

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang

Ide bunuh diri dapat dikatakan sebagai salah satu gejala penyesuaian yang mengarah pada tindakan bunuh diri, meskipun individu yang memiliki ide bunuh diri tidak selalu dibarengi dengan kegiatan menyakiti ataupun melakukan percobaan bunuh diri, namun pemikiran terkait ide bunuh diri ini mesti tetap diwaspai. Menurut Scott dkk (2015) ide bunuh diri merupakan pikiran atau rencana untuk terlibat dalam perilaku yang bertujuan mengakhiri kehidupan diri sendiri. Ide bunuh diri juga dapat diartikan sebagai pemikiran dan keyakinan individu terkait suatu perilaku atau niat bunuh diri, yang dalam hal ini dapat dianggap sebagai pertanda utama resiko terjadinya tindakan bunuh diri (Reynolds, 1991). Ide bunuh diri pada remaja ini sering dikaitkan dengan adanya kondisi depresi pada remaja (Febrianti & Husniawati, 2021).

Depresi pada remaja erat kaitannya juga dengan risiko bunuh diri. Hal ini dikarenakan intensitas dari ide bunuh diri semakin tinggi pada generasi muda dan juga berkorelasi dengan memburuknya depresi (Pratiwi dan Undarwati, 2014). Selain itu hasil penelitian Scott dkk (2015) juga menyatakan bahwa ide untuk bunuh diri biasanya muncul dimulai pada masa remaja, dan frekuensi pikiran untuk bunuh diri di kalangan remaja lebih tinggi dibandingkan pada kelompok umur lainnya. Hal ini juga selaras dengan hasil penelitian (Weissman, Bruce, Leaf, Florio, & Holzer, dalam Lewinshon, 1996) yang menyatakan bahwa ide bunuh diri pada remaja dilaporkan lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat ide bunuh diri pada orang dewasa. Sehingga remaja merupakan salah satu kelompok resiko terjadinya bunuh diri.

Masa remaja adalah masa pencarian identitas yang melibatkan interaksi sosial atau hubungan sosial dengan orang lain, terutama pada masa remaja akhir. Selain itu, remaja yang sudah mulai menjalin hubungan dengan lawan jenis juga membentuk interaksi dengan orang lain (Santrock, 2007). Remaja biasanya menghadapi berbagai masalah selama proses pendewasaan. Satu sisi, remaja ingin bebas dan mandiri, lepas dari pengaruh orang tua, disisi lain remaja tetap

membutuhkan bantuan, dukungan, perlindungan orang tuanya (Guzmdn dkk. 2004). Keluarga sangat berpengaruh bagi kehidupan anak dan remaja, dimana keluarga memberikan kontribusi pada kejadian bunuh diri pada kelompok usia remaja (Fortinash & Worret, 2012).

Masa remaja biasanya ditandai dengan permasalahan sosial dan konflik interpersonal yang membuat remaja menganggap bunuh diri adalah solusi dari permasalahan tersebut (Grimmond dkk., 2019). Menurut penelitian yang dilakukan (Zong, 2015) mengungkapkan bahwa masalah hubungan, masalah keluarga, dan masalah akademis menjadi penyebab pemikiran bunuh diri remaja. Fakta menariknya, 50% remaja yang memiliki pikiran untuk bunuh diri memilih teman dekat untuk menyelesaikan masalahnya. Memahami faktor-faktor yang memicu munculnya ide bunuh diri penting untuk memprediksi risiko bunuh diri, karena bertujuan untuk mencegah dan mengurangi angka bunuh diri di kalangan remaja (Jung, Irene, & Han, 2019) dan menyelamatkan remaja sebagai generasi bangsa.

Fenomena terkait ide bunuh diri pernah peneliti temukan ketika sedang melakukan studi lapangan untuk tugas mata kuliah Studi Kasus Populasi Khusus dimana partisipan bernama MA yang merupakan perempuan berusia 20 tahun seringkali memiliki ide bunuh diri. Ide bunuh diri ini akan muncul saat MA sedang merasa kesepian atau saat ia memiliki banyak sekali beban pikiran yang membuat dirinya berpikir untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Hal ini MA rasakan sejak dia memasuki usia 17 tahun, dimana pada saat itu, MA merasa bahwa ada banyak sekali masalah yang harus dia hadapi salah satunya ialah masalah keluarga dimana MA merupakan anak broken home dan saat itu harus tinggal bersama nenek dan kakeknya. Masalah keluarga yang rumit serta masalah lainnya membuat MA sering berpikir untuk melakukan tindakan bunuh diri. Selain itu, fenomena ide bunuh diri ini pernah peneliti temukan juga ketika sedang melakukan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di sekolah dimana salah satu siswa berinisial SNC berusia 13 tahun mengaku memiliki ide bunuh diri. SNC menyatakan bahwa beberapa bulan terakhir dia seringkali berpikir untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Permasalah keluarga menjadi salah satu faktor ide bunuh diri itu muncul. Biasanya, MA dan SNC seringkali mengeluhkan tentang kematian seperti halnya mengatakan bahwa

masalah yang dialami sangat menyakitkan dan akan lebih baik jika mati saja. Hal ini sering sekali mereka ucapkan ketika ide bunuh dirinya sedang cukup tinggi sehingga keinginan untuk matinya pun semakin besar.

Sebagaimana Fenomena diatas ide bunuh diri dikalangan remaja memang sudah banyak di temukan saat ini, sebagaimana dalam pengkajian sebelumnya ditemukan 2 dari 10 remaja memiliki ide bunuh diri dikarenakan tekanan yang dilakukan orang tua serta keinginan untuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain dan juga perasaan tidak percaya diri, tertekan dan merasa tidak berguna (Mandasari dkk. ,2020). Pada tahun 2015 selama 12 bulan terakhir secara keseluruhan di dapatkan data sebesar 5,14% siswa SMP dan SMA di seluruh indonesia pernah memiliki ide bunuh diri, yang mana siswa perempuan memiliki presentasi ide bunuh diri lebih besar yaitu 5,90% sedangkan laki-laki memiliki presentasi lebih kecil dari perempuan yaitu 4,33% (Kemeskes, 2015). Sebagaimana fenomena terkait dan juga persentase data yang dilakukan maka ide bunuh diri tentu menjadi salah satu hal yang penting untuk di bahas. Terdapat banyak sekali permasalahan yang dialami seorang individu hingga akhirnya individu tersebut memiliki pemikiran ide bunuh diri sebagaimana dalam sebuah penelitian dijelaskan bahwa salah satu hal yang menjadikan seseorang memiliki pemikiran ide bunuh diri ini ialah terkait dengan hubungan sosial yang kurang baik serta kurangnya dukungan dari teman, lingkungan ataupun keluarga yang menjadikan pemikiran ide bunuh diri itu ada (Salsabila dkk , 2019).

Selain hubungan sosial ada hal lain yang dapat mempengaruhi ide bunuh diri pada remaja. Putri & Tobing (2020) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa bunuh diri tidak memiliki penyebab tunggal. Individu yang bunuh diri biasanya di disebabkan oleh rendahnya sistem dukungan sosial seperti keluarga dan teman, keyakinan, pekerjaan, atau kelompok dukungan masyarakat. Adanya konflik dengan orang terdekat seperti halnya orang tua ataupun saudara juga dapat memicu distres atau gangguan psikologis selama bertahun-tahun dan memunculkan emosi negatif seperti stres, marah, dan perasaan malu sehingga meningkatkan resiko kematian lebih tinggi dibandingkan dengan individu tanpa distres psikologis.

Selaras dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Alexopoulos dkk, (1996) bahwa faktor resiko keinginan bunuh diri ialah dukungan sosial yang buruk.

Data WHO (2015) terdapat lebih dari 800.00 kematian per tahun atau dengan kata lain setiap 40 detik terdapat satu individu yang meninggal disebabkan oleh bunuh diri (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Menurut WHO (Organisasi Kesehatan Dunia), tahun 2019, 19,8-24 persen remaja di dunia mengalami pikiran untuk bunuh diri dan 3,1-8,8 persen remaja mencoba bunuh diri. penyebab kematian terbesar kedua di dunia (Lester dkk, 2020) dan, sebagai tambahan, bunuh diri merupakan penyebab kematian ketiga terbesar di kalangan remaja berusia 15–19 tahun di dunia (Irish dan Murshid, 2020),

Nasional Geografi Indonesia (2015) menyebutkan bahwa laporan kepolisian tahun 2012 dan 2013 sebanyak 981 dan 921 kasus kematian akibat bunuh diri. Laporan pada pertengahan tahun 2012 dari KomNas Perlindungan Anak menyebutkan kasus bunuh diri termuda terjadi pada usia 13 tahun. Faktor risiko bunuh diri pada remaja diantaranya adalah faktor psikologis, faktor keluarga, faktor lingkungan, faktor biologis, perilaku bunuh diri sebelumnya dan orientasi seksual (Stuart, 2013). Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia (APBDI) Menyatakan bahwa jumlah kasus bunuh diri pada tahun 2020 secara resmi sebanyak 670 kasus. Jumlah ini hanya sebagian kecil kasus yang di laporkan secara resmi yang di dapat dari beberapa sumber seperti data Kepolisian RI, Potensi Desa, data Sample Registration System maupun data Kependudukan dan Catatan Sipil.

Kasus kematian dan penyebabnya di Indonesia sendiri belum tercatat dengan baik dikarenakan banyak kasus bunuh diri yang tidak dilaporkan, dengan alasan menjaga kehormatan dari pelaku bunuh diri. Namun, Berdasarkan data Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Kepolisian RI (Polri), ada 971 kasus bunuh diri di Indonesia sepanjang periode Januari hingga 18 Oktober 2023. Angka tersebut sudah melampaui kasus bunuh diri sepanjang tahun 2022 yang jumlahnya 900 kasus. Menurut Damarjati (2019), fenomena bunuh diri di Indonesia bukanlah merupakan sesuatu yang dapat diungkapkan dengan mudah. Hal ini justru menjadi sudut gelap atau aib bagi keluarga yang tidak boleh terlihat dan luput dari survei. Sehingga tingkat bunuh diri di Indonesia sebenarnya lebih banyak dibandingkan

apa yang sudah terekam dalam survei yang dimiliki oleh WHO. Hal ini disebabkan karena masyarakat memandang bahwa bunuh diri merupakan hal yang negatif sehingga hal ini tidak dapat diungkapkan sepenuhnya namun yang terlihat hanyalah puncaknya saja dan tidak mengetahui apa yang tersembunyi di bawahnya.

Mengingat masih belum banyak penelitian tentang ini di Indonesia khususnya pada kalangan remaja penting untuk melanjutkan kajian terkait ide bunuh diri sebagai salah satu upaya pencegahan terhadap usaha bunuh diri pada remaja, terlebih mengingat remaja merupakan kelompok usia berisiko tinggi melakukan bunuh diri (Townsend, 2011). Ide bunuh diri, ancaman dan upaya bunuh diri memerlukan prioritas tinggi dan merupakan hal serius apapun tujuannya. Salah satu langkah preventif awal yang dapat dilakukan adalah menggali tentang adanya ide bunuh diri pada remaja. Remaja harus ditanyakan secara langsung tentang pikiran bunuh diri, dimana pertanyaan tersebut membuat remaja merasa diperhatikan dan memberikan kesempatan pada mereka untuk mengungkapkan masalah (Stuart, 2013). Berdasarkan penelitian Reynolds & Mazza (1999) yang menyarankan bahwa sekolah merupakan tempat dasar untuk melakukan preventif dan intervensi yang merupakan program terbaik untuk menangani remaja yang terindikasi resiko bunuh diri. Sehingga maksud dari dilakukannya penelitian ini untuk memahami fenomena ide bunuh diri pada remaja khususnya di lingkungan sekolah yang masih menjadi hal yang sangat tabu dan cenderung diabaikan oleh guru BK ataupun staf sekolah lainnya.

1.2 Fokus Penelitian

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan terjadinya perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional (Santrock, 2003). Pada masa ini, remaja akan menghadapi berbagai tugas perkembangan yang sebagian besar berkaitan dengan aspek sosial, seperti membentuk hubungan dengan teman sebaya pria dan wanita, mencapai peran sosial sesuai dengan gender, mencapai kemandirian emosional, dan menampilkan perilaku yang bertanggung jawab secara sosial (Hurlock, 1980). Remaja diharapkan dapat menguasai tugas-tugas perkembangan tersebut. Namun, remaja seringkali kesulitan dalam mencapai tugas perkembangannya sehingga hal ini justru membuat

remaja rentan memiliki ide bunuh diri. Maka dari itu penting untuk meneliti topik terkait ide bunuh ini khususnya pada remaja agar mampu memahami karakteristik ide bunuh diri serta menentukan layanan bimbingan dan konseling apa yang sesuai untuk topik terkait ide bunuh diri remaja.

Permasalahan ide bunuh diri pada remaja masih menjadi hal yang tabu baik dilingkungan masyarakat ataupun di lingkungan sekolah. Banyak sekali anak yang takut untuk mengungkapkan pemikirannya terkait ide bunuh diri karena merasa akan di hakimi. Beberapa kasus bunuh diri yang terjadi, anak biasanya sudah seringkali membarikan sinyal kepada orang disekitarnya tentang kondisi psikis mereka yang sedang terganggu, namun sebagian besar respon sekitar malah membuat ia merasa disudutkan dan merasa bahwa tidak ada yang bisa memahami dirinya. Hal ini tentu menjadi masalah yang cukup serius. Karena orang tua dan guru BK di sekolah memiliki tanggung yang lebih dalam pencegahan bunuh diri pada anak. Sebagaimana yang di ungkapkan oleh Sciarra (2004) bahwa guru BK sekolah atau guru BK harus melakukan kolaborasi dengan orang tua dalam melakukan pencegahan bunuh diri pada siswa. Orang tua harus memahami bahwa anak yang dapat berbicara terkait masalah mereka lebih mungkin untuk mengelola masalah tersebut tanpa merugikan diri mereka sendiri. Selain itu pemahaman dan dukungan orang tua, guru BK serta lingkungan terhadap anak yang memiliki ide bunuh diri sangat penting dan dibutuhkan agar pemikiran tentang ide bunuh diri tersebut tidak semakin parah yang berujung pada tindakan bunuh diri.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk memahami karakteristik ide bunuh diri pada remaja serta mengembangkan layanan bimbingan yang sesuai dengan karakteristik ide bunuh diri pada remaja.

1.4 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana karakteristik ide bunuh diri pada remaja?
2. Bagaimana rancangan layanan BK dalam mereduksi ide bunuh diri pada remaja?

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis ataupun praktis. Secara teoritis manfaat penelitian ini adalah memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang ide bunuh diri serta memberikan kontribusi terhadap keilmuan bimbingan dan konseling dalam bidang pribadi.

Secara praktis manfaat dari penelitian ini adalah untuk memberikan informasi sebagai referensi bagi guru bimbingan dan konseling dalam mengidentifikasi ide bunuh diri untuk layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi landasan untuk mengembangkan penelitian terkait ide bunuh diri pada remaja.