

PENINGKATAN BUNUH DIRI PADA MASA PANDEMI COVID-19 DAPAT DISEBABKAN OLEH DEPRESI

Renta Sianturi¹, Anggi Zulaeha²

^{1,2} Program Studi Keperawatan, STIKES Mitra Keluarga, Bekasi

Email : nersrensi89@gmail.com¹

Abstrak

Bunuh diri merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius dan menjadi perhatian global. Jumlah kematian akibat bunuh diri di dunia mendekati 800.000 kematian pertahun atau satu kematian setiap 40 detik. Bunuh diri merupakan penyebab kematian kedua pada kelompok umur 15-29 tahun dan 79% terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah. (World Health Organization (WHO), 2019). Bunuh diri merupakan kegagalan seseorang beradaptasi dengan sesuatu yang baru. Trend bunuh diri di era pandemic semakin meningkat melesat. Peningkatan yang sangat tajam ini merupakan suatu masalah serius. Peningkatan kasus Bunuh diri dimasa pandemic terjadi sebagai akibat dari Pandemic yang berdampak baik secara Bio dan social ekonomi. Dampak terhadap social ekonomi menyebabkan Pemutusan Hubungan Kerja (PHK), sulitnya mencari pekerjaan, minimnya interaksi social dan tingginya kebutuhan hidup untuk menjaga sistem Imun. Dari hasil studi literature terhadap trend bunuh diri dimasa pandemic dari 30 artikel jurnal 10 jurnal nasional dan internasional mengatakan bahwa Bunuh diri di era pandemic disebabkan oleh banyak faktor. Namun yang paling dominan dipengaruhi oleh faktor Psikologis dan Ekonomi.

Kata kunci : Depresi, Bunuh Diri, Pandemi COVID-19

Abstract

Suicide is a serious public health problem and is of global concern. The number of deaths due to suicide in the world is approaching 800,000 deaths per year or one death every 40 seconds. Suicide is the second leading cause of death in the 15-29 year age group and 79% occur in low and middle income countries. (World Health Organization (WHO), 2019). Suicide is a person's failure to adapt to something new. The trend of suicide in the pandemic era is increasing rapidly. This very sharp increase is a serious problem. The increase in cases of suicide during a pandemic occurs as a result of the pandemic which has an impact both bio and socio-economically. The socio-economic impact causes layoffs, difficulty finding work, lack of social interaction and the high need for life to maintain the immune system. From the results of a literature study on the trend of suicide during a pandemic from 30 journal articles in 10 national and international journals, it is said that suicide in the pandemic era is caused by many factors. However, the most dominant is influenced by Psychological and Economic factors.

Keyword : Depression, Suicide, COVID-19 Pandemic

PENDAHULUAN

Pandemic COVID-19 merupakan masalah global sejak Desember 2019 hingga saat ini tahun 2021. Pandemi adalah penyebaran penyakit baru ke seluruh dunia menurut

World Health Organization (WHO), 2020.

Saat ini angka kematian di dunia termasuk Indonesia semakin meningkat setiap harinya. Untuk kasus di dunia sampai dengan 28 Maret 2021, ada 126.359.540 kasus COVID-19 yang dikonfirmasi, termasuk 2.769.473

kematian, yang dilaporkan ke WHO (WHO,2021). Dan untuk kasus di Indonesia sampai dengan 28 Maret 2021, ada 1.496.085 kasus yang terkonfirmasi, dan 40.449 kematian yang di laporkan ke kemenkes RI. (Kementrian Kesehatan RI, 2021)

Pandemic COVID-19 sangat berdampak pada bidang social, ekonomi dan pendidikan. Salah satu dampak pandemic COVID-19 pada bidang social ekonomi yaitu tingginya angka Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) (McIntyre, et al, 2020).

Menurut CNBC Saat ini di Indonesia ada 2.084.593 pekerja yang dirumahkan dan 538.385 orang yang kehilangan pekerjaan dari 31.444 perusahaan atau UMKM yang terdampak COVID data pada bulan April 2020 dari Kementrian ketenagakerjaan. Dan pada tingkat global sudah ada 195 juta orang yang kehilangan pekerjaan, data di ambil dari Organisasi Buruh Internasional (CNBC, 2020). Tingginya angka PHK disebabkan oleh kebijakan pemerintah yaitu Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) maupun berskala kecil, *social distancing*, karantina wilayah dll yang menyebabkan lambat nya laju pertumbuhan ekonomi membuat perusahaan harus mengambil langkah mengurangi karyawan untuk menekan angka kerugian, dan beberapa UMKM yang harus berhenti beroperasi karna ketidaksesuain

antara pengeluaran dan pendapatan. Dampak dari tingginya angka PHK bagi masyarakat akan menyebabkan tingginya angka pengangguran dan kemiskinan. (CNBC, 2020).

Hal-hal tersebut akan berdampak pada psikologis seseorang, yakni kemungkinan besar terjadi adalah depresi ((McIntyre, et al, 2020).

Depresi adalah sebuah penyakit yang ditandai dengan rasa sedih yang berkepanjangan dan kehilangan minat terhadap kegiatan yang biasanya kita lakukan dengan senang hati. Berhenti melakukan kegiatan yang biasanya dilakukan sehari-sehari setidaknya selama dua minggu (Kemenkes RI, 2018). Gejala yang ditimbulkan dari depresi adalah, kemurungan, kesedihan, kehilangan gairah hidup, perasaan bersalah atau berdosa, tidak berguna dan putus asa, gangguan tidur (sulit tidur atau tidur berlebihan), kehilangan oerasaan senang, semangat dan meninggalkan hobi, kreativitan dan produktivitas menurun. Dan dampak lanjutan dari depresi yaitu munculnya pikiran-pikiran tentang kematian dan bunuh diri (Dev Crasta, J.S. (n.d.), 2020).

Bunuh diri adalah cara maladaftif yang dilakukan sesorang untuk menyelesaikan masalahnya, hal yang menyebabkan bunuh

diri diantaranya isolasi social, depresi, penyalahgunaan zat, kondisi penyakit kronis, putus asa dan kesedihan (Overholser et al., 2018). Tanda-tanda seseorang rentan untuk melakukan bunuh diri adalah mulai membicarakan bunuh diri, menyakiti diri sendiri, mulai mencari akses memiliki senjata api, merasa putus asa, menarik diri dari teman, sahabat dan keluarga, perubahan suasana hati yang drastic. Mudah marah dan

tak terkendali, konsumsi minuman keras meningkat.(Infodatin, 2019)

Dengan adanya peningkatan terjadinya depresi selama pandemic akibat perubahan yang mendadak akan menyebabkan seseorang sulit beradaptasi dengan keadaan COVID- 19 sehingga menyebabkan terjadinya keputusan dan pada akhirnya peningkatan angka kejadian bunuh diri.

METODE PENULISAN

Metode penulisan yang digunakan dalam penulisan artikel melalui pendekatan sederhana berdasarkan tema yang telah di tentukan oleh penulis. Penulisan artikel menggunakan beberapa database dan website pencarian melalui google scholar sebanyak 15 artikel jurnal, Pubmed sebanyak 355, Sciendirect sebanyak 25 artikel jurnal. Tahun publikasi dibatasi tahun 2020-2021 menggunakan kata kunci “suicide during the covid pandemic” setelah dilakukan telaah literature ditemukan 10 artikel jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi meliputi: artikel tentang hubungan depresi dengan bunuh diri dimasa pandemi, artikel dalam 2 tahun terakhir (2020-2021).

HASIL

Hasil yang didapatkan dari 10 artikel jurnal akan ditampilkan dalam table berikut ini

<p>Suicide risk during the lockdown due to coronavirus disease (COVID-19) in Colombia (Carmen Cecilia Caballero-Domínguez, M. P.-V.-A, 2020)</p>	<p>Dari hasil penelitian melaporkan bahwa bunuh diri beresiko tinggi pada pasien COVID-19 yang diakibatkan karena stress dan berakhir dengan depresi akibat COVID-19</p>
---	--

<p>Time Trends of the Public's Attention Toward Suicide During the COVID-19 Pandemic: Retrospective, Longitudinal Time-Series Study (Dayle Burnett, V. E.-I, 2020)</p>	<p>Penelitian ini menemukan bahwa kebijakan <i>social distancing</i>, seperti penutupan sekolah, mungkin menjadi titik balik bagi krisis kesehatan mental, karena perhatian terhadap bunuh diri meningkat setelah pembatasan diterapkan. Hasil kami menunjukkan bahwa peningkatan risiko keinginan bunuh diri dapat terjadi karena kebijakan anticontagion yang sedang berlangsung. Oleh karena itu, strategi intervensi yang tepat untuk bunuh diri harus menjadi bagian yang penting.</p>	<p>During the COVID-19 Pandemic (Catherine K. Ettman, 2020)</p>	<p>lebih tinggi selama pandemic dibandingkan dengan sebelum pandemic. Kehilangan pekerjaan dan keadaan ekonomi yang menurun menjadi penyebab depresi.</p>
<p>Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and</p>	<p>Hasil penelitian ini menemukan bahwa prevalensi gejala depresi 3 kali lipat</p>	<p>Suicide and mental health during the COVID-19 pandemic in Japan. (Michiko Ueda, R. N, 2020)</p>	<p>Hasil survei ini mengungkapkan bahwa kondisi psikologis dan ekonomi menjadi factor pendukung peningkatan angka bunuh diri di tahun 2020 pada wanita usia muda (<40 tahun) di Jepang.</p>
		<p>Real-time suicide mortality data from police reports in Queensland, Australia, during the COVID-19 pandemic an interrupted time-series</p>	<p>Dalam penelitian ini ditemukan angka bunuh diri meningkat (1,8%) pada tahun 2015, dan pada tahun 2016 (2,86%). Dan angka bunuh diri pada</p>

<p>analysis (Stuart Leske, K. K, 2021)</p>	<p>masa pandemic yaitu pada 28 Maret 2020 hingga agustus 2020 meningkat pada wanita (23,9%). Kenaikan angka bunuh diri disebabkan oleh suasana hati, koping stress dan kecemasan karna kehilangan pekerjaan, masalah keuangan dan putus hubungan.</p>		<p>menularkan virus ke orang lain, dan hal itu yang membuat korban akhirnya bunuh diri. Kasus yang serupa juga terjadi di India pada 12 Februari 2020, dimana korban yang kemabali dari kota ke desanya melakukan bunuh diri dengan gantung diri untuk menghindari penyebaran virus COVID-19.</p>
<p>First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies</p>	<p>Ditemukan kasus bunuh diri pada masa pandemic COVID-19 yang disebabkan karena ketakutan atau kecemasan terhadap penularan. Korban berpikir bahwa dirinya akan</p>	<p>Modeling suicide risk among parents during the COVID-19 pandemic: Psychological</p>	<p>Hasil ini menunjukkan peran psikologis Dapat memperburuk dampak dari COVID-19 yaitu</p>

<p>I inflexibility exacerbates the impact of COVID-19 stressors on interpersonal risk factors for suicide (Dev Crasta, J. S. (n.d.), 2020)</p>	<p>stres yang berujung dengan kematian.</p>
<p>Preventing Suicide in Rural Communities During the COVID-19 Pandemic (Lindsey L.M. (n.d), 2020)</p>	<p>Gejala kesehatan mental dan diagnosis merupakan faktor risiko yang kuat untuk kejadian bunuh diri. Terjadi karena ketakutan dan kecemasan mengenai infeksi, atau jarak fisik yang berkepanjangan, gangguan, dan ketidakpastian.</p>
<p>Trends in suicide in Japan by gender during the COVID-19 pandemic, up to September 2020</p>	<p>Hasil kami menunjukkan bahwa pencegahan bunuh diri terkait COVID-19 adalah sebuah</p>

<p>(Shuhei Nomura, et al, 2020)</p>	<p>prioritas penting, terutama bagi wanita. Ada kebutuhan yang mendesak akses tepat waktu ke perawatan kesehatan mental, keuangan dan sosial dan program dukungan persalinan, serta terapi optimal untuk penyakit mental. Dengan pandemi yang masih belum bisa dikendalikan, terus menerus pemantauan risiko bunuh diri yang tepat waktu harus dipertahankan, untuk memastikannya tindakan untuk mencegah kematian akibat virus corona tidak secara tidak sengaja menyebabkan hasil kesehatan negatif lainnya.</p>
--	--

<p>Preventif COVID-19 Pandemic (McIntyre, R. S, Y. L, 2020)</p>	<p>Dampak dari Pandemi COVID-19 terjadi peningkatan pengangguran yang cepat dari sebelumnya. Peningkatan pengangguran</p>
--	---

	<p>menyebabkan ketidakstabilan ekonomi dan bisa berdampak depresi sehingga beresiko tinggi pada tindakan bunuh diri.</p>
--	--

PEMBAHASAN

Pandemic COVID-19 membuat banyak perubahan dalam bidang ekonomi dan social. Kebijakan pemerintah mengenai PSBB, karantina wilayah, *social distancing*, dan isolasi mandiri mempengaruhi lambatnya laju perekonomian sehingga menyebabkan 31.444 perusahaan memberhentikan pekerja atau UMKM yang terpaksa harus tutup karna ketidaksesuaian pendapatan dengan penghasilan. (CNBC,2019).

pandemi yang tidak dapat diprediksi dan belum mendapatkan kepastian seputar keselamatan publik, serta informasi yang salah tentang COVID-19 (terutama di media sosial) seringkali dapat

mempengaruhi kesehatan mental seseorang termasuk depresi, kecemasan, dan stres traumatis (Cheung et al. ., 2008; Zandifar dan Badrfam, 2020).

Selain itu, masalah terkait pandemi seperti jarak sosial, isolasi dan karantina, serta dampak sosial dan ekonomi juga dapat memicu mediator psikologis seperti kesedihan, kekhawatiran, ketakutan, kemarahan, gangguan, frustrasi, rasa bersalah, ketidakberdayaan, kesepian, dan kegugupan. . Ini adalah ciri-ciri umum dari penderitaan kesehatan mental yang akan dialami banyak individu selama dan setelah pandemi (Ahorsu et al., 2020; Banerjee, 2020; Cheung et al., 2008; Xiang et al., 2020). Dalam kasus yang ekstrim, masalah kesehatan mental seperti itu dapat

menyebabkan perilaku bunuh diri (misalnya, keinginan untuk bunuh diri, upaya bunuh diri, dan bunuh diri yang sebenarnya). Sudah terbukti bahwa sekitar 90% kasus bunuh diri global disebabkan oleh individu dengan kondisi kesehatan mental seperti depresi (Mamun dan Griffiths, 2020).

Pemerintah dan para pengambil keputusan harus segera mempersiapkan pencegahan bunuh diri terkait COVID-19 dan harus menjadi prioritas penting saat ini. (Shuheii Nomura, et al, 2020)

DAFTAR PUSTAKA

- Assri, B. C. (2020). Kebijakan Luar Negeri Amerika Serikat terhadap .
- Carmen Cecilia Caballero-Domínguez, M. P.-V.-A. (2020). Suicide risk during the lockdown due to coronavirus disease (COVID-19) in Colombia.
- Catherine K. Ettman, B., Salma M. Abdalla, M. M., & Gregory H. Cohen, M. M. (2021). Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic.
- Danuta Wasserman, M. I. (2020). Adaptation of evidence-based suicide prevention strategies during and after the COVID-19 pandemic.
- Dayle Burnett, V. E.-I. (2020). Time Trends of the Public's Attention Toward Suicide During the COVID-19 Pandemic: Retrospective, Longitudinal Time-Series Study.
- DevCrasta, J. S. (2020). Modeling suicide risk among parents during the COVID-19 pandemic: Psychological inflexibility exacerbates the impact of COVID-19 stressors on interpersonal risk factors for suicide. *Journal of Contextual Behavioral Science*.
- Indonesia, C. (2020, May 15). *Tidak Hanya di Indonesia, PHK Massal Terjadi di Seluruh Dunia*. Retrieved from <https://www.cnbcindonesia.com/news/20200515134147-4-158791/tidak-hanya-di-indonesia-phk-massal-terjadi-di-seluruh-dunia>
- Lindsey L. Monteith, R. H. (2020). Preventing Suicide in Rural Communities During the COVID-19 Pandemic. *Rural Health*.
- Mark É. Czeisler, R. I. (2020). Mental Health, Substance Use, and Suicidal Ideation During the COVID-19 Pandemic — United States, June 24–30, 2020. *MMR*.
- Michiko Ueda, R. N. (2020). Suicide and mental health during the COVID-19 pandemic in Japan.
- Rina Tri Handayani, D. A. (2020). PANDEMIC COVID-19, RESPON IMUN TUBUH, DAN HERD IMMUNITY. *Jurnal Ilmiah Permas*.
- Sher, L. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates.
- Shuheii Nomura, e. a. (2020). Trends in

suicide in Japan by gender during the COVID-19 pandemic, up to September 2020. *Psychiatry Research* .

Stuart Leske, K. K. (2021). Real-time suicide mortality data from police reports in Queensland, Australia, during the

COVID-19 pandemic an interrupted
time-series analysis.

WHO. (2021). *Coronavirus disease
(COVID-19) pandemic.*

Retrieved
from

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

WHO. (2021). *WHO Coronavirus (COVID-19)
Dashboard.* Retrieved

from

https://covid19.who.int/?gclid=Cj0KCQjwjPaCBhDkARIsAISZN7Rvad8A4m-twfYxYawLeEohmnfiGMbCxAMjt0A8jsRdwiY1ob2wTSsaArKcEALw_wcB