

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap 40 detik ada 1 nyawa yang hilang akibat bunuh diri, setiap tahun jumlah orang yang tercatat melakukan bunuh diri sebanyak 703.000 dan masih banyak orang yang mencoba melakukan bunuh diri. Bunuh diri berada pada peringkat kedua penyebab kematian terbanyak didunia dan yang paling banyak berada pada kelompok umur 15-29 tahun, pada negara yang berpendapatan rendah dan menengah dimana angka kejadian bunuh dirinya sebanyak 79% (WHO, 2021). Tahapan bunuh diri pertama adalah ide bunuh diri, dimana jika tidak mendapatkan penanganan dapat berkembang menjadi ancaman bunuh diri.

Ide bunuh diri merupakan fenomena yang sangat serius dan mengkhawatirkan (Gusmunardi et al., 2023). Ide bunuh diri berisikan pemikiran mengenai perencanaan, perilaku dan hasil tentang bunuh diri, kematian, serta perilaku yang merugikan diri sendiri (Karisma & Fridari, 2021). Menurut Aulia et al (2019) dari 365 responden yang diambil sebagai sampel, sebanyak 66,3% dari mereka memiliki ide bunuh diri yang cukup tinggi. Data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 secara global 19,8% sampai 24% remaja mempunyai pengalaman ide bunuh diri dan 3,1% sampai 8,8% remaja melakukan percobaan bunuh diri, dikalangan remaja dan dewasa muda bunuh diri merupakan penyebab kematian kedua terbanyak diseluruh dunia, dan pada individu ini bunuh diri sudah menjadi penyebab ketiga kematian secara global sekitar 700.000 atau 77% (WHO, 2019).

Hasil dari wawancara pada penelitian Aulia et al (2020) kepada siswa yang memiliki ide bunuh diri didapatkan satu orang mengungkapkan pikiran bunuh diri timbul saat terdapat masalah dan tidak ada yang peduli, yang lain menyebutkan karena perasaan kesal dan tidak tau akan berbuat apa. Saat terjadi masalah penyelesaian yang dilakukan diantaranya mengungkapkan diam dan mengurung diri dikamar, yang lain dengan curhat kepada teman. Sementara itu cara yang dipikirkan jika akan melakukan bunuh diri diantaranya dua orang mengungkapkan minum obat/racun, satu orang dengan memotong nadi, tiga diantaranya mengatakan takut melakukan bunuh diri sehingga keinginan mati tiba-tiba saja seperti dibunuh orang atau ditabrak.

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Global berbasis sekolah yang dilakukan pada pelajar SMP dan SMA di Indonesia pada tahun 2015, terdapat 5,14% siswa yang mengikuti survei menyatakan pernah memiliki ide untuk bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, dengan angka pada siswa perempuan (5,90%) lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki (4,33%). Munculnya ide untuk bunuh diri tampak paling sering terjadi di kalangan siswa SMA (GSHS, 2015). Penelitian yang dilakukan Marthoenis & Yasir Arafat (2022) pada remaja di Indonesia menyatakan bahwa pada responden remaja yang diteliti ditemukan sekitar 71,6% memiliki ide bunuh diri. Lebih lanjut penelitian tersebut juga melaporkan bahwa sebanyak 5,4% pelajar benar-benar memiliki ide bunuh diri dalam satu tahun terakhir.

Ide bunuh diri pada remaja muncul karena pada tahap ini perkembangan emosi yang terjadi masih labil (Oppong et al., 2017). Oppong juga mengemukakan bahwa

persentase ide bunuh diri, rencana bunuh diri dan percobaan bunuh diri tinggi pada kalangan usia 14-18 tahun ke atas. Ide bunuh diri pada remaja umumnya meningkat pada usia 12-17 tahun dan akan beresiko 12 kali beresiko melakukan percobaan bunuh diri pada usia 30 tahun (Cha et al., 2018). Ide dan upaya melakukan bunuh diri sering terjadi secara impulsif, oleh karena itu menjadi hal yang wajar jika perilaku bunuh diri mendapat sedikit dorongan dari ide bunuh diri (Idham et al., 2019). Bilsen (2018) menjelaskan bahwa proses melakukan bunuh diri membutuhkan waktu, namun proses dari tahap ide bunuh diri menuju tindakan bunuh diri terkadang muncul dalam sekejap, tiba-tiba dan tidak bisa ditebak khususnya pada remaja. Hal ini mengindikasikan betapa pentingnya menyadari kemunculan ide bunuh diri di kalangan remaja.

Ide bunuh diri jika dibiarkan dapat membahayakan nyawa seseorang. Pelaku ide bunuh dapat melakukan tindakan mencelakai diri langsung seperti menyakiti tubuh menggunakan benda tajam, gantung diri, atau lainnya sebagai tahap lanjut dari ide bunuh diri. Jika tidak tertangani, percobaan bunuh diri akan menjadi bunuh diri yang komplit (*completed suicide*) sebagai tahap terakhir bunuh diri dan akan menyebabkan hilangnya nyawa individu (Panjaitan et al., 2023)

Bunuh diri adalah masalah kesehatan masyarakat yang serius, dimana seseorang mencoba untuk mengakhiri hidupnya sendiri secara sadar (Aulia et al., 2019). Bunuh diri dan upaya bunuh diri sangat berdampak besar bagi keluarga, teman, kerabat, komunitas dan masyarakat dan memiliki efek jangka panjang bagi orang yang ditinggalkan (WHO, 2021). Bunuh diri merupakan suatu kegawatdaruratan psikiatri yang merupakan tindakan yang dapat merugikan integritas

diri (Mailita et al., 2022). Berdasarkan wawancara pada penelitian Aulia et al., (2019) didapatkan bahwa pikiran bunuh diri timbul saat ada masalah dengan orang tua, *brokenhome*, hutang dengan pihak sekolah, masalah keluarga, teman dan pacar.

Department Of Health and Human Service Amerika Serikat menjelaskan bahwa secara global jumlah kasus bunuh diri pada remaja tahun 2020 adalah sebanyak 45.979 kasus, tahun 2021 meningkat sebanyak 4% menjadi 47.646 kasus. Laporan *Global Health Estimate* menunjukkan bahwa angka kematian dunia akibat bunuh diri pada usia remaja mencapai 3,4 per 100.000 penduduk (Dwi et al., 2021). Indonesia terletak pada urutan ke-5 tertinggi dengan kasus bunuh diri dikalangan remaja di Asia Tenggara yaitu sebesar 3,7% per 100.000 populasi (Gusmunardi et al., 2023). Menurut data Kementerian Kesehatan RI tahun 2019, angka bunuh diri pada remaja yaitu sebesar 3,7% per 100.000 populasi, angka ini lebih tinggi dibanding dengan kelompok usia lainnya (Kemenkes RI, 2019). Upaya yang dilakukan oleh WHO (2017) sebagai tindakan pencegahan bunuh diri salah satunya yaitu mengidentifikasi secara dini orang-orang yang beresiko bunuh diri dengan mengenali tingkat resiko bunuh diri yang diderita (WHO,2017).

Tahap awal pada seseorang yang ingin melakukan bunuh diri adalah ketika pelaku mulai memikirkan untuk mati (Gusmunardi et al., 2023). Setiap tindakan yang dilakukan manusia selalu diawali dengan proses kognitif, bunuh diri diawali oleh sebuah ide atau pemikiran untuk bunuh diri (Karisma & Fridari, 2021). Panjaitan et al., (2023) kejadian bunuh diri tidak berlangsung secara tiba-tiba. Bunuh diri diawali

dengan beberapa tahap yang jika tidak ditangani dapat menjadi percobaan bunuh diri sebagai tahapan lanjutan.

Percobaan bunuh diri dipengaruhi oleh faktor peristiwa hidup, dukungan sosial, sikap terhadap bunuh diri, relasi dengan sahabat dan teman, dan religiusitas (Woelandarie, 2017). Faktor yang berpengaruh dalam ide bunuh diri pada remaja diantaranya adalah usia, jenis kelamin, dan faktor psikologis. Faktor psikologis merupakan faktor dominan yang mencetuskan ide bunuh diri. Faktor psikologis yang teridentifikasi pada remaja yaitu depresi, kecemasan, stress, ketidak berdayaan dan penyalahgunaan NAPZA.

Jatmiko (2021) faktor psikologis yang berperan meningkatkan potensi terjadinya ide bunuh diri pada remaja mencakup ansietas, depresi, putus asa, stress, kesendirian, gangguan tidur, mimpi buruk, koping keagamaan yang negatif dan riwayat bunuh diri sebelumnya. Gangguan mental merupakan faktor risiko yang penting dalam kasus bunuh diri pada remaja, dimana depresi merupakan faktor yang paling kuat diikuti dengan gangguan mental lainnya. Depresi memiliki hubungan dengan ide bunuh diri yang kuat (NL Low et al., 2012 didalam Aulia et al., 2020). Pada penelitian yang dilakukan oleh Mandasari et al.,(2020) didapatkan hasil terdapatnya hubungan depresi dengan ide bunuh diri.

Depresi merupakan masalah psikologis yang paling sering dialami oleh remaja (Astarini & Herdiana, 2018 dalam Gusmunardi et al., 2023). Depresi dijelaskan sebagai salah satu keadaan pada individu yang ditandai dengan hilangnya energi dan minat, perasaan bersalah, kesulitan berkonsentrasi, hilangnya nafsu makan, muncul pikiran tentang kematian atau bunuh diri (Ainunnida, 2022). *American Psychiatric*

Association mendefinisikan depresi sebagai gangguan emosional yang dapat menyebabkan perasaan sedih dan/atau kehilangan minat pada aktivitas yang sebelumnya dinikmati. Menurut *World Health Organization* (WHO), angka kejadian depresi tertinggi berada di kawasan Asia Tenggara yaitu sebanyak 86,94 (27%) dari 322 miliar individu. Indonesia sendiri berada di urutan ke-lima dengan kejadian depresi sebesar 3,7% (WHO, 2017). Menurut *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF, 2021), gangguan depresi merupakan gangguan mental yang paling sering terjadi pada remaja pada tahun 2019 dengan prevalensi sebesar 42,9% (Fah Riziana, 2023).

Berdasarkan data pada Riset Kesehatan Dasar Nasional tahun 2018, angka kejadian depresi di Indonesia untuk remaja yaitu sebanyak 6,1% yang mengalami depresi dengan kejadian paling tinggi yaitu di Provinsi Sulawesi Tengah yaitu sebesar 12,3% sedangkan di provinsi Sumatera Barat menempati urutan ke-tujuh (Riskesdas, 2018). Terdapat Sebanyak 8,15% populasi yang mengalami depresi di Sumatera Barat. Kota Padang dengan jumlah sampel yang diteliti sebanyak 4.547 jiwa yang terdata dengan persentase angka kasus sebanyak 7,76%. Prevalensi depresi pada remaja memiliki persentase 7,97% lebih tinggi dari pada dewasa dengan persentase kasus depresi sebanyak 6,40% (Tim Riskesdas Sumbar, 2018).

Penyebab depresi diketahui dikarenakan oleh beberapa faktor diantaranya faktor genetik, biologis dan kondisi psikososial. Penelitian yang dilakukan oleh Nuriyah et al., (2021) didapatkan hasil bahwa kejadian depresi dilihat dari jenis kelamin tidak berhubungan secara signifikan. Pada uji analisis hubungan didapatkan bahwa riwayat keturunan tidak berdampak signifikan pada kejadian depresi,

sedangkan pada faktor psikologis dengan variabel psikososial didapatkan hasil yang cukup kuat dengan kejadian depresi pada remaja.

Gejala depresi dapat dilihat dari tiga segi yaitu segi fisik, psikis dan sosial (Ramadani et al., 2024). Gejala-gejala depresi yang terjadi pada remaja pada umumnya bisa tampak dari adanya perasaan yang mudah tersinggung, merasa tertekan, merasa takut, tidak bersemangat, dan perasaan sedih yang berkepanjangan. Namun jika tidak segera diatasi, depresi akan menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti sulit berkonsentrasi, interaksi sosial yang menjadi terbatas, penyesuaian diri yang terganggu, bahkan timbulnya pikiran-pikiran negatif dimana yang salah satunya yaitu ide untuk bunuh diri (Desi et al., 2020).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Mandasari et al.,(2020) disimpulkan bahwa ada hubungan depresi dengan ide bunuh diri pada remaja yang signifikan dengan nilai *correlation coefficient* didapatkan sebesar 0,410 menunjukkan bahwa hubungan depresi dengan ide bunuh diri cukup bernilai positif.

Kecamatan Pauh merupakan kecamatan kedua terbesar di kota Padang. Berdasarkan data dari dinas kesehatan kota Padang ditemukan bahwa daerah ini memiliki masalah kesehatan mental tertinggi setelah kecamatan Andalas pada tahun 2018 (Sarfika et al., 2020). Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang sering dialami oleh anak remaja dan memiliki hubungan yang kuat dengan ide bunuh diri (Aulia et al., 2020). Ide bunuh diri merupakan awal dari upaya serta tindakan bunuh diri, yang mana fenomena bunuh diri menjadi salah satu penyebab kematian terbanyak di dunia (Mailita et al., 2020).

Saat wawancara dilakukan kepada 10 orang siswa didapati 3 orang memiliki ide untuk mengakhiri hidup dalam seminggu terakhir ketika ditanya ide tersebut timbul saat terjadi masalah dengan orang tua, sahabat atau pacar. Siswa tersebut mengatakan ketika memiliki masalah dan tidak tau cara menyelesaikan masalah tersebut disaat seperti itulah timbul pemikiran atau ide untuk bunuh diri. Selanjutnya pada 4 orang siswa didapatkan pemikiran bunuh diri lemah dan 3 orang lagi memiliki keinginan untuk tetap hidup yang kuat.

Berdasarkan dari pemaparan diatas, diketahui bahwa ide bunuh diri adalah awal dari tindakan bunuh diri yang apabila dibiarkan akan mengakibatkan kehilangan nyawa pada seseorang dan salah satu faktor penyebab terjadinya ide bunuh diri ini adalah depresi. Oleh karena itu peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA N 9 Kota Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka dapat dirumuskan fokus penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA N 9 Kota Padang?”

C. Tujuan Penelitian

D. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja Sekolah Menengah Atas.

E. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik demografi pada remaja di SMAN 9 Kota Padang
- b. Mengetahui tingkat depresi pada remaja SMAN 9 Kota Padang
- c. Mengetahui ide bunuh diri pada remaja SMAN 9 Kota Padang
- d. Mengetahui hubungan antara tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

Memberikan informasi mengenai hubungan tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja.

2. Manfaat Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan menambah pengetahuan tentang hubungan tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja. Serta diharapkan bagi guru bimbingan konseling untuk dapat membantu dan memberi pengarahan serta bimbingan kepada siswa agar dapat mengatasi gejala-gejala depresi sehingga dampak negatif dari depresi dapat dihindari.

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya informasi bagi masyarakat, keluarga, dan remaja terkait hubungan tingkat depresi dengan ide bunuh diri dan diharapkan kedepannya dapat mencegah dan menekan gejala

depresi serta munculnya ide bunuh diri pada remaja sehingga tidak berkembang menjadi percobaan bunuh diri.

