

Tren Bunuh Diri Pada Masyarakat dan Pencegahannya Melalui Bidang Pengembangan Kehidupan Beragama (Bidang BK)

**Ahmad Putra, Afnibar, Rosdialena, Syaiful Adnan,
Rian Syaputra Siregar dan Bima Prasetya**

UIN Imam Bonjol Padang

Email: pratamaahmad954@gmail.com, afnibarkons@uinib.ac.id,
rosdialena@gmail.com, syaifuladnan588@gmail.com,
riansyaputra2709@gmail.com, dan bima18001@mail.unpad.ac.id

Abstract

The author tackles the issue of suicide, which has again become prominent in Indonesia at the end of 2023 and the beginning of 2024. Despite not being a new problem, the increased frequency of such incidents highlights the urgent need for a deeper examination and intervention. This study aims to explore perspectives and solutions offered by one specific area of counseling science: religious life development. Using a library research method, the study draws from a variety of sources including books, journals, research papers, and relevant records to enrich the analysis. The paper investigates several critical points: first, it provides a thorough explanation of the phenomenon of suicide, examining whether it can be viewed as an escape from problems or simply an act of folly; second, it assesses the role and responsibilities of the government in addressing and mitigating suicide cases; and third, it explores the perspectives from the field of religious life development on suicide and the strategies that can be implemented for its prevention. By integrating religious aspects into counseling practices, the research aims to offer new insights and make a significant contribution to suicide prevention efforts. This study is anticipated to serve as a valuable reference for future researchers, providing guidance and practical solutions to address and reduce the incidence of suicide in the future.

Keywords: *Suicide, Psychology, Religious Life Development Field*

Abstrak

Penulis mengangkat isu bunuh diri yang kembali mencuat di Indonesia pada akhir tahun 2023 dan awal tahun 2024 sebagai topik utama dalam tulisan ini. Meskipun masalah bunuh diri bukanlah hal baru, tingginya frekuensi kejadian ini menekankan perlunya perhatian dan penanganan yang lebih mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pandangan dan solusi yang dapat ditawarkan oleh salah satu bidang dalam keilmuan bimbingan konseling, yaitu bidang pengembangan kehidupan beragama. Metode penelitian yang digunakan adalah

library research, yang memanfaatkan berbagai sumber seperti buku, jurnal, riset, dan catatan-catatan terkait untuk memperkaya analisis dalam tulisan ini. Tulisan ini mengkaji beberapa poin penting: pertama, memberikan penjelasan mendalam tentang fenomena bunuh diri, apakah tindakan ini bisa dianggap sebagai jalan keluar dari masalah atau sekadar bentuk kebodohan; kedua, menilai peran dan tanggung jawab pemerintah dalam menangani dan mengurangi kasus bunuh diri; dan ketiga, mengeksplorasi perspektif dari bidang pengembangan kehidupan beragama mengenai bunuh diri serta strategi-strategi yang dapat diterapkan untuk pencegahannya. Dengan mengintegrasikan aspek keagamaan dalam praktik bimbingan konseling, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan baru dan kontribusi signifikan dalam upaya pencegahan bunuh diri. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang berharga bagi peneliti di masa depan, serta memberikan panduan praktis untuk mengatasi dan mengurangi kejadian bunuh diri di masa mendatang.

Kata Kunci: Bunuh Diri, Psikologi, Bidang Pengembangan Kehidupan Beragama

A. Pendahuluan

Pada penghujung tahun 2023 hingga awal tahun 2024, masyarakat Indonesia digemparkan dengan maraknya kasus bunuh diri yang dilakukan oleh orang-orang dengan beragam usia dan latar belakang. Persoalan ini sontak menjadi tanda tanya, kenapa bunuh diri menjadi pilihan seseorang ketika dihadapkan dengan sebuah masalah dan apa yang melatar belakangi itu semua? lalu, apa jalan keluar dari persoalan yang dihadapi agar bunuh diri tidak menjadi pilihan bagi individu-individu yang melakukannya?.

Bunuh diri terjadi dikarenakan beberapa penyebab, diantaranya masalah percintaan, tekanan ekonomi, persoalan dengan keluarga dan masalah yang ditemui di tempat bekerja atau rutinitas sehari-hari.¹ Di samping itu, tidak jarang seseorang yang akan bunuh diri melakukan aksi percobaan yang membahayakan baik secara terbuka maupun sembunyi serta pengaruh dari lingkungan tempat tinggal juga memicu seseorang dalam melakukan aksi bunuh diri tersebut.² Latar belakang tersebut dianggap masuk akal sebagai penyebab seseorang melakukan aksi bunuh diri, dengan kata lain dilakukan dengan sadar untuk mengakhiri kehidupan di dunia.

Sebelum melakukan aksi bunuh diri, ia akan memikirkan idenya dulu agar upayanya dapat berhasil sesuai dengan rencana. Artinya, bunuh diri dilakukan dengan kesadaran dan menyiapkan cara-cara agar pada akhirnya menemui kematian.³ WHO menambahkan bahwa 20% masyarakat melakukan upaya bunuh diri di dunia dengan cara meminum racun, menggunakan senjata api, yang sering terjadi di daerah pedesaan, terutama Negara-negara yang masyarakatnya memiliki kondisi ekonomi yang rendah.⁴

¹ Rannu Sanderan and Roby Marrung, "Fenomena Bunuh Diri Remaja Di Toraja Dalam Masa Pandemi," *PEADA': Jurnal Pendidikan Kristen* 2, no. 1 (2021): 56–71, <https://doi.org/10.34307/peada.v2i1.28>.

² Silviana Purwanti and Ainun Nimatu Rohmah, "Mahasiswa Dan Bunuh Diri: Resiliensi Mahasiswa Dalam Menghadapi Skripsi," *Abdi Dosen : Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat* 4, no. 4 (2020): 371, <https://doi.org/10.32832/abdidos.v4i4.702>.

³ Nauli Wusqa and Sri Novitayanti, "Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *JIM Fkep* 6, no. 2 (2022): 145–50.

⁴ Tatag Maulana Ali, "Studi Kasus Tentang Bunuh Diri Di Gunung Kidul: Antara Realitas Dan Mitos Pulung Gantung," *Wacana* 13, no. 1 (2021): 82–103, <https://doi.org/10.13057/wacana.v13i1.192>.

Jika melihat data dari KPAI, jumlah anak yang memilih untuk bunuh diri dari tahun ke tahun semakin banyak. Pada periode Januari-November 2023 saja, terdapat 37 kasus anak yang mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri. Kasus tersebut terjadi pada rentang usia 10-12 tahun, 13-15, 16-17 tahun. Masih di tahun 2023, masyarakat juga dikagetkan dengan banyaknya kasus bunuh diri pada kalangan mahasiswa. Kasus pertama seperti pada tanggal 8 Maret 2023, seorang mahasiswa UI tewas dikarenakan loncat dari lantai 18 di sebuah apartemen di Kebayoran Baru. Kasus kedua, pada 11 Agustus 2023 seorang mahasiswa UNDIP ditemukan tewas gantung diri di lapangan tembak Templang, Semarang. Kasus ketiga pada 2 Oktober 2023, seorang mahasiswa UMY ditemukan tewas karena jatuh dari lantai 4 asrama putri UMY. Di bulan yang sama, 10 Oktober 2023 seorang mahasiswa UNNES loncat dari lantai 4 Mall Paragon Semarang.⁵

Usut punya usut, jika kita melihat ke belakang kenapa banyak kalangan mahasiswa yang bunuh diri tentunya bukan tanpa sebab, hal ini dilatarbelakangi dengan peran mereka yang dituntut cerdas, berilmu dan memiliki cita-cita yang tinggi demi masa depan yang baik. Persoalan inilah yang sebagian orang menilai bahwa mahasiswa menjadi tertekan dan sering kali dihadapkan dengan depresi, hingga terjadinya aksi bunuh diri.⁶

Dalam banyak kasus di Indonesia, keluarga korban yang bunuh diri sering kali menjadi cemoohan atas korban yang bunuh diri, sering kali korban dianggap sebagai manusia yang gila, kurang iman, bahkan disebut sebagai orang kafir. Adapun keluarga korban bunuh diri sering kali menganggap bunuh diri sebagai hal tabu yang menjadi suatu aib. Hal ini tentunya terjadi karena kurangnya literatur yang dipaparkan secara detail tentang bunuh diri, dan sering dijumpai tokoh-tokoh agama sekalipun menyepelkan permasalahan ini dan

⁵ Nurul Karisma et al., "Kesehatan Mental Remaja Dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying Di Indonesia," *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 3, no. 03 (2024): 560–67, <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>.

⁶ Susana Aditiya Wangsanata et al., "Krisis Adaptasi Dan Resilience (Menyoal Fenomena Bunuh Diri Mahasiswa Indonesia)," *Prosiding Seminar Internasional* 1, no. 1 (2023): 386–93, <https://www.who.int/campaigns/world-suicide-prevention-day/2022>.

menganggap orang-orang yang bunuh diri sebagai orang-orang yang tidak ingat kepada Tuhan.⁷

Berdasarkan data dan fenomena yang saat ini begitu mencengangkan, maka penulis dalam penelitian ini mencoba mencari pencegahan persoalan bunuh diri melalui salah satu bidang yang ada di dalam keilmuan bimbingan konseling, yaitu bidang pengembangan kehidupan beragama. Dengan bidang ini, konselor atau pihak-pihak yang memiliki keilmuan di dalamnya mampu menjadikan bidang ini sebagai sebuah alat atau opsi dalam mengatasi persoalan bunuh diri yang marak terjadi saat ini. maka dengan itu, kita akan melihat bagaimana kontribusi atau pencegahan yang ditawarkan oleh bidang pengembangan kehidupan beragama untuk persoalan ini.

B. Metode Penelitian

Metode yang digunakan untuk tulisan ini ialah telaah kepustakaan (*library research*). Metode ini merupakan sebuah penelitian yang mana cara untuk mendapatkan data dan informasi ialah melalui buku, majalah, artikel, dan karya ilmiah lainnya yang dianggap mendukung tulisan ini. Menurut Sugiyono, studi kepustakaan berkaitan dengan kajian teoritis dan referensi lain yang berkaitan dengan nilai, budaya dan norma yang berkembang pada situasi social yang diteliti, selain itu studi kepustakaan sangat penting dalam melakukan penelitian, hal ini dikarenakan penelitian tidak akan lepas dari literatur-literatur ilmiah.⁸

C. Hasil dan Pembahasan

Bunuh Diri: Antara Jalan Keluar atau Kebodohan

Tahun ke tahun kasus bunuh diri semakin meningkat, terutama di Indonesia yang mana dilakukan oleh orang-orang dari usia 15-29 tahun.⁹ Beberapa *literature* menyebutkan bahwa kasus bunuh diri paling banyak terjadi di

⁷ Fuat Hasanudin, Yuke Yolanda, and Muhammad Zahrie Nurhadiansyah, "Kasus Bunuh Diri Dan Peran Keluarga," *Al-Mawarid Jurnal Syariah Dan Hukum (JSYH)* 5, no. 2 (2023): 173–92, <https://doi.org/10.20885/mawarid.vol5.iss2.art4>.

⁸ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 36.

⁹ Tri Ulviani, Yarmis Syukur, and Riska Ahmad, "Strategi Penyusunan Program Bk Di Madrasah," *Dharmas Education Journal (DE_Journal)* 4, no. 2 (2023): 595–600, <https://doi.org/10.56667/dejournal.v4i2.1101>.

Negara berkembang yaitu di Asia sekitar 78%.¹⁰ Dahulu, bunuh diri dianggap tabu dan jarang sekali terjadi, namun di zaman sekarang ini fenomena bunuh diri seakan tidak bisa dihentikan, bahkan sangat sering terjadi. Hong dan Muhammad Aziz dalam Tulisan Abdul Rashid Abdul Aziz dan Nor Hamizah Ab Razak menjelaskan bahwa bunuh diri ialah upaya meranggut nyawa sendiri dengan anggapan bahwa semua persoalan akan selesai dan tertuntaskan.¹¹

Banyak motif terjadinya upaya bunuh diri, diantaranya masalah yang terjadi di dalam keluarga, masalah pertemanan, kondisi ekonomi yang tidak sesuai harapan, percintaan, masalah kesehatan, kematian orang yang dicintai, dan kegagalan dalam menginginkan suatu hal.¹² Bunuh diri juga menjadi sebuah pilihan bagi orang-orang yang sedang mengalami keputus-asaan dalam menghadapi kesulitan hidup, artinya bunuh diri dianggap sebagai pelarian dari masalah yang tidak sanggup untuk diselesaikan.¹³

Bunuh diri dipandang sebagai salah satu opsi cara mengakhiri sebuah masalah. Sebagian individu beranggapan bahwa bunuh diri sudah menjadi salah satu cara tepat untuk mengakhiri setiap persoalan yang dianggap menekan kebebasan dalam menjalani hidup. Ibarat melihat melalui celah pipa, tidak ada harapan dan penyelesaian lain yang tersisa. Artinya, mereka melihat bahwa tidak ada lagi harapan untuk mencari solusi lain selain hanya mentok pada upaya bunuh diri. Inilah persoalan yang sangat serius terjadi saat ini yang seharusnya membutuhkan penanganan, bimbingan dan perhatian segenap lapisan masyarakat.

¹⁰ Angelina Roida Eka et al., "Peran Teknologi Smart Phone Dalam Pencegahan Bunuh Diri : Literature Review," *Jwk* 7, no. 1 (2022): 2548–4702.

¹¹ Abdul Rashid Abdul Aziz and Nor Hamizah Ab Razak, "Satu Tinjauan Terhadap Pemikiran Dan Idea Bunuh Diri Dalam Kalangan Pelajar," *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)* 6, no. 7 (2021): 12–26, <https://doi.org/10.47405/mjssh.v6i7.909>.

¹² Linda Mandasari and Duma L. Tobing, "Tingkat Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja," *Indonesian Journal of Health Development* 2, no. 1 (2020): 1–7, <https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/article/view/33>.

¹³ Faika Rachmawati and Tri Suratmi, "Mitos Bunuh Diri Di Gunungkidul Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)," *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan* 10, no. 1 (2020): 32–44, <https://doi.org/10.52643/jbik.v10i1.761>.

Berikut bentuk proses pemikiran dan tingkah laku seseorang yang akan bunuh diri, diantaranya:¹⁴

1	Pemikiran/Idea	<ul style="list-style-type: none">✓ Ada perasaan menyesal lahir ke dunia, lebih baik mati saja✓ Hidup tidak bernilai✓ Mengharapkan terjadinya kematian✓ Berpikir untuk bunuh diri dan cara bunuh diri
2	Niat	<ul style="list-style-type: none">✓ Menulis catatan atau pesan terakhir✓ Menyerahkan segala hak milik✓ Melakukan ancaman secara terbuka dan terang-terangan✓ Melakukan aksi kecil yang membahayakan diri sendiri
3	Percobaan	<ul style="list-style-type: none">✓ Berpura-pura mencoba bunuh diri✓ Melakukan percobaan kecil dan Melakukan percobaan besar
4	Penyelesaian	<ul style="list-style-type: none">✓ Bunuh diri/terjadinya kematian karena aksi bunuh diri berhasil dilakukan

Seseorang yang akan melakukan aksi bunuh diri, juga memiliki dua spesifikasi, diantaranya:¹⁵

1. *Committed Suicide*: sebuah kondisi dimana seseorang yang melakukan aksi bunuh diri memang keinginan dirinya sendiri, artinya dilakukan secara sadar dan terang-terangan.
2. *Non Suicidal*: sebuah kondisi di mana seseorang yang melakukan aksi bunuh diri namun tidak memiliki keinginan untuk mati.

¹⁴ Arthur D. B. Mantiri, Erwin Kristanto, and J. Siwu, "Profil Kasus Bunuh Diri Di Kota Manado Periode Januari-November 2015," *E-CliniC* 4, no. 1 (2016), <https://doi.org/10.35790/ec1.4.1.2016.10964>.

¹⁵ Witrin Gamayanti, "USAHA BUNUH DIRI BERDASARKAN TEORI EKOLOGI BRONFENBRENNER," *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikolog* 1, no. 2 (2014): 204–30.

Secara tidak langsung, bunuh diri menjadi sebuah fenomena yang menakutkan, apalagi untuk masyarakat di Indonesia. Di samping itu, bunuh diri menjadi salah satu penyebab dari banyaknya kematian dan terjadi pada semua kalangan usia. Artinya, bunuh diri bukan saja dilakukan para orang dewasa, namun juga terjadi pada anak-anak, remaja, maupun lansia.¹⁶ Hendry Campbel dalam tulisan Hilda Yunita Sabrie mengatakan bahwa bunuh diri dilakukan dengan kesadaran dan sukarela dengan maksud mencelakakan diri sendiri.¹⁷

Orang yang melakukan upaya bunuh diri secara tidak langsung membentuk sebuah jalan termudah untuk meninggalkan masalah yang tengah ia hadapi dengan cara bunuh diri. Ia menilai bahwa tidak ada lagi jalan keluar atau solusi yang bisa ia ambil melainkan mengakhiri hidup dengan cara cepat dan mudah. Selain disebabkan aspek budaya, aspek psikologi-psikiatri memiliki pengaruh besar terjadinya aksi bunuh diri ini.¹⁸

Peran Pemerintah dalam Pencegahan Bunuh Diri di Kalangan Masyarakat

Bunuh diri menjadi masalah kesehatan masyarakat yang menjadi perhatian global dan selalu ditanggapi dengan serius, ditambah dengan penjelasan WHO yang mengatakan bahwa ada sekitar 800.000 orang di dunia melakukan aksi bunuh diri setiap tahunnya.¹⁹ Penyebab terjadinya bunuh diri menurut Irigoyen (2019) dalam tulisan FA Nurdiyanto menerangkan diantaranya gangguan mental yang di dalamnya ada depresi, bipolar, gangguan kecemasan. Lalu juga

¹⁶ Alifia Salsabhilla and Ria Utami Panjaitan, "Dukungan Sosial Dan Hubungannya Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, no. 1 (2019): 107, <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.107-114>.

¹⁷ Hilda Yunita Sabrie, "Pembayaran Klaim Asuransi Jiwa Akibat Tertanggung Bunuh Diri (Pt Asuransi Jiwa Manulife Indonesia)," *Yuridika* 26, no. 1 (2011): 31–51, <https://doi.org/10.20473/ydk.v26i1.261>.

¹⁸ Soetji Andari, "Fenomena Bunuh Diri Di Kabupaten Gunung Kidul," *Sosio Konsepsia* 7, no. 1 (2018): 92–108, <https://doi.org/10.33007/ska.v7i1.1141>.

¹⁹ Cili Fatria, Fajarwati Stmik, and Al-Fath Sukabumi, "Sinegritas Perguruan Tinggi Dalam Mencegah Perilaku Bunuh Diri Mahasiswa Di Indonesia," *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science* 1, no. 01 (2023): 9–18.

dikarenakan kecanduan alkohol, narkoba, penyakit kronis, persoalan keluarga, kecanduan alat-alat terlarang, dan pengalaman traumatik.²⁰

Persoalan bunuh diri bukanlah perkara kecil dan mudah untuk diatasi, apalagi masyarakat memiliki beragam masalah yang tidak bisa ditebak apakah masalah yang sedang dihadapi itu dapat terselesaikan secara bijak atau malah sebaliknya. Maka dengan itu, Pemerintah harus hadir dan turun ke lapangan dengan memberikan perhatian dan upaya diantaranya:

1. Pemerintah melalui Dinas Kesehatan memberikan materi kepada masyarakat seputar pencegahan upaya bunuh diri.

Dinas kesehatan menjadi salah satu lembaga yang sifatnya ialah memberikan bantuan dan pertolongan kepada masyarakat. maka dalam hal ini, rumah sakit turut andil dalam memberikan pertolongan dan pencegahan kepada masyarakat agar masyarakat tidak melakukan upaya bunuh diri dalam mengatasi persoalan yang sedang dihadapi. Salah satu upaya dalam hal ini telah dilakukan oleh dinas kesehatan bekerja sama dengan perawat di rumah sakit memberikan materi kepada masyarakat Majene, Sulawesi Barat dengan tema pencegahan bunuh diri dan penanganan masalah kesehatan jiwa.

Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan kemampuan para perawat terukhusus perihal kesehatan jiwa masyarakat. Materi yang diberikan kepada masyarakat diharapkan menjadi pedoman dan penguatan, agar masyarakat lebih bijak dalam berpikir serta tidak mudah depresi di saat ada masalah yang terjadi. Pemberian materi menjadi salah satu cara yang cukup maksimal dengan melakukan pertemuan langsung dengan masyarakat dan ditambah dengan sesi tanya jawab.²¹

²⁰ F A Nurdyanto, "Masih Ada Harapan: Eksplorasi Pengalaman Pemuda Yang Menanggukkan Bunuh Diri," *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 9, no. 2 (2020): 369–84, <https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3995>.

²¹ Irfan Irfan, Kurnia Harli, and Bobby Nurmagandi, "Gelis Jiwa Program Inovasi Dalam Penanganan Kesehatan Jiwa Dan Pencegahan Bunuh Diri Masyarakat Majene," *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)* 4, no. 2 (2023): 83–89, <https://doi.org/10.36590/jagri.v4i2.687>.

2. Peran Jurnalistik dalam Mengamati Persoalan yang dialami banyak masyarakat

Dalam hal ini, Pemerintah dapat bekerja sama dengan jurnalistik atau orang-orang yang aktif di media, terutama perihal mengantisipasi masyarakat untuk melakukan aksi bunuh diri. Artinya, jurnalistik atau orang-orang yang aktif di media perlu memahami bagaimana persoalan yang sedang dihadapi oleh masyarakat yang dikhawatirkan dapat menjadi pemicu upaya bunuh diri tersebut. Bagaimanapun, media menjadi wadah yang mudah menemukan persoalan yang terjadi di tengah-tengah masyarakat.²²

3. Kementerian kesehatan divisi kesehatan mental telah mengeluarkan pedoman untuk menangani usaha bunuh diri. Selain itu, mengatur program untuk masyarakat terutama remaja agar mereka mendapatkan skill social yang baik yang menguntungkan diri sendiri. Di samping itu, dokter-dokter juga melakukan deteksi dini, promosi kesehatan mental, dan menyediakan tata laksanaan awal yang efektif.

Beberapa prinsip yang dapat berguna dalam pencegahan bunuh diri yang dilakukan secara global, antara lain:^{23v}

1. Membentuk petugas permanen yang secara spesifik bertanggung jawab untuk pengawasan dan peningkatan kualitas data yang berhubungan dengan bunuh diri sebagai bagian dari komponen kegiatan usaha pencegahan bunuh diri.
2. Mengadakan kegiatan periodic mengenai pemeriksaan ketersediaan data, kelengkapan data, dan kualitas data mengenai hal yang berhubungan dengan kasus bunuh diri.
3. Memberikan saran untuk mendapatkan kualitas data yang baik kepada Negara yang memiliki kualitas data yang buruk.

²² Laras Chandra Kencana and Ahmad Junaidi, "Pemberitaan Kasus Tindak Upaya Bunuh Diri Di Media Siber Tahun 2018 (Studi Kasus Pedoman Peliputan Bunuh Diri Oleh Dewan Pers)," *Koneksi* 3, no. 1 (2019): 282, <https://doi.org/10.24912/kn.v3i1.6228>.

²³ Mantiri, Kristanto, and Siwu, "Profil Kasus Bunuh Diri Di Kota Manado Periode Januari-November 2015."

4. Gabungkan usaha pengawasan bunuh diri dengan kegiatan lain sebisa mungkin dari pada dilakukan aktivitas sendiri.
5. Memasukkan penghapusan stigma mengenai bunuh diri kepada masyarakat dalam rencana untuk meningkatkan kualitas data mengenai kasus bunuh diri.
6. Menemukan keseimbangan antara kebutuhan data Nasional dan kebutuhan data oleh komunitas yang spesifik bergelut dalam kasus bunuh diri.
7. Pastikan system pengawasan digunakan untuk membantu dalam pengembangan aktivitas pencegahan bunuh diri.

Bunuh Diri dalam Perspektif Bidang Pengembangan Kehidupan Beragama (Bidang BK)

Pengembangan kehidupan beragama merupakan salah satu bidang yang ada pada keilmuan bimbingan konseling. Bidang ini bermaksud untuk memberikan bantuan kepada klien agar klien mampu menghadapi dan memecahkan masalah-masalah yang berkenaan dengan kehidupan beragama.²⁴ Artinya, jika dikaitkan dengan kasus bunuh diri, bidang ini mencoba mengantarkan setiap individu yang bermasalah untuk selalu berupaya memantapkan keagamaannya agar dewasa dalam mengambil sebuah keputusan untuk keselamatan hidupnya.

Tujuan dari bidang pengembangan kehidupan beragama sangatlah mulia, yakni menjadikan klien memahami mana yang baik dan buruk serta memiliki keilmuan keagamaan untuk menjadikan dirinya selalu menjadi pribadi yang baik. Di samping itu, bidang ini juga mengarahkan setiap klien atau individu untuk siap menghadapi persoalan yang ada di tengah-tengah masyarakat.

Bunuh diri salah satu yang berkaitan dengan kehidupan beragama, seseorang yang agamanya bagus dan pengetahuan keagamaannya jelas, tentu akan minim sekali terpengaruh kepada keputusan-keputusan yang tidak rasional untuk diambil. Namun, bagi individu yang tidak bisa berpikir jernih ditambah dengan pengetahuan keagamaan yang rendah, memungkinkan untuk mencari jalan cepat

²⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), hlm. 139

untuk memberikan tanda bahwa ia mudah menyerah di saat menghadapi sebuah masalah.

Fakta hari ini di mana bunuh diri sering terjadi di kalangan masyarakat dan menjadi salah satu kasus yang menggemparkan khalayak ramai. Persoalan inilah yang menjadi tantangan bagi keilmuan bimbingan dan konseling terutama menjaga dan menyelamatkan segenap masyarakat terutama kalangan pelajar untuk lebih bijak dalam bersikap dan mengambil keputusan. Maka dengan itu, bidang pengembangan kehidupan beragama menjadi salah satu bidang yang berupaya menjadikan manusia menjadi sosok yang dekat dengan Sang Pencipta, bijak dalam mengambil sebuah pilihan, mengedepankan hal secara rasional dan pandai membedakan antara hak dengan yang bathil.²⁵

D. Penutup

Bidang pengembangan kehidupan beragama memainkan peran krusial dalam keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya dalam menghadapi persoalan yang dihadapi masyarakat saat ini. Tujuan utama dari pengembangan ini adalah untuk memastikan individu memiliki kedewasaan yang cukup dalam pengetahuan keagamaan, pola pikir, dan kebijaksanaan dalam pengambilan keputusan. Dengan fondasi keagamaan yang kuat, individu akan lebih mampu menghadapi berbagai tantangan hidup tanpa tergoda untuk memilih bunuh diri sebagai jalan keluar. Pendekatan ini membantu memperkuat ketahanan mental dan spiritual seseorang sehingga mereka lebih siap dan mampu menghadapi kesulitan yang ada dalam hidup mereka.

Dalam konteks ini, peran guru bimbingan konseling, konselor, atau psikolog sangat penting. Mereka tidak hanya bertugas memberikan dukungan emosional dan psikologis, tetapi juga melakukan edukasi dan sosialisasi mengenai pentingnya pengembangan kehidupan beragama sebagai alat bantu dalam

²⁵ D R R Hatu and R S Thalib, "Fenomena Bunuh Diri (Studi Kasus Di Desa Ulapato A, Kecamatan Telaga Biru, Kabupaten Gorontalo)," *SOSIOLOGI: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 3 Mei (2024): 125–35.

mengatasi masalah. Melalui layanan informasi, konseling, dan program-program edukatif, para profesional ini dapat membantu masyarakat untuk memahami dan memanfaatkan pengetahuan keagamaan mereka sebagai landasan dalam mengambil keputusan yang lebih bijaksana. Dengan demikian, mereka berperan aktif dalam pencegahan bunuh diri dengan menyediakan alat dan strategi yang diperlukan untuk menghadapi tantangan hidup.

Harapan ke depan adalah agar kasus bunuh diri semakin berkurang dan pada akhirnya dapat diatasi. Upaya ini memerlukan kontribusi aktif dari semua pihak yang terlibat, termasuk lembaga pendidikan, komunitas keagamaan, dan pemerintah. Dengan sinergi dan kerjasama yang baik antara berbagai elemen masyarakat, diharapkan masalah serius ini dapat diminimalisir dan individu dapat memperoleh dukungan yang diperlukan untuk menghadapi kesulitan hidup. Ini adalah langkah penting dalam menciptakan masyarakat yang lebih sehat secara mental dan emosional.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Aziz, Abdul Rashid, and Nor Hamizah Ab Razak. "Satu Tinjauan Terhadap Pemikiran Dan Idea Bunuh Diri Dalam Kalangan Pelajar." *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)* 6, no. 7 (2021): 12–26. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v6i7.909>.
- Aditiya Wangsanata, Susana, Sucik Rahayu, Jaiz Jamalullael, and Ahmad Syaqowi. "Krisis Adaptasi Dan Resilience (Menyoal Fenomena Bunuh Diri Mahasiswa Indonesia)." *Prosiding Seminar Internasional* 1, no. 1 (2023): 386–93. <https://www.who.int/campaigns/world-suicide-prevention-day/2022>,.
- Ali, Tatag Maulana. "Studi Kasus Tentang Bunuh Diri Di Gunung Kidul: Antara Realitas Dan Mitos Pulung Gantung." *Wacana* 13, no. 1 (2021): 82–103. <https://doi.org/10.13057/wacana.v13i1.192>.
- Soetji Andari. "Fenomena Bunuh Diri Di Kabupaten Gunung Kidul." *Sosio Konsepsia* 7, no. 1 (2018): 92–108. <https://doi.org/10.33007/ska.v7i1.1141>.
- Fatria, Cili, Fajarwati Stmik, and Al-Fath Sukabumi. "Sinegritas Perguruan Tinggi Dalam Mencegah Perilaku Bunuh Diri Mahasiswa Di Indonesia." *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science* 1, no. 01 (2023): 9–18.
- Gamayanti, Witrin. "USAHA BUNUH DIRI BERDASARKAN TEORI EKOLOGI BRONFENBRENNER." *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikolog* 1, no. 2 (2014): 204–30.
- Hasanudin, Fuat, Yuke Yolanda, and Muhammad Zahrie Nurhadiansyah. "Kasus Bunuh Diri Dan Peran Keluarga." *Al-Mawarid Jurnal Syariah Dan Hukum (JSYH)* 5, no. 2 (2023): 173–92. <https://doi.org/10.20885/mawarid.vol5.iss2.art4>.
- Hatu, D R R, and R S Thalib. "Fenomena Bunuh Diri (Studi Kasus Di Desa

- Ulapato A, Kecamatan Telaga Biru, Kabupaten Gorontalo.” *SOSIOLOGI: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 3 Mei (2024): 125–35.
- Irfan, Irfan, Kurnia Harli, and Bobby Nurmagandi. “Gelis Jiwa Program Inovasi Dalam Penanganan Kesehatan Jiwa Dan Pencegahan Bunuh Diri Masyarakat Majene.” *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)* 4, no. 2 (2023): 83–89. <https://doi.org/10.36590/jagri.v4i2.687>.
- Karisma, Nurul, Aida Rofiah, Siti Nur Afifah, and Yuni Mariani Manik. “Kesehatan Mental Remaja Dan Tren Bunuh Diri: Peran Masyarakat Mengatasi Kasus Bullying Di Indonesia.” *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 3, no. 03 (2024): 560–67. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v3i03.3439>.
- Kencana, Laras Chandra, and Ahmad Junaidi. “Pemberitaan Kasus Tindak Upaya Bunuh Diri Di Media Siber Tahun 2018 (Studi Kasus Pedoman Peliputan Bunuh Diri Oleh Dewan Pers).” *Koneksi* 3, no. 1 (2019): 282. <https://doi.org/10.24912/kn.v3i1.6228>.
- Mandasari, Linda, and Duma L. Tobing. “Tingkat Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja.” *Indonesian Journal of Health Development* 2, no. 1 (2020): 1–7. <https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/article/view/33>.
- Mantiri, Arthur D. B., Erwin Kristanto, and J. Siwu. “Profil Kasus Bunuh Diri Di Kota Manado Periode Januari-November 2015.” *E-CliniC* 4, no. 1 (2016). <https://doi.org/10.35790/ecl.4.1.2016.10964>.
- Nurdiyanto, F A. “Masih Ada Harapan: Eksplorasi Pengalaman Pemuda Yang Menanggukkan Bunuh Diri.” *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 9, no. 2 (2020): 369–84. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3995>.
- Purwanti, Silviana, and Ainun Nimatu Rohmah. “Mahasiswa Dan Bunuh Diri: Resiliensi Mahasiswa Dalam Menghadapi Skripsi.” *Abdi Dosen : Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat* 4, no. 4 (2020): 371. <https://doi.org/10.32832/abdidos.v4i4.702>.
- Rachmawati, Faika, and Tri Suratmi. “Mitos Bunuh Diri Di Gunungkidul Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY).” *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan* 10, no. 1

(2020): 32–44. <https://doi.org/10.52643/jbik.v10i1.761>.

Roida Eka, Angelina, Paskalina H Danal, Paulus Ruteng, Jl Jend Ahmad Yani, and Ruteng Flores. “Peran Teknologi Smart Phone Dalam Pencegahan Bunuh Diri : Literature Review.” *Jwk* 7, no. 1 (2022): 2548–4702.

Sabrie, Hilda Yunita. “Pembayaran Klaim Asuransi Jiwa Akibat Tertanggung Bunuh Diri (Pt Asuransi Jiwa Manulife Indonesia).” *Yuridika* 26, no. 1 (2011): 31–51. <https://doi.org/10.20473/ydk.v26i1.261>.

Salsabhilla, Alifia, and Ria Utami Panjaitan. “Dukungan Sosial Dan Hubungannya Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau.” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, no. 1 (2019): 107. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.107-114>.

Sanderan, Rannu, and Roby Marrung. “Fenomena Bunuh Diri Remaja Di Toraja Dalam Masa Pandemi.” *PEADA’ : Jurnal Pendidikan Kristen* 2, no. 1 (2021): 56–71. <https://doi.org/10.34307/peada.v2i1.28>.

Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2010.

Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011),

Ulviani, Tri, Yarmis Syukur, and Riska Ahmad. “Strategi Penyusunan Program Bk Di Madrasah.” *Dharmas Education Journal (DE_Journal)* 4, no. 2 (2023): 595–600. <https://doi.org/10.56667/dejournal.v4i2.1101>.

Wusqa, Nauli, and Sri Novitayanti. “Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.” *JIM Fkep* 6, no. 2 (2022): 145–50.