

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa remaja sering kali disebut sebagai masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa (Aziz, 2017). Pada masa ini, individu menjadi matang secara fisik maupun psikologis (Jahja, 2011). Disebut remaja apabila individu telah berkembang ke arah kematangan seksual dan telah meneguhkan identitasnya sebagai individu yang terpisah dari keluarga, mempersiapkan diri dalam menjalankan tugas, dan sudah menentukan masa depan (Pieter & Lubis, 2010).

Banyak sekali perubahan yang terjadi, baik secara fisik, psikologis, hormonal, dan sosial pada masa remaja (Denich & Ifdil, 2015). Perubahan sistem kerja hormon menyebabkan perubahan secara psikis, terutama emosi dan fisik remaja. Perubahan emosi pada remaja tidak luput oleh berbagai jenis penyebab, seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah, teman sebaya, dan kegiatan sehari-hari (Tridhonanto & Agency, 2010). Ditambah adanya tekanan sosial yang menuntut remaja untuk menampilkan pola kehidupan sosial baru seperti merubah tingkah laku anak-anak ke dewasa semakin membuat remaja merasa tidak nyaman dan berakibat pada ketidakstabilan emosi (Thalib, 2010; Trisanti, 2016). Maciejewski *et al.* (2017) menemukan perkembangan memiliki peran penting dalam perubahan emosi pada masa remaja. Dalam penelitiannya, kemarahan memuncak selama masa remaja pertengahan. Begitupun dengan rasa sedih yang terus meningkat selama masa remaja berlangsung.

Ketidakstabilan emosi pada remaja dapat menyebabkan perasaan tidak bahagia yang berakibat pada tingkah laku remaja, seperti tidak terorganisir, emosional, suka menentang secara verbal, anti sosial, merasa kesepian, penurunan prestasi belajar, melarikan diri, dan menyalahkan orang lain (Thalib, 2010). Bahkan Law *et al.* (2015) menyebutkan disregulasi emosi dapat berdampak secara langsung terhadap munculnya ide bunuh diri.

Bunuh diri merupakan respons maladaptif dalam rentang respons protektif diri (Stuart, 2016). Bunuh diri didefinisikan sebagai suatu tindakan yang

dilakukan individu untuk membunuh diri sendiri (Videbeck, 2015). Townsend (2009) menyebutkan bahwa bunuh diri bukanlah suatu diagnosis ataupun kelainan, melainkan suatu perilaku. Hal ini sejalan dengan pernyataan *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) yang menegaskan bahwa bunuh diri merupakan bagian dari kelas perilaku, disebut *self-directed violence* atau kekerasan yang diarahkan pada diri sendiri (Stone *et al.*, 2017). Adapun cakupan perilaku bunuh diri di antaranya ide bunuh diri, ancaman bunuh diri, percobaan bunuh diri, dan perilaku bunuh diri (Stuart, 2016).

World Health Organization (WHO) menyampaikan bunuh diri telah menjadi fenomena global sebagai penyebab kematian kedua terbanyak pada tahun 2016 dengan temuan terbanyak terjadi pada rentang usia 15 sampai 29 tahun. Diperkirakan ada lebih dari 800.000 orang meninggal setiap tahun akibat bunuh diri dan lebih dari 79% kasus bunuh diri terjadi di negara berpenghasilan rendah sampai menengah (WHO, 2018). Sejalan dengan Mckinnon *et al.* (2016) yang mengkonfirmasi bahwa remaja dengan perilaku bunuh diri merupakan masalah umum di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Data statistik WHO (2018) sejak tahun 2000 hingga 2016 memaparkan angka kematian akibat bunuh diri di Indonesia mencapai 3,4% dari 100.000 populasi. Angka ini meningkat sebesar 0,5% dari hasil temuan sebelumnya, yaitu 2,9% dari 100.000 populasi (WHO, 2017).

Tidak sedikit portal berita menampilkan berita bunuh diri di Indonesia. Salah seorang siswi asal SMKN 1 Kedawung Sragen ditemukan tewas gantung diri pada 23 Oktober 2018. Diketahui bahwa sudah satu minggu siswi tersebut tidak sekolah, diduga akibat masalah keluarga (Wardoyo, 2018). Baru-baru ini remaja Dompus, Nusa Tenggara Barat (NTB), diberitakan mengalami darurat bunuh diri. Tercatat 7 kasus bunuh diri dalam kurun waktu 3 bulan di Kecamatan Hu'u, Kabupaten Dompus, NTB. Kasus terbaru, yakni seorang murid 17 tahun harus meregang nyawa akibat meminum insektisida pada 17 Maret 2019 (Info Dompus, 2019). Dapat disimpulkan bahwa, bunuh diri di Indonesia bukan hanya terjadi pada usia dewasa. Namun, bunuh diri juga dapat terjadi pada usia remaja.

Angka upaya bunuh diri pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Namun, dalam pelaksanaannya, laki-laki lebih berhasil karena penggunaan

metode yang lebih fatal dibandingkan perempuan (Videbeck, 2015). Pratiwi dan Undarwati (2014) menemukan ide bunuh diri lebih banyak terjadi pada remaja perempuan (75,19%) dibandingkan dengan remaja laki-laki (24,81%). Apabila ditinjau dari usia, remaja madya (15-18 tahun) lebih banyak memiliki atau mengalami ide bunuh diri dibandingkan remaja akhir (18-22 tahun). Hal ini diduga karena beban masalah remaja yang lebih tua lebih besar dibandingkan dengan remaja muda.

Kejadian bunuh diri tidak memiliki penyebab tunggal. Pada individu yang bunuh diri sering kali ditemukan rendahnya sistem dukungan sosial seperti kekerabatan dan teman atau keimanan, pekerjaan, dan kelompok dukungan masyarakat (Videbeck, 2011). Adanya konflik dengan orang tua atau kakak dapat memicu distress selama bertahun-tahun dan memunculkan emosi negatif seperti stres, marah, dan perasaan malu (Mukarromah & Nuqul, 2014).

Permasalahan dalam keluarga kerap kali mengganggu dan membuat emosi remaja menjadi tidak stabil. Adanya perceraian orang tua memberikan dampak tersendiri bagi remaja, seperti malu, mudah marah, sulit berkonsentrasi, kehilangan rasa hormat terhadap orang tua, menyalahkan orang tua, melakukan sesuatu yang salah, tidak mempunyai tujuan hidup, merasa tidak aman dengan lingkungan sekitar, dan lain-lain (Untari, Putri, & Hafiduddin, 2018). Remaja perempuan yang tidak tinggal dengan keluarga atau salah satu orang tua dan berada di tingkat sosioekonomi rendah berisiko melakukan upaya bunuh diri (Im, Oh, & Suk, 2017; Sharma, Nam, Kim, & Kim, 2015). Dengan demikian, kehadiran orang tua dalam memberikan dukungan serta menjaga keintiman keluarga sangat penting untuk menurunkan angka bunuh diri pada remaja karena dua hal tersebut dapat menjadi penyangga saat terjadi stres (Bae, Lee, & Lee, 2015).

Forman-Hoffman *et al.* (2014) menemukan individu dengan distress psikologis mempunyai risiko kematian lebih tinggi dibandingkan dengan individu tanpa distress psikologis. Distres psikologis merupakan suatu keadaan negatif seperti kepedihan atau penderitaan mental yang berkaitan dengan depresi dan kecemasan (Husain *et al.*, 2014).

Salah satu cara untuk mengatasi risiko akibat distres psikologis, yaitu dengan meningkatkan resiliensi individu. Hal ini dikarenakan resiliensi dan distres psikologis mempunyai hubungan yang arahnya negatif. Semakin rendah tingkat resiliensi, maka akan semakin tinggi tingkat distres psikologis (Mahmood & Ghaffar, 2014; Pidgeon, Rowe, Stapleton, Magyar, & Lo, 2014). Sejalan dengan Azzahra (2017), resiliensi memberikan pengaruh dengan arah negatif terhadap distres psikologis sehingga apabila tingkat resiliensi semakin ditingkatkan, maka tingkat distres psikologis akan semakin rendah. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi, maka tingkat distres psikologis akan semakin tinggi.

Pelaku percobaan bunuh diri memandang bunuh diri sebagai sebuah cara untuk merubah keadaan (Nawafilaty, 2015). Adanya kepribadian yang bergantung terhadap orang lain pada pelaku percobaan bunuh diri menyebabkan individu cenderung kurang mampu untuk mengatasi masalah. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu kemampuan yang dapat membuat orang tersebut mengartikan sebuah peristiwa sulit dengan positif.

Resiliensi dapat diartikan sebagai memiliki respons sehat terhadap lingkungan yang menimbulkan stres (Hill, 1998 dalam Videbeck, 2015). Adapun definisi resiliensi remaja, yaitu prediksi kemampuan remaja untuk bertahan dalam kondisi yang kurang menguntungkan atau penuh tekanan (Wardhani, Sunarti, & Muflikhati, 2017).

Remaja yang memiliki resiliensi mampu menggapai tujuan dalam situasi sulit, tetap tenang, berpikir dengan hati-hati, fokus terhadap masalah, mampu mengendalikan diri dan beradaptasi, yakin pada Tuhan serta nasib. Dewanti dan Suprapti (2014) menyimpulkan remaja yang resilien memiliki kehidupan lebih baik karena resiliensi memunculkan kemampuan *impulse control*, *optimism*, *empathy*, dan *self efficacy*. Kemampuan resiliensi ini membuat remaja dapat mengartikan peristiwa sulit dengan positif sehingga remaja mampu mengubah peristiwa sulit menjadi keuntungan yang dapat mendorongnya untuk mengembangkan kemampuan dan kemandirian. Kesimpulannya, remaja yang memiliki resiliensi diharapkan mampu untuk beradaptasi sehingga remaja tidak mudah cemas dan mengalami depresi. Dengan begitu, tingkat distres psikologis

pada remaja yang memiliki resiliensi akan rendah dan angka kematian akibat bunuh diri pada remaja pun dapat ditekan.

Min *et al.* (2015) menemukan ide bunuh diri sedang hingga berat lebih tinggi pada pasien depresi dengan tingkat resiliensi rendah dibandingkan pada pasien depresi dengan tingkat resiliensi tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa resiliensi dapat mengurangi risiko depresi dan gejala kecemasan terhadap ide bunuh diri pada pasien dengan depresi atau gangguan kecemasan yang berisiko bunuh diri. Hasil serupa ditemukan oleh Kamble (2015), yakni resiliensi dan ide bunuh diri pada remaja memiliki hubungan yang signifikan.

Hasil wawancara peneliti dengan salah seorang staf di salah satu SMA Purwakarta, peneliti menemukan bahwa SMA tersebut merupakan salah satu sekolah unggulan yang bersaing dengan SMA lain di Purwakarta, lamanya kegiatan belajar mengajar (KBM) dari pukul 06.30 s.d. 15.00 WIB, dan bagi siswa atau siswi yang melakukan pelanggaran, seperti telat atau membolos saat jam pelajaran, akan mendapatkan sanksi berupa poin.

Hasil studi pendahuluan pada 28 Maret 2019 dengan cara mewawancarai lima orang murid di SMA yang sama, peneliti menemukan bahwa lima remaja mengaku kadang merasa sulit untuk mengendalikan emosi mereka ketika dihadapkan oleh suatu peristiwa atau masalah, dua dari lima remaja mengatakan hampir setiap minggu pasti bertengkar dengan orang tuanya karena perkara kecil, satu dari lima remaja ditemukan sering merasa tidak percaya diri dalam lingkungan pertemanan di sekolah, dan satu dari lima remaja mengaku pernah memiliki ide bunuh diri dalam kurun waktu tiga bulan terakhir.

Empat dari lima remaja saat diwawancara untuk studi pendahuluan mengatakan dukungan orang tua memiliki pengaruh penting ketika mereka sedang menghadapi suatu masalah. Dukungan tersebut dapat dalam berbagai bentuk seperti memberi saran atau solusi atas masalah yang sedang dihadapi, memberikan kata-kata penyemangat, ataupun sekadar menjadi tempat untuk berkeluh-kesah. Adapun satu dari lima remaja dengan pernah memiliki ide bunuh diri sebelumnya mengatakan bahwa dukungan orang tua tidak terlalu berarti dibandingkan dengan dukungan teman sebaya. Remaja tersebut mengatakan

teman sebaya lebih sering memberikan dukungan dibandingkan orang tua sehingga pemikiran untuk mengakhiri hidup pun perlahan hilang karena dukungan teman sebaya.

Ketika peneliti mewawancarai lebih dalam, remaja dengan ide bunuh diri itu menyebutkan bahwa ide tersebut muncul usai bertengkar dengan orang tuanya karena mendapat sanksi dari sekolah dalam bentuk skors selama 3 hari. Remaja tersebut merasa marah setelah ditampar oleh ayahnya. Remaja tersebut mengatakan ayahnya memang tempramen, sehingga tidak jarang terjadinya perilaku kekerasan di dalam rumah. Selain merasa marah, remaja tersebut juga merasa kecewa atas sikap sang ayah karena dalam pikirannya bukan hanya dirinya yang membolos saat jam pelajaran sekolah dan mendapatkan sanksi sehingga remaja cenderung merasa tidak bersalah atas perilaku membolosnya itu. Munculnya ide bunuh diri pada remaja ketika mengalami konflik dengan orang tua didukung oleh penelitian Mitchell *et al.* (2019) yang menyebutkan masalah dalam keluarga dapat memunculkan gagasan terhadap perilaku bunuh diri remaja.

Saat diwawancara, remaja juga menyebutkan keinginan untuk mengakhiri hidupnya bukan seperti dengan menyayat atau meminum racun. Melainkan keinginan untuk mati ketika sedang tidur. Diketahui bahwa ide bunuh diri tersebut masuk ke dalam jenis ide bunuh diri pasif, yakni ketika seseorang berpikir ingin bunuh diri atau berharap mati tanpa ada rencana untuk menyebabkan kematiannya (Videbeck, 2011).

Hasil studi pendahuluan menemukan bahwa, belum pernah ada penelitian terkait tingkat resiliensi maupun ide bunuh diri pada remaja di SMA "X" Purwakarta. Ditambah dengan beragam portal berita yang melaporkan adanya empat kasus bunuh diri di Purwakarta pada awal 2018, melatarbelakangi peneliti untuk melakukan penelitian terkait hubungan tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA "X" Purwakarta. Berdasarkan teori Varcarolis (2014), remaja berisiko tinggi terjadinya bunuh diri peniru, yaitu bunuh diri yang terjadi akibat dari mengikuti idola, publik figur, rekan atau keluarga yang melakukan bunuh diri. Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian terbaru, yakni paparan upaya bunuh diri oleh orang terdekat dapat menimbulkan trauma, ide bunuh diri, dan pikiran untuk melukai diri sendiri (Mitchell *et al.*, 2019).

Melalui penelitian ini, perawat dapat mengetahui gambaran seperti apa tingkat resiliensi yang dipandang sebagai investasi dalam diri individu yang diharapkan dapat muncul saat individu tersebut mengalami kesulitan dan ide bunuh diri pada remaja. Perawat juga diharapkan dapat melakukan penilaian terhadap faktor risiko maupun faktor protektif, membuat strategi bagaimana caranya meningkatkan resiliensi pada remaja, dan menjalankan perannya sebagai advokat guna memobilisasi masyarakat untuk mengurangi dan mencegah faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perilaku bunuh diri pada remaja.

I.2 Rumusan Masalah

I.2.1 Identifikasi Masalah

Hasil studi pendahuluan pada 28 Maret 2019, peneliti menemukan bahwa kelima remaja di salah satu SMA "X" Purwakarta kadang merasa sulit untuk mengendalikan emosi mereka ketika dihadapkan oleh suatu peristiwa atau masalah, dua dari lima remaja mengatakan hampir setiap minggu pasti bertengkar dengan orang tuanya karena perkara kecil, satu dari lima remaja ditemukan sering merasa tidak percaya diri dalam lingkungan pertemanan di sekolah, dan satu dari lima remaja ditemukan pernah memiliki ide bunuh diri dalam kurun waktu tiga bulan terakhir.

Empat dari lima remaja mengatakan dukungan orang tua memiliki pengaruh penting ketika mereka sedang menghadapi suatu masalah. Dukungan tersebut dapat dalam berbagai bentuk seperti memberi saran atau solusi atas masalah yang sedang dihadapi, memberikan kata-kata penyemangat, ataupun sekadar menjadi tempat untuk berkeluh-kesah. Adapun satu dari lima remaja dengan pernah memiliki ide bunuh diri sebelumnya mengatakan bahwa dukungan orang tua tidak terlalu berarti dibandingkan dengan dukungan teman sebaya. Remaja tersebut mengatakan teman sebaya lebih sering memberikan dukungan dibandingkan orang tua sehingga pemikiran untuk mengakhiri hidup pun perlahan hilang karena dukungan teman sebaya.

Ketika peneliti mewawancarai lebih dalam, remaja dengan ide bunuh diri itu menyebutkan bahwa ide tersebut muncul usai bertengkar dengan orang tuanya karena mendapat sanksi dari sekolah dalam bentuk skors selama 3 hari. Remaja

tersebut merasa marah setelah ditampar oleh ayahnya. Remaja tersebut mengatakan ayahnya memang tempramen, sehingga tidak jarang perilaku kekerasan terjadi di rumah. Selain merasa marah, remaja tersebut juga merasa kecewa atas sikap sang ayah karena dalam pikirannya bukan hanya dirinya yang membolos saat pelajaran sekolah dan mendapatkan sanksi sehingga remaja cenderung merasa tidak bersalah atas perilaku membolosnya itu. Saat diwawancara, remaja juga menyebutkan keinginan untuk mengakhiri hidupnya bukan seperti dengan menyayat atau meminum racun. Melainkan keinginan untuk mati ketika sedang tidur.

Ditinjau dari penelitian-penelitian sebelumnya, penggunaan variabel tingkat resiliensi dan variabel ide bunuh diri sebagai variabel yang akan diuji masih jarang di Indonesia. Hal ini memunculkan rasa ketertarikan peneliti untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja, di mana resiliensi pada kelompok yang peneliti ingin uji dipandang sebagai investasi dalam diri yang diharapkan dapat muncul saat individu tersebut mengalami kesulitan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan juga peneliti menemukan bahwa di SMA "X" Purwakarta belum pernah ada penelitian terkait tingkat resiliensi dan ide bunuh diri. Ditambah dengan banyaknya portal berita yang melaporkan temuan empat kasus bunuh diri di Purwakarta pada awal 2018, semakin memperkuat keinginan peneliti untuk melakukan penelitian terkait hubungan tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja di salah satu SMA "X" Purwakarta.

I.2.2 Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana gambaran usia remaja di SMA "X" Purwakarta?
- b. Bagaimana gambaran jenis kelamin pada remaja di SMA "X" Purwakarta?
- c. Bagaimana gambaran status perkawinan orang tua pada remaja di SMA "X" Purwakarta?
- d. Bagaimana gambaran tingkat resiliensi pada remaja di SMA "X" Purwakarta?

- e. Bagaimana gambaran ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta?
- f. Bagaimana hubungan usia dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta?
- g. Bagaimana hubungan jenis kelamin dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta?
- h. Bagaimana hubungan status perkawinan orang tua dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta?
- i. Bagaimana hubungan tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja, di mana resiliensi pada kelompok yang peneliti uji dipandang sebagai investasi dalam diri individu ketika menghadapi peristiwa sulit.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis gambaran usia remaja di SMA “X” Purwakarta.
- b. Menganalisis gambaran jenis kelamin pada remaja di SMA “X” Purwakarta.
- c. Menganalisis gambaran status perkawinan orang tua pada remaja di SMA “X” Purwakarta.
- d. Menganalisis gambaran tingkat resiliensi pada remaja di SMA “X” Purwakarta.
- e. Menganalisis gambaran ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta.
- f. Menganalisis hubungan usia dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta.
- g. Menganalisis hubungan jenis kelamin dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta.

- h. Menganalisis hubungan status perkawinan orang tua dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta.
- i. Menganalisis hubungan tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja di SMA “X” Purwakarta.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan ilmu di bidang keperawatan, khususnya keperawatan jiwa, terkait tingkat resiliensi dan ide bunuh diri pada usia remaja.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini, masyarakat dapat menerima informasi terkait gambaran tingkat resiliensi serta ide bunuh diri pada remaja dan bagaimana cara meningkatkan resiliensi serta meminimalisir angka bunuh diri maupun timbulnya ide bunuh diri.

b. Bagi Perawat

Penelitian ini memberi gambaran pada perawat terkait tingkat resiliensi dan ide bunuh diri pada remaja. Dengan begitu perawat diharapkan dapat melakukan penilaian terhadap faktor risiko maupun faktor protektif resiliensi, membuat strategi bagaimana caranya meningkatkan resiliensi pada remaja, dan menjalankan perannya sebagai advokat guna memobilisasi masyarakat untuk mengurangi dan mencegah faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perilaku bunuh diri.

c. Bagi Institusi dan Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tinjauan materi pembelajaran sehingga meningkatkan sumber informasi bagi institusi terkait, serta menjadi landasan dalam mengembangkan penelitian berikutnya.