

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bunuh diri merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh seorang individu untuk membunuh dirinya sendiri. Bunuh diri ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai fenomena global di seluruh wilayah di dunia sebagai salah satu dari 20 penyebab utama dari kematian (Putri & Tobing, 2020). Indonesia menduduki peringkat ke-8 sebagai negara dengan tingkat bunuh diri yang tinggi diantara negara ASEAN yang lain (WHO, 2019).

Angka bunuh diri di Indonesia diperkirakan meningkat empat kali lebih tinggi dari yang dilaporkan. Menurut data yang diungkap oleh *President Indonesian Association for Suicide Prevention* (IASP), Dr. Sandersan Onie, dalam konferensi pers di Jakarta, Kamis 20 Oktober 2022 bahwa angka upaya bunuh diri di Indonesia meningkat hingga empat kali dari yang dilaporkan (Sulsel.co, 2022). Hal ini dibuktikan dengan masih banyak portal di Indonesia yang menampilkan kasus bunuh diri seperti pada kasus bunuh diri yang dilakukan oleh seorang remaja di Kulon Progo yang menabrakkan dirinya ke kereta api yang sedang melintas (Medcom.id, 2022). Selanjutnya terdapat kasus bunuh diri yang dilakukan oleh seorang mahasiswa salah satu universitas di Yogyakarta yang menjadi perhatian masyarakat Indonesia (Kompas.co, 2022), kasus pelaku bom bunuh diri yang terjadi di Polsek Astana Anyar (Tribunnews, 2022), serta masih banyak kasus bunuh diri lainnya yang ada di Indonesia.

Berdasarkan (WHO, 2019) pada tahun 2016, bunuh diri menjadi penyebab kematian tertinggi ketiga pada usia 15–29 tahun. Bunuh diri didefinisikan sebagai suatu perbuatan yang dilakukan untuk mengambil jiwa sendiri dengan sengaja yang didahului dengan adanya ide bunuh diri atau *suicidal ideation* (Pratiwi dkk, 2014). Istilah *suicide ideation* tertuju pada pemikiran bahwa hidup ini tidak layak dijalani, mulai dari intensitas pikiran yang hanya sekilas sampai yang secara nyata dipikirkan dengan baik mengenai

rencana untuk membunuh diri sendiri, atau dapat juga diartikan sebagai keinginan untuk melukai diri sendiri (Pratiwi dkk, 2014).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016) menyebutkan mayoritas rentang usia pelaku bunuh diri mencakup kelompok umur remaja hingga dewasa awal karena menurutnya kelompok umur ini rentan dalam menghadapi masalah pribadi, lingkungan yang berhubungan dengan identitas diri, kemandirian, situasi dan kondisi rumah, lingkungan sosial, serta hak dan kewajiban yang dibebankan oleh orang tuanya. Pada masa remaja sangat dibutuhkan mengenai hubungan interpersonal dengan orang tua dan individu akan mengalami reaksi emosional dan perilaku kehilangan orang tua (Alia Ainunnida & Hartini, 2022). Sedangkan pada remaja dengan orang tua bercerai cenderung memiliki hubungan yang buruk dengan orang tuanya serta merasa kesepian karena cenderung memiliki hubungan yang buruk dengan orangtuanya (Alia Ainunnida & Hartini, 2022).

Sepuluh tahun terakhir ini perceraian marak terjadi. Hal ini menjadi salah satu tanda terdapat keluarga *broken home*. Berdasarkan data dari Mahkamah Agung Kota Bekasi dari tahun 2021 hingga 2023 menunjukkan bahwa Kota Bekasi memiliki jumlah putusan perceraian di angka 9.121. Meskipun penyebab *broken home* bukan pernikahan secara sepenuhnya namun perceraian menjadi salah satu penyebabnya. Lebih lanjut Willis (2015) dalam (Burhanuddin & Thohiroh, 2021) menjelaskan bahwa *broken home* ditandai sebagai keluarga yang rusak, khususnya kondisi dalam pertimbangan keluarga atau kebutuhan akan kehangatan dari keluarga yang tidak beruntung yang disebabkan oleh beberapa hal. Berdasarkan data dari kementerian P3A pada bulan Oktober 2022 terdapat 18.465 kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). *Broken home* dapat dilihat dari dua sudut pandang, yaitu keluarga yang terbelah karena salah satu anggota keluarga telah wafat atau telah berpisah; dan atau keluarga yang utuh atau tidak terbelah namun tidak terlihat hubungan yang hangat lagi (Burhanuddin & Thohiroh, 2021). Dewi, D. S. C. (2020) menjelaskan bahwa remaja dengan latar belakang *broken home* lebih rentan terhadap munculnya permasalahan psikologis yang dapat memicu adanya ide

bunuh diri yang disebabkan oleh kurangnya kehadiran peran orang tua setiap mereka menghadapi permasalahan. Ada beberapa faktor yang berkaitan dengan bunuh diri pada remaja antara lain: depresi, keputusasaan, pikiran negatif dan *anhedonia*, serta harga diri yang rendah juga dapat memicu timbulnya *suicide ideation* (Pratiwi dkk, 2014).

Berdasarkan fenomena yang dihasilkan pada saat melakukan wawancara dengan beberapa remaja *broken home* di Kota Bekasi didapatkan 5 dari 6 responden yang mengakui bahwa dirinya pernah melakukan tindakan melukai diri sendiri. Selain itu, mereka juga mengatakan bahwa dirinya pernah memiliki pemikiran untuk mengakhiri hidupnya lebih cepat. Hal tersebut menunjukkan bahwa fenomena tersebut mendukung adanya aspek *specific plan and wishes* pada variabel *suicide ideation*. Didukung dengan pernyataan salah satu responden pendukung bahwa ke enam responden tersebut memang benar dari keluarga *broken home*, baik yang orang tua bercerai maupun tidak harmonis.

Salah satu masalah terberat menurut mereka ialah adanya ketidak harmonisan dalam keluarganya. Responden merasa sangat terpuak ketika harus menyaksikan kedua orang tuanya bertengkar. Sehingga terdapat pernyataan dari salah satu responden yang cukup menggambarkan kekecewaannya yakni “Ngapain kita lahir untuk mendapatkan dosa terus kita masuk neraka sampe abadi”. Bahkan tidak jarang dari mereka yang ingin melukai dirinya sendiri ketika melihat benda tajam. Hal tersebut terdapat aspek *specific plan and wishes* pada variabel *suicide ideation* dan sejalan dengan pernyataan dari Carlson, dkk (1982) dalam (Pratiwi dkk, 2014) bahwa masalah dalam keluarga seperti riwayat psikopatologi keluarga, adanya riwayat bunuh diri keluarga, disfungsi keluarga, disharmonis keluarga, kontrol yang berlebihan juga berkaitan dengan *suicide ideation* remaja.

Kemudian, terdapat 5 dari 6 responden yang pernah merasakan kehilangan seseorang spesial dalam hidupnya sehingga membuat dirinya merasa sedih. Beberapa diantara responden tersebut juga mengatakan terdapat keinginan untuk melakukan aksi bunuh diri yang disebabkan oleh rasa

kesedihan akibat dari kehilangan orang spesialnya tersebut. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hasil wawancara tersebut terdapat aspek *response and aspect of other* pada variabel *suicide ideation*.

Pada dasarnya remaja tidak selalu menunjukkan emosi yang berhubungan dengan hal negatif karena emosi juga dapat membantu remaja dalam berinteraksi dengan orang lain serta dapat membuat remaja mengerti apa yang sedang ia maupun orang-orang disekitarnya rasakan (Choirunissa dkk, 2018). Menurut Reivich dan Shatte (2002) dalam (Handayani, 2016) regulasi emosi merupakan suatu kemampuan untuk tenang meskipun di bawah tekanan sehingga mendapatkan kelegaan dan kebahagiaan yang dibutuhkan oleh individu.

Fenomena nyata yang ditemukan melalui metode wawancara, terdapat 5 dari 6 responden yang belum bisa untuk berpikir dengan baik tentang sebuah situasi yang sedang terjadi. Hal ini didukung adanya pernyataan dari responden tersebut bahwa ia tidak bisa fokus saat terjadi suatu permasalahan. Selain itu, responden tersebut juga belum bisa mengevaluasi kembali pola pikirnya mengenai suatu situasi yang dapat menimbulkan adanya emosi. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa 5 dari 6 responden tersebut memiliki masalah pada dimensi *cognitive reappraisal* pada variabel regulasi emosi.

Apabila seorang remaja memiliki regulasi emosi yang tinggi maka akan membantu remaja berfikir positif dalam menghadapi masalah, namun sebaliknya, apabila seorang remaja memiliki tingkat kemampuan regulasi emosi yang rendah maka akan lebih mudah menampilkan emosi-emosi negatif yang akan menghasilkan gejala-gejala depresi, stress, hingga berfikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri (Choirunissa dkk, 2018). Hal tersebut didukung pada 4 dari 6 responden yang menyatakan bahwa dirinya masih kesulitan untuk mengendalikan emosi negatifnya sehingga menimbulkan respon perilaku yang kurang baik. Hal ini didasarkan pada penuturan mereka mengenai dirinya yang masih belum bisa dalam mengatur dan menyalurkan emosi yang semestinya. Tidak hanya itu, 4 dari 6 responden tersebut juga masih belum bisa untuk menunjukkan perilaku yang sesuai dengan emosi yang sedang mereka rasakan.

Bahkan sering kali dari mereka memilih untuk tidak mengekspresikan emosi negatifnya di hadapan orang sekitarnya. Maka dapat diketahui bahwa 4 dari 6 responden memiliki masalah pada dimensi *expressive suppression* dalam variabel regulasi emosi.

Selain itu, terdapat dukungan sosial yang menjadi faktor lain dalam mempengaruhi ide bunuh diri karena dalam menjalani kehidupan, individu saling membutuhkan untuk berinteraksi dalam lingkungan sosialnya sehingga seseorang memerlukan dukungan sosial untuk membantu memecahkan masalah-masalahnya (Adinda & Prastuti, 2021). Hal tersebut didukung dengan pendapat (Klonsky & May, 2015) bahwa dukungan sosial merupakan faktor primer yang menyebabkan munculnya ide bunuh diri.

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan terdapat masalah dukungan sosial pada remaja, dibuktikan dengan adanya 4 dari 6 responden merasa tidak mendapatkan perhatian dan empati dari lingkungan sekitar dikarenakan responden memiliki sifat tertutup dan menarik diri dari orang sehingga membuat lingkungan sekitar tidak mengetahui permasalahan yang sedang dihadapi. Hal itu diperkuat oleh pernyataan responden pendukung bahwa responden utama lebih menutup diri terhadap orang lain dan memilih menyimpan masalahnya sendiri. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa 4 dari 6 memiliki permasalahan dalam aspek dukungan emosional pada dukungan sosial.

Selanjutnya 4 dari 6 responden merasa bahwa pendapatnya kurang didukung, dan apresiasi yang didapatkan juga rendah pada saat ia mengutarakan ide-ide pemikirannya. Responden tersebut juga mengatakan bahwa lingkungan sekitarnya kurang memberikan dorongan semangat kepadanya. Hal itu diperkuat oleh pernyataan responden pendukung bahwa responden utama sering diacuhkan oleh temannya. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa 4 dari 6 responden memiliki permasalahan dalam aspek dukungan penghargaan pada dukungan sosial.

Kemudian 5 dari 6 responden merasa bahwa lingkungan sekitarnya tidak memberikan bantuan secara langsung berupa materi maupun berupa tindakan

nyata dari lingkungan sekitarnya. Menurut pengakuannya, saat responden tersebut sedang membutuhkan bantuan, baik secara materi maupun tindakan langsung, lingkungan sekitarnya justru acuh atau tidak peduli. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa 5 dari 6 responden memiliki permasalahan dalam aspek dukungan instrumental pada dukungan sosial. Disamping itu, terdapat responden pendukung yang memberikan penjelasan bahwa responden tersebut jarang memperoleh bantuan dari orang lain.

Kemudian 3 dari 6 responden menyatakan bahwa dirinya jarang mendapatkan saran maupun evaluasi dari orang lain ketika ia selesai menceritakan permasalahan yang sedang ia hadapi. Ia menuturkan jika temannya tersebut lebih sering hanya mendengarkan ceritanya saja sehingga responden tersebut tidak jarang untuk menemui guru BK nya demi memperoleh saran untuk jalan keluar permasalahannya. Didukung dengan pernyataan responden pendukung bahwa responden tersebut memang sering pergi ke ruangan BK sekolahnya. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa 3 dari 6 responden memiliki permasalahan pada aspek dukungan informasi pada dukungan sosial.

Hasil penelitian Alifia, dkk (2019) tentang dukungan sosial dan hubungannya dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau memperlihatkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial yang bersumber dari keluarga, teman dan *significant disorder* dengan ide bunuh diri. Hal tersebut dikarenakan jaringan sosial dapat memberikan seorang individu pengalaman positif dan kelompok yang mempunyai peran untuk menerima dukungan dari lingkungannya (Shenouda & Basha, 2014).

Pada individu yang melakukan bunuh diri penyebabnya bersifat kompleks (Krisnandita & Christanti, 2022). Menurut (Oltmans dkk, 2015) bunuh diri disebabkan oleh tiga faktor yakni faktor psikologis, faktor biologis, dan faktor sosial yang mana faktor psikologis ini meliputi bagaimana cara berfikir individu dalam memandang dan menghargai dirinya. Individu yang memiliki konsep diri yang negatif akan memandang negatif pula terhadap diri dan lingkungannya, sehingga ia tidak bisa melihat penyelesaian serta harapan

dari masalah yang dihadapinya (Ratih dkk, 2020). Apabila terdapat perilaku negatif maka diperlukan konsep mengenai kemampuan dalam mengelola emosi (Handayani, 2016).

Berdasarkan kajian empiris dan hasil data *preliminary* di atas, menunjukkan bahwa adanya masalah pada *suicide ideation* yang berhubungan dengan regulasi emosi dan dukungan sosial pada anak *broken home* di kota Bekasi. Selain itu peneliti tertarik melakukan kajian lebih dalam tentang regulasi emosi, dukungan sosial, dan *suicide ideation* pada remaja *broken home* di Kota Bekasi. Kemudian peneliti juga berasumsi bahwa individu yang sulit untuk mengendalikan emosi yang ada dalam dirinya dan kurangnya mendapat dukungan sosial dari lingkungannya maka dapat membuat individu memiliki ide untuk bunuh diri, dengan itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut di wilayah Kota Bekasi dengan subjek remaja *broken home*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang diatas maka dapat ditemukan beberapa permasalahan yaitu:

1. Bagaimana deskripsi mengenai *suicide ideation*, regulasi emosi, dan dukungan sosial pada remaja *broken home* Kota Bekasi?
2. Apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dan *suicide ideation* pada remaja *broken home* Kota Bekasi?
3. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *suicide ideation* pada remaja *broken home* Kota Bekasi?
4. Apakah terdapat pengaruh regulasi emosi dan dukungan sosial terhadap *suicide ideation* pada remaja *broken home* Kota Bekasi

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada uraian latar belakang dan rumusan permasalahan, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mengetahui deskripsi mengenai *suicide ideation*, regulasi emosi, dan regulasi emosi pada remaja *broken home* Kota Bekasi
2. Mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan *suicide ideation* pada remaja *broken home* Kota Bekasi

3. Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *suicide ideation* pada remaja *broken home* Kota Bekasi
4. Mengetahui pengaruh regulasi emosi dan dukungan sosial terhadap *suicide ideation* pada remaja *broken home* Kota Bekasi

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memperkaya hasil penelitian di dalam bidang psikologi khususnya dalam psikologi sosial yakni mengenai hubungan antara regulasi emosi dan dukungan sosial dengan *suicide ideation* pada remaja *broken home*.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak diantaranya sebagai berikut.

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan antara regulasi emosi dan dukungan sosial dengan *suicide ideation* pada remaja *broken home* di Kota Bekasi.

b. Bagi subjek penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja Kota Bekasi sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat mengetahui dan merepresentasikan dirinya mengenai hubungan antara regulasi emosi dan dukungan sosial dengan *suicide ideation* pada remaja *broken home*.