

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bunuh diri merupakan sebuah tindakan yang sengaja dilakukan untuk menyebabkan kematian diri sendiri. Bunuh diri dapat terjadi pada semua kelompok usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan tingkat strata sosial serta ekonomi. Ada banyak hal yang melatar belakangi pelaku bunuh diri untuk melakukan tindakan bunuh diri. Berdasarkan data, lebih dari 80% pelaku bunuh diri mengalami gangguan mental emosional (emosi yang belum stabil), 40% pasien depresi memiliki ide untuk melakukan bunuh diri dan 15% melakukannya (*Pikiran Rakyat* 17 September 2017: 18), tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa permasalahan-permasalahan lainnya menjadi penyebab tindakan bunuh diri tersebut terjadi. Contohnya adalah masalah percintaan, ekonomi, pendidikan, perasaan terancam, malu, pencarian jati diri, kurangnya perhatian, serta gangguan mental seperti *bipolar* dan *skizofrenia*. Semua kembali lagi pada pola pikir tiap individu dalam menangani masalahnya. Seringkali pelaku bunuh diri, bukan dikarenakan gangguan mental, tetapi orang yang terperangkap pada suatu masalah dan tidak menemukan adanya titik terang serta jalan keluar dari permasalahan sehingga melakukan bunuh diri untuk meloloskan diri dari rasa sakit yang menjepit mereka. Orang yang ingin bunuh diri biasanya tidak melibatkan logika dalam berpikir. Mereka cenderung larut dalam emosi negatif yang menjadi pendorong untuk mengakhiri hidup.

Kasus bunuh diri memakan korban lebih banyak daripada konflik, perang, serta bencana alam. Setiap 40 detik diperkirakan ada satu orang yang melakukan tindak bunuh diri. Setiap satu orang yang berhasil melakukan bunuh diri disetarakan dengan adanya 20 orang yang mencoba melakukan bunuh diri. Angka bunuh diri di Indonesia mencapai 1.500 orang per harinya atau 50.000 orang per tahun (*Pikiran Rakyat* 17 September 2017: 18). Hal itu menyebabkan Indonesia menduduki peringkat ke-8 di ASEAN dan menjadi salah satu negara di Asia Tenggara yang menyumbang lebih dari sepertiga kasus bunuh diri tahunan di seluruh dunia.

Masyarakat dan pemerintah seringkali tidak memperhatikan dan menghindari pembicaraan mengenai bunuh diri dan serta menganggap bahwa masalah bunuh diri merupakan masalah yang remeh. Padahal menurut penelitian, bunuh diri dapat menyebabkan orang lain memiliki ide dan pemikiran yang cenderung sama. (<http://nationalgeographic.co.id/berita/2017/07/benarkah-bunuh-diri-bisa-menular>; diakses tanggal 4 Oktober 2017 pukul 17.58 WIB). Mereka yang ditinggalkan pelaku bunuh diri memiliki kecenderungan untuk memiliki pola pikir yang sama saat berhadapan dengan masalah yang berat. Hal tersebut membuat mereka yang ditinggalkan pelaku bunuh diri memiliki keberanian khusus karena melihat contoh dari pelaku bunuh diri. Selain itu, orang yang ditinggalkan oleh pelaku bunuh diri dapat mengalami *survivor's guilt*, yang merupakan rasa bersalah yang sangat besar karena menganggap diri gagal untuk menjaga, tidak menemani, dan mencegah pelaku bunuh diri untuk melakukan tindakannya. Hal tersebut dapat menyebabkan orang yang ditinggalkan oleh pelaku bunuh diri melakukan tindakan bunuh diri juga.

Tidak sedikit *film*, lagu, serta berita yang menjurus pada depresi dan putus asa juga dapat menjadi faktor pemicu tindak bunuh diri. Sangat banyak faktor penyebab dan pemicu dilakukannya tindak bunuh diri, oleh karena itu penting disadari bahwa sikap perhatian terhadap orang lain sangatlah diperlukan.

Pada tahun 2017, Hari Pencegahan Bunuh Diri yang diperingati setiap tanggal 10 September memiliki tema “*Take a Minute, Change a Life*” (*Pikiran Rakyat* 17 September 2017: 18). Karena sebenarnya dengan melakukan hal-hal sederhana seperti menjadi pendengar yang baik, lebih peduli dan peka terhadap orang di sekitar, serta inisiatif untuk mencoba memahami dan menumbuhkan kembali identitas diri mereka sebagai manusia yang sangat berarti, dapat menurunkan tingkat kecenderungan tindakan bunuh diri. Tetapi seringkali masyarakat tidak menyadari hal sederhana namun penting tersebut. Melihat bahwa tindakan bunuh diri dapat dicegah dan dihindari bila masyarakat peduli dan tidak menutup mata mengenai hal itu, maka penulis mengangkat topik ini untuk projek tugas akhir. Diharapkan melalui kampanye yang memberikan komunikasi, informasi, dan edukasi mengenai permasalahan bunuh diri yang tepat dapat membuat masyarakat lebih peka pada

orang sekitarnya agar dapat menurunkan angka kematian yang disebabkan oleh bunuh diri.

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan permasalahan dari perancangan ini adalah:

- Bagaimana membuat masyarakat peka terhadap permasalahan bunuh diri dan mengerti cara pencegahannya?
- Bagaimana merancang sebuah kampanye yang menyadarkan masyarakat agar menjadi lebih peka pada permasalahan bunuh diri?

Adapun ruang lingkup permasalahan dibatasi pada upaya mencegah bunuh diri melalui ajakan pada masyarakat untuk peduli pada teman yang mengalami gejala hendak melakukan percobaan bunuh diri. Terutama yang berusia 19 hingga 22 tahun, memiliki kehidupan ekonomi kelas menengah ke bawah hingga menengah ke atas, bertempat tinggal di Kota Bandung, yang mayoritas orangnya memiliki karakter individualis, mengikuti perkembangan zaman, masih dalam perjalanan mencari jati diri, dan seringkali memiliki permasalahan mengenai harga diri, kebimbangan, serta perasaan terasing.

1.3 Tujuan Perancangan

- Membuat masyarakat peka terhadap permasalahan bunuh diri dan mengerti cara pencegahan yang tepat.
- Merancang sebuah kampanye yang tepat sasaran untuk menyadarkan masyarakat agar menjadi lebih peka pada permasalahan bunuh diri.

1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data

Metode penelitian yang dilakukan untuk mengumpulkan data yang diperlukan adalah wawancara, studi pustaka, dan kuesioner. Wawancara dilakukan pada psikolog. Data dan informasi akan didapat dari buku, artikel berita dari koran, komunitas, dan sumber terpercaya dari internet. Kuesioner akan disebar pada responden dengan rentang usia 19 hingga 29 tahun. Teori penunjang yang digunakan yaitu pendalaman

mengenai bunuh diri dan penyebabnya, teori perkembangan remaja, teori fotografi, teori tipografi, teori warna, dan teori kampanye sosial.

1.5 Skema Perancangan

