

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja berada pada fase transisi dari masa anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang berlangsung pesat (Izzani *et al.*, 2024). Perubahan-perubahan yang terjadi dapat mempengaruhi cara pandang remaja mengenai dirinya sendiri serta bagaimana mereka berperilaku (Florensa *et al.*, 2023). Remaja rentan mengalami tekanan dan apabila remaja tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah, hal ini akan dapat menimbulkan emosi negatif yang mendorong remaja untuk melakukan tindakan merugikan diri sendiri (Thesalonika *et al.*, 2021). Pada remaja terjadi banyak perubahan-perubahan yang mengharuskan remaja untuk dapat beradaptasi.

Masalah kesehatan mental saat ini yang terjadi pada remaja salah satunya adalah kasus bunuh diri (Gusmunardi *et al.*, 2023). Semakin hari semakin banyak remaja yang mengambil keputusan untuk mengakhiri hidupnya dengan cara bunuh diri. Bunuh diri merupakan suatu tindakan agresif yang merusak diri sendiri dengan tujuan mengakhiri kehidupan (Febrianti *et al.*, 2021). Bunuh diri adalah suatu tindakan yang dilakukan seseorang secara sadar untuk mengakhiri kehidupannya di dunia ini (Nainggolan, 2021). Tindakan agresif yang dilakukan seseorang secara

sadar dengan tujuan untuk menghilangkan nyawanya disebut dengan bunuh diri.

Bunuh diri pada tahun 2021 menjadi penyebab kematian ketiga di kalangan remaja Amerika Serikat yang berusia 14-18 tahun dengan angka kejadian 1.952 kematian terkait bunuh diri (Verlenden *et al.*, 2024). Data yang diperoleh dalam rentang waktu 11 tahun terakhir (2012-2023) didapatkan sebanyak 985 kasus (46,63%) angka kejadian bunuh diri yang dilakukan oleh remaja di Indonesia (Alexander, 2023). Pada periode Januari-November 2023, terdapat 37 kasus bunuh diri pada anak berusia 12-18 tahun di Indonesia (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, 2023). Data ini menunjukkan bahwa bunuh diri di kalangan remaja memerlukan perhatian serius.

Bunuh diri terjadi karena adanya ide atau upaya untuk melakukan bunuh diri (Haase *et al.*, 2022). Tahapan bunuh diri di kalangan remaja ini diawali dengan munculnya ide bunuh diri yang apabila tidak mendapatkan penanganan akan dapat berkembang menjadi ancaman bunuh diri (Fatin, 2024). Ancaman bunuh diri menjadi tahap selanjutnya dari perilaku bunuh diri yang diakhiri dengan tahapan percobaan bunuh diri dan tindakan bunuh diri (Panjaitan *et al.*, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa kasus bunuh diri terjadi dalam beberapa tahap yang berawal dari ide bunuh diri dan berujung pada tindakan bunuh diri.

Remaja memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami peningkatan perilaku yang berkaitan dengan ide bunuh diri dibandingkan

anak-anak dan orang dewasa (Glenn *et al.*, 2014). Penelitian mengenai *neuroimaging* manusia menunjukkan bahwa remaja berada periode perkembangan yang ditandai dengan percepatan pematangan daerah *subkortikal* (berkaitan dengan respons penghargaan dan reaktivitas emosional) sementara daerah *kortikal prefrontal* (bertanggung jawab atas kontrol penghambatan) matang lebih lambat (Somerville *et al.*, 2010). Ketidakseimbangan pematangan ini menyebabkan remaja berisiko melakukan perilaku berbahaya karena memiliki terlalu banyak dorongan tanpa sistem pengereman yang berkembang sepenuhnya (Casey *et al.*, 2011). Remaja lebih berisiko mengalami peningkatan perilaku ide bunuh diri dikarenakan bertepatan dengan perubahan *neurobiologis*.

Ide bunuh diri didefinisikan sebagai suatu pemikiran tentang pertimbangan atau keinginan seseorang untuk mengakhiri hidupnya, baik yang disampaikan kepada orang lain maupun tidak (Cha *et al.*, 2018; Panjaitan *et al.*, 2023). Ide bunuh diri adalah pemikiran yang berkaitan dengan rencana untuk mengakhiri hidup, kematian, serta tindakan yang membahayakan diri sendiri (Karisma *et al.*, 2021). Pada dasarnya ide bunuh diri dapat mendorong seseorang untuk mengakhiri hidupnya.

Hasil survei di 32 negara yang dilakukan terhadap remaja berusia 13-17 tahun didapatkan 16,2% remaja perempuan dan 12,2% remaja laki-laki memiliki ide bunuh diri (McKinnon *et al.*, 2016). Hasil penelitian terhadap ide bunuh diri dalam 12 bulan terakhir pada remaja berusia 13-17 tahun dari 59 negara yang berpendapatan rendah dan menengah ditemukan

bahwa sebanyak 16,9% remaja memiliki ide bunuh diri dan Afrika menjadi negara dengan prevalensi ide bunuh diri tertinggi yaitu sebanyak 20,4%. Pada penelitian ini ditemukan juga bahwa sebanyak 15,9% ide bunuh diri terdiri dari remaja berusia 13-14 tahun dan sebanyak 17,8% ide bunuh diri terdiri dari remaja berusia 15-17 tahun (Uddin *et al.*, 2019). Data ini menunjukkan bahwa ide bunuh diri di kalangan remaja merupakan masalah global yang perlu untuk diperhatikan.

Data yang didapat dari hasil laporan yang telah dilakukan di 34 provinsi oleh *Queensland Centre for Mental Health Research* (QCMHR) bersama dengan *Center for Public Mental Health* (CPMH) pada remaja Indonesia yang berusia 10-17 tahun dengan rentang waktu Maret-November 2021 diperoleh hasil survei yaitu sebanyak 1,4% remaja mengaku memiliki ide untuk bunuh diri (Rasyid, 2024). Hasil penelitian yang dilakukan di Indonesia didapatkan sekitar 71,6% responden remaja memiliki ide bunuh diri dan sebanyak 5,4% remaja benar-benar memiliki ide bunuh diri dalam satu tahun terakhir (Marthoenis *et al.*, 2022). Hasil Survei Kesehatan Global berbasis sekolah terhadap remaja SMP dan SMA di Indonesia dengan rentang usia 13-17 tahun, didapatkan bahwa sebanyak 5,2% pelajar (5,9% remaja perempuan dan 4,3% remaja laki-laki) memiliki ide bunuh diri, dan ide bunuh diri ini paling sering terjadi di kalangan remaja 16-17 tahun (Riziana *et al.*, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa perlu adanya perhatian serius terhadap masalah ide bunuh diri pada remaja di Indonesia.

Bentuk dari tindakan ide bunuh diri hingga mencapai tahap percobaan bunuh diri pada remaja yaitu dengan menggunakan senjata api, menelan analgetik, mengiris permukaan pergelangan tangan atau leher, menabrakkan diri, lompat dari tempat tinggi dan menjatuhkan diri dari tangga (Zulaikha *et al.*, 2018). Terdapat berbagai bentuk percobaan bunuh diri sebagai tahapan lanjutan dari adanya ide bunuh diri.

Dampak ide bunuh diri terhadap seseorang yang pernah mempertimbangkan hal tersebut yaitu mereka akan memiliki kecenderungan untuk terus mencoba melakukan percobaan bunuh diri hingga dapat mengakibatkan terjadinya tindakan bunuh diri yang berujung pada kehilangan nyawa (Cantor *et al.*, 2023). Ide bunuh diri juga akan berdampak terhadap masalah kesehatan mental lainnya, seperti depresi, kecemasan, dan penyalahgunaan zat, yang jika tidak mendapatkan penanganan, hal ini dapat menyebabkan penurunan dalam prestasi akademik, putusnya hubungan, dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan (Pan *et al.*, 2024). Ide bunuh diri selain berdampak terhadap kematian juga akan dapat berdampak kepada kesehatan mental lainnya yang dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan.

Ide bunuh diri dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti dukungan materi yang rendah, masalah dalam keluarga, persepsi stres, tekanan hukum, serta kondisi kronis seperti konsumsi alkohol yang berlebihan, penyalahgunaan obat terlarang, dan berbagai bentuk kesulitan yang dialami dapat menjadi faktor pemicu ide bunuh diri (Vilhjalmsson *et*

al., 1998; Karisma *et al.*, 2021). Ide bunuh diri juga dapat disebabkan oleh faktor tingginya pengalaman negatif yang pernah dialami remaja di masa kecil (Cleare *et al.*, 2018). Berbagai bentuk penganiayaan seperti pelecehan seksual, fisik, dan emosional yang dialami remaja di masa lalu akan dapat memunculkan ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri (Cha *et al.*, 2018). Penyebab ide bunuh diri pada remaja dapat berkembang menjadi hal yang serius jika dilatarbelakangi oleh faktor risiko pendukung terjadinya ide bunuh diri.

Pengalaman buruk di masa kecil atau *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) didefinisikan sebagai pengalaman selama masa kanak-kanak yang berpotensi traumatis (CDC, 2024). ACEs merupakan pengalaman yang dialami seseorang sebelum berusia 18 tahun yang dapat menimbulkan trauma dan berpotensi mengakibatkan dampak negatif, seperti masalah kesehatan dan kesejahteraan dalam jangka waktu yang lama (Putri *et al.*, 2024). ACEs merupakan kejadian di masa lalu yang berpotensi meninggalkan trauma dan tersimpan dalam ingatan remaja, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja.

ACEs terbagi menjadi 3 klasifikasi, yaitu *Abuse* (kekerasan) berupa kekerasan fisik, emosional dan seksual yang dilakukan kepada anak-anak. *Neglect* (pengabaian) dapat berupa fisik dan emosional. Sementara untuk *Household Dysfunction* (disfungsi rumah tangga) berupa pengalaman masa kecil ketika tinggal bersama orang tua atau pengasuh yang mengalami tindakan kekerasan, penyalahgunaan alkohol dan penyalahgunaan zat,

tinggal bersama anggota keluarga yang memiliki masalah kesehatan mental, orangtua bercerai, dan tinggal bersama orangtua yang dipenjara (Paramita *et al.*, 2020). Individu yang terpapar ACEs biasanya cenderung mengalami kesulitan dalam membangun kesehatan mentalnya dibandingkan dengan individu yang tidak terpapar ACEs.

Hasil penelitian yang didapat dari *Official Journal of The American Academy of Pediatrics* tahun 2016, lebih dari 1 milyar anak di dunia yang berusia 2-17 tahun pernah mengalami ACEs, mendapatkan perlakuan berupa kekerasan, baik itu fisik, seksual, emosional dan penelantaran di daerah Afrika, Asia, dan Amerika Utara (Wenny *et al.*, 2023). Penelitian yang dilakukan di Ethiopia menunjukkan bahwa 50,7% dari 546 remaja usia 10-19 tahun terpapar ACEs dan kategori ACEs yang paling banyak terjadi adalah disfungsi keluarga (Tsehay *et al.*, 2020). Data lain yang didapat pada Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak, bahwa pada tahun 2023 terdapat kasus kekerasan pada anak sebanyak 18.175 kasus dan pada tahun 2024 kasus kekerasan pada anak mengalami peningkatan menjadi 19.628 kasus (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2024). Data diatas menunjukkan bahwa angka kejadian ACEs pada remaja di beberapa negara termasuk Indonesia tergolong tinggi.

ACEs dapat berdampak terhadap peningkatan kondisi kesehatan fisik seperti penyakit jantung iskemik, kanker, penyakit paru-paru kronis, penyakit hati, obesitas, dan kualitas hidup yang buruk. ACEs juga

berdampak terhadap perilaku sepanjang rentang hidup, seperti depresi, kecemasan, penggunaan zat, suasana hati tertekan, dan ide bunuh diri (Moore *et al.*, 2024). Seseorang yang mengalami ACEs akan berkemungkinan memiliki permasalahan kesehatan fisik maupun psikologis yang akan mengarah kepada hal-hal negatif.

Sejauh ini belum banyak ditemukan penelitian yang menghubungkan ACEs dengan ide bunuh diri pada remaja, akan tetapi terdapat penelitian yang menghubungkan ACEs dengan keinginan bunuh diri pada kalangan dewasa yang berjumlah 296 responden, didapatkan bahwa 34 (11,5%) mengalami satu ACE, 31 (10,5%) mengalami dua ACE, dan 206 (69,9%) mengalami tiga ACE atau lebih. Sebanyak 170 (57,4%) responden yang mengalami ACEs melaporkan ide bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, 89 (30,0%) responden mengungkapkan setidaknya pernah melakukan percobaan bunuh diri sebanyak satu kali, dan 33 (11,2%) responden melaporkan kemungkinan mereka akan mencoba bunuh diri suatu hari nanti (Kobrinisky *et al.*, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan ACEs dengan ide bunuh diri pada kalangan dewasa, sedangkan untuk penelitian ACEs dengan ide bunuh diri pada remaja masih belum banyak ditemukan.

Salah satu kecamatan dengan jumlah remaja usia 15-19 terbanyak berdasarkan BPS Kota Padang (2023) yaitu kecamatan Lubuk Begalung yang berjumlah 4.442 orang. Penelitian terkait ACEs dan hubungannya dengan perilaku *Deliberate Self-Harm* (DSH) di salah satu sekolah

menengah atas di Kecamatan Lubuk Begalung yaitu SMKN 4 Padang terhadap 232 responden didapatkan hampir seluruh remaja sebanyak 217 (93,5%) terpapar ACEs, sebanyak 111 (47,8%) pernah mengalami kekerasan, 171 (73,7%) pernah mengalami pengabaian, dan 161 (69,4%) pernah mengalami disfungsi rumah tangga (Aini, 2023). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa ACEs sangat umum terjadi pada remaja dan sebagian besar mengalami ACEs pada domain pengabaian.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 28 April 2025 dengan mewawancarai guru bimbingan konseling (BK) di SMKN 4 Padang didapatkan data dari hasil konseling bahwa beberapa dari siswanya memiliki pengalaman traumatis pada masa kecilnya yang berdampak ke kehidupannya pada saat sekarang setelah remaja. Peneliti juga mendapatkan data melalui wawancara terhadap 10 siswa di SMKN 4 Padang dan didapatkan bahwa sebanyak 9 siswa mengalami ACEs. Didapatkan sebanyak 7 siswa pernah mendapatkan kekerasan emosional seperti diteriaki dan dibentak oleh keluarga, teman, serta guru, 5 siswa pernah mendapatkan kekerasan fisik seperti dipukuli dan dilempar dengan menggunakan benda oleh adik, tetangga dan temannya, 1 siswa dengan orang tua yang bercerai dan 1 siswa karena ibunya meninggal dunia, 8 siswa mengatakan sering diejek dan dihina oleh teman-temannya, serta terdapat 7 siswa mengatakan bahwa orang tua tidak pernah mengerti permasalahan yang sedang mereka hadapi.

Wawancara yang dilakukan peneliti juga diperoleh bahwa dari 10 siswa, sebanyak 6 siswa mengatakan pernah memiliki ide untuk mengakhiri hidup ketika tidak dapat menyelesaikan permasalahan yang terjadi antara dirinya dengan orang tua, teman atau pacar. Sementara pada 4 siswa lainnya mengatakan memiliki keinginan untuk tetap hidup yang kuat.

Penelitian mengenai hubungan *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) dengan ide bunuh diri pada remaja belum banyak ditemukan. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan dengan fokus khusus pada populasi remaja, sehingga peneliti ingin melakukan penelitian terkait “Hubungan *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja di SMKN 4 Padang”.

B. Rumusan Masalah

Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri yang ditandai dengan berbagai perubahan yang ada. Perubahan ini membuat remaja rentan menghadapi tekanan mental yang dapat memicu emosi negatif dan meningkatkan risiko tindakan merugikan diri sendiri. Salah satu masalah serius yang sering muncul adalah ide bunuh diri. Adapun ide bunuh diri ini juga dapat dipicu oleh trauma serta pengalaman peristiwa negatif remaja di masa lalu atau disebut *Adverse Childhood Experiences* (ACEs).

Salah satu faktor dari munculnya ide bunuh diri pada remaja berkaitan dengan pengalaman traumatis masa kecil. Dari pemaparan hasil penelitian diatas belum ada penelitian yang berfokus pada *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) dengan ide bunuh diri pada remaja

khususnya di Kota Padang, sehingga diambil rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Belum diketahui Hubungan *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja di SMKN 4 Padang”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Teranalisis hubungan *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) dengan ide bunuh diri pada remaja di SMKN 4 Padang.

2. Tujuan Khusus

- a) Teridentifikasi distribusi frekuensi terjadinya *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) pada remaja di SMKN 4 Padang.
- b) Teridentifikasi distribusi frekuensi terjadinya ide bunuh diri pada remaja di SMKN 4 Padang.
- c) Teridentifikasi hubungan *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) dengan ide bunuh diri pada remaja di SMKN 4 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi mengenai hubungan *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) dengan ide bunuh diri pada remaja dan juga dijadikan sebagai bahan perencanaan program kesehatan di kemudian hari, seperti program promotif dan preventif.

2. Bagi Aplikatif

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber data bagi pihak sekolah mengenai *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) dan untuk mencegah *Adverse Childhood Experiences* (ACEs) pada remaja agar tidak sampai pada tahapan yang menimbulkan ide bunuh diri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bisa dijadikan sebagai referensi, data dasar dan pembanding untuk peneliti selanjutnya terkait penelitian dengan topik yang sama ataupun dengan variabel lainnya, serta untuk dapat memperkaya penelitian di bidang keperawatan.

