

Meneroka Kesedaran Tentang Isu Mencederakan Diri Sendiri (*Self-Harm*) dalam Kalangan Pelajar Muslim Pintar Dan Berbakat

Nurul Sofea Mohd Fairuz¹, 'Ulyaa Alwuthqo Zikro¹, Nawal Khairina Ezuddin¹, Amnah Zanariah Abd Razak¹, Rosita Zainal¹

¹ Kolej PERMATA Insan, Universiti Sains Islam Malaysia, 71800, Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia

*Corresponding author: amzar2010@gmail.com

ABSTRAK

Pelajar Muslim pintar dan berbakat sering dikaitkan mempunyai daya intelek yang tinggi namun tidak dapat lari daripada isu yang melibatkan kesihatan mental seperti kecenderungan remaja masa kini melibatkan diri dengan isu mencederakan diri sendiri (*self-harm*). Mencederakan diri sendiri merujuk kepada tindakan individu yang menyebabkan kecederaan fizikal tanpa niat untuk membunuh diri. Dalam kalangan pelajar Muslim pintar dan berbakat, isu ini memerlukan pengetahuan serta kesedaran khusus akibat daripada tekanan akademik, harapan yang tinggi, dan cabaran sosial yang unik mungkin menjadi faktor risiko tingkah laku bagi pelajar Muslim pintar berbakat. Kajian terdahulu menunjukkan kekurangan penyelidikan yang khusus mengenai kesedaran pelajar pintar dan berbakat terhadap mencederakan diri sendiri, meskipun terdapat peningkatan perhatian terhadap kesihatan mental remaja. Oleh itu, kajian ini bertujuan meneroka kesedaran mencederakan diri dalam kalangan pelajar Muslim pintar dan berbakat di Malaysia melalui penyelidikan kualitatif menggunakan temu bual kumpulan berfokus bagi mendapatkan maklumat terhadap tujuh orang responden kajian daripada pelajar tingkatan dua. Data akan dianalisis menggunakan analisis tematik untuk mengenal pasti tema utama berkaitan definisi mencederakan diri sendiri, punca utama tingkah laku ini, serta langkah-langkah pencegahan. Pelajar mendefinisikan mencederakan diri sendiri berdasarkan persepsi mereka terhadap tingkah laku ini, dengan punca utama termasuk tekanan akademik, masalah emosi, dan kekurangan sokongan sosial. Langkah-langkah pencegahan yang dicadangkan termasuk penguatan sistem sokongan, intervensi awal, dan pendidikan mengenai kesihatan mental. Kesimpulannya, kajian ini menekankan keperluan menitikberatkan dalam meningkatkan kesedaran mengenai mencederakan diri sendiri dalam kalangan pelajar pintar dan berbakat, serta mencadangkan langkah pencegahan melalui kerjasama antara keluarga, sekolah, dan kerajaan.

Kata kunci: *Mencederakan diri sendiri, pintar dan berbakat, analisis tematik, kesihatan mental.*

PENDAHULUAN

Self-harm biasanya digunakan untuk menggambarkan pelbagai tingkah laku dan niat termasuk cubaan menggantung, meracuni diri impulsif, dan memotong dangkal sebagai tindak balas kepada ketegangan yang tidak dapat ditahan. Isu *self-harm* dalam kalangan pelajar pintar berbakat sering dianggap sebelah mata meskipun mereka juga mempunyai tekanan mental yang sangat berat (Rosen, D. 2013). Penyelidikan ini dijalankan dengan pengutamaan untuk mengetahui tahap kesedaran pelajar tentang isu *self-harm* termasuk faktor-faktor yang mempengaruhi tingkah laku ini dan pandangan mereka terhadap tindakan dan bantuan yang tersedia. Menurut pandangan (Nock, 2009), *self-harm* adalah suatu tingkah laku yang amat kompleks dan selalu disalah tafsirkan, dimana si individu yang melakukan hal tersebut tersebut menganggap bahawa hal tersebut adalah cara mereka untuk meredakan kelelahan mereka atau untuk menyatakan sakit yang tidak dapat diutarakan melalui kata-kata.

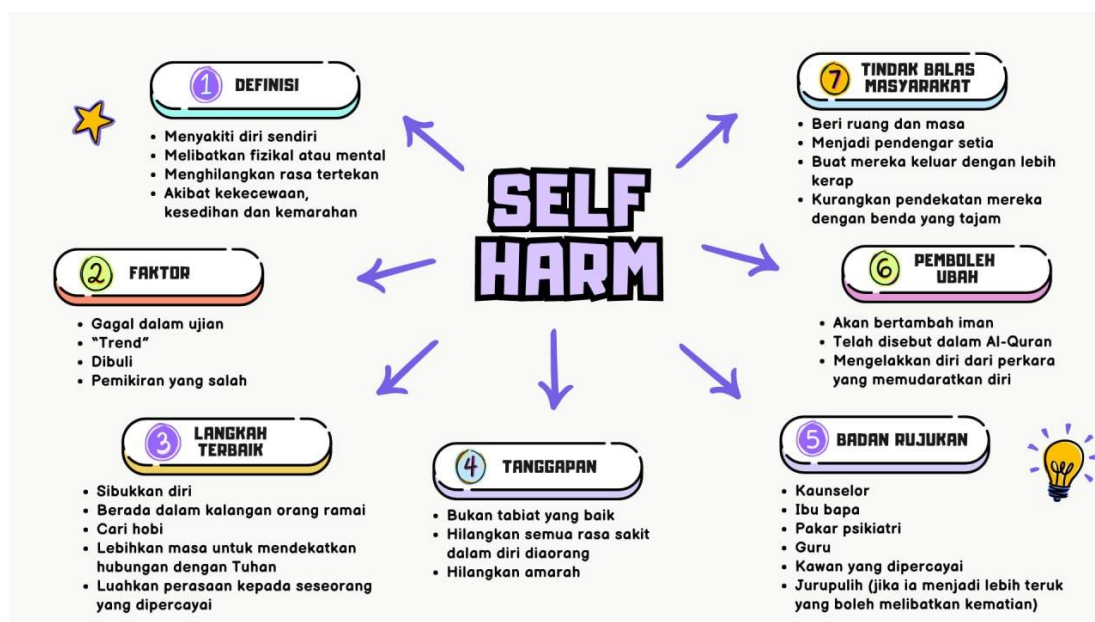
METODOLOGI

Kajian ini merupakan kajian kualitatif yang menggunakan kaedah *Focus Group Discussion* (FGD). Data kualitatif adalah data yang berbentuk deskriptif, berupa kata-kata lisan atau tulisan tentang tingkah laku manusia yang dapat diamati (Taylor and Bogdan, 1984). Data kualitatif diambil menggunakan teknik temubual kumpulan berfokus. Kaedah FGD mampu memberi peluang berkongsi dan membuat perbandingan tentang pengalaman dan pandangan tentang topik dan tema kajian (Jasmi, 2012). Satu sesi FGD bersama moderator yang berlangsung selama 60 minit telah diadakan melibatkan 8 pelajar pintar dan berbakat Tingkatan 2 dari pelbagai latar belakang akademik. Satu protokol temubual yang disahkan oleh pakar dirumuskan sesuai dengan kehendak kajian tentang pengenalan kepada isu self-harm, faktor dan akibat serta cara mengatasinya. Data yang diperolehi direkodkan, dipindahkan dan dianalisis menggunakan kaedah analisis tematik. Akhirnya dapatan tematik ini telah melalui proses kesahan pakar bagi tema-tema yang dihasilkan.

DAPATAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 1. Protokol Temubual Tema Kajian:Self-harm

Soalan 1: <i>Have you ever heard of self-harm? What is self-harm?</i>
Soalan 2: <i>What are some common reasons why individuals might self-harm?</i>
Soalan 3: <i>What are the best ways to handle and decrease self-harming actions on a basis?</i>
Soalan 4: <i>What are your thoughts on self-harm?</i>
Soalan 5: <i>What agencies can be referred to help individuals who commit self-harm?</i>
Soalan 6: <i>In your view, how can islamic studies manipulate self-harm activities?</i>
Soalan 7: <i>With your knowledge of self-harm, what supportive action can you take if someone close is self-harming?</i>



Rajah 1. Peta Minda Tematik Dapatan Kajian Isu:Self-harm

Merujuk Rajah 1, bagi menjawab persoalan "Soalan 1: *Have you ever heard of self-harm? What is self-harm?*" majoriti responden kajian menyatakan bahawa self-harm atau

mencederakan diri sendiri ditakrifkan sebagai;

1. Menyakiti diri sendiri
2. Melibatkan fizikal atau mental
3. Menghilangkan rasa tertekan
4. Akibat kekecewaan, kesedihan dan kemarahan

Berdasarkan Rajah 1, bagi menjawab persoalan “Soalan 2: *What are some common reasons why individuals might self-harm?*” majoriti responden kajian menyatakan bahawa faktor seseorang melakukan self-harm adalah;

1. Gagal dalam ujian
2. “Trend”
3. Dibuli
4. Pemikiran yang salah

Merujuk Rajah 1, bagi menjawab persoalan “Soalan 3: *What are the best ways to handle and decrease self-harming action on a basis?*” majoriti responden menyatakan bahawa langkah terbaik untuk mengelakkan self-harm adalah;

1. Sibukkan diri
2. Berada dalam kalangan orang ramai
3. Mencari hobi
4. Lebihkan masa untuk mendekati hubungan dengan Tuhan
5. Luahkan perasaan kepada seseorang yang dipercayai

Berdasarkan Rajah 1, bagi menjawab persoalan “Soalan 4: *What are your thoughts on self-harm?*” majoriti responden kajian menyatakan bahawa tanggapan mereka terhadap self-harm adalah;

1. Bukan tabiat yang baik
2. Hilangkan semua rasa sakit dalam diri diaorang
3. Hilangkan amarah

Kaunselor, ibu bapa dan pakar psikiatri menjadi sumber rujukan utama bagi individu yang mengalami masalah mental (Alfonso & Dendrick, 2010). Berdasarkan rajah 1, dapatan kajian menyokong bahawa badan-badan rujukan tersebut menjadi tempat utama individu yang melakukan self-harm rujuk.

Berdasarkan Rajah 1, bagi menjawab persoalan 6 “*In your view, how can islamic studies manipulate self-harm activities?*”, majoriti responden menyatakan bahawa ia adalah keperluan untuk individu yang terlibat dengan aktiviti self-harm melibatkan diri dengan aktiviti-aktiviti rohani bagi menimbulkan rasa insaf dan insan yang terbuka minda.

Merujuk Rajah 1, bagi menjawab persoalan “*With your knowledge of self-harm, what supportive action can you take if someone close is self-harming?*”, majoriti daripada responden menyatakan respon yang lebih kepada melakukan aktiviti yang dapat mengalihkan perhatian individu yang terlibat dengan isu self-harm seperti, keluar bersama, menjadi seorang pendengar dan memberi individu ini masa dan ruang untuk merenung perilaku.

Firman Allah dalam Surah Hud ayat 101:

وَمَا ظَلَمْنَاهُمْ وَلَكِنْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ فَمَا أَغْنَتْ عَنْهُمْ آلِهَتُهُمُ الَّتِي يَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ
لَمَّا جَاءَ أَمْرُ رَبِّكَ يَوْمَا زَادُوهُمْ غَيْرَ تَتَيْبٍ ﴿١٠١﴾

Maksudnya: “Dan Kami tidaklah menganiaya mereka tetapi merekalah yang menganiaya diri mereka sendiri, tiadalah bermanfaat sedikit pun kepada mereka sembahhan-sembahhan yang mereka seru selain Allah, di waktu azab Tuhanmu datang. Dan sembahhan-sembahhan itu tidaklah menambah kepada mereka kecuali kebinasaan belaka.”

Ayat ini menekankan pentingnya memilih jalan yang benar dan menyedari bahawa setiap tindakan yang merugikan diri sendiri, termasuk perbuatan yang berpaling dari kebaikan adalah bentuk penganiayaan terhadap diri sendiri yang mengarah kepada kerugian dan kebinasaan.

KESIMPULAN

Kesimpulannya, kesedaran pelajar pintar dan berbakat tentang self-harm adalah isu yang rumit dan sering kali dipengaruhi oleh stigma serta tekanan yang mereka hadapi. Walaupun mereka berhasrat untuk memahami dan mendapatkan bantuan, terdapat halangan dalam mengakses sokongan yang diperlukan. Kajian ini mencadangkan agar institusi pendidikan memberi tumpuan kepada isu kesihatan mental, termasuk penyediaan sumber dan program pendidikan yang efektif untuk membantu pelajar mengatasi cabaran ini.

PENGHARGAAN

Kami ingin mengucapkan sekalung terima kasih kepada warga Kolej PERMATA Insan, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM) atas peluang yang diberikan untuk menjalankan kajian ini. Kami juga ingin mengucapkan setinggi-tinggi penghargaan kepada para responden yang memberikan respon yang terbaik dalam membantu melancarkan dan menjayakan kajian ini.

RUJUKAN

- Alfonso, M., & Dedrick, R. F. (2010). Self-Injury among Early Adolescents. *American Journal of Health Education*, 41(2), 74–84. <https://doi.org/10.1080/19325037.2010.10599131>
- Cross, T. L., & Cross, J. R. (2018). Suicide among students with gifts and talents. *APA PsycNet*. <https://psycnet.apa.org/record/2017-32525-039>
- Jasmi, K. A. (2012). Metodologi Pengumpulan Data dalam Penyelidikan Kualitatif in Kursus Penyelidikan Kualitatif Siri 1 2012 at Puteri Resort Melaka on 28-29 Mac 2012. Organized by Institut Pendidikan Guru Malaysia Kampus Temenggong Ibrahim, Jalan Datin Halimah, 80350 Johor Bahru, Negeri Johor Darul Ta'zim.
- Susannah M. Wood and Laurie M. Craigen (February 18, 2016). Self-Injurious Behavior in Gifted and Talented Youth: What Every Educator Should Know. Retrieved from <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=5d884a35a98c1ea0485004c9b27804dc31a05469>
- Taylor, SJ dan R Bogdan. 1984. *Introduction to Qualitative Research Methods: The Search for Meanings*. Second Edition. John Wiley and Sons. Toronto.