengapa Hidup yang Abstrak Membuat Cita-Cita Lebih Abstrak. *Gambaran Cita-Cita Mahasiswa di Fakultas Psikologi UNJANI. PSIKOLOGI KONSELING*, 20(1), 1377-1389.

- Permana, M. Z., & Riyani, P. TOLERANSI; Sebuah Konsep Psikologi. *TOLERANSI: Media Ilmiah Komunikasi Umat Beragama*, 15(2), 93-103. <http://dx.doi.org/10.24014/trs.v15i2.28280>
- Pourramzani A, Gharaei Nejad K, Sayar S. Alexithymia and Suicidal Ideation in Iranian Patients With Psoriasis. *Caspian J Neurol Sci* 2024; 10 (2) :117-125 <http://dx.doi.org/10.32598/CJNS.10.37.440.1>
- Ribeiro, J. D., Franklin, J. C., Fox, K. R., Bentley, K. H., Kleiman, E. M., Chang, B. P., & Nock, M. K. (2016). Self-injurious thoughts and behaviors as risk factors for future suicide ideation, attempts, and death: a meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological medicine*, 46(2), 225-236. <https://doi.org/10.1017/S0033291715001804>
- Ruan, Q.-N., Liu, L., Shen, G.-H., Wu, Y.-W., & Yan, W.-J. (2024). Alexithymia and peer victimisation: interconnected pathways to adolescent non-suicidal self-injury. *BJPsych Open*, 10(2), e46. doi:10.1192/bjo.2023.653
- Seong, E., Lee, K. H., Lee, J. S., Kim, S., Seo, D. G., Yoo, J. H., ... & Kim, J. W. (2024). Depression and posttraumatic stress disorder in adolescents with nonsuicidal self-injury: comparisons of the psychological correlates and suicidal presentations across diagnostic subgroups. *BMC psychiatry*, 24(1), 138. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05533-5>
- Steggals, P., Graham, R., & Lawler, S. (2024). Nonsuicidal self-injury and intersubjective recognition: 'You can't argue with wounds'. *The Sociological Review*, 00380261231221661. <https://doi.org/10.1177/00380261231221661>
- 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. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 44(3), 273-303. <https://doi.org/10.1111/sltb.12070>
- Turecki, G., Ernst, C., Jollant, F., Labonté, B., & Mechawar, N. (2012). The neurodevelopmental origins of suicidal behavior. *Trends in neurosciences*, 35(1), 14-23. <https://doi.org/10.1016/j.tins.2011.11.008>
- Victor, S. E., & Klonsky, E. D. (2014). Correlates of suicide attempts among self-injurers: A meta-analysis. *Clinical psychology review*, 34(4), 282-297. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.03.005>
- Wang, H., Xu, S., Wang, S., Wang, Y., & Chen, R. (2024). Using decision tree to predict non-suicidal self-injury among young adults: the role of depression, childhood maltreatment and recent bullying victimization. *European Journal of Psychotraumatology*, 15(1), 2322390. <https://doi.org/10.1080/20008066.2024.2322390>
- Wang, Z., Li, D., Chen, Y., Tao, Z., Jiang, L., He, X., & Zhang, W. (2024). Understanding the subtypes of non-suicidal self-injury: A new conceptual framework based on a

- systematic review. *Psychiatry Research*, 115816.  
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.115816>
- Wang, Z., Li, D., Chen, Y., Tao, Z., Jiang, L., He, X., & Zhang, W. (2024). Understanding the subtypes of non-suicidal self-injury: A new conceptual framework based on a systematic review. *Psychiatry Research*, 115816.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.115816>
- Wang, Z., Chen, Y., Tao, Z., Yang, M., Li, D., Jiang, L., & Zhang, W. (2024). Quantifying the importance of non-suicidal self-injury characteristics in predicting different clinical outcomes: using random forest model. *Journal of youth and adolescence*, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01926-z>
- Wichstrøm, T., & Wichstrøm, L. (2024). Childhood Predictors of Nonsuicidal Self-Injury in Adolescence: A Birth Cohort Study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2023.12.013>
- Zhou, S. C., Zhou, Z., Tang, Q., Yu, P., Zou, H., Liu, Q., ... & Luo, D. (2024). Prediction of non-suicidal self-injury in adolescents at the family level using regression methods and machine learning. *Journal of affective disorders*.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.02.039>
- Zhu, J., Zhang, W., Chen, Y., & Teicher, M. H. (2024). Joint Trajectories of Depression and Rumination: Experiential Predictors and Risk of Nonsuicidal Self-Injury. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*.  
<https://doi.org/10.1016/j.jaac.2024.01.014>