

Bunuh Diri Pada Kelompok Usia Remaja Satu Tinjauan

Judul buku	: Bunuh Diri Pada Kelompok Usia Remaja Satu Tinjauan
Nama Penulis	: Atih Rahayuningsih; Achir Yani. S. Hamid; Budi Anna Keliat; R.Irawati Ismail dan Agus Sri Banowo.
Penerbit dan Tahun Terbit	: Adab - Indramayu / 2023
Jumlah halaman	: 94
ISBN	: 978-623-497-561-1
Harga	: Rp.80.000,-
Cover buku	: (Terlampir)

"Bunuh Diri Pada Kelompok Usia Remaja: Suatu Tinjauan" adalah sebuah karya ilmiah yang menyelami salah satu isu kesehatan mental yang paling serius dan kompleks di kalangan remaja, yakni bunuh diri. Ditulis oleh lima pakar di bidang kesehatan jiwa dan psikologi: Atih Rahayuningsih, Achir Yani S. Hamid, Budi Anna Keliat, R. Irawati Ismail, dan Agus Sri Banowo, buku ini menawarkan wawasan yang mendalam mengenai faktor-faktor penyebab, dinamika psikologis, serta upaya pencegahan dan intervensi terhadap kasus bunuh diri di kalangan remaja. Diterbitkan oleh Adab pada tahun 2023, buku ini hadir tepat waktu di tengah meningkatnya kekhawatiran global akan meningkatnya kasus bunuh diri di kalangan anak muda.

Buku ini terdiri dari beberapa bab yang disusun secara sistematis, dimulai dengan pengenalan masalah bunuh diri pada remaja, faktor-faktor penyebab, hingga strategi pencegahan dan intervensi. Setiap bab disajikan dengan bahasa yang lugas namun tetap ilmiah, sehingga dapat diakses oleh berbagai kalangan, mulai dari profesional kesehatan mental, pendidik, orang tua, hingga remaja itu sendiri.

Penulis menjelaskan bahwa bunuh diri merupakan salah satu penyebab utama kematian di kalangan remaja di banyak negara, termasuk Indonesia. Mereka menyoroti berbagai statistik dan data yang menggambarkan peningkatan signifikan dalam angka kasus bunuh diri remaja dalam beberapa tahun terakhir. Selain itu, bab ini juga menggambarkan dampak yang sangat besar dari bunuh diri, tidak hanya bagi keluarga yang ditinggalkan, tetapi juga bagi masyarakat luas.

Dalam buku ini, penulis mengidentifikasi beberapa kategori faktor, termasuk faktor psikologis, sosial, biologis, dan lingkungan. Mereka menjelaskan bahwa bunuh diri seringkali merupakan hasil dari kombinasi berbagai faktor ini, bukan karena satu penyebab tunggal. Di antara faktor-faktor yang dibahas adalah depresi, kecemasan, tekanan sosial, konflik keluarga, kekerasan fisik dan emosional, penyalahgunaan zat, serta pengalaman trauma

lainnya. Penulis juga menyoroti peran media sosial dalam mempengaruhi kesehatan mental remaja, baik sebagai sarana dukungan maupun sebagai faktor risiko.

Narasi selanjutnya penulis fokus pada tanda-tanda peringatan dan gejala yang dapat mengindikasikan risiko bunuh diri pada remaja. Penulis menekankan pentingnya kesadaran akan perubahan perilaku dan emosional pada remaja yang mungkin menunjukkan adanya pikiran atau niat bunuh diri. Tanda-tanda ini meliputi perubahan suasana hati yang drastis, penarikan diri dari lingkungan sosial, perubahan pola tidur dan makan, serta ungkapan verbal tentang keputusan atau keinginan untuk mati. Penulis juga memberikan panduan tentang bagaimana orang tua, guru, dan teman sebaya dapat mengenali tanda-tanda ini dan mengambil langkah-langkah yang tepat untuk membantu remaja yang berisiko.

Selanjutnya diuraikan berbagai pendekatan dan strategi yang dapat diterapkan untuk mencegah bunuh diri di kalangan remaja. Mereka menyoroti pentingnya pendekatan multidisiplin yang melibatkan keluarga, sekolah, komunitas, dan profesional kesehatan mental. Strategi yang disarankan meliputi pemberian edukasi tentang kesehatan mental di sekolah, pengembangan program pencegahan di komunitas, pembentukan lingkungan yang mendukung, serta peningkatan akses ke layanan kesehatan mental. Penulis juga menekankan pentingnya komunikasi yang efektif antara remaja dan orang dewasa, serta upaya untuk mengurangi stigma terkait masalah kesehatan mental.

Penulis juga menguraikan tentang berbagai metode intervensi, seperti terapi kognitif-behavioral, terapi keluarga, dan penggunaan obat-obatan untuk mengatasi gangguan mental yang mendasari. Mereka juga membahas pentingnya dukungan sosial dan rehabilitasi setelah percobaan bunuh diri untuk mencegah kejadian berulang. Penulis menekankan bahwa intervensi harus dilakukan dengan pendekatan yang sensitif dan empatik, dengan tetap mempertimbangkan kebutuhan dan kondisi unik setiap individu.

Salah satu kelebihan utama buku ini adalah kedalamannya dalam membahas berbagai aspek terkait bunuh diri di kalangan remaja. Buku ini tidak hanya memberikan pandangan umum, tetapi juga menyajikan data empiris, hasil penelitian, serta studi kasus yang relevan untuk menggambarkan kompleksitas masalah bunuh diri. Hal ini menjadikan buku ini sebagai referensi yang sangat penting bagi mereka yang ingin memahami dan menangani isu bunuh diri secara lebih mendalam.

Penulis buku ini memiliki kredibilitas dan keahlian dalam bidang kesehatan mental dan psikologi, sehingga isi buku ini didukung oleh perspektif dan pengetahuan yang komprehensif. Pendekatan multidisiplin yang diterapkan oleh para penulis memberikan

pembaca berbagai sudut pandang dalam memahami dan menangani kasus bunuh diri di kalangan remaja.

Kelebihan lainnya adalah cara penulis menyajikan informasi dengan bahasa yang mudah dipahami, meskipun topiknya cukup kompleks dan serius. Buku ini juga dilengkapi dengan panduan praktis, tips, dan rekomendasi yang dapat langsung diterapkan oleh pembaca, baik itu profesional kesehatan, pendidik, maupun keluarga yang memiliki remaja.

Meski memiliki banyak kelebihan, buku ini juga memiliki beberapa kekurangan. Salah satu kekurangan yang mungkin dirasakan adalah kurangnya visualisasi data dalam bentuk grafis atau ilustrasi yang lebih menarik. Sebagai buku yang mengandung banyak data dan informasi statistik, penyajian dalam bentuk grafis dapat membantu pembaca memahami informasi dengan lebih cepat dan efektif.

Selain itu, meskipun buku ini memberikan berbagai strategi pencegahan dan intervensi, beberapa pembaca mungkin merasa bahwa pembahasan mengenai efektivitas dari setiap metode yang diusulkan kurang mendalam. Akan lebih bermanfaat jika penulis menambahkan lebih banyak contoh nyata atau studi kasus yang menunjukkan hasil dari penerapan strategi tersebut dalam konteks kehidupan nyata.

"Bunuh Diri Pada Kelompok Usia Remaja: Suatu Tinjauan" adalah buku yang sangat penting dan relevan bagi siapa saja yang peduli terhadap kesehatan mental remaja. Buku ini memberikan wawasan yang mendalam tentang faktor-faktor penyebab, tanda-tanda peringatan, serta strategi pencegahan dan intervensi yang efektif dalam mengatasi masalah bunuh diri di kalangan remaja. Ditulis dengan pendekatan ilmiah dan praktis, buku ini dapat menjadi panduan berharga bagi profesional kesehatan, pendidik, orang tua, dan semua pihak yang terlibat dalam upaya pencegahan bunuh diri.

Dengan demikian, buku ini tidak hanya mengedukasi tetapi juga menginspirasi pembaca untuk lebih peduli dan mengambil langkah nyata dalam mencegah bunuh diri di kalangan remaja. Buku ini layak mendapat tempat di rak buku mereka yang berkomitmen untuk menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi generasi muda.