

Faktor Psikologi Sebagai Risiko Utama Ide Bunuh Diri pada Remaja di Kota Rengat Kabupaten Indragiri Hulu

Nur Aulia

Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas; auliasanusi26@gmail.com (koresponden)

Yulastri

Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Andalas; yulastri.arif@gmail.com

Heppi Sasmita

Program Studi Magister Keperawatan, Universitas Andalas; heppisasmita@yahoo.com

ABSTRACT

The high incidence of suicide, especially in this age group in which the teen years may be one time the vulnerability to suicidal ideation. Data from the National Commission for Child Protection in Indonesia of suicides that occurred with the youngest is 13 years old. This can occur due to various risk factors for teen suicide include psychological factors. This study aims to identify suicidal ideation relationship with risk factors for suicide in adolescents. Analytical research design was correlation with cross-sectional approach. Sample 365 adolescents with proportional random sampling. Data were analyzed using logistic regression test. The results showed the number of adolescent suicidal ideation is high. There was a relationship of psychological factors with suicidal ideation ($p < 0.005$). Psychological factors is most dominant contributing factor that trigger suicidal ideation. Parents and school should improve the counseling in order to identify the presence of suicidal ideation in adolescents earlier.

Keywords: adolescent; suicide idea; suicide risk factors; psychological factor

ABSTRAK

Tingginya angka kejadian bunuh diri khususnya pada kelompok usia remaja dimana masa remaja dapat menjadi salah satu waktu kerentanan terhadap ide bunuh diri. Data dari Komisi Nasional Perlindungan Anak di Indonesia dari kasus bunuh diri yang diterjadi dengan usia termuda adalah 13 tahun. Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor risiko bunuh diri pada remaja diantaranya adalah faktor psikologis. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan ide bunuh diri dengan faktor psikologi diantaranya depresi, kecemasan dan stres pada remaja. Desain penelitian analitik korelasi, pendekatan *crosssection*. Sampel 365 remaja dengan *proposional random sampling*. Data dianalisis menggunakan analisis regresi logistik. Hasil penelitian adalah sebagian besar remaja memiliki ide bunuh diri yang tinggi. Terdapat hubungan signifikan antara faktor psikologis dengan ide bunuh diri ($p < 0,005$). Setelah dilakukan analisis multivariate ditemukan bahwa faktor psikologis merupakan faktor yang dominan terhadap ide bunuh diri. Pencegahan kemunculan ide bunuh diri dapat dilakukan dengan peningkatan bimbingan konseling oleh orangtua dan sekolah sehingga ide bunuh diri dapat terdeteksi sejak dini.

Kata kunci: remaja; ide bunuh diri; faktor risiko bunuh diri; faktor psikologis

PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu populasi terbesar didunia. Masa remaja adalah masa transisi dimana seseorang belum dikatakan dewasa namun bukan anak-anak.⁽¹⁾ Usia remaja berlangsung pada usia 10 sampai 19 tahun yang menjadi masa perkembangan anak menuju fase dewasa.⁽²⁾ Pada masa remaja, banyak terjadi perubahan biologis, psikologis, maupun social.⁽³⁾ Akan tetapi pada masa ini umumnya pematangan fisik terjadi lebih cepat dari proses pematangan kejiwaan.⁽⁴⁾

Masa remaja tidak selalu menjadi waktu untuk gejala psikologis, tetapi dapat menjadi waktu kerentanan. Salah satu bentuk kerentanan ini adalah keinginan bunuh diri.⁽⁵⁾ Bunuh diri merupakan perilaku yang harus dihindari. Bunuh diri adalah suatu upaya yang disadari dan bertujuan untuk mengakhiri kehidupan, individu secara sadar berhasrat dan berupaya melaksanakan hasratnya untuk mati.⁽⁶⁾ Bunuh diri merupakan ekspresi praktis dimana seseorang dengan sengaja dan sadar mengakhiri kehidupannya sendiri.⁽⁷⁾

Pada tahun 2015 800.000 orang/tahun meninggal karena bunuh diri.⁽²⁾ Di Amerika Serikat bunuh diri remaja merupakan penyebab kematian kedua pada tahun 2013.⁽⁸⁾ Hasil penelitian di Korea terjadi peningkatan prevalensi bunuh diri dari ide bunuh diri dan usaha bunuh diri.⁽⁹⁾ Prevalensi ide bunuh diri dan usaha bunuh diri 24,8% dan 6,2%, yang lebih tinggi dari penelitian sebelumnya 15,6%, dan 3,2%.⁽⁹⁾ Sementara dari laporan kepolisian Indonesia tahun 2012 dan 2013 terdapat 981 dan 921 kasus kematian karena bunuh diri.⁽¹⁰⁾ Dari Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia, laporan pertengahan tahun 2012 ada 20 kasus anak bunuh diri dengan usia termuda 13 tahun.⁽¹⁰⁾

Faktor risiko bunuh diri pada remaja diantaranya adalah faktor psikologis.⁽¹⁾ Di Malaysia didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara faktor psikologis yaitu depresi, kecemasan dan stress dengan ide bunuh diri.⁽¹¹⁾ Emosionalitas terbatas tiga kali lebih mungkin melaporkan ide bunuh diri yang serius.

Data Rekam Medik RSUD Indrasari Rengat didapatkan terjadi peningkatan kasus keracunan pestisida sebagai usaha bunuh diri. Pada tahun 2014 dan 2015 sebanyak 16 kasus dan 21 kasus 37,5 % dan 42,8% dilakukan oleh usia 15 sampai 24 tahun. Laporan dari Kepolisian Resort Kabupaten Indragiri Huluter dapat kasus bunuh diri di Rengat padatahun 2012 dan 2013 yang dilakukan dengan gantung diri. Pada tahun 2015 didapatkan data seorang bidan meninggal gantung diri dikamar praktik., masih ditahun yang sama seorang lansia meninggal gantung diri dan dua orang remaja (17 tahun) bunuh diri dengan cara gantung diri dihari yang sama. Data dari Puskesmas Sipayung Rengat juga didapatkan pada Tahun 2015 terjadi percobaan bunuh diri oleh remaja dengan melompat dari ketinggian, pada tahun sebelumnya tidak ada kasus percobaan bunuh diri yang tercatat di puskesmas Sipayung.

Studi pendahuluan kepada 20 siswa SMPN 3 Rengat dan 20 siswa SMAN 2 Rengat dengan memberikan angket *Suicidal Behaviors Questionnaire-Reseived* pada 10 April 2016, ditemukan sebanyak 20% remaja memiliki pikiran singkat tentang bunuh diri dan telah memiliki rencana bunuh diri setidaknya sekali namun tidak mencoba melakukan bunuh diri, sebanyak 7,5%, dengan frekuensi pikiran yang muncul yakni satu kali (10%) dua kali (7,5%) dan sangat sering lima kali atau lebih sering (5%)⁽¹²⁾ Dua diantaranya pernah mengungkapkan kepada orang lain bahwa akan melakukan bunuh diri meski sebenarnya tidak ingin mati dan lima diantaranya pernah lebih dari sekali mengatakan kepada seseorang akan bunuh diri tapi tidak ingin melakukannya. Tiga diantaranya menyatakan tidak mungkin dan sangat tidak mungkin melakukan bunuh diri, lima orang mengungkapkan ada sedikit kemungkinan melakukan bunuh diri dan satu orang menyatakan bahwa ada kemungkinan melakukan bunuh diri.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada siswa yang memiliki ide bunuh diri didapatkan bahwa pikiran bunuh diri timbul saat ada masalah dengan orang tua, *brokenhome*, hutang dengan pihak sekolah, masalah keluarga, teman dan pacar. Satu orang mengungkapkan pikiran bunuh diri timbul saat ada masalah dan tidak ada yang peduli yang lain menyebutkan karena perasaan kesal dan tidak tau mau berbuat apa. Cara penyelesaian saat terjadi masalah diantaranya mengungkapkan diam dan mengurung diri dikamar, yang lain dengan curhat kepada teman. Sementara itu untuk cara yang dipikirkan jika melakukan bunuh diri diantaranya dua orang mengungkapkan minum obat/racun, satu orang dengan memotong nadi, tiga diantaranya mengungkapkan takut melakukan bunuh diri sehingga keinginan mati tiba-tiba saja seperti dibunuh orang atau ditabrak. Selebihnya mengungkapkan takut untuk melakukan bunuh diri dan tidak ingin mengungkapkan cara yang digunakan.

Dari paparan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor risiko bunuh diri remaja dengan ide bunuh diri pada remaja di Rengat

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analisis deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja SMP dan SMAdi Rengat dengan jumlah 3748 remaja dan ukuran sampel yang diperlukan adalah 365 remaja. Responden dalam studi ini telah mengisi persetujuan untuk menjadi responden. Studi dilakukan pada 20 Mei-08 Juni 2016 di RSUD Rengat menggunakan instrumen pengkajian *Depression, Anxiety, and Stress Scale* untuk menilai kategori faktor psikologis dan kuesioner yang mengkaji keinginan bunuh diri. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji regresi logistik.

HASIL

Karakteristik responden terdiri atas usia dan jenis kelamin (tabel 1).

Tabel 1. Distribusi karakteristik remaja di Kota Rengat tahun 2016 (n = 365)

Karakteristik responden	Kategori	Frekuensi	Persentase
Usia	a. Remaja awal	289	79,2
	b. Remaja akhir	76	20,8
Jenis kelamin	a. Laki-laki	147	40,3
	b. Perempuan	218	59,7

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik remaja berdasarkan usia hampir seluruhnya usia remaja awal (79,2%). Jenis kelamin perempuan (59,7%) mendominasi remaja laki-laki (40,3%).

Ide bunuh diri merupakan data kategorik yang disajikan pada table 2.

Tabel 2. Distribusi ide bunuh diri pada remaja di Kota Rengat tahun 2016 (n=365)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Ide bunuh Diri	Tinggi	242	66,3
	Rendah	123	33,7

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas remaja pernah memiliki ide bunuh diri yang tinggi (66,3%). Ide bunuh diri yang tinggi merujuk pada risiko bunuh diri yang tinggi.

Risiko bunuh diri yakni faktor psikologi merupakan data kategorik yang dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi faktor risiko bunuh diri pada remaja di Kota Rengat tahun 2016 (n=365)

Faktor risiko bunuh diri	Kategori	Frekuensi	Persentase
Faktor psikologis	Tinggi	189	51,8
	Rendah	176	48,2

Tabel 3 menunjukkan bahwa faktor psikologis seperti ansietas, stress, dan depresi remaja dalam kategori tinggi (51,8%) hampir sama dengan kategori rendah (48,2%).

Hubungan karakteristik remaja dengan ide bunuh diri dianalisis menggunakan *Chi-square* (tabel 4).

Tabel 4. Hubungan antara karakteristik dengan ide bunuh diri pada remaja di Kota Rengat tahun 2016

Variabel	Kategori	Ide bunuh diri				Total		<i>p-value</i>	OR (95%CI)
		Tinggi		Rendah					
		f	%	f	%	f	%		
Usia	Remaja awal	185	64	104	36,0	289	100	0,096	0,593 (0,335-1,051)
	Remaja akhir	57	75,0	19	25,0	76	100		
Jenis Kelamin	Laki-laki	98	66,7	49	33,3	147	100	0,993	1,011 (0,645-1,582)
	Perempuan	144	66.1	74	33.9	218	100		

Sebagian besar remaja dengan ide bunuh diri yang tinggi berada pada usia remaja tengah dengan nilai p value = 0,096 maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara usia remaja dengan ide bunuh diri.

Hubungan faktor psikologis remaja dengan ide bunuh diri dianalisis secara bivariat dengan menggunakan *chi-square*. Secara rinci dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Hubungan antara faktor psikologis dengan ide bunuh diri pada remaja di Kota Rengat tahun 2016

Faktor psikologis	Ide bunuh diri				Total		<i>P value</i>	OR (95%CI)
	Tinggi		Rendah					
	f	%	f	%	f	%		
Tinggi	40	4,1	49	25,9	189	100	0,002	2,073 (1,332-3,225)
Rendah	102	58,0	74	42,0	176	100		

Sebagian besar faktor psikologis tinggi memiliki ide bunuh diri yang tinggi dengan p value = 0,002 maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara faktor psikologis dengan ide bunuh diri. Hasil analisis juga diperoleh nilai odds ratio (OR) sebesar 2,073 yang artinya adalah remaja dengan faktor psikologis yang tinggi berpeluang 2,073 kali memiliki ide bunuh diri dari pada remaja dengan faktor psikologis rendah..

Pemodelan multivariat ini dilakukan dengan cara memilih variabel yang dianggap penting yang masuk dalam model dengan cara mempertahankan variabel yang mempunyai $p < 0,05$ dan mengeluarkan variabel yang $p > 0,05$. Hasil analisa pemodelan multivariat pertama dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Hasil analisis model awal multivariat regresi logistik

No	Variabel	B	P	OR	95%CI
1	Usia	-0,431	0,149	0,650	0,362-1,167
2	Jenis Kelamin	0,060	0,799	1,062	0,669-1,684
3	Faktor Psikologis	0,534	0,024	1,706	1,073-2,712

Hanya terdapat 1 variabel yang memiliki $p < 0,05$ dan variabel yang memiliki nilai $p > 0,05$. Oleh karena itu, pemodelan tahap ketiga tidak dilanjutkan. Hasil penelitian ini mengidentifikasi faktor psikologis merupakan faktor yang paling dominan pada ide bunuh diri remaja.

PEMBAHASAN

Studi ini mengidentifikasi kelompok remaja awal sebagai kelompok yang menjadi mayoritas responden. Hasil penelitian di Amerika dan di Korea menunjukkan dari seluruh responden sebagian besar berada pada usia remaja awal.⁽¹³⁾ Studi lain di Amerika didapatkan sebagian besar responden berada pada usia remaja awal.⁽¹⁴⁾ Hasil analisis univariat memperlihatkan bahwa remaja di kota Rengat tahun 2016 dengan proporsi jenis

kelamin terbanyak yaitu perempuan. Studi di Tehran juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan⁽⁷⁾ Studi ini sesuai dengan studi lain yang mengidentifikasi bahwa perempuan merupakan responden terbanyak.⁽⁵⁾ Perempuan menjadi kelompok yang dominan dalam studi ide bunuh diri.

Remaja dalam studi ini cenderung memiliki risiko bunuh diri yang tinggi, dilihat dari proporsi ide bunuh diri yang tinggi sebesar (66,3%). Hasil ini sejalan dengan penelitian studi di Malaysia didapatkan hampir setengah responden memiliki ide bunuh diri yang berisiko terhadap perilaku bunuh diri.⁽¹¹⁾ Studi ini berbeda dengan hasil temuan di Amerika, Korea dan Makasar, yang mengidentifikasi bahwa hanya sebagian kecil responden remaja yang memiliki ide bunuh diri.^{(13),(15)} Ide Bunuh diri mengacu pada pengalaman bahwa hidup adalah kehidupan yang tidak berharga, mulai dari fikiran sekilas hingga benar-benar ingin bunuh diri, pikiran tentang rencana untuk membunuh diri sendiri, atau suka merusak diri. Pikiran ini merupakan hal yang tidak biasa di kalangan anak muda. Diperkirakan bahwa hampir setengah dari remaja berpikir tentang bunuh diri di beberapa waktu dalam kehidupannya dan sebagian kecil remaja melaporkan telah memiliki pengalaman pada tahun sebelumnya.⁽¹⁶⁾ Hal ini menjelaskan bahwa meskipun hanya sedikit ide bunuh diri yang diungkapkan dari remaja tetap perlu diperhatikan karena ide bunuh diri biasa bersifat samar atau tidak jelas, sehingga remaja perlu dijelaskan bahwa perilaku bunuh diri mulai dari adanya ide bunuh diri hingga percobaan bunuh diri bukanlah sesuatu yang perlu dirahasiakan dan orang tua seharusnya mengetahui ide bunuh diri pada remaja

Faktor yang berpengaruh dalam ide bunuh diri pada remaja di antaranya adalah usia, jenis kelamin, dan faktor psikologis. Hasil studi ini mengidentifikasi bahwa faktor psikologis merupakan faktor dominan yang mencetuskan ide bunuh diri. Faktor psikologis ini yang teridentifikasi pada remaja adalah depresi, kecemasan, stress, ketidakberdayaan dan penyalahgunaan narkoba. Respon atau reaksi seseorang terhadap stresor psikososial yang dialami berbeda satu dengan yang lainnya, ada yang menunjukkan gejala-gejala stres, ada juga yang menunjukkan gejala-gejala kecemasan dan atau depresi. Menurut asumsi peneliti perbedaan ini dapat disebabkan adanya ketidakterbukaan remaja akan masalahnya. Pada penelitian ini sebagian besar responden berusia remaja awal, dimana pada tahap perkembangan remaja awal, seorang remaja berusaha memperoleh kebebasan dari kendali orang tua, kurang mempercayai orang tua dalam menceritakan rahasianya begitu juga dengan adanya ide bunuh diri. Sementara untuk remaja laki-laki cenderung untuk mengekspresikan masalah emosional dalam bentuk agresivitas yang merupakan bentuk dari perilaku mencederai diri secara tidak langsung dan perilaku antisosial lainnya sementara perempuan cenderung menginternalisasi masalah dan menjadi depresi yang berujung pada ide bunuh diri. Depresi memiliki hubungan dengan ide bunuh diri yang kuat.⁽¹⁷⁾ Di masa transisi dengan perkembangan psikologis yang labil, remaja rentan mengalami stress. Kondisi ini sangat erat dengan munculnya depresi, hingga munculnya ide bunuh diri.⁽¹⁸⁾ Stres berkelanjutan mengakibatkan kecemasan dan depresi. Kondisi depresi yang dialami juga dapat menimbulkan rasa ketidakberdayaan.⁽¹⁹⁾ Depresi juga menimbulkan tanda ketidakberdayaan. Teori menjelaskan semakin tinggi *hope* atau harapan maka ide bunuh diri akan semakin rendah sedangkan semakin tinggi *hopelessness* atau ketidakberdayaan maka ide bunuh diri juga akan semakin tinggi, begitupun sebaliknya.⁽²⁰⁾

KESIMPULAN

Ide bunuh diri pada remaja di Kota Rengat, sebagian besar remaja dengan kategori ide bunuh diri yang tinggi. Faktor psikologis remaja menjadi faktor dominan yang menyebabkan munculnya ide bunuh diri pada remaja. Oleh karena itu, meningkatkan bimbingan konseling secara individu maupun kelompok oleh sekolah penting untuk mengidentifikasi ide bunuh diri. Selain itu, dukungan psikologis dari sekolah dan orangtua penting untuk mencegah munculnya ide bunuh diri pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

1. Stuart W. Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa. Singapore: Elsevier; 2013.
2. WHO. Mental Health. Quality of suicide mortality. 2015.
3. Huang Z., Wong F., Ronzio CR, Yu SM. Depressive Symptomatology and Mental Health Help-Seeking Patterns of U.S.- and Foreign-Born Mothers. *Matern Child Heal.* 2007;11.
4. Indarjo. Kesehatan Jiwa Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.* J Unnes. 2009;
5. Cho Y, Haslam M. Suicidal Ideation and Distress Among Immigrant Adolescents: The Role of Acculturation, Life Stress, and Social Support. *J Youth Adolesc.* 2010;39.
6. Muhith. Pendidikan Keperawatan Jiwa (Teori dan Aplikasi). Yogyakarta: Andi; 2015.
7. Farhangdoost Y. Determining Risk Factors and Demographic Patterns of Suicide in Tehran. *Polish Psychol Bull.* 2010;41(2):52-7.
8. Centre of Disease Control and Prevention. Suicide. 2016.
9. Bagalkot T., Park J, Kim H., Kim H., Kim S., Yoon M., et al. Lifetime prevalence of and Risk Factors for Suicidal ideation and Suicide attempts in a Korean community Sample. *Psychiatry.* 2014;77.

10. Nasional Geographic Indonesia. Bunuh Diri Di Usia Produktif [Internet]. 2015 [cited 2015 Jun 5]. Available from: <http://nationalgeographic.co.id/berita/2015/09/bunuh-diri-di-usia-produktif>
11. Ibrahim N, Amit N, Suen WY. Psychological Factors as Predictors of Suicidal Ideation among Adolescents in Malaysia. *PLoS One*. 2014;9(10).
12. Osman A, Bagge C., Guttierrez P., Konick L., Kooper BA, Barrios FX. The Suicidal Behaviour Questionnaire-Revised (SBQ-R): Validation with clinical and nonclinical sample, *Assesment*. 2001;5.
13. Chung, S S, Joung H K. Risk Factors Related to Suicidal Ideation and Attempted Suicide: Comparative Study of Korean and American Youth. *J Sch Nurs*. 2012;
14. Pisani AR, Cone KS, Gunzler D, Petrova M, Goldston DB, Tu X, et al. Associations Between Suicidal High School Students' Help-Seeking and Their Attitudes and Perceptions of Social Environment. *J Youth Adolesc*. 2014;41:1312–1324.
15. Mallo H, Ronda D.). Analisis Faktor Penyebab Utama Kecendrungan Bunuh Diri Kalangan Remaja yang Berusia 15-17 tahun di Makassar. 2006;
16. Scanlan F, Purcell R. *MythBuster: Suicidal Ideation*. 2009.
17. Low NL., Dugas E, O'Loughlin E, Roudrigues D, Contreras G, Calton M. Common Stressful Life Events and Difficulty are Associated with Mental Health Symptoms and Substance Use in Young Adolescent. *BMC Pediatr*. 2012;
18. Zhang W-C, Jia C-X, Zhang J-Y, Wang L-L, Liu X-C. Negative Life Events and Attempted Suicide in Rural China. *PLoS One*. 2015;10(1).
19. Page RM, Yanagishita J, Suwanteerangkul J, Zarco EP, Mei-Lee C, Miao NF. Hopelessness and loneliness among suicide attempters in school-based samples of Taiwanese, Philippine and Thai adolescents. *Sch Psychol Int*. 2006;27(5):583–98.
20. Huen IH, Yip. Hope and Hopelessness. The Role of Buffering the Impact of Hopelessness on suicidal Ideation. *PLoS One*. 2015;20(5).