

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Selfharm merupakan perilaku yang sengaja dilakukan untuk menyebabkan luka fisik pada diri sendiri, tanpa ada niat bunuh diri. Perilaku ini dapat berupa memotong, memukul, menjambak, membakar, atau melukai tubuh dengan cara lainnya. Individu yang melakukan *self harm* cenderung memiliki pandangan yang kurang positif terhadap diri mereka sendiri, kepercayaan diri yang kurang, dan kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara sehat (Saputra & Suraya, 2019).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Pakistan *Medical Association* menemukan bahwa 28,4% dari mahasiswa kedokteran di negara itu terlibat dalam perilaku melukai diri sendiri. Prevalensi perilaku ini lebih umum pada laki-laki (54,5%) dibandingkan perempuan (45,4%) (Mehmood et al., 2023). Sebuah studi yang dilakukan di Universitas Pendidikan Indonesia menemukan bahwa hampir setengah dari mahasiswa yang diteliti (48,1%) mengakui pernah mengalami perilaku melukai diri sendiri sebagai akibat tekanan emosi dan masalah psikologis yang kompleks (Nurendah et al., 2023).

Mahasiswa pendidikan profesi dokter, yang harus menghadapi beratnya tuntutan akademik, besarnya tanggung jawab klinis serta harapan tinggi dari diri sendiri dan lingkungan. Tekanan tersebut dapat memicu berbagai jenis kesehatan mental, termasuk dapat mendorong mahasiswa untuk mencari mekanisme *coping* yang tidak sehat untuk melampiaskan emosi yang tidak tersalurkan dengan baik, seperti melukai diri sendiri atau *selfharm* (Nurendah et al., 2023).

Penelitian mengenai perilaku *self harm* di kalangan mahasiswa pendidikan profesi dokter sangat penting karena beberapa alasan. Pertama, pemahaman yang lebih baik tentang penyebab dan mekanisme perilaku ini akan membantu institusi pendidikan kedokteran dalam merancang program intervensi yang berguna untuk mendukung kesehatan mental para mahasiswa, yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas pendidikan dan pekerjaan klinis kedokteran. Kedua, mahasiswa kedokteran yang mengalami gangguan kesehatan mental memiliki

risiko menurunkan kualitas pelayanan kesehatan yang mereka berikan kepada pasien, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif terhadap masyarakat luas. Kondisi ini juga berpotensi menyebabkan meningkatnya risiko bunuh diri jika tidak ditangani secara tepat waktu dan komprehensif (Putri et al., 2019).

Selain itu, penelitian ini menunjukkan betapa pentingnya mencegah *self harm* pada mahasiswa pendidikan profesi dokter sebagai langkah pencegahan untuk mengurangi risiko kesehatan mental dan fisik mereka dalam jangka panjang. Penelitian ini dapat menjadi dasar kebijakan pendidikan untuk meningkatkan dukungan mental dan layanan kesehatan mental yang lebih terjangkau di tingkat universitas. Untuk menghindari perilaku berisiko seperti *self harm*, studi pada tahun 2023 menekankan bahwa tindakan preventif dan penanganan yang tepat diperlukan untuk membantu mahasiswa mengembangkan strategi adaptif untuk menangani masalah emosional yang kompleks (Hidayati et al., 2023).

Dalam perspektif Islam, melukai diri sendiri dilarang karena tubuh merupakan amanah dari Allah SWT yang harus dijaga (Muhammad et al., 2016). Larangan ini ditegaskan dalam firman Allah SWT:

وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya: *"Dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah, karena sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik."* (QS. Al-Baqarah: 195)

Ayat tersebut menekankan agar manusia tidak melakukan perbuatan yang membahayakan dirinya, termasuk tindakan *self harm*. Sejalan dengan itu, Rasulullah ﷺ juga memberikan peringatan keras melalui hadis riwayat Imam Muslim:

مَنْ قَتَلَ نَفْسَهُ بِحَدِيدٍ فَحَدِيدُهُ فِي يَدِهِ يَجُولُ بِهِ فِي النَّارِ خَالِدًا مَكْنًا

Artinya: *"Barang siapa membunuh dirinya dengan besi, maka besi itu akan berada di tangannya, dan dia menikamkan ke perutnya di neraka jahannam selama-lamanya."* (HR. Muslim)

Hadis ini menegaskan bahwa menyakiti diri sendiri adalah perbuatan tercela yang mendatangkan kerugian spiritual. Oleh karena itu, perilaku *self harm* jelas

bertentangan dengan prinsip Islam yang menempatkan jiwa dan raga sebagai amanah untuk dijaga. Penguatan nilai keagamaan menjadi pendekatan penting dalam mencegah perilaku ini, khususnya pada mahasiswa yang menghadapi tekanan psikologis (Rahmatika, 2024; Dehabadi et al., 2019).

Secara keseluruhan, penelitian ini penting untuk meningkatkan kualitas kesehatan mental para mahasiswa pendidikan profesi dokter, memastikan mereka menjalani pendidikan dengan baik, serta mempersiapkan mereka menjadi tenaga medis yang sehat secara mental dan mampu memberikan pelayanan terbaik kepada masyarakat.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini berfokus pada faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa pendidikan profesi dokter terlibat dalam perilaku *self harm*, seperti tekanan akademik, tanggung jawab klinis, dan ekspektasi lingkungan. Tujuan penelitian ini juga adalah untuk mengetahui seberapa umum perilaku *self harm* di kalangan mahasiswa kedokteran, bagaimana hal itu berdampak pada kesehatan mental dan kinerja profesional mereka, serta mengidentifikasi strategi efektif dari institusi pendidikan kedokteran untuk mencegah dan mengatasi perilaku tersebut.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana perilaku kecenderungan *self harm* responden mahasiswa pendidikan profesi dokter Universitas YARSI?
2. Bagaimana gambaran dari dampak psikologis dan akademik terhadap perilaku *self harm* pada mahasiswa pendidikan profesi dokter Universitas YARSI?
3. Bagaimana karakteristik mahasiswa pendidikan profesi dokter Universitas YARSI yang memiliki kecenderungan perilaku *self harm*?
4. Bagaimana pandangan Islam mengenai perilaku menyakiti diri (*self harm*) pada mahasiswa pendidikan profesi dokter Universitas YARSI?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran perilaku kecenderungan melukai diri (*self harm*) pada mahasiswa pendidikan profesi dokter di Universitas YARSI dan mengetahui tinjauannya dalam Islam.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran tingkat kecenderungan *self harm* pada mahasiswa pendidikan profesi dokter Universitas YARSI.
2. Mengetahui gambaran dari dampak psikologis dan akademik terhadap perilaku *self harm* pada mahasiswa pendidikan profesi dokter di Universitas YARSI.
3. Mengidentifikasi karakteristik mahasiswa yang rentan terhadap perilaku *self harm*.
4. Mengetahui pandangan Islam terhadap perilaku melukai diri (*self harm*) pada mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter Universitas YARSI.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mahasiswa, terutama mengenai perilaku *self harm*, faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta dampaknya terhadap kesehatan mental. Dengan pemahaman yang lebih baik, mahasiswa diharapkan dapat mengenali dan menghindari perilaku tersebut serta mengembangkan mekanisme *coping* yang lebih sehat dalam menghadapi tekanan akademik.

1.5.2 Manfaat Bagi Universitas YARSI

Penelitian ini memberikan informasi dan data ilmiah yang berguna bagi Universitas YARSI terkait prevalensi, penyebab, dan penanganan perilaku *self harm* di kalangan mahasiswa. Data ini dapat menjadi dasar bagi universitas dalam merancang kebijakan dan program intervensi untuk mendukung kesehatan mental mahasiswa.

1.5.3 Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini berfungsi sebagai wadah pembelajaran dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan laporan ilmiah. Selain itu, penelitian ini juga memperluas wawasan peneliti mengenai isu *self harm* di kalangan mahasiswa pendidikan profesi dokter, memberikan pengalaman langsung dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental.

1.5.4 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental, khususnya bagi mahasiswa kedokteran yang menghadapi tekanan berat. Dengan adanya pemahaman yang lebih baik, diharapkan masyarakat turut berperan dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa, sehingga dapat membantu menciptakan tenaga medis yang sehat secara mental dan mampu melayani masyarakat dengan lebih baik.