



SUICIDE IDEATION PADA REMAJA DI KOTA SEMARANG

Jeli Pratiwi[✉], Anna Undarwati

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Agustus 2014
Disetujui September 2014
Dipublikasikan Oktober 2014

Keywords:

suicide ideation, adolescent.

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keparahan dan intensitas *suicide ideation* yang terjadi pada remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* pada remaja khususnya di kota Semarang. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kota Semarang yang berusia 12 sampai 22 tahun dan masih menempuh pendidikan baik di tingkat SMP dan SMA sederajat serta di Perguruan Tinggi. Teknik sampling yang digunakan diantaranya: teknik sampel random, sampel proporsional, dan *accidental sampling*. Metode pengumpulan data dengan memodifikasi pada *Columbia-Suicide Severity Rating Scale* (C-SSRS) disertai sebuah pertanyaan terbuka untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation*. Hasil penelitian menunjukkan sekitar satu per tiga remaja dari 442 responden memiliki atau pernah mengalami *suicide ideation*. Secara umum keparahan *suicide ideation* yang dialami responden belum termasuk dalam kategori serius dengan intensitas rendah. Berbagai faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* pada remaja, seperti: masalah keluarga, percintaan, tekanan psikologis, permasalahan yang dihadapi, kurang memperoleh perhatian, masalah di sekolah, pertemanan, harga diri rendah, tekanan sosial dan ekonomi, bosan hidup, putus asa, kesehatan, kematian seseorang, takut masa depan, dan kegagalan. Diketahui pula metode dalam *suicide ideation* seperti dengan overdosis obat, melompat dari ketinggian, menggunakan senjata tajam, bunuh diri di jalan, gantung diri, menenggelamkan diri, tidak makan, dan menghentikan pengobatan.

Abstract

The purpose of this research is to know the severity and intensity of suicide ideation happens to adolescent as well as the factors that influence suicide ideation in adolescent particularly in Semarang city. The population in this research were adolescents in Semarang aged 12 to 22 years old and still studying at both the junior and senior high school or equivalent and at college. The sampling techniques used include: random sampling technique, the sample proportionate, and accidental sampling. Method of collecting data by modifying the Columbia Suicide Severity Rating Scale (C-SSRS) accompanied by an open question to find out the factors that influence suicide ideation. The results showed about one-third of the 442 respondents have or had experienced suicide ideation. In general, the severity of suicide ideation experienced by respondents are not included in the serious category of low intensity. Various factors influencing suicide ideation in adolescent, such as: family issues, romance, psychological distress, problems encountered, less gained the attention, problems at school, friendship, low self esteem, social and economic pressures, bored, hopeless, health, death of a person, fear of the future, and failure. Also known as a method in suicide ideation with a drug overdose, jumping from a height, using a sharp weapon, commits suicide in the street, hanging himself, drown himself, not eating, and stopping treatment.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:

Gedung A1 Lantai 2 FIP Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: jeli_qshineseta@yahoo.com

ISSN 2252-6358

PENDAHULUAN

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) yang dirilis pada 7 September 2012, menjelang peringatan hari pencegahan bunuh diri internasional pada tanggal 10 September, sekitar satu juta orang bunuh diri setiap tahun. Laporan tersebut menunjukkan bahwa terjadi satu kasus bunuh diri setiap 40 detik (Priscillia, 2012). Secara global, kasus bunuh diri menjadi penyebab kematian kedua seluruh dunia di kalangan remaja berusia 15-19 tahun, dengan sekurangnya 100.000 remaja bunuh diri setiap tahun (Priscillia, 2012).

Januari sampai Juni 2011, 17 dari 23 anak yang mencoba bunuh diri ditemukan meninggal dunia dengan kondisi tidak wajar (Manumoyoso, 2012). Ketua Komisi Nasional Perlindungan Anak, Arist Merdeka Sirait, Senin 23 Juli 2012 di Jakarta mengungkapkan pada kurun Januari sampai Juni 2012, tercatat 20 kasus percobaan bunuh diri oleh anak berusia 13 sampai 17 tahun, dimana tujuh diantaranya dapat diselamatkan. Menurut Komnas Perlindungan Anak, dari 37 kasus bunuh diri di tahun 2012, hampir 50 % akibat putus cinta (Nn, 2012).

Bunuh diri semakin meningkat pada remaja. Pendapat ini didukung oleh hasil penelitian Carlson dan Cantwell (1982) yaitu bahwa *suicide ideation* yang parah meningkat sekitar pubertas dan berkorelasi dengan depresi yang semakin parah pula. Senada dengan hal tersebut, penelitian Vinas, et al (2002) menunjukkan bahwa selama masa kanak-kanak risiko bunuh diri dan usaha bunuh diri sangat rendah, sedangkan selama masa remaja risiko ini meningkat.

Santrock (2007:22) menyatakan bahwa remaja perempuan lebih sering melakukan percobaan bunuh diri sementara remaja laki-laki lebih berhasil dalam bunuh diri tersebut. Penelitian Nock dan Kessler (2006) dengan hasil bahwa perempuan lebih banyak melakukan *self injury* daripada laki-laki. Namun, laki-laki yang melakukan *self injury* lebih mungkin melakukan

usaha bunuh diri daripada gerak isyarat bunuh diri.

Bunuh diri merupakan suatu perbuatan yang dilakukan dengan sengaja untuk mengambil jiwa sendiri (Kartono, 2000:142). Berkaitan dengan itu, Hadriami (2006:207) menyatakan bahwa tindakan bunuh diri selalu didahului dengan adanya *suicide ideation*.

Istilah *suicide ideation* mengacu pada pemikiran bahwa hidup ini tidak layak dijalani, mulai dari intensitas pikiran yang hanya sekilas sampai yang secara nyata dipikirkan dengan baik mengenai rencana untuk membunuh diri sendiri, atau obsesi yang lengkap dengan merusak diri sendiri. Pikiran ini tidak jarang terjadi pada anak muda (Scanlan dan Purcell, n.d.).

Beberapa hasil penelitian berikut menunjukkan faktor-faktor yang berkaitan dengan fenomena bunuh diri (percobaan bunuh diri, menyakiti diri, rencana, ancaman, dan *suicide ideation*) khususnya pada remaja. Faktor-faktor tersebut antara lain: depresi, dimana sebagian besar anak muda dan anak-anak yang memiliki *suicide ideation* merasa tertekan dan memenuhi kriteria diagnosis depresi (Carlson dan Cantwell, 1982; Vinas, et al, 2002; Nock dan Kazdin, 2002; Yip, et al, 2004; Evans, Hawton, dan Rodham, 2004; Maras, et al, 2011), keputusasaan (Carlson dan Cantwell, 1982; Vinas, et al, 2002; Nock dan Kazdin, 2002; Lai Kwok dan Shek, 2008), pikiran negatif dan anhedonia (Nock dan Kazdin, 2002), serta harga diri rendah dapat menambah risiko untuk *suicide ideation* (Vinas, et al, 2002; Maras, et al, 2011). Selain itu, masalah dalam keluarga seperti: riwayat psikopatologi keluarga, adanya riwayat bunuh diri keluarga, disfungsi keluarga, disharmonis keluarga, kontrol yang berlebihan juga berkaitan dengan *suicide ideation* remaja (Carlson dan Cantwell, 1982; Vinas, et al, 2002; Yip, et al, 2004; Evans, Hawton, dan Rodham, 2004; Herba, et al, 2008; Maras, et al, 2011).

Faktor lain yang turut mempengaruhi *suicide ideation* pada remaja adalah: *bullying* dimana menjadi faktor risiko potensial terhadap

depresi, *suicide ideation*, dan percobaan bunuh diri pada remaja baik yang menjadi korban, pelaku, serta yang paling bermasalah adalah yang menjadi korban maupun pelaku *bullying* (Klomek, et al, 2007; Herba, et al, 2008). Pelecehan fisik dan seksual (Evans, Hawton, dan Rodham, 2004), adanya masalah di sekolah seperti: prestasi akademik buruk, kehadiran sekolah yang kurang, dan sikap negatif terhadap sekolah (Evans, Hawton, dan Rodham, 2004), meminum alkohol (Yip, et al, 2004), serta perfeksionisme (Flamenbaum dan Holden, n.d) juga menjadi faktor yang mempengaruhi *suicide ideation*.

Studi pendahuluan pada penelitian ini dilakukan melalui wawancara sederhana yang dilakukan secara bertahap. Studi pendahuluan dilakukan terhadap 10 orang remaja putri berusia 19 sampai 22 tahun di Kota Semarang. Hasil dari studi pendahuluan diketahui enam dari 10 remaja putri tersebut menyatakan pernah memiliki keinginan untuk mati bahkan ada pula yang telah memiliki pikiran untuk bunuh diri (*suicide ideation*).

Hampir semua remaja yang mengalami *suicide ideation* pada studi pendahuluan ini dihadapkan pada lebih dari satu permasalahan. Adanya depresi, putus asa, perasaan sendiri dan tidak ada yang memahami serta tidak adanya dukungan dari pihak lain juga turut menguatkan timbulnya *suicide ideation*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keparahan dan intensitas *suicide ideation* pada remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* pada remaja di kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja di Kota Semarang yang berusia 12 sampai 22 tahun dan masih menempuh pendidikan baik di tingkat SMP/ sederajat, SMA/ sederajat, maupun di Perguruan Tinggi. Responden dalam penelitian ini diwakili oleh siswa di SMP Barunawati, MTs N 02, SMP Ibu Kartini, SMP N 30, SMP N 37, SMK N 10,

SMK Swadaya, SMA Mataram, SMA N 06, SMA N 11, serta mahasiswa di Universitas Negeri Semarang. Jumlah data valid sebanyak 442 dari 456 responden. Teknik sampling yang digunakan diantaranya: teknik sampel random untuk menentukan sekolah yang akan dilakukan penelitian, teknik sampel proporsional untuk menentukan jumlah responden pada setiap tingkat pendidikan, serta teknik *accidental sampling* untuk menentukan sampel di tingkat Perguruan Tinggi.

Teknik pengumpulan data

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah skala *suicide ideation* yang memodifikasi pada *Columbia-Suicide Severity Rating Scale* (C-SSRS) oleh Posner, et al (2011) disertai sebuah pertanyaan terbuka untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data dari 442 responden, sebanyak 133 responden pernah memiliki *suicide ideation*. *Suicide ideation* yang dimiliki responden tergolong dalam tiga jenis yaitu: hanya keinginan untuk mati oleh 78 responden atau 17,65 %, keinginan untuk mati disertai pikiran bunuh diri oleh 44 responden atau 9,95 %, serta hanya pikiran untuk bunuh diri oleh 11 responden atau 2,49 %. Sisanya sebanyak 309 responden atau sebesar 69,91 % responden tidak memiliki *suicide ideation*.

Pembagian jenis *suicide ideation* yang dialami responden tersebut sesuai dengan pengertian *suicide ideation* dalam penelitian ini, yaitu yang diartikan sebagai keinginan untuk mati maupun pikiran untuk melukai atau membunuh diri sendiri dengan tujuan untuk mengakhiri penderitaan atas permasalahan hidup yang dihadapi. Intensitas dari keinginan atau pikiran tersebut dapat hanya sekilas saja maupun telah sampai pada rencana mendalam mengenai perilaku bunuh diri yang sebenarnya, serta merupakan tingkat terendah dari rangkaian perilaku bunuh diri.

Sesuai dengan apa yang dikatakan Freud dalam Hall dan Lindzey (2003:73) bahwa

manusia memiliki hasrat untuk mati yang tidak disadarinya. Oleh karena itu, ketika manusia khususnya remaja dihadapkan pada persoalan tertentu secara tidak sadar akan terlintas di pikiran mereka mengenai keinginan untuk mati guna mengakhiri rasa sakit atau penderitaan yang mereka alami. Setelah keinginan untuk mati tersebut muncul dan semakin menguat,

baru kemudian terlintas di pikiran mereka mengenai bagaimana mereka dapat mengakhiri penderitaan dengan cara mengakhiri kehidupan yaitu dengan jalan bunuh diri.

Gambaran *Suicide Ideation* Ditinjau dari Jenis Kelamin Responden

Gambaran *suicide ideation* ditinjau dari jenis kelamin responden disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Gambaran *Suicide Ideation* Ditinjau dari Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase (%)	Suicide Ideation	
			Frekuensi	%
Laki-laki	175	39,59 %	33	24,81 %
Perempuan	267	60,41 %	100	75,19 %
Total	442	100,00 %	133	100,00 %

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *suicide ideation* lebih banyak terjadi pada remaja perempuan daripada remaja laki-laki, yaitu sebanyak 100 responden perempuan atau 75,19 % dari total 133 responden yang memiliki atau pernah mengalami *suicide ideation*. Hasil yang menunjukkan *suicide ideation* lebih banyak terjadi pada perempuan sesuai dengan pendapat Maramis (2009:430) yang mengatakan bahwa angka bunuh diri pada wanita lebih besar daripada pria di semua negara dan di sepanjang masa. Pendapat ini sejalan pula dengan hasil

penelitian yang dilakukan Vinas, et al (2002). Selain itu, hasil penelitian menyebutkan bahwa risiko percobaan bunuh diri pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki (Nock dan Kazdin, 2002; Klomek, et al, 2007; Burton, et al, 2011).

Gambaran *Suicide Ideation* Ditinjau dari Usia dan Tingkat Pendidikan Responden

Gambaran *suicide ideation* ditinjau dari usia dan tingkat pendidikan responden disajikan pada tabel 2 dan tabel 3.

Tabel 2. Gambaran *Suicide Ideation* Ditinjau dari Usia Responden

Usia	Frekuensi	Prosentase (%)	Suicide Ideation	
			Frekuensi	%
12-15	141	31,90 %	22	16,54 %
15-18	155	35,07 %	56	42,11 %
18-22	146	33,03 %	55	41,35 %
Total	442	100,00 %	133	100,00 %

Berdasarkan hasil penelitian diketahui responden yang memiliki atau pernah mengalami *suicide ideation* lebih banyak terjadi pada mereka yang termasuk remaja pertengahan yaitu 56 responden atau 42,11 % dan remaja akhir sebanyak 55 responden atau 41,35 %.

Dilihat dari segi usia, menurut Yusuf (2009:197) perkembangan emosi pada usia remaja awal bersifat negatif dan temperamental

(mudah tersinggung atau marah serta mudah sedih atau murung), sedangkan pada remaja akhir telah lebih mampu dalam mengendalikan emosinya. Bertentangan dengan pendapat Yusuf (2009:197) yang menyebutkan emosi remaja awal bersifat negatif dan temperamental, hasil penelitian ini menunjukkan *suicide ideation* justru lebih banyak terjadi pada remaja menengah dan remaja akhir. Bahasan mengenai usia ini juga

berkaitan dengan tingkat pendidikan responden, dimana pada remaja awal umumnya masih duduk di bangku SMP, remaja menengah di

bangku SMA serta remaja akhir umumnya telah duduk di bangku Perguruan Tinggi.

Tabel 3. Gambaran *Suicide Ideation* Ditinjau dari Tingkat Pendidikan Responden

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Prosentase (%)	Suicide Ideation	
			Frekuensi	%
SMP/ sederajat	150	33,94 %	22	16,54 %
SMA/ sederajat	142	32,12 %	54	40,60 %
Perguruan Tinggi	150	33,94 %	57	42,86 %
Total	442	100,00 %	133	100,00 %

Hasil menunjukkan *suicide ideation* lebih banyak terjadi pada remaja yang tengah duduk di bangku SMA/ sederajat yaitu sebanyak 54 responden atau 40,60 % dan di Perguruan Tinggi sebanyak 57 responden atau 42,86 %. *Suicide ideation* lebih banyak terjadi pada remaja SMA/ sederajat dan Perguruan Tinggi diduga dikarenakan beban masalah yang dialami remaja yang lebih tua jauh lebih besar dibanding mereka yang lebih muda (remaja awal). Hasil

Gambaran Keparahan dan Intensitas *Suicide Ideation*

Mengenai keparahan dari *suicide ideation* yang dialami responden, seseorang dikatakan

yang menunjukkan bahwa *suicide ideation* lebih banyak terjadi pada remaja yang lebih tua sejalan dengan pendapat Maramis (2009:430) mengenai faktor yang mempengaruhi bunuh diri dimana disebutkan bahwa angka bunuh diri meningkat dengan bertambahnya usia. Selain itu penelitian Carlson dan Cantwell (1982) serta Vinas, et al (2002) juga menyatakan hal yang senada.

mengalami *suicide ideation* dalam kategori serius apabila memperoleh skor empat atau lima dari skala pengukuran mengenai keparahan *suicide ideation* yang mengacu pada C-SSRS ini.

Tabel 4. Gambaran Keparahan *Suicide Ideation*

Kategori keparahan	Skor	Frekuensi	Prosentase
Belum serius	1 – 3	114	85,71 %
Serius	4 – 5	19	14,29 %
Total		133	100,00 %

Aspek keparahan meliputi: keinginan untuk mati, pikiran bunuh diri aktif yang tidak spesifik, pikiran bunuh diri dengan metode tertentu tanpa niat melakukan, pikiran bunuh diri tanpa rencana tertentu namun dengan niat untuk melakukan, serta pikiran bunuh diri dengan rencana dan niat melakukannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkatan keparahan *suicide ideation* yang dialami

sebagian besar responden tidak atau belum termasuk dalam kategori serius yakni sebanyak 114 responden atau 85,71 %. Meskipun seperti itu, kebutuhan untuk intervensi kesehatan mental sesungguhnya tetap diperlukan.

Sementara itu gambaran intensitas *suicide ideation* dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Intensitas *Suicide Ideation*

Kriteria	Kelas Interval	Frekuensi	Prosentase (%)
Sangat rendah	< 5	20	15,04 %
Rendah	6 – 10	87	65,41 %
Sedang	11 – 15	19	14,29 %
Tinggi	16 – 20	7	05,26 %
Sangat tinggi	21 – 25	0	00,00 %
Total		133	100,00 %

Intensitas *suicide ideation* meliputi lima hal, yaitu: frekuensi, jangka waktu, pengendalian, alat untuk mengatasi, serta alasan yang mendasari. Secara umum intensitas *suicide ideation* yang dialami para remaja tersebut termasuk dalam kategori rendah yaitu 87 responden atau 65,41 %.

Berdasarkan penjabaran di atas dapat diketahui bahwa keparahan maupun intensitas *suicide ideation* setiap individu dapat berbeda-beda. Perbedaan ini dapat dikarenakan beberapa hal salah satunya adalah karakteristik kepribadian individu, dimana dalam penelitian ini tidak dilakukan penelitian mendalam mengenai pengaruh karakteristik kepribadian terhadap *suicide ideation*. Berkaitan dengan hubungan antara *suicide ideation* dengan karakteristik kepribadian, penelitian Adi (2007) menunjukkan bahwa kecenderungan bunuh diri tinggi pada remaja dengan kepribadian neurotisme, sementara penelitian Desianty (2010) menunjukkan *suicide ideation* siswa dengan tipe kepribadian *introvert* lebih tinggi dibanding yang berkepribadian *extrovert*.

Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Suicide Ideation*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* pada remaja yang ditemukan dalam penelitian ini antara lain: masalah keluarga, percintaan, tekanan psikologis, masalah yang dihadapi, kurang memperoleh perhatian, masalah di sekolah, pertemanan, harga diri rendah, tekanan sosial dan ekonomi, bosan hidup, putus asa, kesehatan, kematian seseorang, takut masa depan, dan kegagalan.

Banyak penelitian yang mengungkap pentingnya faktor keluarga dalam

mempengaruhi munculnya *suicide ideation* khususnya yang terjadi pada remaja. Sebagai contoh adalah penelitian Carlson dan Cantwell (1982), Vinas, et al (2002), Yip, et al (2004), Evans, Hawton, dan Rodham (2004), Herba, et al, (2008), Jorgensen, et al (2010), Maras, et al (2011), serta penelitian Almeida, et al (2012) mengenai masalah dalam keluarga dalam mempengaruhi *suicide ideation*. Faktor keluarga menjadi penting dikarenakan keluarga merupakan tempat dimana individu khususnya remaja menghabiskan sebagian besar waktunya. Selain itu keluarga juga menjadi tempat utama dan pertama individu dalam memperoleh pengalaman maupun dalam hal pembentukan diri.

Faktor kedua mengenai percintaan. Menurut Hurlock (n.d:213) masalah yang berkaitan dengan percintaan merupakan masalah yang pelik pada periode ini. Terkait dengan faktor kedua tersebut dapat terjadi dikarenakan pada masa ini remaja cenderung memuja hubungan cinta mereka secara “agak berlebihan” sehingga ketika terjadi suatu masalah di dalam hubungan tersebut mereka cenderung meresponnya secara emosional. Sebagaimana disebut oleh Zulkifli (2005:66) bahwa salah satu karakteristik remaja adalah memiliki emosi meluap-luap dan masih begitu labil.

Faktor ketiga adalah tekanan psikologis. Menurut Hurlock (n.d:208) remaja cenderung memandang dirinya dan orang lain seperti yang ia inginkan, bukan seperti apa yang sesungguhnya terjadi sehingga menyebabkan meningginya emosi. Tekanan psikologis berkaitan dengan faktor lain yang mempengaruhi *suicide ideation*,

yakni kegagalan dalam meraih keinginan. Hal ini berkaitan pula dengan perfeksionisme. Penelitian Flamenbaum dan Holden (n.d) menyebutkan bahwa secara umum perfeksionisme mempengaruhi *suicide ideation* dan perilaku bunuh diri.

Faktor keempat berkaitan dengan masalah yang dihadapi. Timbulnya masalah dan respon dalam menghadapi masalah ini berkaitan dengan kemampuan memecahkan masalah. Penelitian Burton, et al (2011) menyatakan rendahnya kemampuan memecahkan masalah berkaitan dengan tingginya *suicide ideation*. Individu yang memiliki kemampuan baik dalam memecahkan masalah cenderung merespon masalah dengan lebih baik. Mereka akan lebih logis dalam mencari jalan keluar. Berbeda dengan yang tidak memiliki kemampuan cukup baik dalam memecahkan masalah, mereka akan cenderung emosional dan terlalu cepat untuk putus asa dan menyerah.

Faktor kelima adalah kurangnya memperoleh perhatian. Kurangnya perhatian berkaitan dengan dukungan sosial yang diperoleh. Sebagaimana hasil penelitian Almeida, et al (2012) yang menyebutkan bahwa dukungan sosial yang buruk merupakan faktor terbesar dalam meningkatkan *suicide ideation*. Perhatian atau dukungan sosial menjadi penting terutama ketika seseorang sedang mengalami keterpurukan atau masalah. Individu akan cenderung lebih kuat ketika ada seseorang menemaninya maupun untuk mendengarkan keluh kesahnya. Hal ini berbeda dengan individu yang hanya sendiri dalam menghadapi permasalahan dikarenakan beban, rasa sakit bahkan kemarahan yang dirasakan seolah-olah hanya dipikulnya sendiri sehingga menyerah pada hidup mungkin terlintas pada pikiran.

Faktor berikutnya yang mempengaruhi munculnya *suicide ideation* adalah masalah di sekolah dan masalah pertemanan. Sebagaimana penelitian Evans, Hawton, dan Rodham (2004) yang menyebutkan masalah di sekolah merupakan salah satu faktor yang terkait dengan fenomena bunuh diri termasuk di dalamnya *suicide ideation*.

Sementara untuk masalah pertemanan menurut Zulkifli (2005:67) bahwa remaja dalam kehidupan sosial sangat tertarik pada kelompok sebayanya. Hal ini berarti remaja menganggap penting hubungannya dengan teman-temannya, disamping keluarga dan hubungan percintaannya.

Harga diri rendah sebagai faktor ke delapan yang mempengaruhi *suicide ideation*. Harga diri rendah yang terungkap seperti: merasa tidak berguna, merasa malu, merasa bodoh, merasa serba kurang, iri atas kebahagiaan orang, serta merasa hanya menyusahkan orang lain. Penelitian Vinas, et al (2002), Bhar, et al (2008), dan Maras, et al (2011) menyebutkan harga diri rendah dapat menambah risiko untuk *suicide ideation*.

Faktor lain yang mempengaruhi *suicide ideation* serta diduga turut mempengaruhi munculnya sikap rendah diri adalah masalah sosial dan ekonomi. Hasil mengenai masalah sosial dalam mempengaruhi munculnya *suicide ideation* senada dengan hasil penelitian Lai Fong, Shah, dan Maniam (2012) dan Linker, et al, (2012). Sementara itu, untuk masalah ekonomi dalam mempengaruhi *suicide ideation* senada dengan penelitian Almeida, et al (2012). Tanpa uang yang cukup individu terbatas dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya. Tak hanya itu, hinaan dan perasaan diremehkan juga sering dialami oleh mereka dengan perekonomian rendah.

Faktor kesebelas adalah keputusasaan. Banyak penelitian menunjukkan tingginya tingkat putus asa yang berulang mencerminkan usaha bunuh diri yang fatal (Carlson dan Cantwell, 1982; Beck, 1985; Vinas, et al, 2002; Nock dan Kazdin, 2002; Lai Kwok dan Shek, 2008).

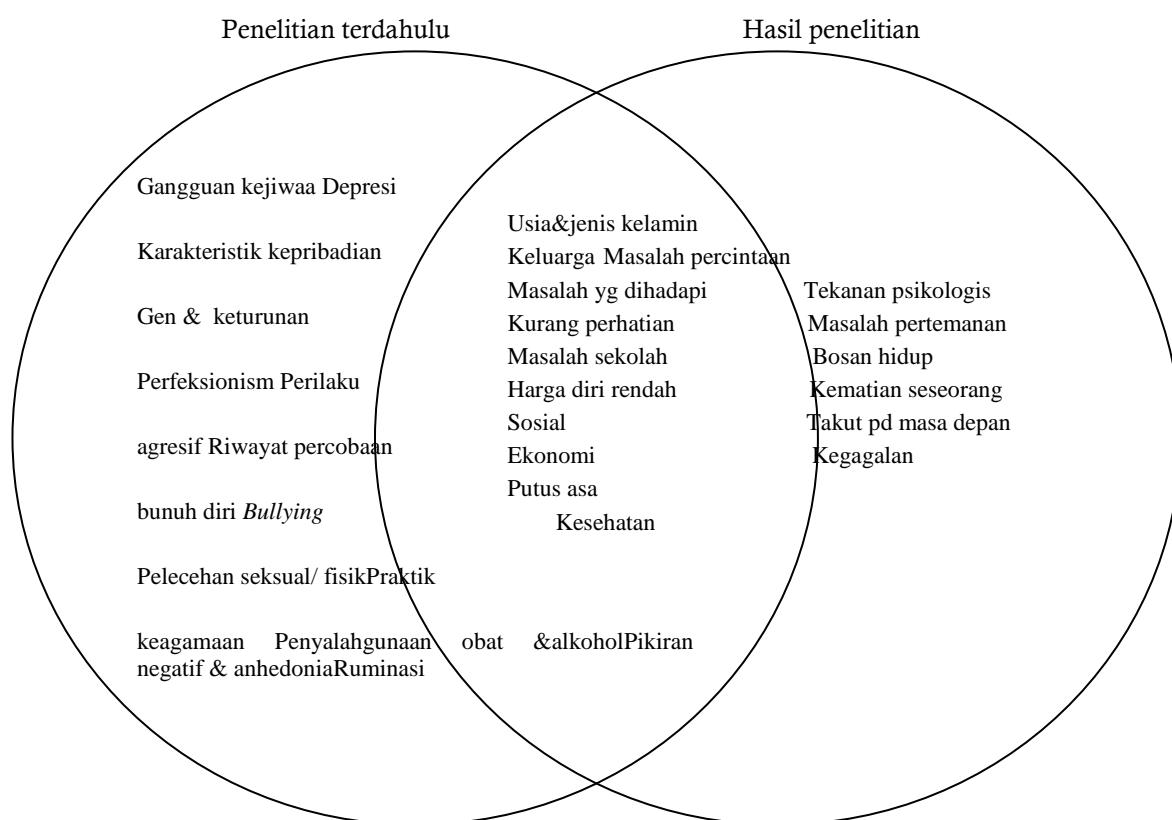
Hal lain yang menjadi faktor yang mempengaruhi munculnya *suicide ideation* pada responden adalah mengenai kesehatan. Kesehatan yang buruk merupakan salah satu faktor utama dalam meningkatkan *suicide ideation* (Almeida, et al, 2012). Sementara dalam temuan Yip, et al (2004) kesehatan yang buruk menjadi faktor risiko dalam percobaan bunuh diri. Pengaruh kesehatan yang buruk terhadap

suicide ideation dapat dikarenakan bahwa kesehatan yang buruk akan dapat membatasi kehidupan individu seperti dalam berhubungan dengan orang lain maupun untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu. Terkadang individu yang menderita sakit juga harus mematuhi aturan-aturan, dimana hal-hal tersebut dapat menyebabkan timbulnya kebosanan dan mengurangi tingkat kebahagiaan. Selain itu, sakit yang dirasakan dapat menguatkan keinginan individu untuk menghentikan rasa sakit yang dialami sehingga terlintas *suicide ideation*.

Faktor lain yang mempengaruhi munculnya *suicide ideation* responden adalah karena bosan hidup, dimana responden menyatakan hal-hal seperti: tidak ada alasan untuk hidup dan tidak ada semangat untuk hidup. Kematian seseorang yang disayang baik orang tua, keluarga, maupun kekasih, ketakutan akan masa depan, serta kegagalan dalam meraih keinginan juga menjadi faktor-faktor munculnya *suicide ideation*.

Suicide ideation muncul biasanya tidak hanya dikarenakan oleh satu permasalahan yang dihadapi, namun juga didukung oleh beberapa faktor lain. Seperti hasil pada penelitian ini dimana keluarga menjadi faktor utama yang mempengaruhi *suicide ideation*, kemungkinannya adalah bahwa individu yang bersangkutan tidak hanya memiliki masalah di dalam keluarganya namun juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti ada konflik dengan teman, kekasih, gagal meraih apa yang diinginkan, masalah di sekolah maupun di lingkungan sosialnya. Selain itu, berbagai faktor seperti kondisi ekonomi, kesehatan, dan tidak adanya dukungan atau kurangnya perhatian yang diperoleh juga turut mendorong munculnya *suicide ideation*.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* pada remaja pada penelitian ini apabila dibandingkan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* pada penelitian terdahulu secara ringkas dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Perbandingan hasil penelitian dengan penelitian terdahulu

Berdasarkan gambar 1 diketahui faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* pada remaja yang merupakan temuan baru atau yang berbeda dengan hasil penelitian terdahulu antara lain: masalah percintaan, tekanan psikologis, masalah pertemanan, bosan hidup, kematian seseorang, takut akan masa depan, serta gagal mencapai keinginan. Faktor-faktor ini dapat diperlukan melalui penelitian lanjutan dalam pengaruhnya terhadap *suicide ideation* yang terjadi pada remaja.

Gambaran Metode yang Digunakan dalam *Suicide Ideation*

Hasil lain yang diketahui dalam penelitian ini adalah mengenai cara-cara yang dipikirkan remaja mengenai bunuh diri. Penelitian Sudhita (n.d) dengan judul Perilaku Bunuh Diri di Kalangan Pelajar (Analisis Deskriptif Pemberitaan *Bali Post* Tahun 2006-2009), menyebutkan cara bunuh diri yang digunakan para pelajar tersebut adalah dengan gantung diri dan minum air *sepuh*. Sementara pada penelitian ini cara-cara yang diungkap responden antara lain: dengan mengkonsumsi obat-obatan dalam dosis tinggi baik untuk obat penenang maupun pil ekstasi. Terkait dengan penyalahgunaan obat-obatan, remaja nekat mengkonsumsi pil ekstasi sebagai cara atau upaya untuk melupakan masalah. Sebagaimana dikatakan oleh Djiwandono (2009:113-114) bahwa penyebab lain dari penyalahgunaan obat dan alkohol adalah keinginan remaja untuk lari dari konflik-konflik batin serta permasalahan hidup yang dihadapi.

Cara lain yang terungkap adalah dengan melompat dari ketinggian seperti dari gedung, tebing, dan jembatan, mengiris pergelangan tangan atau urat nadi, pikiran untuk melakukan bunuh diri di jalan seperti dengan menutup mata ketika sedang mengendarai motor maupun untuk menabrakkan diri ke mobil, gantung diri, menghanyutkan diri ke sungai atau laut, tidak makan, maupun dengan menghentikan pengobatan.

Pikiran mengenai cara-cara yang ingin digunakan untuk bunuh diri ini dapat dipengaruhi oleh media massa yang

menayangkan berita-berita terkait kasus bunuh diri. Melalui berita-berita di media massa, remaja dapat terinspirasi manakala *suicide ideation* muncul dipikiran mereka dan menganggap cara-cara tersebut tepat dan mungkin akan menimbulkan sensasi tersendiri.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan sekitar satu per tiga remaja dari 442 responden memiliki atau pernah mengalami *suicide ideation* baik hanya berupa keinginan untuk mati, pikiran untuk bunuh diri, maupun keinginan untuk mati sekaligus pikiran bunuh diri. Secara umum keparahan *suicide ideation* yang dialami responden belum termasuk dalam kategori serius serta intensitas berada dalam kategori rendah. *Suicide ideation* banyak terjadi pada remaja perempuan dan terjadi lebih banyak pada remaja pertengahan dan remaja akhir di tingkat pendidikan SMA/ sederajat dan Perguruan Tinggi.

Berbagai faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* pada remaja, seperti: masalah keluarga, percintaan, tekanan psikologis, masalah yang dihadapi, kurang perhatian, masalah di sekolah, pertemanan, harga diri rendah, tekanan sosial dan ekonomi, bosan hidup, putus asa, kesehatan, kematian seseorang, takut masa depan, dan kegagalan. Diketahui pula metode dalam *suicide ideation* seperti dengan over dosis obat, melompat dari ketinggian, menggunakan senjata tajam, bunuh diri di jalan, gantung diri, menenggelamkan diri, tidak makan, dan menghentikan pengobatan.

Saran dari penelitian ini antara lain: kepada remaja diharapkan lebih mampu berpikir kritis terutama ketika menghadapi permasalahan, melakukan aktivitas yang bernilai positif, dan mengembangkan hubungan sosial positif. Bagi Pihak sekolah terutama melalui peran guru BK dapat melakukan pendekatan seperti dengan membuka bahasan terkait masalah-masalah yang dialami remaja dan melakukan diskusi bersama, serta memberikan jalan kepada siswa untuk melakukan konsultasi atau konseling kepada guru BK ketika

menghadapi masalah. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengkombinasikan variabel *suicide ideation* dengan variabel lain seperti faktor-faktor yang mempengaruhi *suicide ideation* seperti dalam temuan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, G.E.S. 2007. Sikap Bunuh Diri pada Remaja Ditinjau dari Karakteristik Kepribadian. *Skripsi Universitas Katolik Soegijapranata*
- Almeida, O.P., B. Draper, J. Snowdon, N.T. Lautenschlager, J. Pirkis, G. Byrne, M. Sim, N. Stocks, L. Flicker, dan J.J. Pfaff. 2012. Factors Associated with Suicidal Thoughts in A Large Community Study of Older Adults. *The British Journal of Psychiatry*.201:466-472
- Beck, A.T., R.A. Steer, M. Kovacs, dan B. Garrison. 1985. Hopelessness and Eventual Suicide: A 10-Year Prospective Study of Patients Hospitalized With Suicidal Ideation. *American Journal of Psychiatry*.142: 559-563
- Bhar, S., M.G. Holloway, G. Brown, dan A.T. Beck. 2008. Self Esteem and Suicide Ideation in Psychiatric Outpatients. *Suicide and Life-Threatening Behaviour*.38/5
- Burton, C.Z., L. Vella, J.A. Weller, dan E.W. Twamley. 2011. Differential Effects of Executive Functioning on Suicide Attempts. *Jurnal Neuropsychiatry Clin Neurosci*.23/2:173-179
- Carlson, G.A. dan D.P. Cantwell. 1982. Suicidal Behavior and Depression in Children and Adolescents. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 21/4: 361-368
- Desianty, S. 2010. Perbedaan Suicide Ideation pada Siswa yang Akan Menghadapi UN Ditinjau dari Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstravert. *Skripsi Universitas Katolik Soegijapranata*
- Djiwandono, S.E.W. 2009. *Psikologi Pendidikan* (edisi revisi). Jakarta: Grasindo
- Evans, E., K. Hawton, dan K. Rodham. 2004. Factors Associated with Suicidal Phenomena in Adolescents: A Systematic Review of Population- Based Studies. *Clinical Psychology Review*.24: 957-979
- Flamenbaum, R. dan R.R. Holden. 2007. Psychache as a Mediator in the Relationship Between Perfectionism and Suicidality. *Journal of Counseling Psychology*.54/1: 51-61
- Hadriami, E. 2006. Keputusasaan dan Bunuh Diri. *Psikodimensi*, 5/2: 207-214
- Hall, C.S. dan G. Lindzey. 2003. *Psikologi Kepribadian 1: Teori-teori Psikodinamik (Klinis)*. Yogyakarta: Kanisius
- Herba, C.M., R.F. Ferdinand, T. Stijnen, R. Veenstra, A.J. Oldehinkel, J. Ormel, dan F.C. Verhulst. 2008. Victimization and Suicide Ideation in the Trails Study: Specific Vulnerabilities of Victims. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 49/8:867-876
- Hurlock, E.B. (n.d) *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Jakarta: Erlangga
- Jorgensen, E.L., S.L. Jorgensen, M.P. Heard, dan L.B. Withbeck. 2010. Suicidal Ideation among Homeless Youth: The Impact of Family Dysfunction, Morbidity and Deliberate Self-harm. *Journal of Adolescent*
- Kartono, K. 2000. *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju
- Klomek, A.B., F. Marrocco, M. Kleinman, I.S. Schonfeld, dan M.S. Gould. 2007. Bullying, Depression, and Suicidality in adolescents. *Journal American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*.46/1
- Lai Fong, C., S.A. Shah, dan T. Maniam. 2012. Predictors of Suicidal Ideation Among Depressed Inpatients in Malaysian Sample. *Suicidology Online*.3:33-41
- Lai Kwok, S.Y.C. dan D.T.L. Shek. 2008. Hopelessness, Family Functioning and Suicidal Ideation Among Chinese Adolescents in Hong Kong. *The Open Family Studies Journal*.1: 49-55
- Linker, J., N.A. Gillespie, H. Maes, L. Eaves, dan J.L. Silberg. 2012. Suicidal Ideation, Depression, and Conduct Disorder in a Sample of Adolescent and Young Adult Twins. *Suicide Life Threatening Behavior*.42/4:426-436
- Manumoyoso, A.H. 2012. Jagalah Anak dari Keinginan Bunuh Diri. *Kompas.com*. 23 Juli. Online (diunduh 04/11/13)
- Maramis, W.F. 2009. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa* (edisi kedua, cetakan pertama). Surabaya: Airlangga University Press
- Maras, J.S., O. Dukic, J. Markovic, dan M. Biro. Family and Individual Factors of Suicidal Ideation in Adolescents. *PSIHOLOGIJA*.44/3:245-260

- Nn. 2012. Menyediakan.50 Persen Remaja Bunuh Diri Karena Cinta. *Kabar Siang. TV One*. 22 November
- Nock, M.K. dan A.E. Kazdin. 2002. Examination of Affective, Cognitive, and Behavioral Factors and Suicide Related Outcomes in Children and Young Adolescents. *Journal of Clinical Child and Adolescents Psychology*. 31/1:48-58
- Nock, M.K. dan R.C. Kessler. 2006. Prevalence of and Risk Factors for Suicide Attempts Versus Suicide Gestures: Analysis of the National Comorbidity Survey. *Journal of Abnormal Psychology*. 115/3:616-623
- Posner, K., G.K Brown, B. Stanley, D.A. Brent, K.V. Yershova, M.A. Oquendo, G.W. Currier, G.A. Melvin, L. Greenhill, S. Shen, dan J.J. Mann. 2011. The Columbia–Suicide Severity Rating Scale: Initial Validity and Internal Consistency Findings From Three Multisite Studies With Adolescents and Adults. *American Journal of Psychiatry*. 168/2:1266-1277
- Priscillia, E. 2012.1 Orang Tewas Bunuh Diri Setiap 40 Detik. *Jaringnews.com*. 10 September. Online (diunduh 30/10/13)
- Santrock, J.W. 2007a. *Perkembangan Anak* (edisi ketujuh jilid dua). Jakarta: Erlangga
- Scanlan, F. dan R. Purcell. n.d. Myth Buster: Suicidal Ideation. *National Youth Mental Health Foundation*. Online (diunduh 02/11/13)
- Sudhita, I.W.R. (n.d) Perilaku Bunuh Diri di Kalangan Pelajar (Analisis Deskriptif Pemberitaan Bali PostTahun 2006-2009). ISSN 1829-5282, 25-40
- Vinas, F., J. Canals, M.E. Gras, C. Ros, dan E.D. Llaberia. 2002. Psychological and Family Factors Associated with Suicidal Ideation in Pre-Adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*. 5/1:20-28
- Yip, P.S.F., K.Y. Liu, T.H. Lam, S.M. Stewart, E. Chen, dan S. Fan. 2004. Suicidality Among High School Student in Hong Kong, SAR. *Suicide and Life-Threatening Behaviour*. 34/3: 284-297
- Yusuf, Syamsu LN. 2009. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Zulkifli. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya