BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja dikenal mempunyai emosi yang tidak stabil, rentan berperilaku negatif dikarenakan pada masa remaja, individu mengalami banyak perubahan besar baik dari segi fisik maupun psikologis, salah satunya yaitu perubahan emosional. Fase yang dihadapi saat stress dan konflik sangat rentan untuk menimbulkan perilaku destruktif pada masa remaja, sehingga remaja harus melakukan penyesuaian diri, pencarian jati diri, dan persiapan menuju kematangan fisik dan mental. Ketika remaja tidak mampu menyesuaikan diri dalam fase ini dapat menyebabkan sebagian dari mereka mengalami depresi. Dampak jangka panjang depresi pada remaja mengakibatkan timbulnya pikiran - pikiran negatif salah satunya adalah ide untuk bunuh diri. Ide bunuh diri yang berlangsung lama akan berlanjut pada percobaan remaja untuk mengakhiri hidupnya sendiri atau bunuh diri yang sangat mengancam kehidupan (Riziana et al., 2023)..

Beradaptasi dengan stressor yang ada dapat membantu remaja mencegah ide bunuh diri dan mengurangi resiko perilaku bunuh diri. Selain itu upaya untuk untuk mengarahkan sumber daya yang dibutuhkan selama mengalami masa sulit seperti meminta saran dari keluarga, sahabat ataupun orang terdekat tentang bagaimana menyesuaikan dengan stressor yang muncul serta bernegosiasi dengan sumber daya yang tersedia dengan cara yang berarti atau upaya personal untuk menyelesaikan masalah dapat meningkatkan mekanisme koping untuk menekan ide bunuh diri (I. Biahimo et al., 2024).

Mekanisme koping remaja merupakan upaya yang dilakukan atas timbulnya respon dari stres yang dialami. Mekanisme koping memungkinkan intervensi psikologis yang lebih tepat sasaran dan efektif yang akhirnya akan meningkatkan kemampuan seseorang untuk mengatasi keinginan bunuh diri yang muncul. Koping yang bereorientasi pada penyelesaian tugas misalnya kesadaran akan memberikan perhatian dengan penanganan yang berorientasi pada tugas (Gusmunardi, 2023).

Mekanisme koping berorientasi tugas mengacu pada respons ditujukan untuk mengurangi atau menghilangkan sumber stres dengan mengambil tindakan untuk memecahkan masalah atau mengubah situasi jika masalah tidak dapat dihilangkan disebut dengan koping adaptif. Sebaliknya, koping yang berorientasi pada emosi ditandai dengan berfokus pada diri dan emosi negatif pribadi dalam situasi stres. Mekanisme koping yang berpusat pada emosi dapat memberikan kerugian serta proses penyelesaian masalah yang kurang efektif, sehingga masalah menjadi lebih buruk disebut dengam koping maladaptif. (Purnama et al., 2023).

Menurut *World Health Organization (WHO, 2023),* Setiap tahun 703.000 orang bunuh diri dan lebih banyak lagi orang yang mencoba bunuh diri. Bunuh diri terjadi sepanjang masa hidup dan merupakan penyebab kematian keempat terbesar pada kelompok usia 15-29 tahun secara global pada tahun 2019. Bunuh diri tidak hanya terjadi di negara-negara berpendapatan tinggi namun merupakan fenomena global di seluruh wilayah dunia. Faktanya, lebih dari 77% kasus bunuh diri global terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah pada tahun 2019. Data epidemiologi menunjukkan prevalensi tingkat ide bunuh diri yang berkisar antara 4,1% di Indonesia hingga 32,1%, sementara secara keseluruhan lintas negara prevalensinya adalah 16,2% pada wanita dan 12,2% pada pria. Prevalensi ide bunuh diri sedikit lebih tinggi dibandingkan rata-rata 14% dan 14,4% pada Perempuan dan laki-laki ((Vally, 2021).

Dalam skala global, hampir separuh dari keseluruhan gangguan kesehatan mental, termasukdidalamnya perilaku agresif, kecemasan, dan depresi diprediksi mulai muncul sejak usia 14 tahun,dengan tingkat prevalensi sekitar 10-20%. Sayangnya, sebagian besar dari mereka yang menghadapi masalah ini tidak menerima perawatan dan bantuan yang memadai (WHO, 2019).Sementara itu, satu dari tujuh anak yang berusia 10 sampai dengan 19 tahun (sekitar 14%) memiliki gangguan mental, namun banyak di antara mereka belum teridentifikasi dan tidak mendapat pengobatan yang tepat (Abas et al., 2023).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar

6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang. Penduduk berusia 15-24 tahun memiliki persentase depresi sejumlah 682.000 orang atau sebesar 6,2% (RISKESDAS, 2018). Kasus bunuh diri di Indonesia bisa mencapai 10.000 atau setara dengan setiap satu jam terdapat kasus bunuh diri. Remaja mempunyai niatan untuk bunuh diri sebesar 6,9% atau setara 690 orang sedangkan 3% atau sebesar 300 orang lain pernah melakukan percobaan bunuh diri setiap tahunnya (Alini & Meisyalla, 2022).

Berdasarkan data Kasus Bunuh diri di Gorontalo menunjukkan sejumlah 32 orang yang melakukan bunuh diri di Gorontalo Bulan Januari - November 2023. Hal ini sangat berbeda dibandingkan dengan sepanjang 2020 – 2022 Gorontalo hanya memiliki 4-5 kasus bunuh diri. Kasus bunuh diri di Gorontalo terjadi dengan beberapa metode bunuh diri antara lain dengan cara meminum racun, gantung diri, dan menggunakan senjata api/tajam. Secara persentase metode dalam kasus bunuh diri yang terjadi yaitu 70% dengan cara gantung diri, 16,7% dengan cara meminum racun, daan menggunakan senjata api/tajam sebanyak 6,7%, serta sisanya sebanyak 6,7% percobaan bunuh diri yang dapat di gagalkan oleh pihak keluarga/kerabat/pihak berwajib (Engahu, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Gusmunardi, 2023) menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara mekanisme koping adaptif dengan risiko bunuh diri pada pasien remaja, dengan nilai $p = 0,043$ pada item koping adaptif.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Savira., 2021) menunjukkan terdapat hubungan antara koping positif dengan ide bunuh diri pada mahasiswa dimana semakin sering mahasiswa melakukan *positive religious coping,* tingkat *suicidal ideation* yang dimilikinya semakin menurun, sedangkan jika mahasiswa sering melakukan *negative religious coping*, maka tingkat *suicidal ideation* yang dimilikinya akan semakin meningkat.

Islam melarang keras dengan adanya pembunuhan atau bunuh diri. Dilarang bunuh diri karena perbuatan itu termasuk perbuatan putus asa, dan orang yang melakukannya adalah orang yang tidak percaya kepada rahmat dan pertolongan Allah. Atas dasar sekian banyak Al-Qur'an yang mengingatkan hakikat diatas, diantaranya, Allah berfirman dalam surat An –

Nissa ayat 29 – 30 yang berbunyi :

اللهَ اِنَّ اَنْفُسَكُمْۗ تَقْتُلُوْٓا وَلَا مِّنْكُمْ تَّرَاضٍ عَنْ تِجَارَةً تَكُوْنَ اَنْ اِلَّآ بِالْبَاطِلِ بَيْنَكُمْ اَمْوَالَكُمْ تَأْكُلُوْٓا لَا يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا رَحِيْمًا بِكُمْ كَانَ

﴿٢﴾

Artinya : *Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu memakan harta sesamamu dengan cara yang batil (tidak benar), kecuali berupa perniagaan atas dasar suka sama suka di antara kamu. Janganlah kamu membunuh dirimu. Sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu.*

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti saat melakukan pengambilan data awal di SMAN 1 Limboto didapatkan jumlah siswa kelas X adalah 418 orang dan jumlah kelas XI yang 322 orang. Data wawancara dengan guru konseling masalah remaja yang dialami berkaitan dengan masalah pribadi, sosial dan keluarga. Mayoritas masalah yang muncul berkaitan dengan perkelahian antar siswa, rendahnya minat dan motivasi belajar karena beberapa faktor seperti perceraian orangtua, faktor ekonomi, serta pergaulan yang salah yang menyebabkan siswa sering bolos dalam pelajaran dalam waktu yang lama.

Selain itu tercatat pada tahun 2024 terdapat 2 kasus *bullying* non kekerasan di sekolah seperti *bullying* verbal yang menyebabkan siswa dalam hal ini korban tidak mau bersekolah dan memilih untuk pindah ke sekolah lain, dan terdapat 1 kasus mencederai diri sendiri dengan membarcode tangannya, dikarenakan frustasi karena orangtua yang selalu menuntut nilai akademik yang tinggi dimana siswa tersebut merasa hal itu tidak sesuai dengan kemampuannya.

Berdasarkan observasi peneliti bahwa terdapat siswa yang berdiam diri di lingkungan sekitar sekolah, berdasarkan penuturan teman sebaya bahwa siswa tersebut kurang berbaur karena terjadi masalah keluarga yaitu perceraian orangtua sehingga siswa tersebut merasa sedih yang berkepanjangan, adapun beberapa siswa pada jam istrahat mengurung diri di kelas sampai jam istrahat usai karena tuntutan akademik oleh orangtua yang menyebabkan siswa belajar terus – menerus tanpa berinteraksi sosial dengan teman – teman sebayanya, kemudian siswa – siswa tersebut cenderung tertutup dan menghindari ketika ingin diwawancarai.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti pada 5 siswa, 4 diantaranya mengatakan ketika terdapat masalah memilih untuk tidak menceritakan kepada siapapun, acuh tak acuh tanpa berusaha untuk menyelesaikan masalah tersebut, serta menyalahkan diri sendiri atas masalah yang terjadi. Siswa juga mengatakan pernah terpikirkan untuk mengakhiri hidupnya disebabkan kontrol diri yang lemah dan emosi yang meluap – luap juga tidak terkontrol yang berdampak pada tindakan memecahkan barang – barang disekitarnya, beberapa kali muncul ide untuk bunuh diri serta ingin menyakiti dirinya sendiri untuk menarik perhatian orang disekitarnya saat menghadapi masalah. Menurut penuturan siswa masalah yang dihadapi meliputi masalah cinta, perceraian orangtua atau anak *broken home* sehingga merasa tidak mendapatkan perhatian dan kasih sayang yang cukup dari orangtuanya serta tidak mampu menanggung tuntutan dari keluarga terkait hasil prestasi belajarnya atau stress akademik.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Mekanisme Koping Individu Dengan Kejadian Resiko Bunuh Diri Pada Remaja Di SMAN 1 Limboto".

1.2 Identifikasi Masalah

1. Kasus bunuh diri di Gorontalo dalam 3 tahun terakhir meningkat dari 5 kasus menjadi 23 kasus pada bulan Januari-November 2023
2. Beberapa masalah yang muncul pada siswa kelas X dan XI berkaitan dengan perkelahian antar siswa, rendahnya minat dan motivasi belajar karena beberapa faktor seperti perceraian orangtua, faktor ekonomi.
3. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti pada 5 siswa, 4 diantaranya mengatakan ketika terdapat masalah memilih untuk tidak menceritakan kepada siapapun, bersikap kurang peduli tanpa berusaha untuk menyelesaikan masalah tersebut, serta menyalahkan diri sendiri atas masalah yang terjadi.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana Mekanisme Koping individu Remaja di SMAN 1 Limboto?
2. Bagaimana Tingkat kejadian Resiko Bunuh diri di SMAN 1 Limboto?

3. Apakah terdapat Hubungan Mekanisme Koping Individu Dengan Kejadian Resiko Bunuh Diri Pada Remaja Di SMAN 1 Limboto ?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Untuk Mengidentifikasi Mekanisme Koping Individu Pada Remaja di SMAN 1 Limboto
2. Untuk Mengidentifikasi Tingkat kejadian Resiko Bunuh diri di SMAN 1 Limboto
3. Untuk menganalisis Hubungan Mekanisme Koping Individu dengan Kejadian Resiko Bunuh Diri Pada Remaja Di SMAN 1 Limboto

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi SMAN 1 Limboto

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi sekolah bahwasanya diperlukan perhatian yang lebih terhadap aspek Kesehatan jiwa pada remaja khususnya terkait psikologis yang dapat meningkatkan kejadian resiko bunuh diri.

1.5.2 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa dan juga sebagai referensi sebagai pemahaman mahasiswa khususnya Hubungan Mekanisme Koping Individu Dengan Kejadian Resiko Bunuh Diri Pada Remaja.

1.5.3 Bagi Perawat

Memberikan masukan kepada perawat agar dapat meningkatkan pelayanan asuhan keperawatan jiwa dari segi khususnya pada Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami depresi sampai gangguan mental.

1.5.4 Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan bagi peneliti maupun mahasiswa lain khususnya pada stase Keperawatan Jiwa di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo.