

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja ialah peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Usia remaja berkisar 12 hingga 21 tahun (Monks, 2008). Masa remaja dikatakan sebagai masa peralihan yang melibatkan perubahan sikap dan fisik (Pratiwi, 2012). Menurut Manurung (dalam Dewi, 2019), masa remaja merupakan masa yang paling rentang, karena pada masa ini individu banyak mengalami perubahan dan perkembangan, sehingga remaja mempunyai tugas-tugas perkembangan yang perlu diselesaikan.

Menurut Hurlock (dalam Ali & Asrori, 2004) remaja mempunyai banyak tugas perkembangan yakni berusaha: a) menerima kondisi fisik diri sendiri, b) memahami dan menerima peran seks usia dewasa, c) menjalin ikatan positif dengan lawan jenis, d) menjadi mandiri secara emosional, e) menjadi mandiri secara finansial, f) memperluas pengetahuan dan kemampuan yang dibutuhkan untuk menjalankan peran sebagai anggota masyarakat, g) serta menanamkan nilai-nilai yang orang dewasa dan orang tua, h) mengembangkan perilaku bertanggung jawab secara sosial yang dibutuhkan dalam memasuki fase dewasa, i) mengenali dan menyiapkan diri untuk berbagai tanggung jawab dalam hidup berkeluarga, dan j) mengenali dan merancang diri untuk berbagai kewajiban yang uncul dalam sebuah keluarga. Perkembangan remaja akan terhambat jika mereka tidak dapat menyelesaikan tugas perkembangan tersebut.

Menurut Hall (dalam Dewi, 2019), Remaja yang mengalami kesulitan dalam mencapai tujuan perkembangan lebih mungkin mengalami perasaan tidak pasti, khawatir, dan putus asa di masa depan, yang dapat berakhir pada munculnya

pemikiran untuk bunuh diri. Saat ini, banyak kasus bunuh diri di kalangan remaja disebabkan oleh stres atau depresi berat. Bunuh diri merupakan masalah kesehatan serius, di mana seseorang secara sadar berupaya mengakhiri hidupnya (Aulia et al., 2019). Perilaku ini mencakup ide bunuh diri, percobaan bunuh diri, hingga bunuh diri yang berhasil (Marled et al., 2023).

World Health Organization (WHO), mengungkapkan bunuh diri merupakan penyebab kematian terbesar keempat di dunia, dan paling sering terjadi pada kelompok usia 15 sampai 29 tahun (WHO, 2023). Di Indonesia kejadian bunuh diri berkisar 1,6 hingga 1,8% per 100.000 jiwa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Menurut Kementerian kesehatan Indonesia (dalam Lumban Gaol et al., 2021), mayoritas pelaku bunuh diri ialah remaja dan dewasa muda. Ini terlihat dari beberapa kasus yang terjadi pada 10 Oktober 2023 atau bertepatan dengan perayaan Hari Kesehatan Jiwa Sedunia yang dilansir dari KOMPAS.com (2023), dimana terdapat dua kasus percobaan bunuh diri dan satu kasus bunuh diri. Dalam ketiga kasus tersebut, para korban diduga mengalami depresi karena permasalahan yang dihadapi. Dalam kasus tersebut semuanya masuk dalam kategori usia remaja dan dewasa awal (KOMPAS.com).

Karisma & Fridari (2021) menjelaskan bahwa tindakan bunuh diri biasanya dimulai dengan ide bunuh diri, yang berkembang menjadi upaya bunuh diri akibat berbagai faktor dalam kehidupan individu. Ide bunuh diri terjadi ketika seseorang merasa hidupnya tidak berarti, mulai dari pemikiran singkat hingga keinginan bunuh diri atau melukai diri sendiri (Aulia et al., 2019). Berdasarkan data *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2023*, 1.4% remaja melaporkan memiliki pikiran untuk bunuh diri, 0.5% merencanakan, dan 0.2% melakukan percobaan bunuh diri dalam setahun terakhir, dengan > 80% dari

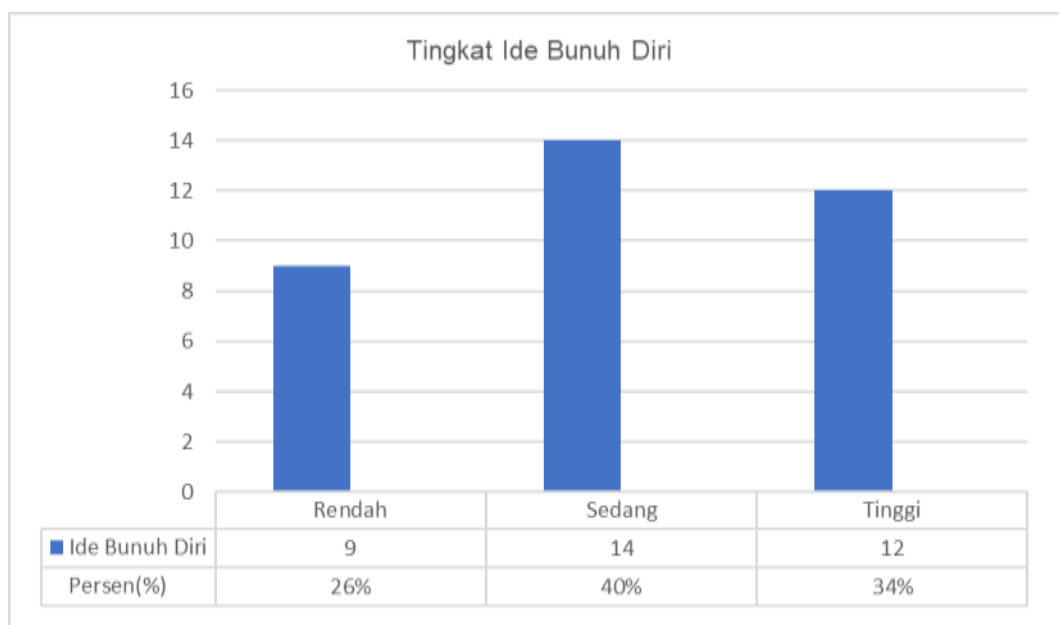
mereka mengalami gangguan mental. Penelitian lain memperlihatkan 64% remaja awal dan 75% remaja akhir mempunyai tingkat ide bunuh diri yang tinggi (Aulia et al., 2019).

Jawa Tengah menduduki peringkat pertama sebagai provinsi dengan kasus bunuh diri terbanyak di Indonesia pada Januari hingga oktober 2023 dan pada Januari hingga 15 Maret 2024 (Katadata Media Network, 2023, 2024) Ini terlihat dari beberapa fenomena di Jawa Tengah yang dilansir dari pusiknas.polri.go.id (2023) seorang pemuda berinisial MFSP (21) ditemukan bergelantung di pojok Lapangan Tembak Kodam IV Diponegoro, Kota Semarang dan dinyatakan tewas akibat bunuh diri. Masih ditahun yang sama seorang perempuan berinisial NJW (20) mengakhiri hidupnya dengan cara melompat dari lantai empat salah satu Mall yang ada di Semarang. Sebelum nekat melakukan hal tersebut, orang-orang terdekat mengaku NJW beberapa kali berusaha bunuh diri namun gagal. Fenomena lainnya yang dilansir dari KOMPAS.com (2023) seorang siswa SD yang ditemukan tewas tergantung di kamar rumahnya akibat disitanya *handphone* oleh orang tuanya.

Dalam hal ini, peneliti mensurvei 35 remaja berusia 12 sampai 21 tahun di Jawa Tengah. Survei dilakukan memakai pernyataan-pernyataan yang disusun berdasarkan dimensi ide bunuh diri oleh Rudd yang diadaptasikan ke bahasa Indonesia oleh Fitriana et al. (2022). Hasil yang didapat terlihat di grafik:

Gambar 1

Hasil Survei Ide Bunuh Diri pada Remaja di Jawa Tengah



Dapat dilihat pada grafik tersebut bahwa dari total responden yang disurvei, sebanyak 26% responden memperlihatkan tingkat ide bunuh diri rendah, sementara 40% mempunyai kecenderungan ide bunuh diri, serta 34% mempunyai tingkat ide bunuh diri tinggi. Dari sini dapat kita lihat remaja di Jawa Tengah memiliki tingkat resiko munculnya ide bunuh diri yang cukup tinggi.

Data tersebut menunjukkan bahwasanya ide bunuh diri merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang signifikan. Ide bunuh diri adalah tindakan mempertimbangkan bunuh diri sebagai cara untuk mengakhiri hidup seseorang; hal ini juga mencakup perencanaan waktu, tempat, dan metode bunuh diri serta mempertimbangkan dampak bunuh diri terhadap orang lain (Zulaikha & Febriyana, 2018).

Beberapa faktor dari luar dan dari dalam bisa mempengaruhi munculnya ide bunuh diri. Jatmiko (2020) menyebutkan, faktor dari dalam, meliputi biologi, demografi, psikologis, perilaku menyimpang, dan gaya hidup. Faktor psikologis

mempunyai pengaruh besar pada ide bunuh diri (Aulia et al., 2019). Depresi ialah salah satu faktor yang dapat memicu munculnya ide bunuh diri (Mackenzie et al., 2011).

Dalam penelitian ini, kecenderungan depresi dipilih sebagai variabel yang mempengaruhi ide bunuh diri. Depresi merupakan gangguan suasana hati yang disertai komponen psikologis seperti kesedihan dan keputusasaan, serta komponen fisik seperti anoreksia dan berkeringat dingin (Atkinson dalam Yunita & Subardjo, 2018). Menurut Weisman (dalam Nevid et al., 2005) depresi pada remaja meningkatkan risiko depresi berat dan percobaan bunuh diri di masa dewasa (Fitriani & Hidayah, 2012). Demikian pula hasil penelitian Mandasari dan Tobing (2020) yang memperlihatkan adanya korelasi antara tingkat depresi dan ide bunuh diri pada remaja SMA X di Jakarta (Mandasari et al., 2020).

Penelitian Omnia et al. (2023) tentang Depresi dan Ide Bunuh Diri pada Dewasa Muda memperlihatkan adanya hubungan searah antara depresi dan ide bunuh diri. Hasilnya memperlihatkan semakin tinggi tingkat depresi, semakin tinggi pula ide bunuh diri pada dewasa muda, dan sebaliknya (Omnia et al., 2023). Berdasarkan penelitian sebelumnya yang meneliti hubungan antara depresi dan ide bunuh diri. Penelitian akan mengkaji pengaruh kecenderungan depresi terhadap ide bunuh diri di kalangan remaja di Jawa Tengah.

Ide bunuh diri pada remaja umumnya meningkat pada usia 12 sampai 17 tahun dan akan dua belas kali lebih beresiko melangsungkan aksi percobaan bunuh diri pada usia 30 tahun (Cha et al., 2018). Hal tersebut sejalan dengan pendapat Weissman (Nevid et al., 2005) menjelaskan depresi pada remaja meningkatkan kemungkinan percobaan bunuh diri di masa dewasa. Oleh karena itu, keluarga,

lingkungan sosial, dan pemerintah perlu mencegah ide bunuh diri pada remaja guna menekan angka bunuh diri.

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan, penulis bermaksud melaksanakan penelitian dengan judul “Pengaruh Kecenderungan Depresi Terhadap Ide Bunuh Diri Pada Remaja di Jawa Tengah”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini yaitu, apakah ada Pengaruh Kecenderungan Depresi Terhadap Ide Bunuh Diri Pada Remaja di Jawa Tengah?.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat adanya Pengaruh Kecenderungan Depresi Terhadap Ide Bunuh Diri Pada Remaja di Jawa Tengah.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Dapat memberikan kontribusi pada literatur ilmiah terkait psikologi remaja, serta menjadi dasar bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian sejenis.

2. Secara Praktis

- a. Menjadi dasar untuk mengembangkan program pencegahan dan intervensi yang lebih baik bagi remaja yang memiliki kecenderungan depresi dan risiko ide bunuh diri.

- b. Dapat menjadi landasan atas perbaikan sistem kesehatan mental remaja, termasuk upaya peningkatan aksesibilitas layanan kesehatan mental, dan perawatan yang lebih baik.
- c. Dapat menjadi dasar untuk pengembangan kebijakan publik yang mendukung kesehatan mental remaja.