

NSSI PADA MAHASISWA ILMU KESEHATAN DITINJAU DARI TINGKAT LITERASI KESEHATAN MENTAL: SEBUAH KAJIAN LITERATUR SECARA NARATIF

LINTANG IMAS DEWI SAPUTRI & DIAN KARTIKA AMELIA ARBI

Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Perilaku *Non Suicidal Self Injury* (NSSI) juga ditemukan pada mahasiswa bidang kesehatan. Hal ini tampak cukup mengkhawatirkan. Tingkat literasi kesehatan mental mahasiswa ilmu kesehatan secara umum dianggap baik dan literasi kesehatan mental juga menjadi salah satu hal yang dapat mencegah atau mengurangi perilaku NSSI. Hal ini menjadi kontradiktif bahwa tingginya tingkat literasi kesehatan mental pada mahasiswa ilmu kesehatan tidak mencegah terjadinya fenomena NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan. Oleh karena itu penelitian ini mencoba untuk mengulas dan mengeksplorasi mengenai perilaku NSSI pada mahasiswa kesehatan dilihat melalui dengan menggunakan metode kajian secara naratif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi perilaku NSSI cukup besar pada mahasiswa kedokteran, keperawatan jiwa, dan psikologi. Metode dalam melakukan NSSI sangat beragam, tetapi *cutting* merupakan metode paling umum. Banyak hal yang menjadi faktor risiko dari perilaku NSSI. Tingkat literasi kesehatan mental pada mahasiswa ilmu kesehatan juga memiliki perbedaan pada masing-masing jurusan. Mahasiswa psikologi memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang tinggi tetapi juga memiliki prevalensi perilaku NSSI yang paling tinggi. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan terkait perilaku NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan dan dapat menjadi dasar untuk intervensi perilaku *self-injury* pada mahasiswa ilmu kesehatan.

Kata kunci: *faktor risiko, mahasiswa kesehatan, NSSI*

Abstract

Non Suicidal Self Injury (NSSI) behavior was also found in health students.. The mental health literacy level of health science students is generally considered good and mental health literacy is also one of the things that can prevent or reduce NSSI behavior. This is contradictory in that the high level of mental health literacy in health science students does not prevent the occurrence of the NSSI phenomenon in health science students. Therefore, this study tries to review and explore the behavior of NSSI in health students seen through using a narrative review method. The results showed that the prevalence of NSSI behavior was quite large among medical students, mental nursing, and psychology. Methods for performing NSSI vary widely, but cutting is the most common method. There are some risk factors for NSSI behavior. The level of mental health literacy among health science students also differs in each major. Psychology students have the highest level of mental health literacy but also have the highest prevalence of NSSI behavior. Hopefully, this research can give insight regarding NSSI behavior in health science students and can be a basis for self-injury behavioral interventions in health science students.

PENDAHULUAN

Non-Suicidal Self Injury (NSSI) pada mahasiswa dewasa ini tampak mengkhawatirkan. Seorang mahasiswa psikologi yang melakukan *self-harm* untuk menciptakan 'kanal' bagi tekanan psikologis yang dirasakannya karena menderita depresi dan epilepsi (Madani, 2022).

Penelitian oleh Jupina dkk., (2022) menunjukkan bahwa sebanyak 7,2% mahasiswa kedokteran pernah mengalami pemikiran untuk melakukan self-harm atau bunuh diri. Adanya fenomena self-injury atau self-harm pada populasi mahasiswa ilmu kesehatan ini tentunya kontradiktif dengan anggapan bahwa mahasiswa ilmu kesehatan dapat menangani stress yang dialami dengan baik. Mahasiswa kesehatan merupakan mahasiswa yang saat ini telah terdaftar dalam pendidikan dengan bidang ilmu kedokteran, kedokteran gigi, psikologi, keperawatan, kebidanan, farmasi, kesehatan masyarakat, kesehatan lingkungan, gizi, fisioterapis, pengobatan tradisional, teknik biomedis dan disiplin ilmu kesehatan lainnya (Presiden RI, 2014).

Nonsuicidal Self-Injury (NSSI) merupakan perilaku yang mengakibatkan kerusakan pada tubuh secara sengaja yang cenderung menyebabkan pendarahan, memar, atau rasa sakit (misalnya memotong, membakar, menusuk, memukul, menggosok berlebihan) tanpa disertai intensi untuk bunuh diri (American Psychiatric Association, 2022). Onset NSSI biasanya rata-rata adalah usia 14 tahun, dengan lebih tinggi terjadi pada golongan usia dibawah 30 tahun (Klonsky, 2011 dalam (Saraff & Pepper, 2014)) Namun, penelitian oleh (Arinda & Mansoer, 2021) memaparkan bahwa terdapat salah satu partisipan yang memulai perilaku NSSI pada usia tujuh tahun.

Durasi lamanya perilaku NSSI dilakukan berhubungan dengan percobaan bunuh diri, frekuensi percobaan bunuh diri, dan niat untuk bunuh diri (Andover dan Gibb, 2010 dalam (Saraff & Pepper, 2014)). Perilaku NSSI dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Kegagalan dalam proses pembentukan identitas, serta konflik hubungan dengan teman sebaya, dan tipe pengasuhan orang tua yang sering memberikan hukuman fisik secara kasar, kurang mengawasi dan kurang dekat dengan anak dapat menjadi faktor risiko terjadinya perilaku NSSI pada remaja dan dewasa awal (Claes dkk., 2014; Victor dkk., 2019 dalam (Arinda & Mansoer, 2021)). Oleh karena itu, remaja dan dewasa awal banyak melakukan NSSI sebagai bentuk coping yang maladaptif terhadap tekanan yang dialami (Arinda & Mansoer, 2021).

Pada periode perkembangan dewasa awal, individu juga mengalami banyak perubahan pada beberapa aspek dalam hidup, sehingga rentan mengalami stress dan jika tidak mampu meregulasi emosinya dengan baik dapat mengarah kepada strategi coping yang maladaptif, termasuk perilaku menyakiti diri sendiri (Arnett, 2016; Keikens dkk., 2017 dalam (Arinda & Mansoer, 2021)). NSSI juga banyak terjadi pada mahasiswa, khususnya mahasiswa pada bidang jurusan kesehatan, seperti kedokteran, keperawatan, psikologi, dan lain-lain. Tingkat stress yang cenderung tinggi selama masa perkuliahan dapat menjadi faktor risiko perilaku *self-injury* (Verenisa dkk., 2021)

Mahasiswa ilmu kesehatan sering diidentikkan dengan pengetahuan yang mumpuni pada bidang kesehatan, termasuk kesehatan mental. Adanya fenomena NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan merupakan sebuah hal yang menjadi pertanyaan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa ilmu kesehatan memiliki tingkat literasi kesehatan mental yang cukup tinggi (Economou dkk., 2017; Liu, 2019; Marwood & Hearn, 2019). Literasi kesehatan mental adalah pengetahuan yang dapat digunakan untuk mengambil langkah praktis demi kebaikan kesehatan mental diri sendiri maupun orang lain (Jorm, 2019). Literasi kesehatan mental sendiri terdiri dari beberapa komponen, yaitu pengetahuan untuk mencegah gangguan mental, pengenalan saat gangguan sedang berkembang, pengetahuan pilihan untuk mencari bantuan dan pertolongan yang tersedia, pengetahuan tentang strategi *self-help* yang efektif untuk permasalahan yang lebih ringan, dan keterampilan pertolongan pertama untuk mendukung individu lain yang sedang mengalami gangguan mental atau krisis kesehatan mental (Jorm, 2012).

Literasi kesehatan mental yang baik dapat berperan mengurangi risiko atau mencegah NSSI. Penelitian menunjukkan bahwa dengan meningkatkan literasi kesehatan mental, perilaku berisiko seperti NSSI dapat berkurang ataupun dicegah (Landon, 2019). Oleh karena itu, adanya fenomena NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan menjadi hal yang perlu diperhatikan. Hal ini mengingat tingkat stress pada mahasiswa ilmu kesehatan cukup tinggi sehingga berisiko untuk melakukan NSSI (Moir dkk., 2018; Verenisa dkk., 2021).

Berdasarkan data-data yang telah dipaparkan, penelitian pada perilaku NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan dengan meninjau tingkat literasi kesehatan mental. Saat ini belum ada penelitian yang menelaah keterkaitan antara literasi kesehatan mental pada mahasiswa dan perilaku NSSI yang dilakukan oleh mereka. Oleh karena itu, peneliti melakukan kajian literatur tentang perilaku NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan yang ditinjau dari literasi kesehatan mental mahasiswa ilmu kesehatan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bersumbangsiah dalam memahami perilaku NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan serta dapat menjadi acuan untuk mengembangkan intervensi terkait perilaku NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan.

METODE

Metode yang digunakan dalam melakukan penelitian ini adalah *narrative review*. Di dalam melakukan pengumpulan data, peneliti menggunakan artikel-artikel jurnal yang didapatkan melalui e-resource seperti Science Direct, Web of Science, Garba, Emerald. Ketika mencari dan mengumpulkan artikel jurnal, peneliti menggunakan tiga subtopik, yaitu NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan dan literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan. Kedua topik tersebut dikaji kemudian ditarik benang merah diantara dua subtopik tersebut, dan diulas pada bagian pembahasan.

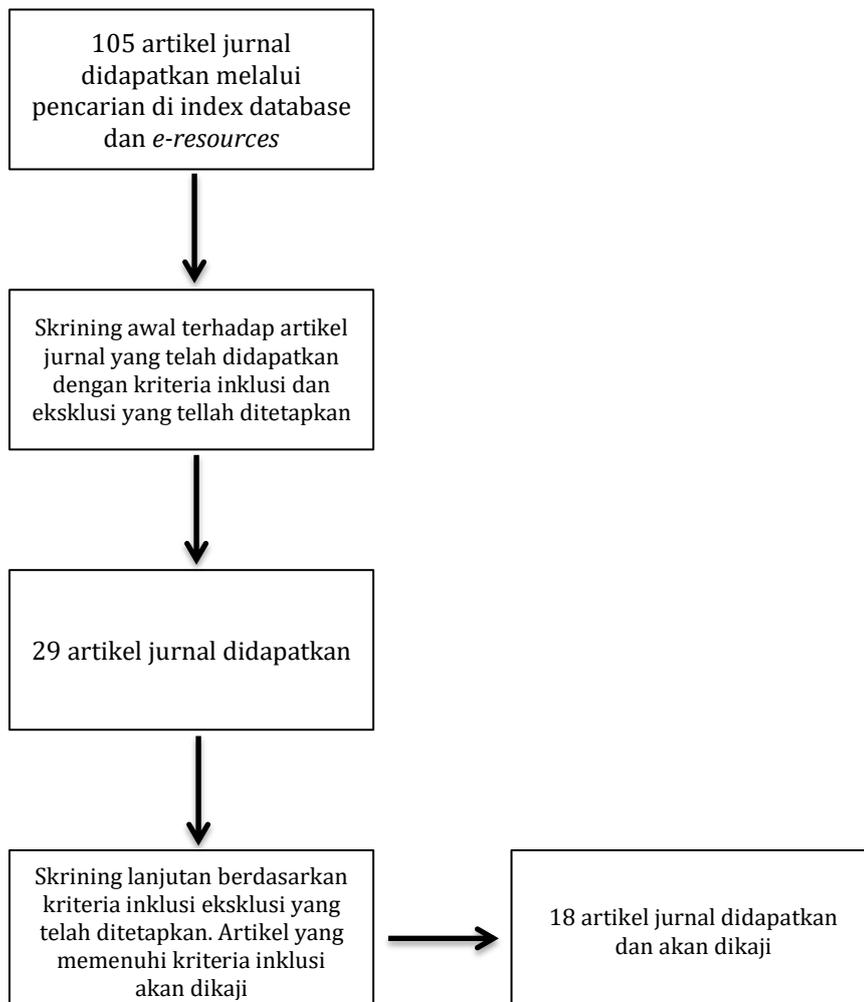
Kata kunci yang digunakan untuk subtopik NSSI pada mahasiswa ilmu kesehatan adalah (((("NSSI" OR "SELF-HARM" OR "SELF-INJURY" OR "SELF-INJURIOUS") AND ("HEALTH CARE STUDENT" OR "PSYCHOLOGICAL STUDENT" OR "MEDICAL STUDENT" OR "NURSING STUDENT" OR "HEALTH SCIENCE STUDENT")))) dan (((("NSSI" OR "SELF-HARM" OR "SELF-INJURY" OR "SELF-INJURIOUS") AND ("MAHASISWA PSIKOLOGI" OR "MAHASISWA KEDOKTERAN" OR "MAHASISWA KEPERAWATAN" OR "MAHASISWA ILMU KESEHATAN" OR "MAHASISWA KESEHATAN")))). Selanjutnya, untuk mencari subtopik literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan adalah (((("MENTAL HEALTH LITERACY" AND ("HEALTH CARE STUDENT" OR "HEALTH SCIENCE STUDENT" OR "MEDICAL STUDENT" OR "PSYCHOLOGY STUDENT" OR "NURSING STUDENT"))))"

Di dalam proses pengumpulan data, terdapat kriteria inklusi dan eksklusi terhadap jurnal-jurnal yang didapatkan. Kriteria inklusi merupakan kriteria yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan sehingga hasil penelitian dari artikel tersebut dapat dikaji, sedangkan kriteria eksklusi merupakan kriteria yang dimana jurnal-jurnal yang didapatkan tidak dapat dikaji karena tidak memenuhi syarat atau kriteria inklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini sebagai berikut: dirilis pada rentang tahun 2011-2022; terindeks pada SINTA, Scopus, Scimago; berbahasa Indonesia atau bahasa Inggris, memiliki DOI, partisipan dalam penelitian adalah mahasiswa ilmu kesehatan (untuk subtopik NSSI pada mahasiswa kesehatan dan literasi kesehatan mental pada mahasiswa ilmu kesehatan), dan penelitian memiliki pendekatan kualitatif atau kuantitatif atau campuran kualitatif dan kuantitatif. Kemudian, kriteria eksklusi di dalam penelitian ini sebagai berikut: tidak terindeks dalam SINTA, Scopus, Scimago; berbahasa selain bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, tidak memiliki DOI, partisipan penelitian

selain mahasiswa kesehatan (untuk subtopik NSSI pada mahasiswa kesehatan dan literasi kesehatan mental pada mahasiswa ilmu kesehatan).

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelusuran jurnal dengan topik NSSI pada mahasiswa kesehatan, didapatkan 53 jurnal, dengan 1 jurnal berbahasa Indonesia dan 52 jurnal berbahasa Inggris. Untuk pencarian jurnal dengan topik literasi kesehatan mental pada mahasiswa kesehatan didapatkan sebanyak 52 artikel jurnal, dengan semua artikel berbahasa Inggris. Total dari artikel jurnal yang didapatkan adalah 105 artikel jurnal. Dari 105 artikel jurnal tersebut, jurnal yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 18, dengan 12 artikel jurnal NSSI pada mahasiswa kesehatan dan 6 artikel jurnal tentang literasi kesehatan mental. Diantara 18 artikel jurnal tersebut, 1 artikel jurnal diantaranya berbahasa Indonesia dan 17 artikel jurnal berbahasa Inggris.



Gambar 1. Diagram alur pemilihan artikel jurnal

Berikut adalah hasil tinjauan artikel-artikel jurnal yang telah didapatkan.

No	Judul	Penulis	Tipe Penelitian	Tujuan	Jumlah Sampel	Subjek	Hasil
1	Gambaran Self-injury mahasiswa	(Verenisa dkk., 2021)	deskriptif kuantitatif	mengetahui frekuensi, bentuk-bentuk, alasan melakukan self injury pada mahasiswa keperawatan jiwa pada salah satu fakultas universitas di Bandung	886 partisipan	mahasiswa keperawatan jiwa pada salah satu universitas di Bandung yang berasal dari angkatan 2016 hingga 2019	67,9% tidak melakukan <i>self-injury</i> dan 32,1% melakukan self injury dalam setahun terakhir. konsisten dengan penelitian lain. perempuan melaporkan self injury lebih banyak daripada laki-laki konsisten dg Whitlock dkk, (2018) tapi tidak konsisten dengan Taliaferro & Meuhlenkamp (2015)-> laki=perempuan. Kemungkinan besar angka self injury pada penelitian ini tinggi karena memiliki faktor yang mempengaruhi tekanan psikologis,

							<p>yaitu masalah kuliah, nilai akademik, keluarga, dan lingkungan. sebanyak 31,1% responden melakukan <i>self-injury</i> setidaknya satu kali dalam setahun terakhir. Sebagian besar adalah <i>self-injury</i> minor-> sejalan dengan Ramadan & Mohamed (2019). alasan melakukan self injury lebih dominan untuk menghentikan perasaan buruk, menghukum diri, menghindari melakukan sesuatu yang tidak menyenangkan yang tidak ingin dilakukan pada penguatan negatif, dan mengendikan sebuah</p>
--	--	--	--	--	--	--	--

							situasi pada penguatan sosial positif. minor cenderung penguatan sosial, sedang/berat cenderung ke penguatan otomatis
2	Risk factors for nonsuicidal self-injury in Japanese college students: The moderating role of mood regulation expectancies	(Tresno dkk., 2013)	kuantitatif	meakukan indvestigasi perbedaan antara NSSI dan <i>non-self injury</i> dalam riwayat penganiayaan pada masa kecil, <i>negative mood regulation expectancies</i> , dan depresi dengan sampel partisipan adalah mahasiswa psikologi di Jepang dan mengukur faktor risiko perilaku self injury, termasuk mood regulatop	313 partisipan	mahasiswa psikologi pada salah satu universitas negeri di Jepang, dengan 50% partisipan berjenis kelamin perempuan, 49% laki-laki, dan 1% tidak diketahui. Rentang usia partisipan adalah 17 hingga 25 tahun dengan rata-	- partisipan dengan riwayat <i>self injury</i> mengalami penganiayaan pada masa kecil yang lebih parah, <i>mood regulation expectancies</i> lebih buruk, dan depresi dibandingkan dengan partisipan yang tidak memiliki riwayat NSSI - NSSI memiliki korelasi positif dengan penganiayaan masa kecil dan depresi, dan berkorelasi negatif dengan <i>mood</i>

				m ex[ectanci es sebagai moderato r dalam hubungan antara penganiay aan masa kecil dan NSSI		rata usia partisip an adalah 19 tahun	<i>regualtion exepectanci es</i> - penganiaya an masa kecil, <i>low expectancie s or negatives mood regulation</i> dan depresi mempredik isikan <i>self- injury</i>
3	Nonsuicidal Self-Injury and Its Relation to Personality Traits in Medical Students	(Allroggen dkk., 2014)	kuantitatif	melakuka n estimasi prevalensi NSS dan suicide attempts pada mahasiswa a kedoktera n di Jerman dan melakuka n eksplorasi pada hubungan antara perilaku tersebut dengan lima traits mayor kepribadian. an.	714	mahasis wa kedokte ran di Universi tas Ulm, Jerman dengan 67% jumlah partisip annya adalah peremp uan, rentang usia 18- 35 tahun, dan rata- rata usia partisip an adalah 23.1 tahun	<i>lifetime prevalence</i> dari 14.3% untuk NSSI dan 1.5% untuk suicide attempt. mahasiswa enggan NSSI menunjuk kan level neuroticis m dan openness yang lebih tinggi pada pengalama n, tetapi memilki level conscientio usness dan extraversio n yang lebih rendah (dalann NEO Five- Factor Inventory)
4	Non Suicidal Self injury in	(Franzcp & Martin, 2017)	kuantitatif	melakuka n eksplorasi	260 partisip an	mahasis wa magiste	- mahasiswa kedokteran

	Medical Students			apakah mahasiswa kedokteran juga lebih rentan pada NSSI dan jika iya, apakah hal ini berhubungan dengan tingginya level perfectionisme		r kedokteran tahun pertama dengan rata-rata usia partisipan adalah 23.1 tahun dari University of Queensland	merupakan populasi yang rentan pada permasalahan kesehatan mental dengan tingkat yang lebih tinggi daripada populasi umum sehingga mungkin kerentanan ini diekspresikan melalui self injury - mahasiswa kedokteran terindikasi bahwa mereka memiliki tingkat self injury yang mengkhawatirkan, yang tampak untuk disosiasikan dengan perfeksionisme yang maladaptif, gejala depresi, dan anggapan bahwa dukungan sosial yang dimiliki buruk
5	Functions, lifetime	(Saraff & Pepper,	campuran kuantitatif	menguji peran	52 partisip	mahasiswa	fungsi intraperson

	frequency, and variety of methods of non-suicidal self-injury among college students	2014)	dan kualitatif	BPD dan fungsi intrapersonal dari NSSI dalam lifetime frequency dan variasi metode NSSI sebagai indikator keparahan NSSI	an	sarjana psikologi dengan 44 partisipannya adalah perempuan dan rentang usia partisipannya adalah 18 hingga 26 tahun	al memiliki peran dalam lifetime frequency dan keberagaman perilaku NSSI dalam fungsi interpersonal, tetapi tidak mendukung peran fungsi intrapersonal sebagai moderator.
6	Self-Injurious Behavior and Suicide Attempts Among Indonesian College Students	(Tresno dkk., 2012)	kuantitatif	- replikasi studi sebelumnya dengan melaporkan prevalensi self injury dan SA pada sampel mahasiswa di salah satu negara berkembang yaitu Indonesia - menguji apakah NSSI, SI+SA, dan NoSI memiliki level yang berbeda dalam ekspektasi regulasi mood negatif, depresi, dan	307 partisipan	mahasiswa jurusan psikologi di universitas swasta di area metropolitan	a. prevalensi - 38% melakukan setidaknya 1x si yg disengaja dengan sebagian besar yang melakukannya adalah perempuan - rata-rata onset <i>self-injury</i> 14.39, SA 15.60 - tidak ada perbedaan gender dalam engaging in NSSI - di grup NSSI <i>cutting</i> paling umum dilakukan, kedua itu memukul diri sendiri.

				<p>riwayat trauma masa kecil</p>		<p>mengukir kulit lebih umum dilakukan oleh laki-laki</p> <ul style="list-style-type: none"> - di grup SI+SA, cutting (60%) dan membenturkan kepala (44%) merupakan metode <i>self-injury</i> paling umum - metode SA paling umum adalah menyayat tangan (32%), meracuni diri, <i>overdose</i>, melompat dari ketinggian(masing-masing 12%) <p>b. analisis korelasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - self injury berkorelasi - dg NMRE dan berkorelasi + dg CAT - sebagian besar faktor risiko berkorelasi dengan frekuensi self injury untuk self injury grup
--	--	--	--	----------------------------------	--	--

						<p>- semua faktor risiko saling berkorelasi kecuali <i>punishment</i> yg tidak berkorelasi dengan self injury atau depresi</p> <p>- NMRE berkorelasi - dg depresi dan trauma masa kecil</p> <p>- depresi berkorealsi + dg trauma masa kecil</p> <p>- pada SI+SA, NMRE tidak berorelasi dg self injury, tetapi depresi berkorelasi tinggi dg <i>self-injury</i></p> <p>c. faktor risiko untuk <i>self injury dan Suicide Attempt</i></p> <p>- SI+ SA grup memiliki NMRE yang lebih rendah dari pada grup NSSI</p> <p>- SI+SA grup lebih menunjukkan gejala</p>
--	--	--	--	--	--	---

							<p>depresi</p> <ul style="list-style-type: none"> - SI+SA grup melaporkan lebih banyak trauma masa kecil - SI+SA grup lebih banyak melakukan <i>cutting</i> dari pada nssi grup - mayoritas individu dengan NSSI melakukan NSSI lebih dari sekali (87%) dan 57% melaporkan menggunakan beberapa metode - durasi NSSI paling lama adalah 15 tahun dan 15% melaporkan melukai diri dalam 12 bulan terakhir
7	Mediating Effect of Social Support in the Relationship Between Childhood Abuse and Non-Suicidal Self-Injury	(Xu dkk., 2019)	Kuantitatif	melakukan investigasi peran mediasi dari dukungan sosial pada hubungan antara	4799	mahasiswa dari dua sekolah kedokteran di provinsi Anhui	dukungan sosial memiliki peran mediasi dalam hubungan antara kekerasan masa kanak-

	Among Chinese Undergraduates: The Role of Only-Child Status			bentuk spesifik dari kekerasan pada anak dan NSSI sebagaimana peran mediasi status anak tunggal. selain itu, penelitian ini mengeksplorasi apakah terdapat perbedaan pada mahasiswa anak tunggal dan tidak.			kanak dan nssi pada anak tunggal
8	The Current Situation of Internet Addiction and Its Impact on Sleep Quality and Self-Injury Behavior in Chinese Medical Students	(Wang dkk., 2020)	kuantitatif	mengeksplorasi tingkat kecanduan internet pada mahasiswa kedokteran di China dan hubungannya dengan kualitas tidur dan perilaku melukai diri sendiri yang dimiliki oleh mahasiswa kedokteran	3738	mahasiswa kedokteran (1,552 laki-laki; 2,186 perempuan) dari Wannan Medical College, China	28,2% dilaporkan memiliki adiksi internet, 30,1% memiliki kualitas tidur yang buruk, 15,1% memiliki perilaku <i>self-harm</i> . kemungkinan <i>self-injury</i> lebih tinggi pada partisipan dengan adiksi internet ($\chi^2=107.990$, $p<0.001$).

9	Mental health in medical, dentistry and veterinary students: cross-sectional online survey	(Knipe dkk., 2018)	kuantitatif	melakukan estimasi prevalensi gangguan mental pada mahasiswa ilmu kesehatan dan menginvestigasi perilaku mencari bantuan pada mahasiswa ilmu kesehatan	1139	mahasiswa ilmu kesehatan (kedokteran, kedokteran gigi, dan kedokteran hewan)	dua puluh lima persen dari partisipan memiliki gejala dari depresi sedang dan berat dan 27% memiliki gejala anxiety. Hanya 21% dari partisipan dengan gejala depresi mencari bantuan profesional. Penghalang utama dari keengganan partisipan untuk mencari bantuan adalah adanya ketakutan bahwa gangguan mental yang mereka alami akan terdokumentasi dalam catatan akademik mereka.
10	The lived experience of stress in British South-Asian medical students and junior	(Jasmin & Binnie, 2020)	kualitatif: IPA dengan wawancara semi terstruktur	Mengetahui pengalaman terkait stress dari mahasiswa kedokteran	5	partisipan yang berasal dari Asia Selatan dan sekarang	partisipan memiliki mekanisme coping yang beragam, mulai dari mencari

	doctors			n yang berstatus sebagai pendatang di Inggris (mahasiswa dari Asia Selatan) dan mengeksplorasi mekanisme coping mereka.		g sedang menem-puh pendid-kan kedokte-ran di Inggris.	jaringan dukungan, terapi, <i>self-harm</i> , obat-obatan, visualisasi, dan melakukan aktivitas saat waktu luang. Salah satu bentuk <i>self-harm</i> yang dilakukan adalah <i>cutting</i> .
11	Deliberate self-harm among Chinese medical students: A population-based study	(Wu dkk., 2016)	kuantitatif	mengetahui karakter <i>deliberate self-harm</i> (DSH) pada mahasiswa kedokteran China dan mengidentifikasi korelasi dari perspektif psikososial. Fokusnya adalah menguji asosiasi antara <i>uncertainty stress</i> dan DSH berkaitan dengan stress yang berasal dari studi, keluarga, dan	4446	mahasiswa sarjana yang berasal dari jurusan kedokteran, keperawatan, kesehatan masyarakat, dan/atau jurusan lain yang terkait.	prevalensi dari mahasiswa di China yang melakukan DSH dalam 12 bulan terakhir sebanyak 9,6% dengan tipe yang paling umum dari DSH secara fisik adalah meggaruk, menyayat, dan mencubit. <i>Uncertainty stress</i> berkorelasi dengan DSH. Partisipan yang berasal dari jurusan keperawatan dan jurusan terkait kesehatan lainnya

				interpersnal, serta mengeksplorasi <i>social capital</i> sebagai mediator antara <i>uncertainty stress</i> dan DSH.			memiliki prevalensi DSH yang lebih tinggi daripada jurusan kedokteran kesehatan masyarakat
12	Evaluating Mental Health Literacy in Medical Students in the United Kingdom	(Marwood & Hearn, 2019)	kuantitatif	melaporkan total MHL skor dari mahasiswa kedokteran sebagaimana hubungan antara MHL dengan variabel demografi, pengalaman dengan gangguan mental dan <i>condition recognition</i>	251 partisipan dari 8 sekolah kedokteran di Inggris	mahasiswa kedokteran	33.1% laki-laki; 66.9% perempuan rata-rata usia 21.52 tahun 84.3% heteroseksual rata-rata MHL score 127.29 perempuan secara signifikan memiliki skor MHL yang lebih tinggi daripada laki-laki MHL meningkat seiring bertambahnya tahun studi etnis dengan MHLS tertinggi adalah White/White British dan Asian/Asian British. Black/Black British

						<p>memiliki rata-rata MHLS yang lebih rendah secara signifikan tetapi perlu dicatat bahwa jumlah partisipannya juga kecil. tidak ada perbedaan MHLS yang signifikan antara level pendidikan sebelumnya.</p> <p>a. Berlaku juga untuk perbedaan orientasi seksual</p> <p>mahasiswa kedokteran paling kompeten pada kemampuan mereka untuk menyadari gangguan dan memiliki sikap yang mempromosikan kesadaran atau perilaku mencari bantuan yang tepat partisipan memiliki kemampuan yang paling</p>
--	--	--	--	--	--	--

						<p>lemah pada dimensi pengetahuan mengenai faktor risiko gangguan mental dan bagaimana perawatannya</p> <p>partisipan yang terindikasi memiliki teman dekat atau keluarga dengan gangguan mental memiliki MHL yang lebih tinggi secara signifikan</p> <p>gangguan yang paling disadari adalah kecemasan umum, bipolar, dan ketergantungan obat. sedangkan distimia paling kurang disadari dengan baik. Perempuan cenderung lebih mengalami gangguan mental daripada laki-laki.</p>
--	--	--	--	--	--	--

13	Medical Student Attitudes About Mental Illness: Does Medical-School Education Reduce Stigma?	(Korszun dkk., 2012)	kuantitatif	menguji sikap mahasiswa terhadap gangguan mental sebagaimana dibandingkan dengan sikap terhadap penyakit medis lainnya, dan pengaruh dari lamanya pendidikan yang telah dijalani dalam sekolah kedokteran. hal yang juga turut terkait adalah variabel sosial-demografi, etnis, dan budaya	760	mahasiswa kedokteran di Inggris	pengalaman pribadi perawatan kesehatan mental atau pada keluarga atau teman diasosiasikan kurang memiliki sikap yang stigmatisasi. Laki-laki cenderung lebih memiliki stigma daripada wanita pada hampir semua kondisi. Mahasiswa dari China dan Asia Selatan cenderung lebih memiliki sikap stigma terhadap delusi dan halusinasi daripada mahasiswa yang berasal dari Inggris.
14	A multicentric study on stigma towards people with mental illness in health sciences students	(Masedo dkk., 2021)	kuantitatif: studi perbandingan dan <i>cross-sectional</i>	membandingkan sikap dari mahasiswa ilmu kesehatan (keperawatan, kedokteran, terapi okupasi,	927	mahasiswa tingkat akhir jurusan ilmu kesehatan di Chile dan Spanyol	Mahasiswa kedokteran dan keperawatan menunjukkan sikap yang lebih negatif daripada mahasiswa

				dan psikologi) terhadap orang dengan gangguan mental			psikologi dan terapi okupasi.
15	Mental Health Literacy and Help-Seeking Behaviours Among Undergraduate Pharmacy Students in Abha, Saudi Arabia	(Almanasef , 2021)	kuantitatif	menguji apakah literasi kesehatan mental berhubungan dengan intensi yang lebih kuat untuk mencari bantuan	271	mahasiswa farmasi di King Khalid University	tingkat literasi kesehatan mental dalam studi ini (112,53) lebih rendah daripada penelitian internasional menggunakan MHLs. Terdapat korelasi positif antara literasi kesehatan mental dan perilaku mencari bantuan
16	Recognition of, and beliefs about, causes of mental disorders: A cross-sectional study of US and Chinese undergraduate nursing students	(Liu, 2019)	kuantitatif: studi <i>cross-sectional</i> dan perbandingan	Menguji dan membandingkan antara mahasiswa keperawatan Amerika Serikat dan China untuk mengenali dari, keyakinan tentang, dan penyebab depresi	310	152 mahasiswa Amerika Serikat dan 158 mahasiswa China.	mahasiswa Amerika Serikat cenderung mengajukan beberapa item di samping diagnosis yang benar daripada mahasiswa China. mahasiswa China cenderung melihat depresi dan skizofrenia sebagai

				dan skizofrenia.			gangguan yang multikausal daripada mahasiswa Amerika Serikat. Meskipun begitu, keduanya sama-sama sangat akurat dalam mengenali depresi dan skizofrenia
17	Attitudes of psychology students to depression and its treatment: Implications for clinical practice	(Economic Journal, 2017)	kuantitatif	mengeksplorasi kemampuan mahasiswa psikologi untuk mengenali depresi mayor, sikap mereka terhadap gangguan tersebut, dan pandangan mereka terhadap intervensi yang membantu	167	mahasiswa sarjana psikologi	Sebanyak 80.2% partisipan dapat mengenali depresi mayor dengan benar melalui <i>vignette</i> . Untuk pertolongan pada depresi, partisipan mempertimbangkan bahwa diskusi dengan teman merupakan intervensi yang paling membantu, sedangkan pengobatan seperti antidepresan tidak membantu bagi sebagian besar

							partisipan. Kemampuan mengenali dari, sikap terhadap, dan pertolongan pada depresi meningkat selama tahun kedua perkuliahan, bagaimana pun hal itu tidak berubah setelahnya.
18	Medical Students' Attitudes toward Self-harm, and Curricular Influences on Attitude Development	(Joiner, Adam B; Kaewchaluay, 2021)	kualitatif: analisis kerangka tematik	mengeksplorasi sikap mahasiswa kedokteran tahun pertama dan tingkat akhir terhadap <i>self-harm</i> dan menguji bagaimana kurikulum mungkin mempengaruhi perkembangan sikap-sikap tersebut	21	mahasiswa kedokteran	Mahasiswa kedokteran menunjukkan sikap positif dan negatif secara bersamaan. Paparan <i>self-harm</i> cenderung minimal pada kurikulum formal dan paparan sikap negatif yang ditunjukkan oleh profesional kesehatan terjadi melalui kurikulum informal. Mata kuliah tentang <i>self-harm</i> dianggap

							<p>kurang penting. Mahasiswa juga banyak yang tidak disarankan oleh staf layanan kesehatan untuk melihat orang yang melukai diri sendiri, khususnya di penempatan psikiatri. Kurikulum tersembunyi mungkin mendorong sikap negatif terhadap orang yang menyakiti diri sendiri; siswa belajar bahwa menyakiti diri sendiri adalah "tidak penting."</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

DISKUSI

Berdasarkan hasil ulasan yang telah dilakukan pada bagian sebelumnya, jurnal yang didapatkan sebanyak 18 jurnal dengan 1 jurnal berbahasa Indonesia dan 17 jurnal berbahasa Inggris. Karakteristik partisipan sebagian besar adalah mahasiswa sarjana, tetapi terdapat jurnal dengan partisipan yang berasal dari mahasiswa pascasarjana (Franzcp & Martin, 2017). Partisipan terdiri dari beberapa jurusan, yaitu kedokteran, psikologi, dan keperawatan jiwa. farmasi, kedokteran gigi, kedokteran hewan, kesehatan masyarakat dan terapi okupasi. Partisipan berasal dari beberapa negara, yaitu Australia, Amerika Serikat, Indonesia, Jepang, Jerman, Chile, Spanyol, Inggris, China, dan Saudi Arabia.

Prevalensi NSSI pada masing-masing penelitian berbeda-beda. Pada mahasiswa keperawatan jiwa, sebanyak 32,1% (n=284) melakukan self-injury dalam satu tahun terakhir (Verenisa dkk., 2021). Pada mahasiswa kedokteran, sebanyak 17,3%(n=44.98) mengakui pernah dengan sengaja melukai diri sendiri, 13,8%(n=35,88) partisipan melakukan self injury

di masa lalu dan tidak sedang melakukan self injury, dan 3,5%(n=9.1) partisipan saat ini sedang melakukan self injury (Franzcp & Martin, 2017). Penelitian lainnya mengungkapkan angka yang berbeda, yaitu sebanyak 15.1% mahasiswa kedokteran melakukan *self-harm* (Wang dkk., 2020). Selain itu, sebanyak 13,3%(n=34,58) partisipan melaporkan bahwa melakukan self injury disertai dengan intensi bunuh diri. Kemudian, pada mahasiswa psikologi, sebanyak 38%(n=116) partisipan melakukan self injury dengan sengaja setidaknya 1 kali (Tresno dkk., 2012). Pada mahasiswa psikologi ditemukan bahwa onset perilaku self injury adalah usia 14,49 tahun (Franzcp & Martin, 2017). Wu dkk., (2016) mengungkapkan angka prevalensi *deliberate self-harm* pada mahasiswa ilmu kesehatan (kedokteran, keperawatan, kesehatan masyarakat, dan jurusan terkait lainnya) sebesar 9.6%. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi *self-injury* pada mahasiswa kesehatan memiliki angka yang berbeda pada masing-masing jurusan. Jurusan dengan presentase perilaku *self-injury* yang paling tinggi adalah mahasiswa psikologi.

Terdapat keberagaman metode yang digunakan oleh partisipan dalam melakukan *self-injury*. Metode tersebut diantaranya menyayat (Jasmin & Binnie, 2020), menyudut dengan rokok, membakar dengan pemantik api atau korek api, mengukir kata dan gambar di kulit, menggores dengan kuat, menggigit, menggosok amplas pada kulit, meneteskan cairan asam pada kulit, menggunakan pemutih atau pembersih oven untuk menggosok kulit, menancapkan pins, jarum, atau staples pada kulit, menggosok kaca ke kulit, meretakkan tulang, membenturkan kepala, memukul diri sendiri, menghalangi kesembuhan luka, mencubit kulit, menarik rambut, dan memukul dinding (Tresno dkk., 2012; Wu dkk., 2016). Perilaku NSSI yang paling umum dilakukan adalah menyayat dan memukul diri sendiri, dan mengukir kulit (lebih umum pada laki-laki) (Jasmin & Binnie, 2020; Wu dkk., 2016; Tresno dkk., 2012).

Perilaku NSSI dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor risiko diantaranya: tekanan psikologis yang berasal dari stress akademik, permasalahan keluarga, dan lingkungan (Verenisa dkk., 2021), penganiayaan dan atau trauma pada masa kecil (Tresno dkk., 2012, 2013), regulasi mood yang buruk (Tresno dkk., 2012, 2013), depresi (Franzcp & Martin, 2017; Tresno dkk., 2012, 2013), kecemasan (Franzcp & Martin, 2017), perfeksionisme yang maladaptif (Franzcp & Martin, 2017), anggapan bahwa dukungan sosial yang dimiliki buruk (Franzcp & Martin, 2017), adiksi internet (Xu dkk., 2019).

Selain terdapat faktor risiko, perilaku NSSI juga diasosiasikan dengan beberapa hal. Partisipan dengan NSSI menunjukkan level neuroticisme dan openness yang lebih tinggi terkait pengalaman, tetapi menunjukkan level yang lebih rendah pada *conscientiousness* dan extraversion (Allrogen dkk., 2014).

Jika melihat dari sisi tingkat literasi kesehatan mental, sebagian besar dari artikel jurnal membahas pada konteks mahasiswa kedokteran (Joiner, Adam B; Kaewchaluay, 2021; Korszun dkk., 2012; Marwood & Hearn, 2019; Masedo dkk., 2021). Mahasiswa kedokteran memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi gangguan mental dengan akurat (Marwood & Hearn, 2019). Namun, jika ditinjau dari aspek stigma, mahasiswa kedokteran cenderung memiliki pandangan yang lebih negatif pada perilaku NSSI dibandingkan mahasiswa psikologi (Masedo dkk., 2021). Penelitian Joiner, Adam B dan Kaewchaluay (2021) mengungkapkan bahwa mata kuliah terkait perilaku *self-injury* kurang dianggap penting oleh mahasiswa kedokteran. *Literasi* kesehatan mental mahasiswa psikologi terkait kemampuan untuk mengenali diri, sikap terhadap, dan pertolongan pada depresi meningkat selama tahun kedua perkuliahan, bagaimanapun hal itu tidak berubah setelahnya (Economou dkk., 2017).

Berbeda dengan mahasiswa kedokteran, tingkat literasi kesehatan mental pada mahasiswa farmasi pada penelitian oleh Almanasef (2021) menunjukkan angka yang lebih rendah daripada penelitian lainnya yang menggunakan instrument MHLS. Tingkat literasi kesehatan mental juga dipengaruhi oleh pengalaman personal terkait gangguan mental. Adanya pengalaman personal terkait gangguan mental, baik pada diri sendiri ataupun orang disekitar, memiliki korelasi positif dengan literasi kesehatan mental dan cenderung tidak memiliki stigma negative terhadap gangguan kesehatan mental (Korszun dkk., 2012; Marwood & Hearn, 2019).

Terkait perilaku mencari bantuan mahasiswa psikologi cenderung memilih untuk mencari teman diskusi dan menganggap antidepresan tidak terlalu membantu (Economou dkk., 2017). Mahasiswa rumpun ilmu kedokteran cenderung enggan untuk mencari bantuan profesional terkait permasalahan kesehatan mental mereka. Hal ini dikarenakan adanya ketakutan bahwa permasalahan kesehatan mental yang mereka alami akan tercatat dalam catatan akademik mereka (Knipe dkk., 2018).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang ulasan yang dilakukan, dapat diketahui bahwa perilaku NSSI juga terjadi pada mahasiswa bidang kesehatan. Prevalensi dari perilaku NSSI pada mahasiswa kesehatan cukup mengkhawatirkan. Mahasiswa dengan jurusan ilmu psikologi memiliki angka prevalensi *self-injury* yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa jurusan lainnya. Bentuk atau metode dalam melakukan *self-injury* juga beragam. Berdasarkan hasil ulasan, perilaku NSSI dipengaruhi oleh beragam faktor. *Self-injury* pada mahasiswa kesehatan juga diiringi oleh literasi kesehatan mental yang baik pada aspek identifikasi gejala dan kurang baik pada aspek pengenalan sebab gangguan serta intensi mencari bantuan. Hal ini menjadi hal yang mengkhawatirkan mengingat mahasiswa ilmu kesehatan cenderung memiliki tingkat stress yang cukup tinggi.

PUSTAKA ACUAN

- Allroggen, M., Kleinrahm, R., Rau, T. A. D., Weninger, L., Ludolph, A. G., & Plener, P. L. (2014). Nonsuicidal self-injury and its relation to personality traits in medical students. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 202(4), 300–304. <https://doi.org/10.1097/NMD.000000000000122>
- Almanasef, M. (2021). Mental health literacy and help-seeking behaviours among undergraduate pharmacy students in abha, saudi arabia. *Risk Management and Healthcare Policy*, 14, 1281–1286. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S289211>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: Fifth Edition Text Revision* (5th ed.).
- Arinda, O. D., & Mansoer, W. W. D. (2021). NSSI (NONSUICIDAL SELF-INJURY) PADA DEWASA MUDA DI JAKARTA: STUDI FENOMENOLOGI INTERPRETATIF. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8, 123–147. <https://doi.org/10.24854/jpu150>
- Economou, M., Peppou, L. E., Geroulanou, K., Kontoangelos, K., Prokopi, A., Pantazi, A., Zervakaki, A., & Stefanis, C. N. (2017). *Research article*. 28(1), 46–53.
- Franzcp, J. K., & Martin, G. (2017). Non-Suicidal Self-injury in Medical Students. *Suicidology Online*, 8, 56–65.
- Jasmin, I., & Binnie, J. (2020). *The lived experience of stress in British South-Asian medical students and junior doctors*. 1–13. <https://doi.org/10.3233/WOR-203210>
- Joiner, Adam B; Kaewchaluay, C. (2021). Medical Students ' Attitudes toward Self-harm , and Curricular Influences on Attitude Development. *Academic Psychiatry*, 194–201. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s40596-021-01436-9>
- Jorm, A. F. (2019). The concept of mental health literacy. In D. L.-Z. Orkan Okan, Ullrich Bauer & P. P. and K. Sørensen (Eds.), *International Handbook of Health Literacy* (1st ed., p. 53).
- Jupina, M., Sidle, M. W., & Caudill, C. J. R. (2022). *Medical student mental health during the COVID-19 pandemic*. July, 1–8. <https://doi.org/10.1111/tct.13518>
- Knipe, D., Maughan, C., Gilbert, J., Dymock, D., Moran, P., & Gunnell, D. (2018). Mental health in medical, dentistry and veterinary students: cross-sectional online survey. *BJPsych Open*, 4(6), 441–446. <https://doi.org/10.1192/bjo.2018.61>
- Korszun, A., Dinos, S., Ahmed, K., & Bhui, K. (2012). Medical student attitudes about mental illness: Does medical-school education reduce stigma? *Academic Psychiatry*, 36(3), 197–204. <https://doi.org/10.1176/appi.ap.10110159>

- Landon, R. J. (2019). Adolescent Mental Health Literacy. In *Arizona State University*. Arizona State University.
- Liu, W. (2019). Recognition of, and beliefs about, causes of mental disorders: A cross-sectional study of US and Chinese undergraduate nursing students. *Nursing and Health Sciences*, 21(1), 28–36. <https://doi.org/10.1111/nhs.12428>
- Madani, B. R. (2022). *Self-Harm, Cara Saya Mengobati Tekanan dan Depresi Sebagai Penderita Epilepsi*. Mojok.Co. <https://mojok.co/esai/self-harm-cara-saya-mengobati-depresi-sebagai-penderita-epilepsi/>
- Marwood, M. R., & Hearn, J. H. (2019). Evaluating mental health literacy in medical students in the United Kingdom. *Journal of Mental Health Training, Education and Practice*, 14(5), 339–347. <https://doi.org/10.1108/JMHTEP-01-2019-0001>
- Masedo, A., Grandón, P., Saldivia, S., Vielma-Aguilera, A., Castro-Alzate, E. S., Bustos, C., Romero-López-Alberca, C., Pena-Andreu, J. M., Xavier, M., & Moreno-Küstner, B. (2021). A multicentric study on stigma towards people with mental illness in health sciences students. *BMC Medical Education*, 21(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02695-8>
- Moir, F., Yelder, J., Sanson, J., & Chen, Y. (2018). Depression in medical students: Current insights. *Advances in Medical Education and Practice*, 9, 323–333. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S137384>
- Presiden RI. (2014). Undang-Undang RI Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan. In *Presiden Republik Indonesia* (pp. 1–78). http://www.pdpersi.co.id/diknakes/data/regulasi/undang_undang/uu362014.pdf
- Saraff, P. D., & Pepper, C. M. (2014). Functions, lifetime frequency, and variety of methods of non-suicidal self-injury among college students. *Psychiatry Research*, 219(2), 298–304. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.05.044>
- Tresno, F., Ito, Y., & Mearns, J. (2012). Self-Injurious Behavior and Suicide Attempts Among Indonesian College Students. *Death Studies*, 36(7), 627–639. <https://doi.org/10.1080/07481187.2011.604464>
- Tresno, F., Ito, Y., & Mearns, J. (2013). college students : The moderating role of mood regulation expectancies. *International Journal of Psychology*, 48(6), 1009–1017.
- Verenisa, A., Suryani, & Sriati, A. (2021). Gambaran Self-Injury Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 43–56.
- Wang, Y., Zhao, Y., Liu, L., Chen, Y., Ai, D., Yao, Y., & Jin, Y. (2020). Erratum: The current situation of internet addiction and its impact on sleep quality and self-injury behavior in Chinese medical students (*Psychiatry Investig*, (2020)17, 3,(237-242), 10.30773/pi.2019.0131). *Psychiatry Investigation*, 17(4), 385–385. <https://doi.org/10.30773/pi.2019.0131e>
- Wu, D., Rockett, I. R. H., Yang, T., Feng, X., Jiang, S., & Yu, L. (2016). Deliberate self-harm among Chinese medical students: A population-based study. *Journal of Affective Disorders*, 202, 137–144. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.05.030>
- Xu, H., Song, X., Wang, S., Zhang, S., Xu, S., & Wan, Y. (2019). Mediating effect of social support in the relationship between childhood abuse and non-suicidal self-injury among Chinese undergraduates: The role of only-child status. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph16204023>