

## ABSTRAK

### ***DIALECTICAL BEHAVIORAL THERAPY (DBT) PADA PENDERITA NON SUICIDAL SELF INJURY* DITINJAU DARI KEDOKTERAN DAN ISLAM**

*Non suicidal Self Injury (NSSI)* adalah suatu perilaku yang diluar norma sosial masyarakat, secara sengaja dan langsung merusak jaringan tubuh tanpa disertai keinginan untuk bunuh diri, dengan melukai secara menyilet jaringan tubuh, menggaruk kulit hingga luka atau membakar diri sendiri yang digunakan untuk membantu meregulasi keadaan internal atau interpersonal seorang pasien. Pasien NSSI umumnya ditemukan paling banyak pada usia 12-14 tahun. Salah satu terapi yang dapat digunakan dalam menurunkan tingkat penderita NSSI yaitu menggunakan terapi DBT. Terapi perilaku dialektikal atau dapat disebut juga DBT. NSSI didasari oleh teori perkembangan yang bermasalah antara faktor lingkungan, faktor biologis dan fisik individu yang menyebabkan seseorang sulit mengontrol emosinya. Terapi DBT ini digunakan untuk mengubah perilaku pasien dari yang tidak dapat dikontrol menjadi perilaku yang terkontrol. Terapi DBT ini digunakan untuk mendapatkan 5 keterampilan utama yaitu Regulasi emosi, Perhatian utama (*core mindfulness*), Toleransi tertekan (*Distress tolerance*), Efektivitas interpersonal (*Interpersonal effectiveness*), Pemecahan masalah (*Problem solving*). Menurut pandangan Islam, perilaku NSSI termasuk kedalam perilaku zalim terhadap diri sendiri karena perilaku NSSI tersebut merupakan perilaku yang tidak dikehendaki oleh Allah dan tentunya dilarang dalam Islam. Seharusnya dalam menghadapi suatu masalah Islam menganjurkan agar setiap manusia dapat lebih bersabar dan tawakal dalam menghadapi ujian-Nya. Terapi Dialectical terutama pada fase *mindfulness* sejalan dengan ajaran agama Islam yaitu bertawakal. Terapi ini sangat dianjurkan untuk melatih kita dalam menghadapi masalah. Karena terapi ini lebih banyak mengandung masalah dibandingkan dengan mudaratnya, maka terapi ini dapat diaplikasikan baik dalam pandangan kedokteran serta dalam pandangan Islam.

Keyword: *Non Suicidal Self Injury*, NSSI, Terapi Dialektikal, DBT, Terapi perilaku,

*Dialectical Behavioral Therapy*