

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Risiko bunuh diri pada remaja merupakan salah satu masalah yang menjadi perhatian global karena dapat menyebabkan kematian dan berdampak terhadap kualitas hidup remaja. Risiko bunuh diri dapat diartikan sebagai risiko seseorang untuk menyakiti diri sendiri, mencederai diri sendiri, dan mengancam jiwa (Wenny, 2023). Menurut *World Health Organization* (WHO) (2025), melaporkan bahwa bunuh diri menjadi salah satu penyebab kematian utama pada kelompok usia remaja 15–19 tahun, dan sekitar 84% kasus terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Hal ini menunjukkan bahwa risiko bunuh diri pada remaja masih menjadi masalah kesehatan global yang serius.

Di berbagai negara tingkat risiko bunuh diri pada remaja masih menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Di Amerika Serikat di mana terdapat 44.965 kasus setiap tahunnya dengan rata-rata 123 kasus per hari (Ratung *et al.*, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Becker & Correll (2020) di Jerman melaporkan bahwa pada terdapat 212 kasus bunuh diri pada kelompok usia 10–20 tahun. Kawasan di Asia Tenggara, WHO (2025) melaporkan bahwa prevalensi bunuh diri ditemukan di Singapura (13,2%), Thailand (12,3%), Timor Leste (4,5%), Vietnam (4,4%), dan Malaysia (3,8%). Meskipun Indonesia tidak termasuk negara dengan prevalensi tertinggi, masalah risiko bunuh diri pada remaja tetap menjadi perhatian.

Risiko bunuh diri merupakan suatu kondisi yang berkembang secara bertahap mulai dari munculnya isyarat bunuh diri, *suicide threat*, dan percobaan bunuh diri (Ramadia *et al.*, 2023). Data *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) (2022) terdapat sebanyak 1,4% remaja Indonesia memiliki ide bunuh diri dan sebanyak 0,5% membuat rencana bunuh diri dan 0,2% mencoba bunuh diri. Penelitian yang dilakukan oleh Gusmunardi *et al.* (2023) terhadap 6.482 remaja di Kerinci sekitar 71,6% diantaranya pernah mempertimbangkan untuk bunuh diri, serta sebanyak 5,14% pelajar pernah mengalami pikiran untuk bunuh diri. Kondisi ini menunjukkan pentingnya deteksi dini faktor-faktor yang berhubungan dengan peningkatan risiko bunuh diri pada remaja.

Di Indonesia, kasus bunuh diri pada remaja masih terus ditemukan setiap tahun. Berdasarkan data wawancara anggota Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), jumlah kasus bunuh diri pada remaja tahun 2023 sebanyak 46 kasus, tahun 2024 sebanyak 43 kasus, dan tahun 2025 sebanyak 27 kasus, dengan kelompok usia terbanyak berada pada rentang usia 13–17 tahun. (Irwansyah, 2026). Data yang diperoleh dari Puksinas Polri 2023, bahwa prevalensi kasus risiko bunuh diri di Sumatera Barat berada di urutan kedelapan dari sepuluh provinsi dengan kasus bunuh diri tertinggi di Indonesia. Selain itu, Kota Sawahlunto pernah dihadapkan pada situasi yang memprihatinkan dengan terjadinya dua kasus bunuh diri pada siswa sekolah menengah pertama pada tahun 2025. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja di Kota Sawahlunto merupakan kelompok yang rentan terhadap risiko bunuh diri sehingga memerlukan perhatian dan upaya pencegahan yang lebih serius.

Salah satu faktor yang berhubungan dengan risiko bunuh diri pada remaja adalah gangguan mental emosional. Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, sosial, dan emosional yang sangat cepat. Perubahan tersebut sering kali menimbulkan berbagai tekanan yang dapat memengaruhi kondisi kesehatan mental remaja. Ketika remaja tidak mampu beradaptasi dengan berbagai perubahan dan tuntutan yang dihadapi, maka risiko munculnya gangguan mental emosional akan semakin meningkat.

Gangguan mental emosional adalah perubahan dalam pikiran, perasaan dan perilaku yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, tapi tidak dijumpai tanda dan gejala gangguan dalam daya nilai realita. Salah satu instrumen yang digunakan untuk mengukur gangguan mental emosional adalah *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Instrumen ini terdiri dari lima dimensi, yaitu masalah emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas, masalah hubungan dengan teman sebaya, dan perilaku prososial. Dalam interpretasinya, SDQ dikelompokkan menjadi dua hasil ukur, yaitu skala kesulitan yang merupakan gabungan dari empat dimensi pertama dan skala kekuatan yang diukur melalui dimensi perilaku prososial. Skala kesulitan menggambarkan adanya masalah emosional dan perilaku yang dialami remaja, sedangkan skala kekuatan menggambarkan kemampuan positif remaja dalam menjalin hubungan sosial dan menunjukkan perilaku prososial (Kementrian Kesehatan RI, 2021).

Masalah gangguan mental emosional pada remaja Indonesia masih tergolong tinggi. Hasil I-NAMHS (2022) menunjukkan bahwa 34.9% menunjukkan masalah kesehatan mental. Selain itu, gangguan yang sering

ditemukan pada remaja meliputi gangguan kecemasan, depresi, gangguan perilaku, gangguan stres pascatrauma, dan gangguan pemusatan perhatian atau hiperaktivitas. Hasil penelitian Warsito & Ayubi (2024) terhadap 33.799 remaja di Kota Bekasi juga menunjukkan masih ditemukannya berbagai kesulitan emosional dan perilaku yang memerlukan perhatian dan intervensi dari keluarga maupun sekolah. Berdasarkan hasil skrining kesehatan jiwa yang dilakukan oleh Puskesmas Sungai Durian tahun 2025 di SMPN 2 Kota Sawahlunto dari 423 siswa, terdapat 33 siswa mengalami depresi dan 28 siswa mengalami cemas yang berlebihan (ansietas).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental dan psikososial remaja berperan penting dalam munculnya risiko bunuh diri. Hardinata & Masfufah (2023) dalam kajian literatur mengenai faktor risiko bunuh diri pada remaja menyimpulkan bahwa faktor psikologis, sosial, dan emosional merupakan faktor yang berkontribusi terhadap munculnya perilaku bunuh diri pada remaja. Remaja yang mengalami kesulitan dalam aspek sosial-emosional cenderung memiliki kemampuan koping yang kurang baik sehingga lebih rentan mengalami keputusasaan, kesepian, dan pikiran untuk mengakhiri hidup. Sejalan dengan itu, Aulia *et al.* (2020) menemukan adanya hubungan antara berbagai faktor risiko bunuh diri dengan ide bunuh diri pada remaja. Faktor psikologis, faktor keluarga, dan faktor lingkungan sosial merupakan faktor yang berperan terhadap munculnya ide bunuh diri pada remaja. Temuan tersebut menunjukkan bahwa masalah psikososial dan emosional memiliki kontribusi terhadap peningkatan risiko bunuh diri pada kelompok usia remaja.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti di SMPN 2 Kota Sawahlunto tanggal 21 April 2026 kepada seorang guru bimbingan konseling (BK) yang menunjukkan bahwa salah satu siswa pernah melakukan percobaan bunuh diri atau menyakiti diri seperti melukai tangannya sendiri, menabrakan diri, menjambak rambut, dan memukul kepalanya. Hal ini disebabkan karena adanya tekanan dari orang tua yang terlalu banyak keinginan dimana selalu membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain, merasa tidak percaya diri, serta konflik dengan pasangan juga menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan risiko bunuh diri.

Selain itu pada hasil wawancara juga didapatkan bahwa siswa pernah ditabrak saat berjalan dan didorong oleh siswa lainnya dipanggil dengan nama yang tidak disukai dan diantaranya pernah diejek dan dikatai dengan perkataan yang kasar oleh siswa lain. Terdapat pula siswa mudah panik, cemas tanpa alasan yang jelas, cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu hal dan merasa sulit untuk rileks dalam suatu situasi.

Sebagian besar penelitian lebih banyak meneliti hubungan depresi atau kecemasan dengan ide bunuh diri pada remaja SMA maupun remaja secara umum. Penelitian yang mengkaji hubungan gangguan mental emosional berdasarkan skala kesulitan dan skala kekuatan SDQ dengan risiko bunuh diri pada remaja masih terbatas. Selain itu, penelitian mengenai hubungan gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada siswa SMP di Kota Sawahlunto belum ditemukan. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus penelitian terhadap remaja awal tingkat SMP di SMPN 2 Kota Sawahlunto dengan mengkaji hubungan gangguan mental emosional berdasarkan skala kesulitan

dan skala kekuatan SDQ serta menggunakan instrumen *Suicide Behaviors Questionnaire-Revised* (SBQ-R). Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kondisi kesehatan mental remaja awal serta menjadi dasar dalam penyusunan program deteksi dini dan pencegahan risiko bunuh diri di lingkungan sekolah.

Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan diatas, maka dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan Gangguan Mental Emosional dengan Risiko Bunuh Diri pada Remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat hubungan antara skala kesulitan dan skala kekuatan gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada remaja SMPN 2 Kota Sawahlunto.

2. Tujuan Khusus

- a. Deketahui gambaran skala kesulitan gangguan mental emosional pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto.
- b. Deketahui gambaran skala kekuatan gangguan mental emosional pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto.
- c. Diketahui gambaran risiko bunuh diri pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto.

- d. Diketahui hubungan skala kesulitan gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto.
- e. Diketahui hubungan skala kekuatan gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada remaja di SMPN 2 Kota Sawahlunto.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang kesehatan mental dan keperawatan jiwa mengenai hubungan gangguan mental emosional dengan risiko bunuh diri pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah bagi mahasiswa maupun peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian mengenai kesehatan mental remaja.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dalam upaya deteksi dini gangguan mental emosional serta pencegahan risiko bunuh diri pada remaja.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental remaja serta memberikan dukungan sosial yang baik bagi remaja yang mengalami masalah emosional.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kesehatan mental remaja dan pencegahan bunuh diri.

