ABSTRACT

Wira Dikarta Punu The Influence of Cognitive Behavioral Therapy on Suicide Risk Incidence at SMK Negeri 1 Kota Gorontalo. Superviced by Firmawati as the chair, and Nur Uyuun I. Biahimo as member.

More than 450 million people experienced mental disorders in 2020. Based on WHO data, suicide is one of the leading causes of death in the world, with more than 800,000 cases each year. This research aims to evaluate the effect of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) therapy on reducing the risk of suicide in students at SMK Negeri 1 Kota Gorontalo. This research used a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach, with a purposive sampling technique with 15 respondents. The results showed a significant effect of CBT therapy on students' ability to control negative thoughts related to suicide. Before therapy, students were classified as high risk for suicide with an average score of 20.73. After being given CBT intervention, all students experienced a decrease in risk, with an average score decreasing to 13.00 which is included in the low-risk category. Statistical analysis with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) confirmed that CBT therapy is effective in reducing the risk of suicidal thoughts in students. These results conclude that CBT therapy significantly reduces the risk of suicidal thoughts among students at risk. It is recommended that schools, especially teachers, evaluate and develop more targeted mental health intervention programs for students to create an environment that supports adolescent psychological well-being.

Keywords: Cognitive Behavioral Therapy; Suicide Risk

ABSTRAK

Wira Dikarta Punu Pengaruh *Cognitive Behavioral Theraphy* Terhadap Kejadian Risiko Bunuh Diri Di SMK Negeri 1 Kota Gorontalo Di Bimbing Oleh Firmawati sebagai ketua, dan Nur Uyuun I. Biahimo sebagai anggota.

Lebih dari 450 juta orang mengalami gangguan mental pada tahun 2020. Berdasarkan data WHO, bunuh diri menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia, dengan lebih dari 800.000 kasus setiap tahunnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh Cognitive Behavioral Therapy (CBT) terhadap penurunan risiko bunuh diri pada siswa di SMK Negeri 1 Kota Gorontalo. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan *one-group pretest-posttest*, dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan jumlah 15 responden. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari *Cognitive Behavioral Theraphy* terhadap kemampuan siswa dalam mengontrol pikiran negatif terkait bunuh diri. Sebelum diberikan CBT, siswa tergolong dalam kategori risiko tinggi bunuh diri dengan rata-rata skor 20,73. Setelah diberikan CBT, seluruh siswa mengalami penurunan risiko, dengan rata-rata skor menurun menjadi 13,00 yang tergolong dalam kategori risiko rendah. Analisis statistik dengan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa CBT efektif dalam mengurangi risiko pikiran bunuh diri pada siswa. Hasil ini menyimpulkan bahwa CBT secara signifikan menurunkan risiko pikiran bunuh diri di kalangan siswa yang berisiko. Disarankan agar pihak sekolah, khususnya guru, melakukan evaluasi dan mengembangkan program intervensi kesehatan mental yang lebih terarah bagi siswa untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis remaja.

Kata Kunci : *Cognitive Behavioral Theraphy* ; Risiko Bunuh Diri