



Strategi Pencegahan Bunuh Diri di Kalangan Pegawai Negeri pada Polri

Frans Tjahyono¹, Obing Katubi², Dini Rahma Bintari³

¹Pusat Penelitian dan Pengembangan Polri, ²Badan Riset dan Inovasi Nasional,

³Universitas Indonesia

¹bidgasbin14000@gmail.com

ABSTRACT

The duty as a Civil Servant at the National Police (PNPP) is a job that has a high level of stress because you have to always deal with problems that exist in society. In the last year and a half, namely in 2022 there were 8 cases and in 2023, as of June 23, 2023, there have been 16 cases of police suicide. Data collection was carried out by distributing questionnaires to all PNPP in 34 Polda. FGD with key officials at Polda and Polres, as well as FGD with PNPP in the sample Polda. The results showed that from the results of filling out the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) questionnaire which was distributed to 34 Polda and Polres all over Indonesia, it could be concluded that 194 people were diagnosed with major depression and 428 people with moderate depression. The results of screening on mental health conditions, especially at Polda Metro Jaya, identified members of the Satintelkam Airport Police who were diagnosed with depression and were finally committing suicide, so that this incident needs to be followed up immediately by all levels. Recommendations that can be used as an effort to improve suicide prevention patterns and strategies among PNPP are policy makers must provide attention and appropriate psychological intervention services to PNPP who The results of their mental health analysis show symptoms of depression, especially those in the category of moderate and severe, in the category of permissive/pro to suicide.

Keyword: level of stress, public suicide, Recommendations, PNPP.

ABSTRAK

Tugas sebagai Pegawai Negeri Pada Polri (PNPP) merupakan pekerjaan yang memiliki tingkat stres tinggi karena harus selalu berhadapan dengan masalah yang ada di masyarakat. Dalam satu setengah tahun terakhir, yaitu tahun 2022 ada 8 kasus dan tahun 2023, terhitung baru sampai 23 Juni 2023 sudah terjadi 16 kasus polisi bunuh diri. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuesioner kepada seluruh PNPP di 34 Polda. FGD dengan pejabat utama di Polda dan Polres, serta FGD dengan para PNPP di Polda sampel. Hasil penelitian menunjukkan dari hasil pengisian kuesioner *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) yang disebarkan ke 34 Polda dan Polres jajaran seluruh Indonesia dapat disimpulkan PNPP yang terdiagnosis depresi berat sebanyak 194 orang dan depresi sedang sebanyak 428 orang. Hasil *screening* kondisi kesehatan mental khususnya di Polda Metro Jaya teridentifikasi anggota Satintelkam Polresta Bandara yang terdiagnosis depresi sedang akhirnya melakukan tindakan bunuh diri, sehingga dari kejadian tersebut perlu segera untuk ditindaklanjuti oleh seluruh jajaran. Rekomendasi yang bisa dijadikan sebagai upaya untuk meningkatkan pola dan strategi pencegahan bunuh diri di kalangan PNPP adalah para pemangku kebijakan harus memberikan perhatian dan layanan intervensi psikologis yang sesuai kepada para PNPP yang hasil analisis kesehatan mentalnya menunjukkan gejala depresi, terutama yang berkategori sedang dan berat, berkategori permisif/pro terhadap bunuh diri.

Kata kunci : Tingkat *Stressing*, Bunuh Diri, Rekomendasi, PNPP.

PENDAHULUAN

Pegawai Negeri Pada Polri (PNPP) ialah salah satu pekerjaan dengan beban pikiran yang tinggi karena selalu berhadapan dengan masalah yang ada di lingkungan masyarakat. Oleh sebab itu, tidak mengherankan jika banyak PNPP yang mengalami depresi, baik mulai dari tingkat ringan, sedang, maupun tinggi. Jika hal itu tidak bisa diatasi, akan terjadi tindakan negatif dan yang terburuk adalah PNPP bunuh diri.

Bunuh diri menjadi fenomena di tengah masyarakat. Dari kacamata psikologis, mengakhiri hidup dipilih orang sebagai jalan keluar ketika seseorang putus asa, frustrasi, dan tak kuat mental menahan persoalan yang membelitnya, baik itu persoalan yang diakibatkan oleh masalah internal keluarga, beban pekerjaan di kantor, maupun tekanan eksternal lainnya.

Data menunjukkan bahwa angka PNPP bunuh diri terus bergerak naik dari tahun ke tahun. Dalam satu setengah tahun terakhir, yaitu tahun 2022 ada 8 kasus dan tahun 2023, terhitung baru sampai 23 Juni 2023 sudah terjadi 16 kasus PNPP bunuh diri. Bisa jadi, sampai akhir tahun 2023 masih bisa bertambah jumlah kasus bunuh diri yang dilakukan oleh PNPP (Pusdokkes Polri, 2023).

Banyak faktor yang menjadi penyebab PNPP melakukan bunuh diri. Di antaranya ialah depresi, terlilit hutang, asmara, terlibat kasus tindak pidana dan lain-lain. Cara melakukan tindakan bunuh diri pun beragam: dengan cara gantung diri, menembak diri sendiri dengan senpi, minum racun, dan sebagainya.

Fenomena PNPP bunuh diri ini menjadi persoalan serius yang wajib menjadi perhatian pimpinan Polri, baik dengan melihat cara kerja organisasi kepolisian sebagai faktor pendorong (push factor) bunuh diri maupun faktor di luar organisasi kepolisian. Penguatan Resiliensi sebagai pereduksi angka bunuh diri di kalangan PNPP harus mulai dirancang. Resiliensi dapat diterjemahkan sebagai kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari berbagai bentuk penderitaan hidup yang menderanya (Connor & Davidson, 2003). Bertolak dari fenomena tersebut, perlu dilakukan penelitian tentang “Strategi Pencegahan Bunuh Diri di Kalangan Pegawai Negeri Pada Polri”.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *mixed methods*, yang menggabungkan dua metode, kualitatif dan kuantitatif. Kedua metode itu digunakan secara bersamaan dalam suatu kegiatan penelitian, sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliable, dan objektif.

Menurut Creswell (2012), ada enam strategi pendekatan *mixed methods*. Strategi eksplanatoris sekuensial. Dalam strategi ini tahap pertama adalah mengumpulkan dan menganalisis data kuantitatif kemudian diikuti oleh pengumpulan dan menganalisis data kualitatif yang dibangun berdasarkan hasil awal kuantitatif. Bobot atau prioritas ini diberikan pada data kuantitatif. Strategi eksploratoris sekuensial. Strategi ini kebalikan dari strategi eksplanatoris sekuensial, pada tahap pertama peneliti mengumpulkan dan menganalisis data kualitatif kemudian mengumpulkan dan menganalisis data kuantitatif pada tahap kedua yang didasarkan pada hasil dari tahap pertama. Bobot utama pada strategi ini adalah pada data kualitatif. Strategi transformatif sekuensial. Pada Strategi ini peneliti menggunakan perspektif teori untuk membentuk prosedur-prosedur tertentu dalam penelitian. Dalam model ini, peneliti boleh memilih untuk menggunakan salah satu dari dua metode dalam tahap pertama, dan bobotnya dapat diberikan pada salah satu dari keduanya atau dibagikan secara merata pada masing-masing tahap penelitian. Strategi triangulasi konkuren. Dalam strategi ini, peneliti mengumpulkan data kuantitatif dan data kualitatif dalam waktu bersamaan pada tahap penelitian, kemudian membandingkan antara data kualitatif dengan data kuantitatif untuk mengetahui perbedaan atau kombinasi. Strategi *embedded konkuren*. Strategi ini hampir sama dengan model triangulasi konkuren, karena sama-sama mengumpulkan data kualitatif dan kuantitatif dalam waktu yang bersamaan. Membedakannya adalah model ini memiliki metode primer yang

memandu proyek dan data sekunder yang memiliki peran pendukung dalam setiap prosedur penelitian. Metode sekunder yang kurang begitu dominan/berperan (baik itu kualitatif atau kuantitatif) ditancapkan (embedded) ke dalam metode yang lebih dominan (kualitatif atau kuantitatif). Strategi transformatif konkuren. Seperti model transformatif *sequential* yaitu dapat diterapkan dengan mengumpulkan data kualitatif dan data kuantitatif secara bersamaan serta didasarkan pada perspektif teoritis tertentu. Metode atau strategi yang digunakan dalam penelitian ini adalah strategi triangulasi konkuren, yaitu suatu strategi atau metode yang menggunakan data kuantitatif dan kualitatif secara bersama- sama, kemudian membandingkan antara data kualitatif dengan data kuantitatif untuk mengetahui perbedaan atau kombinasi.

Pengumpulan data penelitian ini dilakukan melalui Pengisian kuesioner khusus kepada seluruh Pegawai Negeri Pada Polri di tingkat Polda dan Polres maupun Polsek. FGD di tingkat Polda dan di Polres. FGD di Polda dilakukan dengan peserta pejabat Karo SDM, Dirlantas, Dirreskrim, Dirreskrimsus, Dirresnarkoba, Dirintelkam, Dirsamapta, Dirpamobvit, Dirbinmas, Kabidpropam, Kabiddokkes, Kabagpsi Ro SDM, Konselor yang ditunjuk. Sementara itu, FGD di Polres dilakukan dengan pengambil kebijakan di Polres: Ka/Wakapolres, Kabag SDM, Para Kasat, Kasipropam, Kasidokkes, Perwakilan Kapolsek, Konselor yang ditunjuk. Pengumpulan data sekunder tentang pelayanan kesehatan mental, pelatihan konselor, mapping permasalahan anggota Polri.

HASIL

Hasil kajian ini berbasis dua metode pengumpulan data. Pertama, data kuantitatif yang dihasilkan melalui penyebaran kuesioner di 34 Polda dan Polres-polres. Personel Polri yang mengisi kuesioner berjumlah 229.702 orang. Setelah dilakukan *cleaning* data kuantitatif, menjadi 198.332 orang. Kedua, data kualitatif yang diperoleh melalui FGD hanya di 4 Polda Sampel yaitu di Polda Metrojaya, Polda Banten, Polda Sumatra Utara dan Polda Bali dan Polres pada Polda sampel.

Gambaran Umum Kesehatan Mental PNPP

Kesehatan mental perlu dilihat dari dua sisi. Pertama adalah sisi tingkat stress yang dihadapi, yang diukur dengan PHQ-9. Kedua adalah sisi kemampuan menghadapi masalah atau daya lenting yang biasa disebut sebagai resiliensi. Dalam pembahasan hasil ini keduanya disajikan bersama secara kuantitatif dan kualitatif sebagai berikut:

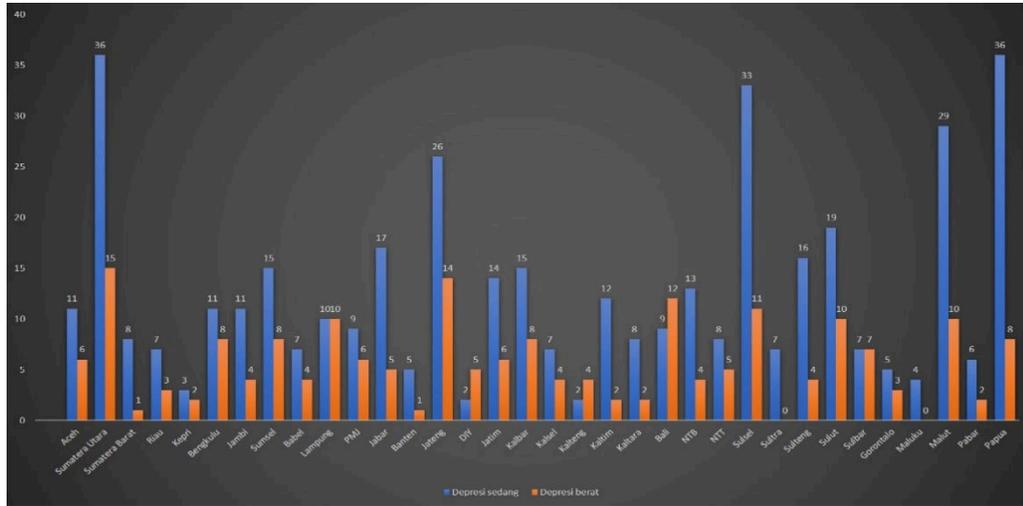
Tabel 1. Kondisi Kesehatan Mental PNPP di 34 Polda

Gejala Depresi Anggota	F	%	Kumulatif
Tidak bergejala	187601	94.59	94.59
Gejala depresi ringan	8450	4.26	98.85
Depresi ringan	1659	0.84	99.69
Depresi sedang	428	0.22	99.90
Depresi berat	194	0.10	100.00
Total	198.332	100.00	

Keterangan: diperoleh dari *cleaning* data kuantitatif penyebaran kuesioner

Berdasarkan hasil kuantitatif ditemukan kondisi kesehatan mental PNPP pada tabel 1 dapat dilihat bahwa kondisi kesehatan mental PNPP di 34 Polda menunjukkan kondisi PNPP dengan kategori tidak ada gejala kondisi kesehatan mental sebanyak 195.798 PNPP (94.46%). Sementara PNPP dengan kategori depresi sedang sebanyak 461 PNPP (0.22%) dan PNPP dengan kategori depresi berat sebanyak 216 PNPP (0.10%). Secara total 0.32 persen yang mengalami depresi sedang dan berat. Meski tidak terlihat besar, angka ini perlu diwaspadai mengingat bahwa dapat saja dalam pengisian kuesioner, PNPP cenderung akan berusaha terlihat baik-baik saja, sehingga kurang

terbuka dalam mengisi kuesionernya. Angka depresi sedang dan berat pada kenyataannya bisa jadi sebenarnya lebih besar karena juga ada PNPP yang tidak mengisi kuesioner. Jumlah 677 bukanlah jumlah yang sedikit dan perlu mendapatkan intervensi yang tepat sehingga tidak mengalami perburukan dalam kondisi kesehatan mentalnya. Untuk melihat sebaran kondisi kesehatan mental PNPP di 34 Polda, dapat dilihat pada grafik 1.



Gambar 1. Kondisi Kesehatan Mental di 34 Polda

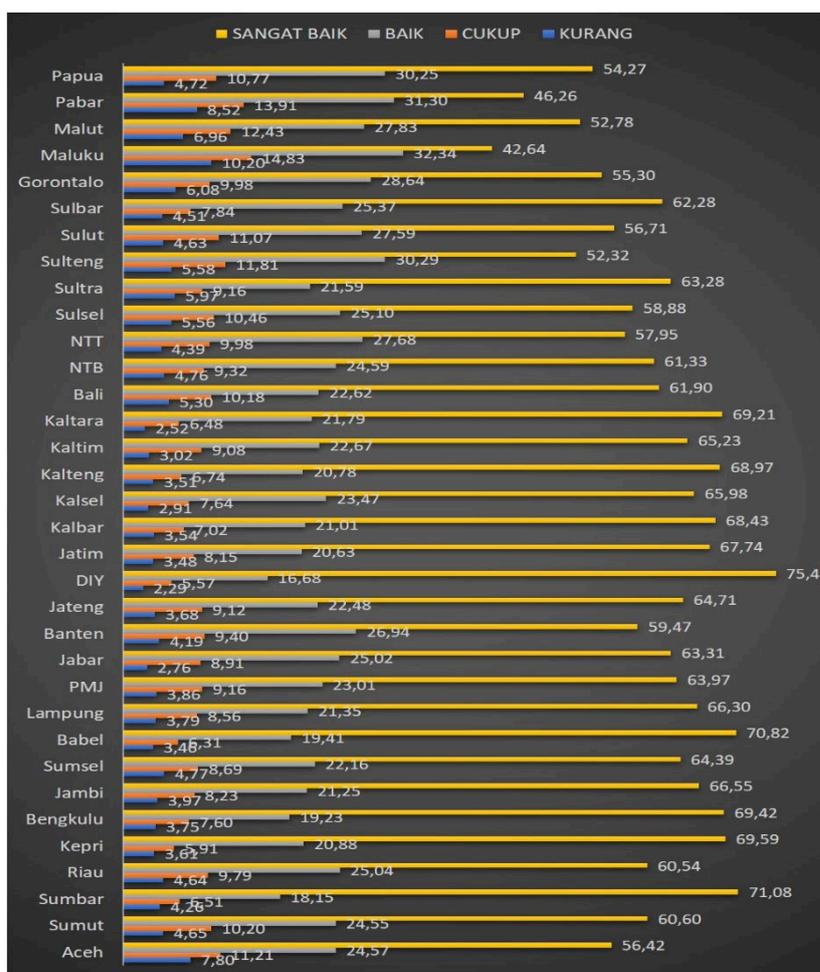
Pada gambar 1. tampak bahwa Polda Sumatera Utara dan Papua merupakan Polda dengan jumlah PNPP terbanyak dalam kategori depresi sedang dengan jumlah 36 PNPP. Selain itu, pada kategori depresi berat terdapat sebanyak 15 PNPP di Polda Sumatera Utara dan jumlah ini juga merupakan jumlah terbanyak dari 34 Polda yang ada. Sebaliknya, Polda Kepulauan Riau memiliki jumlah PNPP yang paling sedikit dalam kategori depresi ringan. Angkanya sendiri menunjukkan terdapat 3 PNPP yang dikategorikan dalam kondisi depresi ringan. Sementara itu, terdapat beberapa Polda yang tidak memiliki PNPP yang berada dalam kondisi depresi berat, beberapa Polda tersebut diantaranya adalah Polda Sulawesi Utara dan Polda Maluku. Untuk Polda yang memiliki angka PNPP dengan depresi berat dan sedang, perlu diperhatikan apakah PNPP mendapatkan layanan kesehatan mental yang dapat membantu mereka mengatasi depresinya atau tidak. Untuk yang angka depresi beratnya rendah, juga perlu diteliti kembali apakah PNPP mengisi kuesioner dengan terbuka, atau dapat saja karena merasa ditugaskan dan diawasi, mereka tidak cukup terbuka dengan kondisi mental mereka.

Tabel 2. Resiliensi (Daya Tahan) PNPP di 34 Polda

Tingkat resiliensi anggota	F	%	Kumulatif
Kurang	8631	4.35	4.35
Cukup	17963	9.06	13.41
Baik	46353	23.37	36.78
Sangat Baik	125385	63.22	100.00
Total	198.332	100.00	

Konsep resiliensi berbicara mengenai daya tahan yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi stressor atau tekanan. Pada tabel 2. tampak bahwa lebih dari setengah responden memiliki resiliensi dalam kategori yang sangat baik. Angka persentasenya sendiri menunjukkan sebanyak 63.22% responden yang memiliki resiliensi sangat baik. Dari tabel di atas juga dapat dilihat bahwa masih ada responden yang memiliki daya resiliensi dalam kategori kurang. Hal ini perlu menjadi perhatian, mengingat angka resiliensi yang rendah diyakini sebagai salah satu aspek yang berkontribusi dalam ideasi bunuh diri.

Resiliensi dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga kategori, yakni kurang, cukup, dan baik. Sebaran resiliensi (daya tahan) PNPP di 34 Polda dapat dilihat pada grafik 2.



Gambar 2. Resiliensi PNPP di Masing-Masing Polda

Pada gambar 2 terlihat pada dasarnya sebagian besar responden di seluruh lingkungan Polda memiliki resiliensi yang sangat baik. Bila dilihat lebih lanjut, responden yang berada pada lingkungan Polda DIY menempati posisi teratas sebagai Polda dengan persentase responden terbesar yang berada pada tingkat resiliensi sangat baik (75.46%). Di sisi lain, Polda Maluku menempati posisi teratas sebagai Polda dengan persentase terbesar pada tingkat resiliensi kurang (10.20%). Hal ini perlu menjadi perhatian bagi para pengambil keputusan, mengingat daya resiliensi yang kurang menjadi salah satu faktor kontributor dari meningkatnya tingkat depresi yang dapat mengarah pada ideasi bunuh diri di kalangan PNPP.

Hasil tingkat kesehatan mental atau tingkat depresi dan tingkat resiliensi menjadi indikator bagaimana gambaran kesehatan mental PNPP. Meski secara mayoritas tidak bergejala depresi dan memiliki resiliensi sangat baik, jumlah yang hampir setara dalam depresi sedang dan berat dengan

jumlah PNPP dengan resiliensi yang kurang menunjukkan adanya sebagian PNPP yang membutuhkan dorongan untuk meningkatkan resiliensi dan membutuhkan layanan segera untuk mengatasi depresinya. Hal ini perlu diperdalam melalui hasil pengumpulan data kualitatif mengenai kondisi kesehatan mental.

Untuk mengetahui gambaran kesehatan mental PNPP di 4 (empat) Polda sampel data kualitatif yaitu Polda Metrojaya, Polda Banten, Polda Sumatera Utara dan Polda Bali, akan diuraikan satu per satu.

Strategi Pencegahan Bunuh Diri di Kalangan PNPP

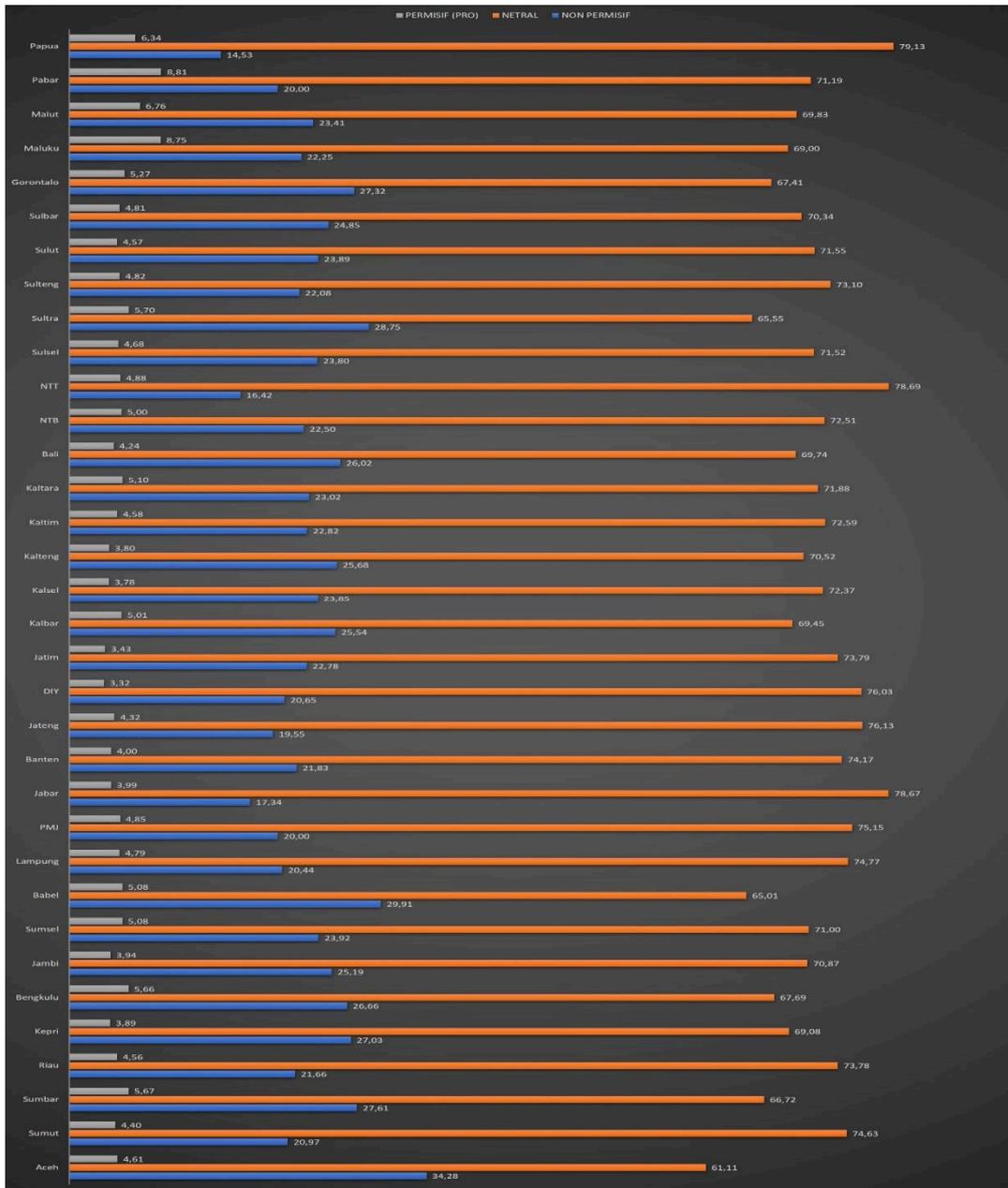
Kurangnya resiliensi, bila disertai tingkat depresi yang tinggi yang tidak mendapatkan intervensi psikologis yang memadai, akan mendorong memburuknya kondisi psikologis seseorang. Meski ide bunuh diri dapat saja muncul dalam diri seseorang, namun untuk kemudian seseorang melakukan tindakan bunuh diri maka seseorang tersebut biasanya juga memiliki sikap yang pro terhadap bunuh diri. Penelitian ini menunjukkan bagaimana pandangan/sikap PNPP yang terhadap bunuh diri yang tersajikan dalam hasil kuantitatif sebagai berikut.

Tabel 3. Sikap Pro PNPP Terhadap Bunuh Diri di 34 Polda

Tingkat permisif PNPP terhadap bunuh diri	F	%	Kumulatif
Non-permisif	45521	22.95	22.95
Netral	143558	72.38	95.33
Permisif (Pro)	9253	4.67	100.00
Total	198332	100.00	

Pandangan PNPP terhadap perilaku bunuh diri menjadi aspek penting untuk dilihat. Tabel 3. di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden (72.38%) bersikap netral terhadap perilaku bunuh diri. Sementara itu, lebih dari 20% responden bersikap non-permisif, yang berarti responden menganggap perilaku bunuh diri adalah perilaku yang tidak wajar dan pada dasarnya dapat dicegah. Hal yang perlu menjadi perhatian adalah masih ada responden yang menganggap perilaku bunuh diri adalah perilaku yang wajar dan tidak dapat dicegah. Tabel 3. menunjukkan bahwa sebesar 4.67% responden memiliki sikap yang permisif (pro) terhadap perilaku bunuh diri. Hal yang perlu diwaspadai adalah banyaknya PNPP yang bersikap netral. Artinya, sebagian besar PNPP tidak memiliki urgensi untuk membantu mengatasi pencegahan bunuh diri yang terjadi di lingkungannya.

Sebaran sikap permisif PNPP terhadap bunuh diri di 34 Polda dengan kategori non permisif, netral, dan pro dapat dilihat pada grafik 3.



Gambar 3. Tingkat permisif PNPP terhadap bunuh diri di 34 Polda

Gambar 3. menunjukkan bahwa sebagian besar responden di seluruh lingkungan Polda memiliki pandangan yang “Netral” terhadap perilaku bunuh diri. Yang perlu menjadi perhatian adalah, masih ada PNPP yang menganggap perilaku bunuh diri adalah hal yang wajar dan bisa diterima. Hal ini tercermin dari sikap permisif (pro) yang tergambar dari hasil kuesioner yang telah disebarakan sebelumnya. Pada grafik 3. terlihat bahwa secara persentase, responden yang berpandangan permisif (pro) terhadap perilaku bunuh diri tidak ada yang menyentuh angka 10%. Di Polda Papua Barat misalnya, masih terdapat 8.81% responden yang berpandangan permisif (pro) terhadap perilaku bunuh diri. Hal ini patut menjadi perhatian karena pandangan yang permisif (pro) terhadap perilaku bunuh diri dapat menjadi salah satu faktor kontributif munculnya ideasi bunuh diri. Selain itu, ketika berbicara mengenai isu bunuh diri, yang difokuskan bukan hanya pada angka, melainkan sebuah sikap bahwa pada dasarnya setiap nyawa berharga dan bisa diselamatkan.

Strategi pencegahan bunuh diri di kalangan PNPP pada 4 (empat) Polda sampel: Polda Metrojaya, Polda Banten, Polda Sumatera Utara dan Polda Bali, diuraikan satu per satu sebagai berikut.

1. Strategi Pencegahan Bunuh Diri PNPP di Polda Metro Jaya

Secara kualitatif, hasil FGD menunjukkan bahwa sebagian besar PNPP di Polda Metrojaya tidak pro terhadap bunuh diri. Mereka baru mengetahui bahwa kematian karena bunuh diri dapat menimbulkan kerugian bagi keluarga PNPP karena tidak mendapatkan pensiun untuk keluarga yang ditinggalkan.

Adanya konseling di SDM maupun peer konselor di satuan, membantu penurunan kecemasan dan peningkatan kesehatan mental. Peer konselor ini juga dapat membantu saat adanya kasus tahanan umum Reskrim yang membutuhkan konseling untuk menghindarkan mereka dari kemungkinan bunuh diri.

Atasan yang mampu mengayomi dengan membuka diri untuk berkomunikasi lebih dalam dengan bawahannya, akan membantu PNPP untuk mengatasi masalahnya. Atasan yang bersikap bijak akan membuat PNPP merasa tenang dan tidak stres, sehingga mereka akan dapat bekerja dengan lebih baik. Ada kasus di mana PNPP merasa sangat stres karena atasan, bahkan ada yang hingga mulai berbicara di luar konteks karena tingginya rasa takut kepada atasan, sehingga kecemasan akan sikap atasan ini mendorong ke arah gangguan mental yang lebih serius. Jika para atasan dilengkapi dengan keterampilan dasar - dasar mentoring, *coaching*, dan konseling serta mampu menerapkan keterampilan tersebut secara tepat untuk memimpin bawahannya agar bekerja optimal, maka setidaknya dapat mengurangi sumber stress PNPP. Terlebih lagi bila atasan kemudian mampu menggunakan keterampilan ini untuk mengarahkan PNPP bermasalah seperti mangkir dari pekerjaan, judi *online*, dan Narkoba sehingga dapat keluar dari masalah tersebut, maka kemungkinan bunuh diri akan berkurang.

Salah satu hal yang dirasakan manfaatnya oleh PNPP adalah pembinaan rohani. Hasil kegiatan pelaksanaan pembinaan rohani dan mental pada Satker dan Satwil dilaporkan secara berkala kepada Karo SDM Polda Metrojaya sebagai bahan evaluasi dan untuk menentukan komitmen kerja selanjutnya. Untuk meningkatkan perbaikan kultur PNPP Polda Metro Jaya guna menaikkan citra Polri di masyarakat, Kasatker dan Kasatwil perlu meningkatkan kuantitas dan kualitas Pembinaan Rohani dan Mental secara lebih intensif lagi. Contoh yang muncul dari FGD adalah adanya arahan di Depok dari Kapolres dalam Pembinaan Rohani, yang membuat lebih banyak PNPP hadir dalam Pembinaan Rohani, sehingga mereka merasakan adanya ketenangan batin. Contoh lain di Polres Tangerang Selatan, pernah diadakan belajar mengaji yang membuat PNPP lebih memahami kitab sucinya. Hingga sekarang, meski tidak lagi ada pelajaran membaca kitab suci di sana, PNPP tetap terdorong untuk mempelajari agama. Hal ini membuat PNPP mendapatkan arahan hidup yang lebih baik dan mampu mengatasi masalah dengan lebih positif.

Persoalan rohaniwan juga menjadi bahan diskusi menarik bagi para peserta FGD. Ada yang beranggapan bahwa rohaniwan yang memberikan materi pembinaan mental memang harus benar-benar rohaniwan yang “sudah jadi” yang direkrut khusus memang sebagai rohaniwan yang bertugas untuk Pembinaan Rohani dan Mental PNPP. Namun, meskipun dalam rekrutmen dibuka slot khusus untuk rohaniwan, sangat minim pendaftar. Jika rohaniwan menjadi bagian dalam sistem kelembagaan, perlu ada Kaur Bintel yang di dalamnya ada rohaniwan yang “sudah jadi” dan “bukan baru belajar.” Ada juga yang berpendapat bahwa lebih baik rohaniwan yang memberikan pembinaan mental adalah rohaniwan yang didatangkan dari luar institusi Polri untuk menjaga tingkat kepercayaan PNPP rohaniwan tersebut.

Selama ini personel yang bermasalah sudah pasti sebagian besar dilimpahkan ke Bidpropam. Menurut peserta FGD, terutama dari Bidpropam, jika ada PNPP yang sudah bolak-baik dilimpahkan ke Bidpropam, sebaiknya dicari akar masalahnya melalui jalur konseling. Bidpropam sendiri tidak bisa melakukan hal ini. Oleh karena itulah “konselor yang dihormati dan dihargai” oleh para PNPP

di tiap Polres itu harus ada. Jika kondisi PNPP sudah parah, mereka berhak mendapatkan layanan kuratif dan jika sudah membaik berhak mendapatkan layanan rehabilitatif. Akan tetapi, banyak peserta FGD di Polda Metrojaya belum mengetahui prosedur untuk mendapatkan kedua jenis layanan itu. Memang muncul pertanyaan: konseling diberikan sebelum sidang disiplin atau sesudah sidang disiplin karena masing-masing memiliki plus minus. Jika konseling diberikan sebelum sidang disiplin, diharapkan personel menghadapi sidang hanya untuk mempertanggungjawabkan kesalahannya dan personel tersebut sudah menyelesaikan permasalahan dalam dirinya. Tetapi, kalau konseling diberikan sesudah sidang disiplin, pada saat sidang PNPP yang bermasalah bisa bertambah stress karena harus menghadapi sidang dan juga masalah dengan dirinya sendiri. Menurut peserta FGD, untuk mengatasi PNPP bermasalah, harus dibuat ruang komunikasi yang terbuka antara atasan dan bawahan sehingga tidak selalu bertumpu pada konselor, yang jumlahnya terbatas. Penting membangun komunikasi antara atasan-bawahan dengan memunculkan figure kakak atau bapak/ibu yang bisa merangkul anggota.

Salah satu metode bunuh diri adalah menggunakan senjata api, sehingga strategi pencegahan bunuh diri juga perlu memperhatikan SOP atau Protap pinjam pakai Senpi. Tetapi, kenyataan di lapangan tidak selamanya SOP tersebut dilaksanakan. Oleh sebab itu, peserta FGD mengusulkan hal-hal sebagai berikut.

- a. boleh tidaknya personel mengajukan simpan pinjam Senpi harus diukur berdasar nilai “kepentasan” karena masih banyak anggota Polri yang ceroboh. Kaitannya yang memberikan nilai kepentingan. Pantas di sini maksudnya ialah pantas secara psikologis dan pantas secara situasional atau tingkat urgensi;
- b. perlu ada pelatihan menembak secara reguler. Begitu pun pemeriksaan psikologis secara rutin bagi anggota Polri yang mengharuskan menggunakan Senpi dalam kesehariannya karena tugas yang mengharuskan menggunakan Senpi;
- c. harus ada pelarangan secara tegas pinjam pakai Senpi melalui cara “potong kompas” karena hal itu bisa membahayakan diri anggota Polri sendiri dan juga orang lain;
- d. karakter anggota Polri harus menjadi penilaian utama dalam pinjam pakai Senpi dan yang mengetahui hal itu hanyalah atasan langsung.

Hal positif yang dapat mencegah bunuh diri adalah memiliki resiliensi yang tinggi. Daya resiliensi personel menjadi sangat penting untuk ditingkatkan. Menurut peserta FGD, program peningkatan daya resiliensi yang sudah dilakukan adalah:

- a. olah raga bersama untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental sekaligus untuk menggalang rasa solidaritas antar PNPP;
- b. pembinaan rohani dan mental yang dilakukan di tiap Satker bahkan sampai ke Polsek-Polsek. Untuk melengkapi hal di atas, peserta FGD mengusulkan sebagai berikut.
- c. pengawasan bawahan bukan hanya oleh atasan atau para kaitannya, tetapi juga oleh teman-teman PNPP melalui cara “pemasangan PNPP” yang dibuat Sprin. Dengan begitu, tiap PNPP dipasangkan dengan satu PNPP yang lain dan harus saling mengawasi dan mendukung. Jika ada PNPP yang tidak masuk atau melakukan pelanggaran atau ada masalah, pasangannya harus mengetahui. Dengan demikian, jika terjadi sesuatu akan cepat tertangani;
- d. pembentukan *role model* dari pimpinan sangat penting agar tidak menimbulkan kecemburuan sosial;
- e. pentingnya pemberian cuti sebagai pengganti hari libur yang terpankas. Hal itu bertujuan untuk menjauhkan personel dari kejenuhan rutinitas bekerja;
- f. pelaksanaan relaksasi PNPP dalam bentuk apa pun atau *outbound* yang bertujuan untuk menggalang rasa solidaritas dan soliditas antar PNPP harus dilakukan sebagai program yang berbasis anggaran;
- g. penggalakan terbentuknya komunitas berbasis hobi menjadi penting karena dalam komunitas ini para personel dapat saling mengenal dan menyalurkan hobinya;
- h. memasukkan aspek kesehatan Mental dalam lembaga Pendidikan;

- i. memasukkan materi literasi keuangan di lembaga pendidikan Polri agar para anggota Polri memahami cara mengelola keuangan pribadi yang didapatkan dari gajinya sehingga mereka tidak terjatuh pada persoalan finansial karena ketidakmampuan mengelola keuangan pribadi;
- j. menciptakan suasana kerja yang nyaman, yang bisa membangun komunikasi, dan saling menjaga kepedulian antar personel;

2. Strategi Pencegahan Bunuh Diri PNPP di Polda Banten

Data dari hasil pendalaman melalui FGD menunjukkan bahwa pada dasarnya kebanyakan PNPP memiliki pandangan untuk tidak mendukung bunuh diri sebagai jalan keluar dalam menghadapi permasalahan. Kondisi ini perlu terus dipertahankan dengan cara memberikan perhatian khusus bagi setiap PNPP yang memiliki permasalahan. Deteksi dini dapat dilakukan oleh setiap konselor yang telah mengikuti pelatihan konselor. Lebih dari itu, diperlukan lebih banyak pencetakan konselor, baik di tingkat Polres maupun di tingkat Polsek mengingat masih tidak berimbang rasio jumlah antara konselor dan PNPP.

Selain pencetakan lebih banyak konselor, diperlukan upaya khusus oleh para atasan, baik atasan langsung maupun pimpinan yang tingkatnya lebih tinggi untuk turun ke bawah dan lebih peduli dengan kondisi mental bawahannya. Artinya, atasan langsung ataupun pimpinan yang lebih tinggi perlu membuka ruang komunikasi yang mungkin selama ini masih tertutup atau kurang terjalin baik antara bawahan dengan atasan. Karena temuan kami menunjukkan bahwa beberapa bawahan merasa enggan untuk bercerita ke atasannya karena adanya hambatan hierarkis kepangkatan. Oleh karena itu, pendekatan secara informal dapat menjadi salah satu alternatif yang dapat dilakukan oleh atasan untuk mendekati dan membuka keran komunikasi dengan bawahannya. Misalnya, dengan mengajak makan bersama atau sekadar *ngopi* bareng dengan anggota. Hal ini diharapkan akan memperkuatkan ikatan antara atasan dan anggota, sehingga diharapkan setiap bawahan dapat secara terbuka menceritakan permasalahannya dengan atasannya.

3. Strategi Pencegahan Bunuh Diri PNPP di Polda Sumatera Utara

Peserta FGD di jajaran Polda Sumut mengusulkan sejumlah kegiatan dan upaya yang mereka pikir akan dapat berguna untuk merawat kesehatan mental PNPP.

- a. kegiatan kebersamaan PNPP, misalnya *family gathering* (kumpul keluarga) atau bentuk kegiatan *refreshing* lain agar PNPP Polri dan keluarga saling mengenal satu sama lain;
- b. *outbound* sebagai bentuk pembelajaran kebersamaan yang dilakukan di alam terbuka melalui sejumlah permainan, yang menggabungkan kemampuan fisik, kecerdasan, serta kekuatan mental sangat perlu diprogramkan di jajaran Polda Sumut secara reguler. Kegiatan ini dapat digunakan untuk menggalang kekompakan dan solidaritas antar PNPP;
- c. PNPP baik atasan maupun bawahan, seharusnya diberi konseling tiap enam bulan sekali untuk *me-refresh* jiwa mereka karena dalam keseharian mereka harus menghadapi masyarakat dengan segala karakteristiknya. Jika Jajaran Polda Sumut belum mampu melakukan untuk semua PNPP, setidaknya Satfung Reskrim, Lantas, dan Binmas bisa diutamakan karena mereka sangat *intens* menghadapi masyarakat;
- d. perlunya digalakkan pemahaman literasi keuangan bagi PNPP, yang dimaksud literasi keuangan ialah kemampuan dalam memahami dan menerapkan berbagai keterampilan keuangan, seperti manajemen tabungan pribadi, membuat penganggaran, dan investasi mekipun kecil-kecilan. Intinya, diharapkan PNPP mampu membuat keputusan cerdas terkait uang/pendapatan yang mereka miliki. Contohnya ialah bagaimana PNPP harus menyiapkan anggaran, mengetahui berapa banyak uang yang harus ditabung, memutuskan persyaratan pinjaman yang menguntungkan atau setidaknya pinjaman yang tidak “mencekik leher”, memahami dampak kredit bagi diri dan keluarga jika sudah berkeluarga, hingga membuat perencanaan keuangan yang baik. Dengan begitu, PNPP diharapkan tidak tekor dalam mengelola pendapatan; kondisi keuangan tetap terjaga dan stabil;

- e. karena banyaknya PNPP yang gajinya nyaris habis untuk membayar pinjaman di bank, para Kapolres di seluruh Polres sampel di jajaran Polda Sumut membuat kebijakan berupa pembatasan pinjaman maksimal yang bisa dilakukan oleh PNPP yakni sebesar 60% dari gaji. Sisanya 40% tidak bisa diganggu gugat untuk biaya kehidupan keluarga sehari-hari. Untuk merealisasikan kebijakan itu, para Kapolres di jajaran Polda Sumut membuat MOU dengan Bank BRI sebagai bank penyalur gaji PNPP Polri di jajaran Polda Sumut. Hal itu dilakukan oleh para Kapolres agar PNPP tidak stres/depresi karena gajinya habis akibat potongan bank yang terlalu tinggi. Banyak kasus PNPP stres/depresi karena PNPP tidak mampu mengelola gajinya yang berakibat pada buruknya kinerja mereka;
- f. pentingnya mendorong PNPP memiliki teman-teman terdekat/peer group yang saling mendukung/menopang secara positif. Hal ini menurut mereka akan bermanfaat untuk membantu memecahkan masalah karena teman dekat bisa lebih dipercaya untuk berbagi.

4. Strategi Pencegahan Bunuh Diri PNPP di Polda Bali

Data dari hasil pendalaman melalui FGD menunjukkan bahwa pada dasarnya kebanyakan PNPP memiliki pandangan untuk tidak mendukung bunuh diri sebagai jalan keluar dalam menghadapi permasalahan. Kondisi ini perlu terus dipertahankan dengan cara memberikan perhatian khusus bagi setiap PNPP yang memiliki permasalahan. Deteksi dini dapat dilakukan oleh setiap konselor yang telah mengikuti pelatihan konselor. Selain itu, diperlukan adanya struktur pembentukan tim konselor, baik di tingkat Polres, karena selama ini konselor yang mengikuti pelatihan tidak memiliki surat perintah atau surat tugas untuk menjalankan tugasnya sebagai konselor. Lebih dari itu, diperlukan lebih banyak pencetakan konselor, baik di tingkat Polres maupun di tingkat Polsek mengingat masih tidak berimbang rasio jumlah antara konselor dan PNPP.

Selain pencetakan lebih banyak konselor, diperlukan upaya khusus oleh para atasan, baik atasan langsung maupun pimpinan yang tingkatnya lebih tinggi untuk turun ke bawah dan lebih peduli dengan kondisi mental bawahan. Artinya, atasan langsung ataupun pimpinan yang lebih tinggi perlu membuka ruang komunikasi yang mungkin selama ini masih tertutup atau kurang terjalin baik antara PNPP dengan atasan. Karena temuan kami menunjukkan bahwa beberapa PNPP merasa enggan untuk bercerita ke atasannya karena adanya hambatan hierarkis kepangkatan. Oleh karena itu, pendekatan secara informal dapat menjadi salah satu alternatif yang dapat dilakukan oleh atasan untuk mendekati dan membuka keran komunikasi dengan bawahannya. Misalnya, dengan mengajak makan bersama atau sekadar *ngopi* bareng dengan anggota. Hal ini diharapkan akan memperkuatkan ikatan antara atasan dan anggota, sehingga diharapkan setiap PNPP dapat secara terbuka menceritakan permasalahannya dengan atasannya.

Dengan kentalnya ajaran agama dan budaya di Bali serta tingginya partisipasi PNPP dalam kegiatan keagamaan, pencegahan yang dapat dilakukan adalah memberikan ceramah keagamaan yang mengingatkan akan bahayanya karma terhadap terhadap tindakan bunuh diri, meskipun bunuh diri tersebut dilakukan karena mengalami sakit menahun. Hal ini dapat dilakukan oleh penceramah agama di kegiatan bina rohani pekanan. Atasan dapat juga mengingatkan bahwa bunuh diri dapat saja dianggap perbuatan tercela sehingga untuk PNPP akan mendapat konsekuensi tidak mendapat dana pensiun dan asuransi yang seharusnya didapatkan keluarganya.

Masalah keuangan karena sakit, ataupun karena gaya hidup yang salah kelola secara keuangan, menunjukkan kurangnya literasi keuangan yang dimiliki anggota, sehingga disarankan agar adanya kegiatan pendidikan manajemen keuangan untuk meningkatkan kemampuan PNPP mengelola gajinya agar mencukupi kebutuhan sehari-hari maupun saat terkena kesulitan seperti sakit menahun yang membutuhkan dana diluar asuransi kesehatan yang ditanggung negara.

Berdasarkan hasil temuan lapangan penelitian dengan para informan baik dari pemangku kebijakan maupun pihak PNPP yang dilakukan pada empat Polda sebagai sampel penelitian, dapat disimpulkan bahwa strategi pencegahan bunuh diri di kalangan PNPP adalah sebagai berikut :

1. perlu adanya program yang teranggarkan untuk kegiatan kebersamaan PNPP, misalnya *family gathering* (kumpul keluarga) atau bentuk kegiatan *refreshing* lain agar PNPP dan keluarga saling mengenal satu sama lain dan *outbound*;
2. pembinaan rohani dan mental yang dilakukan di tiap Satker bahkan sampai ke polsek-polsek bersifat dua arah dan kontemplatif dalam suasana yang mendukung;
3. pengawasan PNPP bukan hanya oleh atasan atau para kanitnya, tetapi juga oleh teman-teman PNPP;
4. pembentukan *role model* dari pimpinan sangat penting agar tidak menimbulkan kecemburuan social;
5. pentingnya pemberian cuti sebagai pengganti hari libur yang terpangkas. Hal itu bertujuan untuk menjauhkan personel dari kejenuhan rutinitas bekerja;
6. memfasilitasi terbentuknya komunitas berbasis hobi agar para personel dapat saling mengenal dan menyalurkan hobinya;
7. memasukkan aspek kesehatan mental dalam lembaga Pendidikan;
8. memasukkan literasi keuangan di lembaga pendidikan Polri agar para anggota Polri memahami cara mengelola keuangan yang didapatkan;
9. menciptakan suasana yang bisa membangun komunikasi dan saling kepedulian antarpersonel sehingga tercipta suasana kerja yang nyaman;
10. mengubah kultur hirarki atasan-bawahan dan senior-junior yang memperhatikan konsep “sadar posisi, sadar ruang, dan sadar waktu” agar bawahan berani mengemukakan masalah yang dihadapinya kepada atasan jika tidak mampu memecahkannya sendiri;
11. memberikan pemahaman pada PNPP secara formal oleh Kasatker ataupun melalui kegiatan Bina Rohani dan Mental sesuai agama masing bahwa tindakan bunuh diri dapat menyebabkan keluarga yang ditinggalkan kehilangan hak keuangan seperti pensiun dan asuransi, serta menanggung hutang yang ditinggalkan pelaku bunuh diri.

Dari hasil pengisian kuesioner *Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)* yang disebarakan ke 34 Polda dan Polres jajaran seluruh Indonesia dapat disimpulkan PNPP yang terdiagnosis **depresi berat** sebanyak 194 orang dan **depresi sedang** sebanyak 428 orang. Hasil *screening* kondisi kesehatan mental khususnya di Polda Metrojaya teridentifikasi anggota Satintelkam Polresta Bandara yang terdiagnosis depresi sedang akhirnya melakukan tindakan bunuh diri, sehingga dari kejadian tersebut perlu segera untuk ditindaklanjuti oleh seluruh jajaran. sikap terhadap bunuh diri dapat menjadi variabel yang mendorong meningkatnya bunuh diri. Hal ini terlihat dari data yaitu tingkat gejala depresif paling tinggi di usia menengah di 25-35, namun sikap pro terhadap bunuh diri cenderung lebih tinggi di usia muda atau justru diatas 45 tahun, maka sikap terhadap bunuh diri yang lebih pro ada di kelompok usia paling muda atau kelompok usia paling tua mendukung dilakukannya bunuh diri, dan gejala depresi saja tidak menjadi satu satunya penyebab bunuh diri.

SIMPULAN

Data kuantitatif ini diperkaya dengan hasil data penelitian secara kualitatif yang dapat disimpulkan sesuai uraian berikut.

1. Gambaran Umum Kesehatan Mental PNPP

- a. penempatan personel banyak yang tidak sesuai dengan peminatan;
- b. penempatan personel banyak yang tidak sesuai dengan pengembangannya;
- c. beban tugas tidak sesuai dengan *job desk* atau bahkan berlebihan;
- d. pemberian insentif yang tidak sesuai dengan analisis beban kerja;
- e. ada satuan-satuan tertentu yang rentan stress dan depresi yang harus betul-betul diperhatikan, misalnya Satreskrim dan Satlantas. Jumlah personel Reskrim tidak

- sebanding dengan jumlah perkara yang harus ditangani. Mereka juga rentan untuk diadakan oleh masyarakat melalui Pengaduan Masyarakat (Dumas);
- f. persoalan ekonomi yang menghimpit PNPP, misalnya PNPP meminjam ke Bank melebihi batas yang ditetapkan yang berakibat pada rantai masalah berikutnya: judi *online* atau Pinjol;
 - g. ketidaksesuaian antara ekspektasi personel dengan kenyataan yang dihadapi PNPP setelah menjadi polisi juga membuat stress dan depresi personel;
 - h. gaya hidup hedon dari media sosial dan dunia digital turut berpengaruh terhadap tingkat stress dan depresi PNPP karena pendapatan mereka sebagai PNPP tidak bisa digunakan untuk menopang gaya hidup hedon tersebut. Akibatnya, muncul masalah ekonomi, pinjaman *online*, judi *online*, bahkan tindakan pidana (penipuan, pencurian, pemerasan, dsb);
 - i. viralitas atau pemberitaan buruk tentang PNPP di media dan diberbagai dunia maya juga sangat mempengaruhi mental PNPP.

2. Implementasi Kebijakan Pembinaan Psikologi PNPP

- a. kurangnya kesadaran untuk merawat kesehatan mental pada diri PNPP, mereka abai terhadap kesehatan mental. Padahal, kesehatan mental berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan kinerja personel;
- b. personel banyak yang tidak mau berterus terang kepada konselor bahwa dirinya memerlukan pelayanan konseling. Mereka takut masalah pribadi diketahui oleh orang lain;
- c. kurang disadarinya oleh para atasan bahwa tugas menjadi konselor sebenarnya juga melekat pada diri atasan. Selain itu, atasan juga tidak pernah mendapatkan pelatihan sebagai konselor atau setidaknya pelatihan pembinaan psikologis untuk bawahan. Akibatnya, atasan tidak memiliki kemampuan untuk melakukan *coaching* psikologi yang sangat membantu memecahkan masalah PNPP dan mengembangkan karirnya;
- d. karena adanya kultur hubungan yang sangat hierarkis dan kaku di lembaga Polri, termasuk pada anggota junior-senior, fungsi konselor yang dilekatkan pada atasan agak sulit dilakukan;
- e. proporsi jumlah konselor dan psikolog dengan jumlah PNPP tidak sebanding. Contoh: di Polda Metrojaya 72 konselor harus melayani sekitar 30.000-an PNPP, di Polres Depok ada 5 konselor yang harus melayani sekitar 1.500 PNPP;
- f. belum dimilikinya layanan konseling bagi para atasan yang terjaga *privacy*-nya. Padahal, atasan juga mempunyai beban mental atau tekanan secara psikis yang luar biasa;
- g. belum terealisasinya pelayanan konseling secara reguler kepada PNPP yang terindikasi mengalami tingkat stres yang tinggi sesuai hasil E-Mental, misalnya tiap enam bulan atau setahun sekali, untuk mengembalikan mental personel untuk berfungsi dengan lebih baik;
- h. belum terdistribusinya konselor terlatih secara merata di tiap Polres, apalagi psikolog sehingga perlu ada rekrutmen khusus dari jalur lulusan psikologi yang ditempatkan di Polres-Polres karena belum semua Polres mendapatkan personel berlatar belakang pendidikan psikologi.
- i. belum diketahuinya SOP pelayanan konseling oleh para PNPP, termasuk para konselor untuk penanganan depresi berat agar bisa mendapatkan pelayanan kuratif;
- j. belum ditindaklanjutinya hasil *screening* E-Mental;
- k. masih adanya pinjam pakai senpi melalui prosedur “potong kompas”;
- l. pemeriksaan psikologis pemegang senpi belum dilakukan secara regular.

3. Pola dan Strategi Pencegahan Bunuh Diri di Kalangan PNPP

- a. perlu adanya program yang teranggarkan untuk kegiatan kebersamaan PNPP, misalnya *family gathering* (kumpul keluarga) atau bentuk kegiatan *refreshing* lain agar PNPP dan keluarga saling mengenal satu sama lain dan *outbound*;
- b. pembinaan rohani dan mental yang dilakukan di tiap Satker bahkan sampai ke Polsek-Polsek bersifat dua arah dan kontemplatif dalam suasana yang mendukung;
- c. pengawasan PNPP bukan hanya oleh atasan atau para Kanitnya, tetapi juga oleh teman-teman PNPP;
- d. pembentukan *role model* dari pimpinan sangat penting agar tidak menimbulkan kecemburuan sosial;
- e. pentingnya pemberian cuti sebagai pengganti hari libur yang terpangkas. Hal itu bertujuan untuk menjauhkan PNPP dari kejenuhan rutinitas bekerja;
- f. memfasilitasi terbentuknya komunitas berbasis hobi agar para personel dapat saling mengenal dan menyalurkan hobinya;
- g. memasukkan aspek kesehatan mental dalam lembaga pendidikan
- h. memasukkan literasi keuangan di lembaga pendidikan Polri agar para PNPP memahami cara mengelola keuangan yang didapatkan;
- i. menciptakan suasana yang bisa membangun komunikasi dan saling kepedulian antar PNPP sehingga tercipta suasana kerja yang nyaman;
- j. mengubah kultur hirarki atasan-bawahan dan senior-junior yang memperhatikan konsep “sadar posisi, sadar ruang, dan sadar waktu” agar bawahan berani mengemukakan masalah yang dihadapinya kepada atasan jika tidak mampu memecahkannya sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Collins, P. A., & Gibbs, A. C. C. (2003). Stress in police officers: a study of the origins, prevalence and severity of stress-related symptoms within a county police force. *Occupational medicine*, 53(4), 256-264.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Domino, G., Su, A., & Lee Johnson, S. (2002). Psychosocial correlates of suicide ideation: A comparison of Chinese and US rural women. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 44(4), 371-389.
- Eshun, S. (2003). Sociocultural determinants of suicide ideation: A comparison between American and Ghanaian college samples. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 33(2), 165-171.
- Gagle, H. J. (2023). Group Ideation Treatment (GRIT)-A Group Approach to the Treatment of Suicidal Ideation and Relapse into a Maladaptive Coping Skill
- Grotberg, E. H. (2001). Resilience programs for children in disaster. *Ambulatory child health*, 7(2), 75-83.
- Joiner, T. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Klonsky, E. D., Pachkowski, M. C., Shahnaz, A., & May, A. M. (2021). The three-step theory of suicide: Description, evidence, and some useful points of clarification. *Preventive medicine*, 152, 106549.
- Kodaka, M., Inagaki, M., & Yamada, M. (2013). Factors associated with attitudes toward suicide. *Crisis*.

- Lee, S., Tsang, A., Li, X. Y., Phillips, M. R., & Kleinman, A. (2007). Attitudes toward suicide among Chinese people in Hong Kong. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 37(5), 565-575.
- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (1989). Psychiatric diagnosis as reified measurement. *Journal of Health and Social Behavior*, 11-25.
- Ridner, S. H. (2004). Psychological distress: concept analysis. *Journal of advanced nursing*, 45(5), 536-545.
- Schneidman, E. S. (1998). Perspectives on suicidology: Further reflections on suicide and psychache. *Suicide and life-threatening behavior*, 28(3), 245.
- Shneidman, E. S. (1998). *The suicidal mind*. Oxford University Press, USA.
- Sholikha, A. W., Zayani, M., & Pratiwi, I. K. (2024). ANALISIS FENOMENA COPYCAT SUICIDE DI KALANGAN MAHASISWA KOTA SEMARANG: FAKTOR PENYEBAB DAN UPAYA PENCEGAHANNYA. *Jurnal Komunikasi Peradaban*, 2(1), 37-53.
- Zhang, J., & Jia, C. X. (2010). Attitudes toward suicide: The effect of suicide death in the family. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 60(4), 365-382.