

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut data dari *World Federation for Mental Health* (WFMH), seseorang melakukan bunuh diri di suatu tempat di dunia setiap detik. Berdasarkan informasi yang diambil dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2005, tingkat kejadian bunuh diri di Indonesia relatif meningkat, dengan sekitar 50.000 individu Indonesia melakukan tindakan bunuh diri setiap tahunnya. Hawari memperkirakan sekitar 1.500 orang Indonesia melakukan bunuh diri setiap harinya. Kasus bunuh diri di Indonesia pada tahun 2023 mengalami peningkatan dibanding dengan tahun sebelumnya.¹

Pada rentang waktu Januari hingga Oktober 2023, Polri mencatat terdapat 971 insiden bunuh diri di Indonesia, jumlah ini melebihi data pada tahun 2022 yang mencatat 900 kasus. Tingkat kejadian bunuh diri tertinggi di Indonesia terjadi pada kelompok usia remaja dan dewasa muda (15-24 tahun), dengan mayoritas pelaku berjenis kelamin laki-laki daripada perempuan (4:1).² Berdasarkan informasi dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dalam bidang Pendidikan, ditemukan bahwa insiden percobaan bunuh diri terjadi pada kelompok remaja berusia 13-17 tahun. Presentase

¹ AA Sagung Weni Kumala Ratih dan David Hizkia Tobing, "Konsep Diri Pada Pelaku Percobaan Bunuh Diri Pria Usia Dewasa Muda Di Bali", *Jurnal Psikologi Udayana*, 58.

² *Ibid.*, 57.

remaja Perempuan yang memiliki pikiran untuk bunuh diri mencapai 5,9 %, sementara remaja laki-laki sebesar 4,3%.³

Di Indonesia kasus bunuh diri menjadi permasalahan serius yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti masalah kesehatan mental, tekanan sosial, atau masalah ekonomi. Kondisi ini memerlukan perhatian serius dari pemerintah dan masyarakat untuk mencegahnya dan memberikan dukungan kepada individu yang beresiko. Penyebab bunuh diri sangat kompleks dan seringkali melibatkan interaksi antara faktor-faktor yang berbeda-beda termasuk faktor biologis, psikologis, sosial, dan lingkungan.⁴

Beberapa faktor yang telah diidentifikasi sebagai faktor resiko untuk bunuh diri meliputi, riwayat trauma seperti pelecehan seksual, kekerasan dalam rumah tangga atau kehilangan yang mendalam dapat meningkatkan risiko bunuh diri. Faktor yang lain adalah stresor lingkungan seperti masalah keuangan, masalah hubungan, atau tekanan dari sekolah yang dapat meningkatkan resiko bunuh diri, dimana banyak ditemui pada remaja sekarang ini. Resiko bunuh diri di usia remaja dapat disebabkan oleh masalah depresi, cemas, stres, *bullying* dan harga diri rendah.⁵

³ Mikaela Berliyana Alitani, "Hubungan Self-Compassion dengan Perilaku Terkait Bunuh Diri Pada Mahasiswa Yang Pernah Mengalami Perundungan", *Jurnal Global Ilmiah* Vol. 1, No. 3 (2023), 194.

⁴ Yulianti Dwi Astuti, "Kesepian dan Ide Bunuh Diri di Kalangan Tenaga Kerja Indonesia", *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* Vol. 24, no 1 (2019), 37.

⁵ Mutmainnah Sari, "Analisis Kejadian Depresi dan Risiko Bunuh Diri menggunakan *Buddy App* pada Remaja di Wilayah Kota Makassar", 2018.

Berdasarkan penelitian awal yang telah dilakukan, ditemukan seorang remaja yang melakukan percobaan bunuh diri tepatnya di Jemaat Minanga Klasis Mengkendek Lembang Buntu Tangti. Adapun korban (D) berumur 14 tahun, kelas 2 SMP, Remaja tersebut melakukan percobaan bunuh diri akibat mendapat tindakan *bullying* baik secara fisik maupun psikis dari teman sekolahnya. Selain itu, ketika berada di rumah, D merasa tidak pernah dianggap ada oleh kedua kakaknya, bahkan sering dianggap anak pungut oleh kakaknya.

Untuk itu, konseling pastoral hadir dan diharapkan mampu membantu remaja yang mengalami percobaan bunuh diri. Konseling pastoral merupakan proses perjumpaan pertolongan yang tujuannya untuk menolong serta menopang konseli (remaja) sehingga mampu menghayati keberadaannya dan pengalamannya secara utuh dan penuh.⁶

Langkah pertama dalam layanan konseling adalah tahap membangun hubungan kepercayaan. Pada Tahap ini konselor bercakap-cakap dengan konseli, menyampaikan tujuan dan maksud konselor dan meminta kesediaan konseli, apakah ia bersedia untuk menjadi informan. Konseli pun menyetujui dan bersedia untuk menjadi informan dengan syarat namanya tidak boleh disebutkan (menggunakan nama samaran). Pada tahap pertama ini, konselor

⁶ Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial* (Yogyakarta: Seven Books, 2021), 76.

menyampaikan bahwa akan dilakukan proses perekaman sebagai bukti untuk memudahkan penulis dalam membuat verbatim dengan tujuan untuk memahami sepenuhnya terhadap berbagai permasalahan yang dihadapi konseli. Selama proses membangun hubungan kepercayaan, konseli bersedia untuk bekerja sama dan menjadi subjek penelitian.

Langkah ke dua dalam layanan konseling yaitu tahap mengumpulkan data (anamnesa), dimana pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi. Adapun deskripsi masalah dari konseli yaitu D merupakan siswa kelas 2 SMP. D merupakan seorang remaja yang melakukan percobaan bunuh diri karena mendapat perilaku bullying dari teman sekolah dan saudaranya sendiri. Perilaku *bullying* yang didapatkan berupa dicaci maki karena memiliki badan yang pendek, kulit sawo matang dan penampilannya yang sangat sederhana di mata temannya. Remaja tersebut juga mendapatkan tindakan kekerasan yakni dilempari kursi dan ditendang.⁷ D juga merasa sering dibeda-bedakan oleh kedua orang tuanya dan bahkan sering diperlakukan seperti babu. Akibat perilaku tersebut D mengalami tekanan, trauma dan stress sehingga ingin mengakhiri hidupnya.

Ketika D mendapat perlakuan *bully* dari teman-temannya, D merasa kecewa karena merasa belum sempurna. D tidak melawan dan hanya terdiam.⁸ Reaksi D terhadap *bully* tersebut bervariasi; ketika ia lelah

⁷ D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 9 Mei 2024, Lihat transkrip wawancara Ki23.

⁸ D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 9 Mei 2024, Lihat transkrip wawancara Ki25.

mendengarkan ia merasa emosi, namun jika itu biasa-biasa saja, ia hanya diam. Ketika D melawan, ia merasa lega karena saat ia diam, ia malah semakin ditindas. Hubungan D dengan teman sekelasnya pun terganggu karena D merasa tidak ada yang mau menemaninya, membuatnya dijauhi oleh teman-temannya.⁹ *Bullyan* tersebut sangat mempengaruhi kehidupan sehari-hari D, membuatnya lebih sadar akan dirinya sendiri.

Saat D *dibully* oleh saudaranya, ia merasa kecewa dan sadar bahwa ia bukan saudara kandung dan dianggap sebagai anak pungut. Untuk mengatasi bully dari saudaranya, D memilih diam dan mendengarkan kata-kata ibunya yang meyakinkannya bahwa ia adalah anak kandung.¹⁰ Mendengar kata-kata ibunya membuat D merasa lega. Hubungan D dengan saudaranya tidak banyak berubah karena D menganggap hal itu hanya candaan, meskipun terkadang ia memikirkannya dalam hati.

Sesuai dengan wawancara, D telah melakukan percobaan bunuh diri sebanyak 3 kali namun selalu digagalkan oleh orang tuanya. Adapun percobaan pertama D, melakukan percobaan bunuh diri menggunakan dasi di dalam Gudang yang kosong, tetapi digagalkan oleh orang tua D.¹¹ Percobaan kedua, D melakukan aksinya dengan mengiris tangannya tetapi digagalkan oleh saudara laki-laki D.¹² Kemudian percobaan ketiga, D

⁹ D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 29 Juni 2024, Lihat transkrip wawancara Ki13.

¹⁰ D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 29 Juni 2024, Lihat transkrip wawancara Ki20.

¹¹ D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 12 Mei 2024, Lihat transkrip wawancara Ki27.

¹² D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 12 Mei 2024, Lihat transkrip wawancara Ki35.

melakukan percobaan bunuh diri dengan melarikan diri ke dalam hutan yang sepi tetapi juga digagalkan oleh saudara dan orang tua D.¹³

Adapun hasil wawancara dengan ibu (D), ia mengatakan bahwa D sering melakukan perilaku percobaan bunuh diri karena ada perasaan putus asa dan terjebak pada situasi yang tidak bisa diselesaikan. Lanjut, D mengatakan bahwa ia hanya akrab dengan saudara kembarnya. Dari hasil observasi juga terlihat bahwa D menutup diri kepada orang lain cenderung memendam masalahnya sendiri, berpikir secara berlebihan, selalu menunduk jika ditanya, kurang bersemangat, kurang bergaul dengan teman sebayanya dan menyukai tempat sepi.

Langkah ketiga dalam layanan konseling adalah melakukan diagnosa. Berdasarkan masalah yang telah dipaparkan pada tahap kedua (anamnesa) dapat disimpulkan bahwa D mengalami *toxic relationship*. D melakukan percobaan bunuh diri karena *bullying* yang ia terima dari teman sekolahnya dan saudaranya sendiri. D mengatakan bahwa ia susah terbuka dengan orang lain, dan lebih suka memendam setiap masalahnya dibanding menceritakannya kepada orang lain.¹⁴ D lebih suka menyendiri dibanding bertemu dengan orang lain. D merasa kesulitan dalam mendapatkan teman bermain. D merasa tidak percaya dengan dirinya sehingga membuat D tidak

¹³ D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 12 Mei 2024, Lihat transkrip wawancara Ki25.

¹⁴ D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 9 Mei 2024, Lihat transkrip wawancara Ki41.

yakin akan masa depannya.¹⁵ Hasil observasi menunjukkan bahwa konseli sering melamun, suka menyendiri, gelisah dan tidak bisa tenang dalam jangka waktu lama. Terkadang ketika berbicara dengan orang lain ia selalu menunduk, terlihat tegang, dan tidak bergaul dengan teman sebayanya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, selain merasa tidak pantas dengan temannya dan merasa tidak di anggap saudara oleh kakaknya, remaja tersebut juga berpikir negatif tentang dirinya, menyalahkan dirinya dan merasa bahwa ia tidak akan menjadi orang yang sukses. Untuk itu, dalam upaya membantu remaja tersebut mengatasi masalah yang dialami maka akan dilakukan konseling pastoral. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menolong remaja tersebut yang kurang percaya diri adalah melakukan konseling pastoral dengan menggunakan pendekatan logoterapi. Pendekatan logoterapi efektif untuk penyembuhan dalam suatu permasalahan adalah bagaimana membantu klien untuk mencari bagaimana makna hidupnya dan bagaimana cara untuk maju ke kehidupan yang lebih baik dimasa yang akan datang.

Berdasarkan persoalan yang penulis temui dan pengetahuan tentang pendekatan logoterapi, penulis hendak melakukan penelitian tentang bagaimana bentuk perencanaan konseling pastoral dengan pendekatan logoterapi terhadap percobaan bunuh diri di Mengkendek Tana Toraja.

¹⁵ D, Wawancara oleh penulis, Mengkendek, 9 Mei 2024, Lihat transkrip wawancara Ki43.

B. Fokus Masalah

Dari penelitian yang dilakukan oleh Rima Angelina juga membahas tentang “remaja yang melakukan percobaan bunuh diri dan mencoba untuk mengimplementasikan konseling pastoral dengan pendekatan *Cognitive Restructuring Technique* (CBT)” untuk membantu klien me-strukturisasi pikiran negatif kembali ke pikiran positif.¹⁶

Penelitian lain dari Muhammad Fikri Haekal meneliti tentang “konseling logoterapi sebagai solusi dalam menangani masalah psikologis remaja putus sekolah” dimana tujuan dari peneliti ini adalah membantu remaja putus sekolah dalam menyadari potensi dan sumber daya spiritual yang selama ini terhambat dalam diri mereka yang kemudian keduanya akan mereka manfaatkan untuk menghadapi berbagai macam masalah.¹⁷

Fokus masalah yang akan diteliti pada penelitian ini yaitu bagaimana perencanaan konseling pastoral dengan pendekatan logoterapi terhadap remaja yang melakukan percobaan bunuh diri di Mengkendek Tana Toraja.

C. Rumusan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, fokus penelitian yang akan diteliti oleh penulis adalah mengenai bagaimana perencanaan konseling

¹⁶ Rima Angelina, Yelinda Sri Silvia dan Herman Tinting, “Konseling Pastoral Dengan Teknik *Cognitive Restructuring* Pada Remaja Yang Melakukan Percobaan Bunuh Diri” *Sanctum Domine: Jurnal Teologi*, Vol. 12, No. 1(2022), 1-6.

¹⁷ Muhammad Fikri Haekal, “Konseling Logoterapi Sebagai Solusi Dalam Menangani Masalah Psikologis Remaja Putus Sekolah”, *Ristekdik :Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6, no. 1 (2021), 19.

pastoral dengan pendekatan logoterapi terhadap remaja yang melakukan percobaan bunuh diri di Mengkendek Tana Toraja?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini untuk memperjelas bagaimana perencanaan konseling pastoral remaja yang melakukan percobaan bunuh diri di Mengkendek Tana Toraja.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademik

Tulisan ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan atau masukan bagi khasana ilmu pengetahuan di lingkungan IAKN Toraja sebagaimana yang dikemas dalam kurikulum mata kuliah Pastoral konseling khususnya pada bidang Teknik Konseling, Konseling Pastoral, Konseling Keluarga, Psikologi Perkembangan, Psikologi Kepribadian dan Micro Konseling.

2. Manfaat Praktis

Bagi mahasiswa IAKN Toraja, penulisan ini diharapkan bisa menjadi referensi untuk mengatasi percobaan bunuh diri melalui perencanaan konseling pastoral.

F. Sistematika Penulisan

Adapun isi dari penulisan ini, akan ditulis dengan sistematika sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan

Bagian ini mencakup latar belakang masalah penelitian, fokus masalah, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : Kajian Teori

Dalam bagian ini berisi konseling pastoral, logoterapi, percobaan bunuh diri dan perencanaan layanan konseling.

BAB III : Metode Penelitian

Dalam bagian ini berisi metode penelitian, tempat dan alasan pemilihannya, subyek penelitian/narasumber, jenis data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, dan teknik pemeriksaan keabsahan data.

BAB IV : Temuan Penelitian dan Analisis

Dalam bagian ini berisi deskripsi hasil penelitian dan analisis penelitian

BAB V : Penutup

Dalam bagian ini berisi kesimpulan dan saran