



INTERVENSI PADA NARAPIDANA DENGAN PERILAKU SELF-HARM: STUDI LITERATUR

Nur Oktavia Hidayati*, Adista Nurfadillah, Aisyah Nur Azizah, Bayu Noerkholifa Troyanna, Dea Susilawati, Debra Angelina Marpaung

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Jalan Raya Ir. Soekarno KM 21, Jatinangor, Sumedang, Jawa Barat 45363, Indonesia

*nur.oktavia@unpad.ac.id

ABSTRAK

Self-harm pada narapidana merupakan masalah serius yang berkaitan dengan kesehatan mental dan keselamatan individu di lingkungan penjara. Penelitian ini merupakan studi literatur yang bertujuan untuk memetakan berbagai intervensi psikologis yang digunakan dalam menangani self-harm di kalangan narapidana. Pencarian artikel dilakukan secara sistematis di lima database (Scopus, PubMed, EBSCO, Cambridge Core, dan Emerald) menggunakan kata kunci “intervention”, “self-harm”, dan “prisoners”, dan batasan tahun terbit 2015–2025. Lima artikel ditemukan tentang intervensi terhadap perilaku self-harm, antara lain Cognitive Behavioral Suicide Prevention (CBSP), Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving (STEPPS), Brief Contact Interventions (BCI), Peer-Led Problem-Support Mentors. Intervensi-intervensi ini terbukti dapat membantu narapidana dalam mengelola emosi negatif, membangun harapan, dan menciptakan lingkungan yang lebih suportif. Meskipun demikian, sebagian besar studi memiliki keterbatasan pada ukuran sampel dan keberagaman populasi,

Kata Kunci: intervensi; narapidana; self-harm

INTERVENTIONS OF SELF-HARM AMONG PRISONERS: A LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

Self-harm among prisoners is a serious issue closely related to mental health and individual safety within the prison environment. This study was a literature review aimed at identifying various interventions used to address self-harm in incarcerated populations. Literature was systematically searched through five databases (Scopus, PubMed, EBSCO, Cambridge Core, dan Emerald) using specific keywords and limited to publications from 2015 to 2025. Five articles related interventions of self-harm were found, such as Cognitive Behavioral Suicide Prevention (CBSP), Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving (STEPPS), Brief Contact Interventions (BCI), Peer-Led Problem-Support Mentors are effective in reducing self-harm behaviors. These interventions help prisoners manage negative emotions, build hope, and create a more supportive prison environment. However, most studies reviewed had limitations such as small sample sizes and lack of population diversity.

Keywords: interventions; prisoners; self-harm

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan jiwa pada narapidana merupakan isu kompleks yang kerap terabaikan dalam sistem pemasyarakatan. Salah satu bentuk gangguan psikologis yang paling mengkhawatirkan di lingkungan penjara adalah perilaku bunuh diri dan self-harm (melukai diri sendiri). Self-harm atau menyakiti diri sendiri adalah tindakan seseorang yang secara sengaja melukai tubuhnya sebagai cara untuk mengatasi atau mengekspresikan tekanan emosional yang ekstrim serta pergolakan batin yang mendalam. Meskipun umumnya tidak bertujuan untuk mengakhiri hidup, perilaku ini tetap dapat berakibat fatal (WHO, 2019). Perilaku menyakiti diri sendiri atau self-harm merupakan tindakan melukai diri sendiri dengan berbagai cara tanpa memandang ada atau tidaknya keinginan

untuk mati. Perilaku ini bukan tergolong sebagai gangguan jiwa, melainkan mencerminkan kegagalan individu dalam menghadapi stres secara adaptif (Kusumadewi et al., 2019).

Fenomena self-harm menjadi isu yang sangat relevan dalam konteks pemasyarakatan, baik pada narapidana laki-laki maupun perempuan. Dalam kurun waktu antara 1 Januari 2017 hingga 31 Desember 2019, data dari lembaga pemasyarakatan di Irlandia menunjukkan bahwa terdapat 696 insiden self-harm yang tercatat, melibatkan 397 narapidana, terdiri atas 328 laki-laki dan 69 perempuan. Prevalensi self-harm di kalangan narapidana laki-laki tercatat sebesar 31 per 1.000 orang, sementara pada narapidana perempuan angkanya jauh lebih tinggi, yakni mencapai 184 per 1.000 orang sekitar enam kali lipat lebih besar. Perilaku melukai diri paling sering dilakukan melalui metode menyayat atau menggores kulit (65%), dengan prevalensi tertinggi pada kelompok usia muda, khususnya usia 18–29 tahun (31%). Selain itu, metode gantung diri juga ditemukan sebagai bentuk self-harm yang cukup umum (20%) dilakukan oleh laki-laki usia 18–29 tahun dan perempuan usia 30–39 tahun. Hampir sepertiga dari individu yang melakukan self-harm (30,5%) melakukannya secara berulang selama periode studi (McTernan et al., 2023).

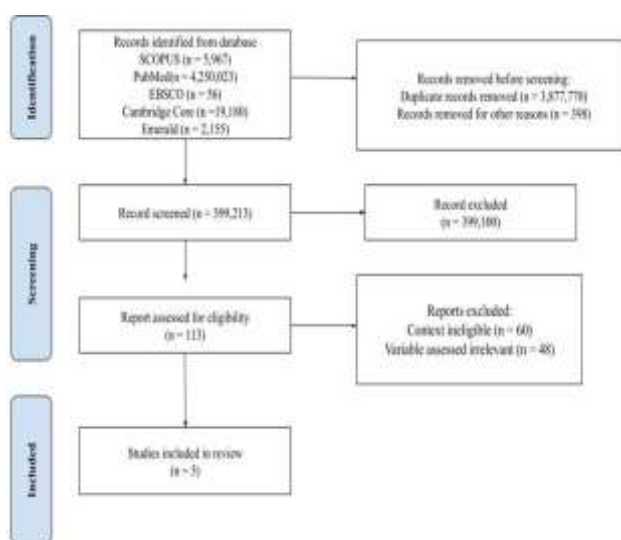
Selaras dengan temuan tersebut, dalam penelitian Cordasco et al. (2023) melaporkan bahwa 39% narapidana mengalami gangguan psikiatri dan dari kelompok tersebut, sebanyak 45% pernah melakukan percobaan bunuh diri selama menjalani masa tahanan. Pada periode Juli 2019 hingga Januari 2021 di penjara Berlin, tercatat sebanyak 62 insiden self-harm yang melibatkan 54 narapidana (48 laki-laki dan 6 perempuan). Metode yang paling umum digunakan dalam perilaku self-harm adalah menyayat atau menusuk tubuh sendiri, baik pada narapidana laki-laki maupun perempuan. Sementara itu, metode lain seperti gantung diri, mencekik, dan menelan benda asing dilaporkan dalam proporsi yang lebih kecil (Blees et al., 2024). Temuan ini mengindikasikan tingginya beban psikologis yang dialami oleh narapidana, serta menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental yang tidak tertangani dapat mendorong munculnya perilaku menyakiti diri sendiri. Self-harm secara sengaja cukup umum terjadi di kalangan narapidana dan menjadi perhatian serius karena dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental yang lebih berat maupun bunuh diri. Sejalan dengan temuan-temuan ini, hasil penelitian oleh Verdolini et al. (2017) menunjukkan bahwa perilaku menyakiti diri pada narapidana erat kaitannya dengan beberapa faktor risiko utama, yaitu gangguan kepribadian ambang, gangguan afektif, serta penyalahgunaan zat secara simultan.

Dalam konteks narapidana, terdapat beberapa faktor yang secara signifikan berkontribusi terhadap perilaku self-harm. Faktor lingkungan penjara, seperti isolasi sel serta seringnya perpindahan sel maupun pergantian teman satu sel, ditemukan berhubungan dengan peningkatan risiko perilaku self-harm. Sebuah studi kohort prospektif yang dilakukan di sebuah penjara tahanan laki-laki di Inggris menunjukkan bahwa seringnya pergantian sel dan teman satu sel, serta penempatan di sel tunggal, meningkatkan risiko terjadinya self-harm. Sebaliknya, penempatan di area dengan rasio narapidana terhadap petugas yang lebih tinggi justru dikaitkan dengan risiko self-harm yang lebih rendah (Stephenson et al., 2025). Selain itu, ditemukan juga dua faktor risiko utama yang paling signifikan terhadap munculnya perilaku self-harm dalam enam bulan pertama masa tahanan adalah riwayat self-harm sebelumnya selama berada di penjara serta adanya pikiran untuk melukai diri sendiri saat ini (Ryland et al., 2020).

Tingginya kerentanan narapidana terhadap self-harm dan bunuh diri di lembaga pemasyarakatan menunjukkan pentingnya kajian lebih lanjut mengenai intervensi yang dapat diterapkan untuk menangani masalah ini. Oleh karena itu, melalui studi literatur ini, peneliti akan membahas dan mengidentifikasi berbagai bentuk intervensi psikologis yang digunakan dalam upaya mengurangi atau mencegah self-harm pada narapidana sehingga dapat menjadi dasar pengembangan strategi yang lebih komprehensif dalam pelayanan kesehatan jiwa di lingkungan pemasyarakatan.

METODE

Penelitian ini merupakan studi literatur yang bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai intervensi yang digunakan dalam menangani self-harm pada narapidana di lingkungan penjara. Strategi pencarian dilakukan secara sistematis di lima database: Scopus, PubMed, EBSCO, Cambridge Core, Emerald. Pencarian dilakukan menggunakan kata kunci kombinasi boolean berikut: “self-harm” OR “suicide” AND “prisoners” AND “intervention” OR “therapy”. Proses pencarian dilakukan pada artikel yang memenuhi kriteria inklusi yaitu artikel diterbitkan dalam rentang waktu 2015 hingga 2025, dengan batasan bahasa Inggris, penelitian RCT (Randomized Controlled Trial) dan quasi-experimental, dan tersedia dalam fulltext. Proses seleksi dilakukan secara bertahap, dimulai dengan identifikasi dengan melakukan pencarian awal menghasilkan ribuan artikel dari lima database. Kemudian dilakukan skrining judul dengan menyaring artikel berdasarkan kesesuaian judul dengan fokus topik. Melakukan skrining abstrak untuk melihat relevansi, dan terakhir artikel yang memenuhi kriteria inklusi dipelajari secara utuh.



Gambar 1. PRISMA Flowchart

HASIL

Berdasarkan telaah artikel yang telah dilakukan, didapatkan 5 artikel terkait dengan intervensi untuk mengurangi perilaku self-harm dan bunuh diri di kalangan narapidana. Total sampel berjumlah 1324 orang serta didapatkan 2 penelitian dengan desain penelitian RCT dan 3 penelitian dengan desain penelitian kuasi eksperimental. Temuan penelitian dilakukan di berbagai negara, meliputi 3 penelitian dilakukan di Inggris, 1 di Prancis, dan 1 di Spanyol. Dua artikel membahas terapi CBSP (Cognitive Behavioral Suicide Prevention), 1 artikel tentang program Peer-led Problem-support Mentor, 1 artikel tentang Brief Contact Intervention (BCI), dan 1 artikel lainnya membahas tentang STEEPS (Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving).

Tabel 1.

Analisis Artikel

Penulis, Tahun, Negara	Desain penelitian	Sampel	Intervensi	Hasil	Kesimpulan
Pratt et al., 2015 Inggris	RCT	3 narapidana	<i>Cognitive Behavioral Suicide Prevention</i> (CBSP)	Tidak ada perilaku bunuh diri yang tercatat selama masa tindak lanjut 6 bulan. Skor ideasi bunuh diri, probabilitas bunuh diri, keputusan, dan depresi menurun secara	CBSP berpotensi efektif mengurangi risiko bunuh diri di kalangan narapidana pria. Terapi ini dapat diterapkan dalam konteks penjara dan menunjukkan peningkatan pada faktor psikologis yang terkait dengan risiko bunuh diri

Penulis, Tahun, Negara	Desain penelitian	Sampel	Intervensi	Hasil	Kesimpulan
				signifikan pada ketiga peserta	
Fovet et al., 2023 Perancis	Kuasi eksperimen	95 narapidana	<i>Brief Contact Intervention (BCI)</i>	Penurunan bunuh diri dari 6 (periode sebelumnya) menjadi 2	Intervensi kontak singkat dapat diterapkan di lingkungan penjara dan berpotensi mengurangi perilaku bunuh diri. Studi lanjutan diperlukan untuk menilai efektivitas dan efisiensinya secara lebih komprehensif
Pratt et al., 2024 Inggris	RCT	360 narapidana	<i>Cognitive Behavioural Suicide Prevention (CBSP)</i>	Hasil utama yang diukur: Penurunan ideasi bunuh diri dan perilaku bunuh diri, diukur pada baseline dan 6 bulan setelah intervensi. Hasil sekunder: Outcome terkait lainnya (tidak dirinci dalam ringkasan protokol).	Studi ini bertujuan menentukan apakah terapi psikologis untuk narapidana berisiko bunuh diri efektif secara klinis dan biaya, serta mengidentifikasi cara terbaik untuk mengimplementasikan intervensi baru ini di lingkungan penjara. Hasil akhir akan memberikan dasar implementasi terapi pencegahan bunuh diri berbasis bukti di penjara.
Perry et al., 2021 Inggris	Kuasi eksperimen	825 narapidana	<i>Peer-led Problem-support Mentor</i>	Tidak ada perubahan signifikan dalam tingkat self-harm yang terjadi setiap bulan setelah intervensi diterapkan. Ada penurunan signifikan dalam tingkat insiden kekerasan setiap bulan setelah intervensi	Penelitian ini menyimpulkan bahwa intervensi mentor dukungan masalah yang dipimpin oleh teman sebaya tidak secara signifikan mengurangi insiden <i>self-harm</i> , tetapi secara signifikan mengurangi insiden kekerasan di lingkungan penjara. Para peneliti menyarankan bahwa program semacam ini mungkin memiliki potensi untuk mengurangi kekerasan di penjara
Lorente-Català et al., 2025 Spanyol	Kuasi eksperimen	41 narapidana	STEPPS (<i>System Training for Emotional Predictability and Problem Solving</i>)	Program STEPPS secara signifikan menurunkan gejala disregulasi emosi, impulsivitas motorik, dan simptom kompulsif pada narapidana.	Program STEPPS merupakan pendekatan yang menjanjikan untuk mengatasi perilaku <i>self-harm</i> di lingkungan penjara. Namun, masih diperlukan perbaikan dalam proses implementasinya agar lebih optimal di setting ini. Studi ini memperkaya pemahaman tentang perilaku <i>self-harm</i> di penjara dan menunjukkan pentingnya adaptasi serta dukungan implementasi intervensi berbasis bukti di fasilitas masyarakat.

Cognitive Behavioral Suicide Prevention

Pertama, intervensi yang berfokus pada terapi kognitif menunjukkan hasil yang signifikan terhadap pengurangan resiko bunuh diri. Penelitian oleh Pratt et al. (2015) di Inggris menyoroti keberhasilan Cognitive Behavioral Suicide Prevention (CBSP) di penjara keamanan tinggi di Inggris, di mana peserta mengalami pengurangan risiko bunuh diri, depresi, dan rasa putus asa setelah menjalani 20 sesi terapi. Temuan serupa juga muncul dalam penelitian oleh Pratt et al. (2024) yang lebih besar, juga di Inggris, yang bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas klinis dan biaya dari terapi ini pada 360 narapidana pria berisiko bunuh diri melalui desain RCT, menunjukkan bahwa terapi bicara psikologis dapat secara efektif mengurangi ide dan perilaku bunuh diri di antara narapidana

berisiko. Penggunaan metode kognitif dalam terapi terbukti membantu peserta mengelola pikiran dan emosi negatif, serta meningkatkan kesehatan mental mereka.

Brief Contact Intervention (BCI)

Selain CBSP, intervensi lain yang digunakan untuk mencegah perilaku self-harm adalah Brief Contact Intervention (BCI). Sebuah penelitian kuasi-eksperimental di dua penjara di Prancis yang melibatkan 95 narapidana. Intervensi BCI yang berupa pengiriman 5 kartu pos bertahap oleh tenaga kesehatan mental, dengan 72% peserta menyelesaikan program, dan mencatat penurunan kasus bunuh diri yang signifikan. menunjukkan penurunan angka bunuh diri dari 6 menjadi 2 pada periode setelah implementasi. Meskipun merupakan studi proof-of-concept, hasil ini menyiratkan bahwa intervensi kontak singkat dapat diterapkan di lingkungan penjara dan berpotensi mengurangi perilaku bunuh diri, meskipun studi lanjutan diperlukan untuk validasi yang lebih komprehensif (Fovet et al., 2023).

Peer-led Problem-support Mentor

Namun, tidak semua intervensi menunjukkan hasil yang sama untuk self-harm. Studi Perry et al. (2021) di Inggris, yang menggunakan analisis interrupted time series, menguji efek intervensi mentor dukungan masalah yang dipimpin oleh teman sebaya pada 825 narapidana pria. Meskipun intervensi ini tidak menunjukkan perubahan signifikan dalam tingkat self-harm bulanan, secara signifikan terjadi penurunan insiden kekerasan setiap bulan setelah intervensi. Ini menunjukkan bahwa program dukungan sebaya mungkin memiliki potensi dalam mengurangi kekerasan di penjara, meskipun efektivitasnya terhadap self-harm masih perlu diteliti lebih lanjut.

Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving (STEPPS)

Untuk mengatasi perilaku self-harm secara lebih luas, program Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving (STEPPS) telah diuji. Lorente-Català et al. (2025) melakukan studi kuasi-eksperimental di hampir seluruh penjara di Catalonia, Spanyol, melibatkan 41 narapidana (pria dan wanita) dengan perilaku self-harm. Program STEPPS, yang merupakan intervensi kelompok berbasis kognitif-perilaku, secara signifikan menurunkan gejala disregulasi emosi, impulsivitas motorik, dan simptom kompulsif pada narapidana. Hasil ini menunjukkan bahwa STEPPS merupakan pendekatan yang menjanjikan untuk mengatasi perilaku self-harm di lingkungan penjara, meskipun perbaikan dalam proses implementasinya masih diperlukan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai intervensi self-harm pada narapidana menunjukkan bahwa pendekatan psikologis yang terstruktur dan berbasis bukti dapat secara signifikan mengurangi perilaku self-harm dan bunuh diri. Terapi kognitif, seperti Cognitive Behavioral Suicide Prevention (CBSP), terbukti efektif dalam mengurangi risiko bunuh diri dan gejala depresi di kalangan narapidana. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terapi kognitif dapat membantu individu mengatasi pikiran negatif dan meningkatkan keterampilan koping mereka (Pedrola-Pons et al., 2024). Penelitian oleh Haddock et al. (2019) menunjukkan bahwa intervensi ini tidak hanya mengurangi ide bunuh diri, tetapi juga meningkatkan kesehatan mental secara keseluruhan. CBSP juga dapat dimodifikasi untuk populasi dengan gangguan psikotik sehingga dapat diterapkan secara lebih luas, termasuk pada narapidana dengan kondisi mental yang kompleks (Bornheimer et al., 2022).

Terapi Cognitive Behavioral Suicide Prevention (CBSP) dilakukan lebih dari satu kali oleh peneliti yang sama yaitu Pratt et al pada tahun 2015 dan 2024 di Inggris. Tidak disebutkan secara eksplisit nama penjara tempat dilakukannya penelitian, hanya saja pada penelitian tahun 2015 dilakukan di satu penjara dengan 3 partisipan, sedangkan penelitian tahun 2025 mencakup populasi yang lebih banyak yaitu 4 penjara dan 360 partisipan. Kedua penelitian ini menggunakan desain penelitian RCT. Perbedaan yang selanjutnya terdapat pada program terapi yang digunakan. Pada penelitian oleh Pratt et al (2015)

menggunakan modul intervensi psikologis terstruktur yang meliputi pelatihan kontrol atensi, restrukturisasi penilaian, pelatihan pemecahan masalah, aktivasi perilaku, dan teknik yang berfokus pada skema. Sedangkan pada penelitian Pratt 9 tahun selanjutnya, dilakukan penelitian dengan intervensi psikososial yaitu program PROSPECT yang terstruktur, terbatas waktu, dan manual yang merupakan penyempurnaan dari CBSP. Dalam program ini, para peneliti menyempurnakan konten dan sumber daya yang diperlukan untuk 'fase persiapan' guna mendukung pasien agar dapat memanfaatkan dan merespons fase terapi CBSP berikutnya dengan lebih baik. Dengan demikian, program terapi PROSPECT yang baru terdiri dari (i) fase persiapan, diikuti oleh (ii) fase terapi CBSP. Hasil dari kedua intervensi tersebut secara signifikan menurunkan ideasi bunuh diri dan perilaku bunuh diri selama 6 bulan setelah dilakukan intervensi.

Intervensi kontak singkat (Brief Contact Interventions) juga menunjukkan hasil yang beragam dalam beberapa penelitian. Sebuah meta-analisis global yang menganalisis 23 uji terkontrol acak (RCT) tentang BCI untuk pencegahan percobaan bunuh diri ulang mendapatkan hasil penurunan risiko relatif reattempt sebesar 38%. Efektivitasnya akan lebih besar jika BCI berlangsung lebih dari 12 bulan (Azizi et al., 2023). Berbeda dengan hasil tersebut, meta-analisis oleh (Tay & Li, 2022) mengungkapkan bahwa BCI mengurangi percobaan bunuh diri dan ideasi dalam 12–14 bulan setelah keluar dari rumah sakit, tetapi tidak berpengaruh signifikan terhadap angka kematian akibat bunuh diri.

Selain terapi individu, intervensi terapi kognitif dilakukan dalam bentuk terapi kelompok seperti STEPPS (Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving). STEPPS bekerja melalui beberapa mekanisme utama yang berkaitan satu sama lain. Program ini memperkuat kemampuan mengatur emosi dan kontrol impuls yang terbukti menurunkan gejala BPD seperti kemarahan meledak-ledak dan perilaku menyakiti diri. Gabungan kelompok yang terbentuk dari sesi terapi memberikan dukungan sosial yang berhubungan dengan perbaikan gejala (Isaia et al., 2023). Pasien dapat mempelajari dan mengenali pola pikir maladaptif, menghindari respon impulsif, serta mengganti dengan pola perilaku yang lebih sehat. Hal ini terlihat dari peningkatan skor identity integration dan self-control setelah intervensi (Ekiz et al., 2023). STEPPS dapat mengurangi gejala utama BPD seperti perasaan kosong, instabilitas emosi, dan impulsivitas. Selain itu, program ini efektif menurunkan frekuensi rawat inap dan percobaan bunuh diri pada pasien dengan gangguan kepribadian di komunitas maupun lembaga pemasyarakatan (Boccalon et al., 2017). Program ini pun sudah digunakan secara luas di lembaga pemasyarakatan dan menunjukkan peningkatan hasil, termasuk penurunan perilaku agresif dan pelanggaran disiplin (Black et al., 2018).

Sementara itu, intervensi berbasis komunitas, seperti program mentor teman sebaya menunjukkan hasil yang bervariasi. Menjadi mentor membantu narapidana membentuk identitas positif yang berlawanan dengan label “pelaku kejahatan”, mendukung proses desistance (berhenti dari kejahatan) (Smith, 2024). Program ini juga memiliki kelebihan yakni membantu mengatasi keterbatasan staf profesional di penjara, terutama untuk dukungan psikososial dan kebutuhan mendesak seperti orientasi, konseling awal, dan navigasi layanan (Walton et al., 2025). Banyak studi tentang peer mentoring memiliki desain yang lemah, ukuran sampel kecil, dan minim evaluasi jangka panjang terhadap efek program. Akibatnya, efektivitas jangka panjang terhadap self-harm belum terkonfirmasi secara kuat (South et al., 2016).

Selain dari keefektifan intervensi, terdapat beberapa faktor penting dalam keberhasilan program pencegahan self harm, yaitu kemampuan staf penjara. Studi di 4 penjara Inggris menunjukkan bahwa pelatihan singkat 1 jam meningkatkan kesadaran staf tentang self-harm dan keterampilan pemecahan masalah. Meski pelatihan berhasil disampaikan ke 280 staf, implementasi praktiknya masih terhambat oleh keterbatasan waktu dan beban kerja (Perry et al., 2019). Persepsi self-harm sebagai sebuah “drama” atau manipulasi, menunjukkan kurangnya pemahaman atas kompleksitas emosional narapidana. Studi menyarankan perlunya pelatihan interpersonal dan regulasi emosi untuk staf agar lebih responsif

terhadap narapidana yang mengalami krisis (Sousa et al., 2019). Dengan demikian, pelatihan yang memadai bagi staf penjara bukan hanya meningkatkan keterampilan mereka, tetapi juga berkontribusi pada keseluruhan kesejahteraan narapidana. Secara keseluruhan, hasil-hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan psikologis yang terstruktur dan berbasis bukti memiliki potensi besar untuk mengurangi perilaku self-harm dan bunuh diri di kalangan narapidana. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memperkuat temuan ini dan mengembangkan strategi intervensi yang lebih komprehensif dan efektif di masa depan.

Terdapat 2 intervensi berbasis individu dan 2 intervensi berbasis kelompok atau komunitas. Namun dalam salah satu intervensi kelompok yaitu peer-led problem-support mentor memiliki dua bentuk penyampaian, salah satunya adalah pendampingan individu. Maka intervensi berbasis individu lebih banyak daripada intervensi berbasis kelompok. Pada intervensi terapi kognitif, terdapat 2 jenis intervensi yang dilakukan secara individu dan kelompok. Perbedaan pada kedua jenis intervensi ini terdapat pada metode pelaksanaan. Untuk intervensi individu yaitu Cognitive Behavioral Suicide Prevention dilakukan dengan melibatkan satu partisipan dan satu terapis saat melakukan setiap sesi terapi (Pratt et al. 2015). Sedangkan intervensi kelompok yaitu Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving dilakukan dengan sesi kelompok terstruktur, difasilitasi oleh dua profesional di setiap pusat. Namun jumlah kelompok tidak secara eksplisit disebutkan pada penelitian Lorente-Català et al. (2025).

Banyak penelitian di negara Inggris bertujuan mengembangkan intervensi yang praktis dan bisa diterapkan di penjara, seperti pelatihan problem-solving atau terapi berbasis relasi, mengingat keterbatasan sumber daya di sistem pemasyarakatan Inggris (Perry et al., 2021). Kebijakan kesehatan mental di Inggris mendorong penelitian tentang self-harm di penjara, dengan dukungan pendanaan dari NHS, National Offender Management Service, dan lembaga penelitian seperti ESRC (Mitchell et al., 2019). Dalam 10 tahun terakhir, minimnya berbagai penelitian terkait intervensi self-harm pada narapidana di kawasan Asia disebabkan bahwa self-harm masih dipandang sebagai bentuk penyimpangan moral akibat pengaruh nilai budaya dan agama, yang memperkuat stigma dan menghambat pelaporan maupun intervensi klinis. Studi sistematis dan meta-etnografi oleh Hu et al. (2024) menemukan bahwa di banyak negara Asia, gangguan kesehatan mental cenderung dimaknai secara moral, di mana individu yang mengalaminya dipersepsikan sebagai memiliki karakter lemah atau tidak bermoral.

SIMPULAN

Studi ini menunjukkan bahwa berbagai intervensi seperti terapi kognitif (CBSP, STEPPS), intervensi singkat (BCI), pelatihan staf, dan program peer-mentor efektif dalam mengurangi self-harm dan risiko bunuh diri pada narapidana. Pendekatan individual dan kelompok yang terintegrasi membantu pengelolaan emosi, pembentukan identitas positif, dan lingkungan penjara yang lebih suportif. Namun, sebagian besar studi masih terbatas pada wilayah Eropa, dengan sampel kecil dan keberagaman populasi yang rendah. Penelitian lebih lanjut dengan desain kuat dan evaluasi jangka panjang diperlukan untuk memperkuat bukti dan memperluas penerapan intervensi ini secara global.

DAFTAR PUSTAKA

Azizi, H., Fakhari, A., Farahbakhsh, M., Davtalab Esmaeili, E., Chattu, V. K., Ali Asghari, N., Nazemipour, M., & Mansournia, M. A. (2023). Prevention of Re-attempt Suicide Through Brief Contact Interventions: A Systematic Review, Meta-analysis, and Meta-regression of Randomized Controlled Trials. *Journal of Prevention*, 44(6), 777–794. <https://doi.org/10.1007/s10935-023-00747-x>

- Black, D. W., Blum, N., & Allen, J. (2018). Does response to the STEPPS program differ by sex, age, or race in offenders with borderline personality disorder? *Comprehensive Psychiatry*, 87, 134–137. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.10.005>
- Blees, A., Jakobowitz, S., Hofer, J., Konrad, N., Krebs, J., & Opitz-Welke, A. (2024). Self-harm among inmates of the Berlin prison system. *Frontiers in psychiatry*, 15, 1362188. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1362188>
- Boccalon, S., Alesiani, R., Giarolli, L., & Fossati, A. (2017). Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving Program and Emotion Dysregulation: A Pilot Study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 205(3), 213. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000640>
- Bornheimer, L. A., Li Verdugo, J., Holzworth, J., Im, V., Smith, F. N., Sliwa, H., Taylor, S. F., King, C. A., Florence, T., Tarrier, N., & Himle, J. A. (2022). Modifying a cognitive behavioral suicide prevention treatment for adults with schizophrenia spectrum disorders in community mental health. *Psychiatry Research*, 311, 114505. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114505>
- Cordasco, F., Sacco, M. A., Scalise, C., Tarallo, A. P., Gualtieri, S., Ricci, P., & Aquila, I. (2023). Management and Prevention of Suicide Risk In Prison: Results Of A Preliminary Study On Italian Prisoners. *European Psychiatry*, 66(S1), S1106-S1106.
- Ekiz, E., Videler, A. C., Ouwens, M. A., & Alphen, S. P. J. van. (2023). Systems training for emotional predictability and problem solving in older adults with personality disorders: A pilot study. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 51(1), 105–109. <https://doi.org/10.1017/S1352465822000443>
- Haddock, G., Pratt, D., Gooding, P. A., Peters, S., Emsley, R., Evans, E., Kelly, J., Huggett, C., Munro, A., Harris, K., Davies, L., & Awenat, Y. (2019). Feasibility and acceptability of suicide prevention therapy on acute psychiatric wards: Randomised controlled trial. *BJPsych Open*, 5(1), e14. <https://doi.org/10.1192/bjo.2018.85>
- Hu, A. J., Neo, P., Soon, A., Tan, H., He, Y., & Tan, R. K. J. (2024). The social construction of mental illness stigma amongst Asians: A systematic review and meta-ethnography. *SSM - Mental Health*, 6, 100371. <https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2024.100371>
- Isaia, N., Shawe-Taylor, M., Ellwood, C., Shepherd, K., Shenoy, J., Simpson, M., & Draycott, S. (2023). Effective therapeutic components in Systems Training for Emotional Predictability and Problem Solving (STEPPS) for borderline personality disorder. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 14(5), 545–554. <https://doi.org/10.1037/per0000605>
- Kusumadewi, A. F., Yoga, B. H., Sumarni, S., & Ismanto, S. H. (2020). Self-Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 8(1), 20.
- McTernan, N., Griffin, E., Cully, G., Kelly, E., Hume, S., & Corcoran, P. (2023). The incidence and profile of self-harm among prisoners: findings from the Self-Harm Assessment and Data Analysis Project 2017–2019. *International journal of prisoner health*, 19(4), 565-577.
- Mitchell, H., Abel, K. M., Dunlop, B. J., Walker, T., Ranote, S., Robinson, L., Edgar, F., Millington, T., Meacock, R., Shaw, J., & Guttridge, K. (2019). Acceptability and feasibility

pilot randomised controlled trial of medical skin camouflage for recovery of women prisoners with self-harm scarring (COVER): The study protocol. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-021891>

- Pedrola-Pons, A., Sanchez-Carro, Y., Pemau, A., Garcia-Ramos, A., & De la Torre-Luque, A. (2024). Efficiency of psychological interventions in the prevention of suicidal behavior and self-injury in penitentiary population: A systematic review. *International Journal of Law and Psychiatry*, 92, 101948. <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2023.101948>
- Perry, A. E., Waterman, M. G., Dale, V., Moore, K., & House, A. (2021). The effect of a peer-led problem-support mentor intervention on self-harm and violence in prison: An interrupted time series analysis using routinely collected prison data. *eClinicalMedicine*, 32. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100702>
- Pratt, D., Tarrier, N., Dunn, G., Awenat, Y., Shaw, J., Ulph, F., & Gooding, P. (2015). Cognitive-behavioural suicide prevention for male prisoners: A pilot randomized controlled trial. *Psychological Medicine*, 45(16), 3441–3451. <https://doi.org/10.1017/S0033291715001348>
- Ryland, H., Gould, C., McGeorge, T., Hawton, K., & Fazel, S. (2020). Predicting self-harm in prisoners: risk factors and a prognostic model in a cohort of 542 prison entrants. *European psychiatry*, 63(1), e42. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2020.40>
- Smith, A. (2024). Peer mentoring and identity transformation in a women's prison. *Journal of Criminal Psychology*, 15(1), 72–85. <https://doi.org/10.1108/JCP-08-2024-0066>
- Sousa, M., Gonçalves, R. A., Cruz, A. R., & de Castro Rodrigues, A. (2019). Prison officers' attitudes towards self-harm in prisoners. *International Journal of Law and Psychiatry*, 66, 101490. <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2019.101490>
- South, J., Bagnall, A.-M., Hulme, C., Woodall, J., Longo, R., Dixey, R., Kinsella, K., Raine, G., Vinall-Collier, K., & Wright, J. (2014). A systematic review of the effectiveness and cost-effectiveness of peer-based interventions to maintain and improve offender health in prison settings. *Health and Social Care Delivery Research*, 2(35), 1–218. <https://doi.org/10.3310/hsdr02350>
- South, J., Woodall, J., Kinsella, K., & Bagnall, A.-M. (2016). A qualitative synthesis of the positive and negative impacts related to delivery of peer-based health interventions in prison settings. *BMC Health Services Research*, 16(1), 525. <https://doi.org/10.1186/s12913-016-1753-3>
- Stephenson, T., Harris, I., Armstrong, C., Fazel, S., Short, R., & Blackwood, N. (2025). Environmental risk factors for self-harm during imprisonment: A pilot prospective cohort study. *PloS one*, 20(2), e0318200. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0318200>
- Tay, J. L., & Li, Z. (2022). Brief contact interventions to reduce suicide among discharged patients with mental health disorders—A meta-analysis of RCTs. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 52(6), 1074–1095. <https://doi.org/10.1111/sltb.12903>
- Verdolini, N., Murru, A., Attademo, L., Garinella, R., Pacchiarotti, I., del Mar Bonnin, C., ... & Tortorella, A. (2017). The aggressor at the mirror: Psychiatric correlates of deliberate self-harm in male prison inmates. *European psychiatry*, 44, 153-160. <https://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.04.002>

Walton, H., Massou, E., Sherlaw-Johnson, C., Gipson, D., Wainwright, L., Harriott, P., Ng, P. L., Ng, P., Riley, S., Morris, S., Fulop, N. J., & Fulop, N. (2025). Peer support for adult social care in prisons in England and Wales: A mixed-methods rapid evaluation. *Health and Social Care Delivery Research*, 13(1), 1–140. <https://doi.org/10.3310/MWFD6890>

World Health Organization. Regional Office for the Eastern Mediterranean. (2019). Suicide and self-harm. World Health Organization. Regional Office for the Eastern Mediterranean. <https://iris.who.int/handle/10665/333478>.