

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Akhir-akhir ini bunuh diri telah menjadi fenomena yang sering diamati dan dibicarakan. Shneiderman menegaskan bahwa bunuh diri tidak dibatasi oleh kelompok umur tertentu. Fenomena ini dapat terjadi pada individu di semua kelompok usia, baik anak kecil, orang dewasa hingga yang lebih tua.¹ Bunuh diri adalah penyebab kematian yang disengaja dari seseorang yang percaya bahwa tindakan ini adalah cara terbaik untuk menyelesaikan suatu masalahnya.²

Seseorang yang melakukan bunuh diri disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kehilangan harapan, perasaan putus asa dikarenakan adanya tekanan hidup dan perasaan putus asa sebab penyakit yang berkepanjangan, masalah sosial, kesulitan ekonomi, *broken heart*, perselingkuhan, stress, depresi, gangguan jiwa dan penyalahgunaan NAZA.³

Perilaku bunuh diri adalah masalah serius yang mengancam kehidupan individu yang tidak boleh dianggap remeh. Dikatakan masalah serius karena dapat kita lihat dari tingginya angka bunuh diri. Di Indonesia, kasus bunuh diri terus bertambah dalam beberapa tahun terakhir.

¹Witrin Gamayanti, "Usaha Bunuh Diri Berdasarkan Teori Ekologi Bronfenbrenner," *Psychiatric : Jurnal Ilmiah Psikologi* 1, no. 2 (2016): 204.

²Ibid., 208.

³H Dadang Hawari, *Psikopatologi Bunuh Diri* (Jakarta: FKUI, 2010), 10–11.

Berdasarkan Kepolisian Negara Republik Indonesia (Polri), jumlah 640 peristiwa bunuh diri terjadi sepanjang Januari hingga Juli 2023. Total ini bertambah 31,7% dari 486 masalah dalam tahun sebelumnya. Total kasus bunuh diri bertambah sekitar Desember 2018 hingga Juli 2023, dengan total kasus terbanyak terjadi pada Juni 2023, yakni 111 kasus.⁴

Statistik angka bunuh diri di Toraja menunjukkan meningkatnya kekhawatiran mengenai kasus bunuh diri di wilayah tersebut. Kepolisian Resor (Polres) Tana Toraja total telah memproses 40 masalah bunuh diri pada tiga tahun terakhir. Jumlah kasus yang ditangani Kelompok Reskrim Polres Tana Toraja sebesar 40 kasus. Rinciannya, dalam tahun 2019 sebesar 14 kasus, tahun 2020 sebesar 13 kasus, tahun 2021 sebesar 11 kasus, dan tahun 2022 sebanyak 13 kasus. 10 kasus dalam tahun 2022. 2 kasus dan kesulitan dalam hubungan.⁵ Dalam Januari 2023, lima kasus bunuh diri terjadi di Provinsi Toraja. Satu di Toraja Utara dan empat di Tana Toraja. Baik pelaku maupun korban merupakan pelajar remaja. Pemicu kasus bunuh diri bermacam-macam, namun yang paling umum adalah masalah cinta atau romantis.⁶

⁴Monavia Ayu Rizaty, "Kasus Bunuh Diri Di Indonesia Alami Tren Meningkat," *DataIndonesia*, last modified 2023, <https://dataindonesia.id/ragam/detail/kasus-bunuh-diri-di-indonesia-alami-tren-meningkat>. (diakses 16 Agustus 2023).

⁵Risna, "40 Kasus Bunuh Diri Terjadi Di Tana Toraja Selama Tiga Tahun Ini," *Redaksi Palopopos*, last modified 2022, <https://palopopos.fajar.co.id/2022/01/23/40-kasus-bunuh-diri-terjadi-di-tana-toraja-selama-tiga-tahun-ini/>. (diakses 15 Agustus 2023).

⁶Kristiani Tandi Rani, "Peristiwa Bunuh Diri Terus Berulang, Kasus Serius Tapi Dianggap Remeh," *TribunToraja*, last modified 2023, <https://toraja.tribunnews.com/2023/02/04/peristiwa-bunuh-diri-terus-berulang-kasus-serius-tapi-dianggap-remeh>. (diakses 14 Agustus 2023).

Masa dewasa adalah suatu tahap pertumbuhan dan perkembangan setiap manusia. Masa dewasa merupakan fase kehidupan seseorang setelah masa remaja. Hurlock mengategorikan masa dewasa menjadi tiga fase berbeda, dengan fase awal disebut sebagai masa dewasa awal, yang mencakup rentang mulai umur 18-40 tahun. Selanjutnya, masa dewasa madya dimulai antara umur 40 dan 60 tahun. Selanjutnya, tahap kedewasaan yang disebut juga usia tua, mulai usia 60 tahun dan sampai akhir hayat seseorang.⁷ Masa dewasa dini seseorang berusaha membina hubungan pacaran dengan orang yang dicintainya.⁸ Dalam pacaran diwarnai dengan 2 rasa yaitu rasa pahit yang ditandai dengan sebuah masalah dan rasa manis. Dalam masa dewasa dini, banyak orang mengalami keresahan dengan persoalan dalam hidupnya. Kekhawatiran spesifik seseorang bergantung pada tantangan adaptasi yang mereka hadapi dan kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan tersebut secara efektif. Jika individu belum mampu mengatasi masalah dalam hidupnya, maka mereka terus-menerus merenungkannya ketika keadaan emosinya terganggu sehingga menyebabkan tingkat stres yang meningkat atau bahkan keinginan untuk bunuh diri.⁹

⁷Elizabeth B Hurlock, *"Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan"* (Jakarta: Erlangga, 2009), 246.

⁸Dariyo Agoes, *"Psikologi Perkembangan Dewasa Muda"* (Jakarta: Grasindo, 2004), 127.

⁹Nuzul Ahadiyanto, *"Diktat Psikologi Perkembangan Dewasa Dan Lanjut Usia"*, Sumanto Al Qurtuby (Jember, 2021), 9–10.

Penulis menemukan seorang pemuda yang memiliki yang melakukan percobaan bunuh diri di Dusun Pasar Bolu, Toraja Utara. Pemuda tersebut bernama Tian (nama samaran) berusia 23 Tahun. Berdasarkan informasi dari Tian, ia pernah melakukan percobaan bunuh diri karena merasa direndahkan. Saat itu orang tua dan keluarganya direndahkan karena status ekonomi keluarganya menengah kebawah. Mendengar perkataan itu, Tian tidak menerima keluarganya direndahkan terutama orang tua dan juga dirinya. Saat bertengkar dengan pacarnya, Tian mencoba melakukan bunuh diri dengan mengambil sebuah benda tajam namun digagalkan oleh pacarnya. Tian pun memberikan benda tajam tersebut kepada pacarnya untuk menusuk tubuh Tian namun pacarnya menolak.

Tidak hanya itu, Tian merasa tidak dihargai pacarnya. Perasaan tersebut muncul ketika dia ditolak oleh pacarnya saat dijemput setelah menempuh perjalanan yang cukup jauh dari Rantepao ke Makale. Keesokan harinya, Tian dan pacarnya bertengkar setelah ia mendengar perkataan bahwa pacarnya hanya bercanda. Saat mendengar pengakuan itu, Tian mengambil sebuah benda tajam yang berniat melakukan bunuh diri namun digagalkan oleh kekasihnya. Tian juga pernah melakukan percobaan bunuh diri dengan menabrakkan kendaraanya pada salah satu pohon saat dalam perjalanan ke pangli tidak hanya itu Tian juga pernah mencoba melakukan

bunuh diri di rumahnya dengan cara ingin menjatuhkan dirinya dari atas rumah namun dicegah oleh kakaknya.

Oleh karena itu, penulis akan mengkaji persoalan tersebut lewat proposal skripsi dengan judul “Perencanaan Konseling Pastoral Dengan Teknik *Reframing* Bagi Seorang Pemuda Yang Melakukan Percobaan Bunuh Diri Di Dusun Pasar Bolu, Toraja Utara”. Peneliti menggunakan teknik pbingkaian ulang untuk mendefinisikan kembali situasi yang menantang, sehingga mengubah perspektif mengenai kesulitan yang dihadapi agar lebih mudah dipahami, dapat diterima, dan dapat diatasi.

Dalam mengupayakan data yang valid, peneliti berusaha untuk membangun hubungan kepercayaan (*rapport*) dengan Tian (informan). Sebelum masuk dalam tahap inti konseling, konselor berusaha untuk membangun hubungan kepercayaan (*rapport*) dengan konseli. *Rapport* merupakan tahap awal dalam melakukan konseling. *Rapport* adalah suatu cara untuk saling memahami dan mengenal tujuan secara bersama-sama juga didalamnya terdapat sikap saling menerima satu sama lain.

Dalam membangun hubungan kepercayaan, peneliti menjelaskan lewat via chat *WhatsApp* tujuan memilih informan yaitu melaksanakan penelitian. Peneliti menjelaskan akan ada beberapa tahap atau langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini. Peneliti berusaha meyakinkan informan untuk merahasiakan atau tidak menceritakan kepada siapapun masalah yang dialami oleh subjek selain itu peneliti minta izin untuk

merekam dan mencatat mengenai masalah yang diceritakan oleh subjek namun subjek mengatakan masalah yang diceritakan jangan sampai orang lain mengetahuinya. Hal itu direspon baik oleh subjek.

Respon subjek penelitian bahwa dia bersedia memberikan informasi serta memberikan kepercayaan kepada peneliti menandakan bahwa tujuan dalam membangun kepercayaan (*rapport*) terpenuhi. Setelah *rapport* terpenuhi maka tahap selanjutnya adalah tahap *anamnesa*.

Tahap *anamnesa* merupakan tahap kedua dalam konseling setelah tahap *rapport*. Dalam tahap *anamnesa* (mengumpulkan data), peneliti melakukan wawancara langsung dengan Tian. Peneliti menggali informasi mengenai latar belakang subjek melakukan percobaan bunuh diri. Berdasarkan informasi dari Tian yang merupakan informan dalam penelitian ini, dia telah melakukan percobaan bunuh diri sebanyak 4 kali. Tian melakukan tindakan percobaan bunuh diri sejak menempuh pendidikan di SMA. Ia melakukan tindakan percobaan bunuh diri dengan waktu serta alasan yang berbeda.

Tian mencoba melakukan percobaan bunuh diri sejak kelas 1 SMA. Tian melakukannya pertama kali dengan mencoba melompat dari atas rumah karena merasa tidak diperhatikan serta dipedulikan oleh orang tuanya. Tian mengatakan hal tersebut bukan tanpa alasan namun karena karena orang tuanya lebih memilih untuk berjudi ketimbang memberikan motor anaknya untuk sekolah.

Kemudian percobaan bunuh diri yang kedua kalinya dilakukan setelah tamat SMA tahun 2019, dengan cara menabrakkan kendaraan motornya ke salah satu pohon di jalan poros pangli. Dia melakukan hal tersebut dengan alasan bahwa dia bingung apakah keinginan orang tua atau keinginan seorang kakak yang harus dituruti. Tian ingin kuliah dengan dukungan dari kakaknya namun kedua orang tua tidak mendukung hal tersebut dengan alasan bahwa sudah banyak anak kuliah yang menganggur. Kedua orang tua menginginkan Tian agar segera mencari lapangan pekerjaan. Hal tersebut membuat Tian merasa bingung dan akhirnya memilih untuk melakukan percobaan bunuh diri.

Ketiga kalinya Tian melakukan percobaan bunuh diri dengan memakai benda tajam. Tian melakukan hal itu sebab dirinya serta orang tua Tian merasa direndahkan karena status ekonomi menengah kebawah. Tian melakukan percobaan bunuh diri dengan memakai benda tajam, ia mau menusuk badannya namun langsung di cegah oleh pacarnya sendiri. Saat itu Tian berada di Morowali namun karena desakan dari pacarnya untuk segera pulang ke Toraja. Beberapa bulan kemudian, Tian bekerja sebagai karyawan di salah satu toko di pasar bolu rantepao. Karena pekerjaannya sebagai karyawan toko Tian merasa harga dirinya direndahkan oleh sang pacar.

Tian melakukan percobaan bunuh diri yang terakhir dengan menggunakan benda tajam untuk menusuk tubuhnya. Hal tersebut dia lakukan karena merasa sangat kecewa terhadap pacarnya setelah sang pacar

meminta untuk menjemputnya di Makale. Tidak hanya merasa kecewa, tetapi juga merasa tidak dihargai karena sang pacar lebih memilih diantar oleh teman laki-lakinya dibandingkan dirinya.

Dalam tahap menyimpulkan sumber masalah (diagnosa) bahwa Tian telah 4 kali melakukan percobaan bunuh diri, hal itu dilakukannya karena dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor tersebut menjadi pemicu informan melakukan percobaan bunuh diri. Berdasarkan hasil wawancara peneliti bersama Tian (nama samaran), Okto (nama samaran, Kakaknya Tian) dan Adel (nama samaran, teman kerja Tian), percobaan bunuh diri yang pertama dilakukan karena Tian merasa tidak diperhatikan serta tidak dipedulikan oleh keluarganya ketika duduk di kelas 1 SMA karena tidak dibelikan motor oleh keluarganya namun keterangan dari kakaknya bahwa pada saat itu kondisi perekonomian keluarga mereka tidak stabil. Pada percobaan bunuh diri yang kedua dilakukan oleh Tian karena merasa kebingungan dalam melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, dan menurut keterangan dari kakaknya bahwa kondisi ekonomi mereka pada saat itu tidak baik sehingga orang tua Tian mengatakan untuk mencari pekerjaan. Kemudian percobaan bunuh diri yang ketiga dilakukan oleh Tian karena Tian merasa harga dirinya serta keluarganya direndahkan oleh kekasihnya sendiri karena status ekonomi menengah kebawah juga Tian merasa direndahkan oleh kekasihnya karena dia sebagai salah satu karyawan toko di Pasar Bolu, Toraja Utara. Kemudian percobaan bunuh diri yang terakhir yang dilakukan

oleh Tian karena merasa kecewa dan juga merasa bahwa perjuangannya tidak dihargai. Saat sang kekasih meminta untuk dijemput di makale namun saat Tian tiba di makale kekasihnya mengatakan bahwa dia hanya bercanda hal itu yang membuat Tian menjadi kecewa dan merasa bahwa perjuangannya tidak dihargai karena perjalanan yang ditempuh dari rantepao sampai ke makale cukup jauh.

Maka dari itu peneliti menyimpulkan bahwa sumber masalah (diagnosa) Tian melakukan percobaan bunuh diri karena masalah resiliensi pada dirinya. Dilihat dari percobaan bunuh diri yang pertama hingga keempat, peneliti mendiagnosa bahwa subjek kurang resiliensi karena dapat dilihat bagaimana subjek menghadapi masalah yang dialami. Subjek belum mampu menyelesaikan serta menghadapi masalah yang dialami sehingga ia selalu memilih jalan melakukan percobaan bunuh diri untuk menyelesaikan masalah dalam hidupnya.

Ketahanan mengacu pada kapasitas bawaan individu untuk menghadapi, mengatasi, dan membentengi diri mereka sendiri dalam menghadapi keadaan yang menantang. Dalam penelitian ini dikatakan resiliensi karena peneliti menemukan bahwa subjek belum mampu dalam menghadapi serta mengatasi masalahnya terkait faktor ekonomi dan masalah percintaan sehingga pada akhirnya mencoba mengakhiri hidupnya sendiri.

Dampak dari tindakan yang dilakukan oleh Tian yaitu adanya perasaan malu ketika bertemu dengan orang yang pernah melihatnya saat mencoba mengakhiri hidupnya, selain itu, ia merasa trauma untuk menjalin hubungan dengan lawan jenisnya, merasa gagal dalam pekerjaan, menarik diri dari lingkungan sekitarnya serta memendam sendiri jika ada masalahnya.

Dalam kajian ini ada penelitian terdahulu tentang tentang “Studi Kasus Perilaku Percobaan Bunuh Diri Remaja” yang telah dikaji oleh Rima Angelina hasil. Hasil penelitian tersebut disebabkan karena masalah percintaan. Sedangkan dalam penelitian ini, penulis mengkaji tentang “Perencanaan Konseling Pastoral Dengan Teknik Reframing Bagi Seorang Pemuda Yang Melakukan Percobaan Bunuh Diri Di Dusun Pasar Bolu, Toraja Utara”. Namun dalam penelitian ini, peneliti menemukan bahwa subjek melakukan percobaan bunuh diri karena kurangnya resiliensi. Selain itu dalam penelitian ini menggunakan teknik *reframing*.

Strategi pembingkai ulang digunakan dalam penelitian ini. Reframing adalah mengubah cara pandang seseorang terhadap suatu peristiwa tanpa mengubah peristiwa itu sendiri.¹⁰ Strategi ini digunakan untuk menyusun kembali suatu keadaan yang menantang, mengubah perspektif masalah dengan berbagai pandangan sehingga dapat dipahami,

¹⁰Zakki Nurul Amin, “Portofolio Teknik-Teknik Konseling (Teori Dan Contoh Aplikasi Penerapan),” *Unnes*, no. July (2017): 40.

lebih menyenangkan, dan bisa diatasi. Individu memiliki kemampuan untuk mendapatkan makna baru dari tindakan yang dapat menyebabkan stres sebagai dampak dari kognisi yang tidak logis.¹¹

Strategi untuk mencegah seseorang yang cenderung melakukan percobaan bunuh diri dengan menggunakan teknik *reframing* salah satunya adalah dengan memperbaiki pola pikir dan perilaku. Meningkatkan proses kognitif dan mengubah pola perilaku merupakan langkah penting dalam menyelesaikan kesulitan yang dihadapi. Mengubah pola atau perspektif kognitif pesimistis seseorang menjadi optimis dapat memungkinkan kita memahami keadaan dengan cara yang lebih produktif dan menghindari evaluasi yang merugikan. Dalam hal ini, seseorang dapat diberikan perspektif baru dalam membingkai ulang pandangannya terhadap masalah yang dialami.

B. Fokus Masalah

Dalam kajian ini ada beberapa penelitian terdahulu tentang “Studi Kasus Perilaku Percobaan Bunuh Diri Remaja telah dikaji oleh Rima Angelina”.¹² Penelitian serupa juga telah di kaji oleh Ryanto F. Sumendap tentang “Pastoral Konseling Bagi Kesehatan Mental Studi Kasus Pastoral

¹¹Bradley T Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Oleh Setiap Konselor* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), 244.

¹²Rima Angelina, “Konseling Pastoral Dengan Teknik Cognitive Restructuring Pada Remaja Yang Melakukan Percobaan Bunuh Diri,” *Jurnal Teologi* Vol 12 (2022): 1–16.

Konseling Preventif Pada Fenomena Bunuh Diri”.¹³ Kemudian pada penelitian ini penulis akan mengkaji penelitian serupa tentang “Perencanaan Konseling Pastoral Dengan Teknik Reframing Bagi Seorang Pemuda Yang Melakukan Percobaan Bunuh Diri Di Dusun Pasar Bolu, Toraja Utara”.

C. Rumusan Masalah

Sesuai pada latar belakang masalah dalam penelitian ini, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana perencanaan konseling pastoral dengan teknik *reframing* bagi seorang pemuda yang melakukan percobaan bunuh diri di Dusun Pasar Bolu, Toraja Utara?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk menguraikan perencanaan konseling pastoral dengan teknik *reframing* bagi seorang pemuda yang melakukan percobaan bunuh diri di Dusun Pasar Bolu, Toraja Utara.

¹³Ryanto Sumendap F, “Pastoral Konseling Bagi Kesehatan Mental Studi Kasus Pastoral Konseling Preventif Pada Fenomena Bunuh Diri”, *Jurnal Pastoral Konseling* Vol. 4 (2023): 96–112.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Menambah bahan pustaka bagi Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, Program Studi Pastoral Konseling khususnya pada mata kuliah Teknik Konseling dan Perencanaan Program Layanan Konseling.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pembaca dalam memberikan bantuan konseling pastoral kepada pemuda percobaan bunuh diri di Dusun Pasar Bolu Toraja Utara dengan memanfaatkan pendekatan reframing.

F. Sistematika Penulisan

BAB I: Pendahuluan, pada bagian ini berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II: Didalamnya terdapat landasan teori pendukung berdasarkan masalah meliputi konseling pastoral, keterampilan konselor pastoral, tahapan konseling pastoral, perencanaan konseling pastoral, teknik reframing, *resiliensi*, Pemuda (periode perkembangan pemuda/masa dewasa dini) dan bunuh diri.

BAB III: Membahas tentang metode penelitian yang digunakan oleh peneliti yang memuat jenis penelitian, gambaran lokasi penelitian, waktu dan tempat penelitian, jenis data, narasumber, teknik pengumpulan data, analisis data, keabsahan data dan jadwal penelitian.

BAB IV: Berisi tentang deskripsi hasil penelitian dan analisis.

BAB V: Penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran.