



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pada umumnya gangguan mental yang terjadi adalah gangguan kecemasan dan gangguan depresi. Diperkirakan 4,4% dari populasi global menderita gangguan depresi, dan 3,6% dari gangguan kecemasan. Jumlah penderita depresi meningkat lebih dari 18% antara tahun 2005 dan 2015. Depresi merupakan penyebab terbesar kecacatan di seluruh dunia. Lebih dari 80% penyakit ini dialami orang-orang yang tinggal di negara yang berpenghasilan rendah dan menengah (World Health Organization, 2017).

Selain itu data yang diterbitkan oleh WHO diperkirakan terdapat 350 juta orang mengalami depresi, baik ringan maupun berat (WHO, 2012). Sementara hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Indonesia, menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional —yang ditunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan— adalah sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas (Yankes Kemenkes, 2013)

Bunuh diri merupakan keinginan seseorang untuk mengakhiri hidupnya, bila berhasil dilakukan maka ini suatu keputusan fatal (Sadock and Sadock, 2010, p. 289) masalah mental multi faktor seperti, depresi, kecemasan, bipolar, skizofrenia dan penyakit lainnya yang dialami oleh seseorang bisa menjadi dasar perilaku

bunuh diri. Individu yang mengalami keinginan bunuh diri memiliki masalah mental yang harus ditangani oleh bantuan medis profesional. Tidak sedikit orang-orang yang menjadikan bunuh diri sebagai pilihan terakhir untuk permasalahan yang sedang dihadapi. Berdasarkan data yang dikeluarkan WHO sebanyak 804.000 kematian di dunia disebabkan oleh bunuh diri setiap tahunnya (WHO, 2012).

Depresi memang tidak selalu menjadi faktor utama seseorang memiliki pemikiran untuk bunuh diri, melakukan bunuh diri maupun percobaan bunuh diri. Namun hampir dibanyak kasus bunuh diri maupun percobaan bunuh diri, depresi adalah salah satu alasan terbesar seseorang melakukannya. Orang yang memiliki depresi tidak menunjukkan gejala-gejala yang sama dengan yang lain. Satu dengan yang lain bisa sangat berbeda.

Budaya patriarki juga memiliki peran pada tingkat bunuh diri. Berdasarkan data dari WHO secara global, tingkat rasio bunuh diri adalah 11,4 orang per 100.000 penduduk. Laki-laki cenderung lebih rentan melakukan bunuh diri dengan rasio sebesar 15 orang per 100.000 penduduk sementara perempuan hanya 8 orang per 100.000 penduduk (WHO, 2012). Berdasarkan data dari Forensik FKUI/RSCM pada tahun 2004-2009 terdapat 771 kasus bunuh diri pada laki-laki dan 348 pada perempuan. Dalam masyarakat, laki-laki dianggap sebagai mahluk yang tangguh dan kuat sehingga mengekspresikan perasaan yang dirasakan adalah sesuatu yang tabu dan akan menjauhkan dari gambaran laki-laki tangguh. Dampak dari memendam emosi bisa berujung dengan mengakhiri hidup.

Di negara-negara maju seperti, Amerika Serikat, Britania Raya dan Korea Selatan, mereka memiliki layanan telpon gawat darurat untuk orang-orang yang ingin melakukan bunuh diri. Layanan tersebut memberikan pertolongan pertama untuk mengintervensi keinginan bunuh diri seseorang. Sehingga percobaan bunuh diri tidak terjadi dan dapat dicegah. Di Indonesia sendiri pernah ada layanan yang menawarkan pelayanan serupa, namun layanan tersebut ditutup karena sepi penelpon. Namun sepi penelpon bukan berarti angka percobaan bunuh diri rendah. Namun banyak orang yang tidak mengetahui mengenai layanan ini.

Menurut data dari Ditjen Yankes Kementerian Kesehatan kesenjangan pengobatan gangguan jiwa di Indonesia mencapai lebih dari 90 persen. Ini artinya kurang dari 10 persen penderita gangguan jiwa mendapatkan pelayanan terapi dari petugas kesehatan. (Yankes Kemenkes, 2015)

Mengintervensi keinginan bunuh diri seseorang bukanlah hal yang mudah. Karena perkataan yang disampaikan kepada orang yang memiliki keinginan bunuh diri harus berhati-hati. Bila tidak berhati-hati dengan perkataan yang disampaikan, ditakutkan malah melukai perasaan orang tersebut.

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia nomor 18 tahun 2014 tentang kesehatan jiwa pasal 7 yang berbunyi Upaya promotif Kesehatan Jiwa ditujukan untuk:

U
N
I
V
E
R
S
I
T
A
S
M
U
L
T
I
M
E
D
I
A
N
U
S
A
N
T
A
R
A

- a) mempertahankan dan meningkatkan derajat Kesehatan Jiwa masyarakat secara optimal;
- b) menghilangkan stigma, diskriminasi, pelanggaran hak asasi Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) sebagai bagian dari masyarakat;
- c) meningkatkan pemahaman dan peran serta masyarakat terhadap Kesehatan Jiwa; dan
- d) meningkatkan penerimaan dan peran serta masyarakat terhadap Kesehatan Jiwa.

Lewat buku yang penulis ciptakan, penulis akan melakukan upaya promotif tentang kesehatan jiwa dan pencegahan bunuh diri. Penulis seringkali mendengar perkataan “bunuh diri tidak menyelesaikan masalah, bunuh diri hanya melanjutkan masalahnya ke orang lain” namun penulis memiliki kesulitan dalam memahami apa yang dimaksud dari kalimat tersebut. Hingga suatu saat penulis melakukan percobaan bunuh diri. Pelan-pelan penulis mulai memahami maksud kalimat tersebut. Terutama dari prespektif penyintas kehilangan akibat bunuh diri. Masih banyak orang tidak mengerti apa yang dirasakan seseorang yang sedang mengalami depresi.

Penjelasan tentang perilaku bunuh diri juga ada macam-macamnya seperti yang disebutkan dalam Sadock dan Sadock pertama ada bunuh diri itu sendiri yaitu keadaan dimana seseorang mengakhiri hidupnya atas kehendaknya sendiri. Kedua ada percobaan bunuh diri yaitu keadaan dimana seseorang mencoba mengakhiri hidupnya. Ketiga ada keadaan dimana seseorang menghentikan percobaan bunuh

dirinya sebelum terjadi sesuatu yang lebih parah. Keempat ada yang dikenal dengan parasuicidal, yaitu keadaan seseorang yang menyakiti dirinya dengan melukai fisiknya namun tidak memiliki keinginan untuk mati. Lalu ada juga yang dikenal dengan keinginan bunuh diri, keinginan ini ada di benak mereka namun belum terlaksanakan. (Sadock and Sadock, 2010, p.290)

Buruknya pemberitaan di media mengenai kasus bunuh diri juga dapat menjadi salah satu pemicu seseorang melakukan percobaan bunuh diri. Dilansir dari situs *reporting on suicide*, media seharusnya menghindari penggunaan judul yang bombastis seperti “Desainer Kondang Asal New York, Ditemukan Gantung Diri” dan sebaiknya menggunakan judul “Kate Spade, Meninggal Umur 55 tahun”. Media juga tidak boleh menjelaskan metode bunuh diri yang dilakukan seseorang secara jelas karena ditakutkan dengan penjelasan detail mengenai metode yang digunakan akan menginspirasi individu yang rentan melakukan percobaan bunuh diri.

Setelah percobaan bunuh diri yang pernah penulis lakukan penulis merasa kalau penulis merupakan seseorang yang memiliki privilese untuk pergi berobat ke dokter jiwa. Privilise yang dimiliki penulis berupa dukungan keluarga yang cukup tereduksi mengenai masalah kejiwaan. Keluarga penulis berusaha memahami apa yang penulis alami dan keluarga penulis mendukung agar penulis bisa cepat pulih, walaupun membutuhkan waktu yang cukup lama.

1.2. Tujuan Karya

Tujuan dari pembuatan Karya Jurnalistik ini adalah:

1. Menunjukkan pada Masyarakat kalau kesehatan mental itu penting
2. Meningkatkan keperdulian masyarakat dan pemerintah untuk berpartisipasi dalam mencegah bunuh diri.
3. Membantu Pemerintah mengedukasi warga tentang pentingnya melakukan pencegahan bunuh diri.

1.3. Kegunaan Penelitian

Adapun Karya Jurnalistik ini berguna dalam hal sebagai berikut:

1 Kegunaan praktis

Melalui Karya Jurnalistik ini diharapkan pemerintah yang terlibat yaitu Kementerian Sosial dan Kementerian Kesehatan untuk lebih mengkampanyekan tentang kesehatan mental.

2 Kegunaan Akademis

Dalam kegunaan akademis, karya ini akan memberikan sumbangan karya baru untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan mental dan melakukan pencegahan bunuh diri.