

IDENTIFIKASI ISYARAT BUNUH DIRI VERBAL DAN NON VERBAL DALAM UPAYA DETEKSI RISIKO BUNUH DIRI PADA REMAJA: LITERATUR REVIEW

Suherman^{1*}, Budi Anna Keliat², Novy Helena Chatarina Daulima³, Besral⁴

¹Candidat Doctoral Faculty of Nursing, Universitas Indonesia

*Email korespondensi: suhermansepamir61@gmail.com

²Professor in Department of Mental Health Nursing, Universitas Indonesia

email: budianna_keliat@yahoo.com

³Associate Prof. Faculty of Nursing, Universitas Indonesia Depok, Indonesia

email: novy.daulima68@gmail.com

⁴Associate Prof. Faculty of Public Health, Universitas Indonesia Depok, Indonesia

email: besral@ui.ac.id

Submitted :31-10-2022, Reviewed:03-11-2022, Accepted:19-11-2022

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v7i3.1689>

ABSTRACT

Suicide cases in adolescents are a serious problem. The adolescence phase is a transition and developing period that can affect emotions and mood. Before adolescents attempt suicide, it is known that there is an expression of verbal and non-verbal signs of suicide as signs and symptoms of suicide risk. This review aims to identify verbal and non-verbal signs of suicide to detect suicide risks in adolescents. The results are expected to be used as fundamental data to identify signs and symptoms of suicide risk. Literature review search was conducted in consultation with nursing librarians using the database from Science Direct, Biomed Central, Scopus, and PubMed. The keywords used were signs and symptoms of suicide risk, signs of suicide, and verbal and non-verbal communication of suicide. Results, 10 articles related to the keywords were found. The signs and symptoms of suicide signs were revealed verbally and non-verbally. The verbal signs were revealed through questions or communications that point to desperation and helplessness. Meanwhile, non-verbal signs of suicide were revealed through observed changes such as cognitive, attitude/affective, physiological, behavioral, and social changes. Conclusion: Adolescents who are at risk of suicide will give verbal and non-verbal signs of suicide. These signs can be an instrument or a tool to identify early and prevent the risk of suicidal behavior in adolescents.

Keywords: *Suicide, adolescents, verbal and non-verbal*

ABSTRAK

Kasus bunuh diri pada remaja menjadi masalah yang membutuhkan perhatian serius. Masa remaja adalah periode transisi dan perkembangan yang dapat mempengaruhi emosi atau suasana hati. Diketahui bahwa sebelum remaja mencoba bunuh diri, ada sebuah isyarat bunuh diri yang disampaikan secara verbal dan non verbal sebagai tanda gejala risiko bunuh diri. Tinjauan ini bertujuan untuk mengidentifikasi tanda gejala isyarat bunuh diri secara verbal dan non verbal untuk deteksi risiko bunuh diri pada remaja. Diharapkan hasilnya dapat digunakan sebagai data dasar untuk mengidentifikasi tanda gejala risiko bunuh diri. Pencarian literatur sistematis dilakukan dalam konsultasi dengan pustakawan keperawatan menggunakan database Science Direct, Biomed Central, scopus dan PubMed. Kata kunci yang digunakan adalah: tanda gejala risiko bunuh diri, isyarat bunuh diri, komunikasi verbal dan non verbal bunuh diri.

10 artikel yang terkait kata kunci yang ditemukan bahwa tanda gejala isyarat bunuh diri terungkap secara verbal dan non verbal. Secara verbal terungkap melalui pernyataan atau komunikasi yang menunjukkan keputusan dan ketidakberdayaan. Sedangkan isyarat bunuh diri secara non verbal terungkap melalui perubahan yang dapat diamati seperti perubahan kognitif, sikap/afektif, fisiologis, perilaku, dan sosial. Kesimpulan yaitu Remaja yang berisiko bunuh diri akan menyampaikan tanda gejala isyarat bunuh diri secara verbal dan non verbal. Hal ini dapat menjadi instrument atau alat untuk mengidentifikasi secara dini untuk mencegah perilaku risiko bunuh diri pada remaja.

Kata Kunci: Bunuh diri, remaja, verbal dan non verbal

PENDAHULUAN

Remaja merupakan periode atau tahap penting yang dialami seseorang. Remaja merupakan usia kritis dimana terjadi masa awal pubertas dan pembentukan kemandirian diri seseorang dalam rentang usia 10-20 tahun (Curtis, 2015; Panda et al., 2017). Remaja merupakan tahap perkembangan yang unik dan rentan terjadi pada seseorang dalam usia 11-20 tahun (Stuart et al., 2016). Perkembangan yang rentan terhadap perilaku berisiko salah satunya adalah bunuh diri (Cho, Y & Haslam, 2010). Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok risiko yang rentan terhadap perilaku bunuh diri.

Bunuh diri pada usia remaja menjadi masalah kesehatan global saat ini. Setiap tahun 4.000 kasus percobaan bunuh diri terjadi diseluruh dunia dan 9.000 adalah remaja (Jones et al., 2017). Di Amerika tahun 2018 prevalensi bunuh diri pada remaja usia 10-24 tahun berjumlah 10,7% dari 100.000 penduduk (Curtin, 2020). Di Korea pada tahun 2018 prevalensi bunuh diri pada remaja usia 12-18 tahun berjumlah 7,2% dari 100.000 penduduk (Liu, 2020). Di Asia Tenggara pada tahun 2016 prevalensi bunuh diri pada perempuan sebanyak 11,5% dan pada laki – laki sebanyak 15,4% dari 100.000 penduduk dengan usia 15 – 29 tahun (WHO, 2019). Di Indonesia dari tahun 2007 – 2015 terjadi peningkatan bunuh diri pada remaja perempuan dari 4,8% menjadi 6,2%, sedangkan pada remaja laki – laki dari 3,2% menjadi 4,0% (Unicef, 2021). Data ini menunjukkan bahwa bunuh diri di kalangan remaja masih terjadi peningkatan sehingga membutuhkan perhatian dan penanganan serius dalam upaya pencegahan bunuh diri.

Bunuh diri yang terjadi pada remaja melalui tahapan yang cukup panjang namun biasanya terlewat dan bahkan terabaikan sehingga jika tidak dilakukan pencegahan akan terjadi tindakan bunuh diri (Osteen et al., 2014). Tahapan bunuh diri ini lebih dikenal dengan ide, isyarat, ancaman, percobaan dan bunuh diri (Bagalkot et al., 2014; Fortinash & Worret, 2012; Keliat & Akemat., 2010; Maniam et al., 2014; Stuart et al., 2016). Dalam setiap tahapan ide, isyarat, ancaman dan percobaan bunuh diri mempunyai tanda dan gejala yang dapat dideteksi orang sekitar sehingga perlu dilakukan upaya identifikasi tanda gejala risiko bunuh diri untuk pencegahan bunuh diri pada remaja.

Salah satu pencegahan bunuh diri adalah dengan mengidentifikasi tanda gejala risiko bunuh diri. Mengidentifikasi tanda gejala risiko bunuh diri sama seperti mengidentifikasi risiko serangan jantung, tanda gejalanya adalah nyeri pada bahu dan leher, sedangkan tanda gejala risiko bunuh diri yaitu melalui verbal dan non verbal (Rezaie et al., 2011). Tanda gejala secara verbal risiko bunuh diri adalah menyampaikan tuturan tentang bunuh diri kepada orang – orang sekitarnya, dengan tema keputusan, ketidakberdayaan, harga diri rendah, merasa terjebak, tidak ada jalan keluar, tidak ada alasan untuk hidup, tidak ada tujuan hidup, menulis kematian/bunuh diri, dan mengancam untuk bunuh diri atau menyakiti diri sendiri (Dilillo et al., 2015; Mandrusiak et al., 2006; Stuart et al., 2016). Sedangkan tanda gejala risiko bunuh diri secara non verbal yaitu menarik diri, isolasi dari teman, keluarga atau dari masyarakat, marah, gelisah, gangguan tidur, murung, agitasi, perilaku berbahaya atau berisiko, insomnia dan perubahan suasana hati ditunjukkan dengan sedih berlebihan atau tertawa berlebihan (Doan et al., 2012;

Headspace National Youth Mental Health Foundation, 2015; Perlman et al., 2011; Rezaie et al., 2011; Rudd et al., 2006).

Upaya dalam mengidentifikasi tanda gejala risiko bunuh diri pada remaja ini penting diketahui dan dipahami untuk membantu para guru, perawat, pekerja sosial, pustakawan, dan siswa dalam mengidentifikasi perilaku risiko bunuh diri pada remaja sehingga dapat mencegah kejadian perilaku bunuh diri pada remaja (Osteen et al., 2014). Berdasarkan uraian diatas tergambar fenomena bahwa remaja yang berisiko bunuh diri menyampaikan tanda gejala secara verbal dan non verbal. Maka peneliti tertarik untuk mengeksplorasi secara informatif dan realitas tentang tanda gejala risiko bunuh diri agar dapat dijadikan upaya deteksi dini pencegahan bunuh diri pada remaja..

METODE PENELITIAN

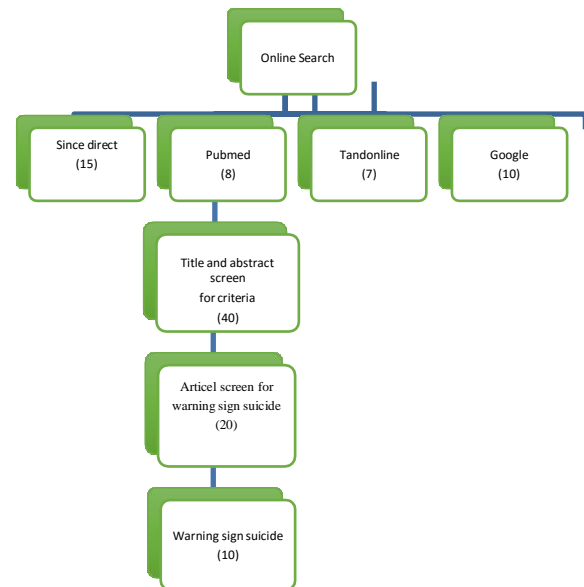
Tinjauan pustaka adalah seperangkat sumber daya, terdiri dari buku teks, artikel akademik, dokumen hukum, yang telah dikumpulkan dan ditinjau untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam dan komprehensif pemahaman tentang topik penelitian (Merriam & Tisdell, 2016). Tinjauan akan menetapkan pentingnya mengidentifikasi tanda gejala isyarat bunuh diri secara verbal dan non verbal.

Dalam literatur ini akan menguraikan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan. Adapun kriteria inklusi literatur review ini terkait dengan tanda gejala bunuh diri, risiko bunuh diri pada remaja, komunikasi verbal dan non verbal bunuh diri, diterbitkan antara tahun 2006 – 2016, ditulis dalam bahasa Inggris. Sedangkan kriteria eksklusi adalah literatur yang membahas tentang risiko bunuh diri tetapi tidak membahas tanda gejala risiko bunuh diri secara verbal dan non verbal, dan artikel yang tidak diterbitkan.

Artikel penelitian disertakan jika mereka memberikan informasi tentang peringatan bunuh diri dan peringatan mengungkapkan melalui komunikasi verbal dan non verbal. Artikel-artikel itu tidak disertakan jika mereka menyajikan data global yang tidak terkait langsung dengan

tanda peringatan perilaku risiko bunuh diri. Review ini dilakukan pada tahun 2020 oleh penulis.

Penulis menganalisis studi yang ditinjau dan mengekstraknya dengan menilai apakah: (1) remaja yang berisiko bunuh diri menyampaikan tanda dan gejala isyarat bunuh diri (2) menyampaikan risiko bunuh diri secara verbal dan non verbal kepada orang sekitar. Prosedur ini memungkinkan penulis untuk mensintesis gagasan bahwa remaja yang berisiko bunuh diri akan menyampaikan tanda gejala secara verbal dan non verbal. Ringkasan ekstraksi data diilustrasikan pada Gambar 1.



Beberapa strategi pencarian telah dilakukan untuk mendapatkan literatur review yang mendukung. Strategi utama dalam pencarian menggunakan database elektronik: *Science Direct*, *Pubmed*, dan *Tandonline* dari tahun 2006 hingga 2019. Artikel penelitian teks lengkap berbasis bahasa Inggris menggunakan kata kunci "tanda peringatan", atau "bunuh diri" atau "risiko bunuh diri" atau "remaja" atau "komunikasi verbal dan non verbal". Kata kunci ini digunakan untuk mendapatkan tinjauan sistematis dan pedoman tentang tanda peringatan bunuh diri pada remaja yang mengungkapkan melalui

bahasa verbal dan non verbal. Selain itu dalam pencarian menggabungkan dua atau tiga suku dengan menggunakan “AND” juga dilakukan agar lebih spesifik dalam pencarian literatur

terkait. Pada akhirnya, total sepuluh artikel akan ditinjau dan digunakan dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Ringkasan Hasil

No	Peneliti & Tahun	Judul	Hasil
1	Mandrusiak et al., (2006)	<i>Warning Signs for Suicide on the Internet: A Descriptive Study</i>	Tanda peringatan yang disampaikan seseorang yang risiko bunuh diri dapat diidentifikasi melalui bahasa verbal dan non verbal seperti; memberikan barang berharga kepada orang lain, isolasi, mengkonsumsi alkohol atau obat-obatan, perubahan pola tidur, tuturan tentang tema kematian, keputusan, ketidakberdayaan, perubahan pola makan, kehilangan minat, perubahan mood, marah dan cemas.
2	Rudd et al., (2006)	<i>Warning Signs for Suicide: Theory, Research, and Clinical Applications</i>	Tanda – tanda peringatan yang disampaikan seseorang yang memiliki perilaku bunuh diri dapat diidentifikasi melalui bahasa verbal dan non verbal seperti ; keputusan, marah, tindakan berisiko, tuturan yang disampaikan secara langsung dengan tema; putus asa, ketidakberdayaan, menggunakan alkohol, nafza, menarik diri, cemas, agitasi, gangguan tidur dan perubahan suasana hati.
3	(Rudd, 2008)	<i>Suicide Warning Signs in Clinical Practice</i>	Tanda peringatan bunuh diri dapat dipahami dan diamati secara verbal dan non verbal. Ini merupakan sebuah tanda gejala yang menunjukkan perlunya bantuan segera atau perhatian. Tanda gejala verbal yang disampaikan adalah seseorang yang berbicara atau menulis tentang kematian, atau bunuh diri, seperti ; “merasa terjebak dan tidak ada jalan keluar”, dan “tidak ada alasan untuk hidup/tidak memiliki tujuan hidup”. Sedangkan tanda gejala yang dapat diamati atau non verbal adalah keputusan, kemarahan/kemarahan/membalas dendam, bertindak sembrono atau terlibat dalam kegiatan berisiko tanpa berpikir, menarik diri dari

			teman keluarga/keluarga/masyarakat,kecemasan/agitasi/ke etidakmampuan tidur/tidur sepanjang waktu, perubahan suasana hati yang dramatis.
4	Adler et al., (2016)	<i>A Mixed Methods Approach to Identify Cognitive Warning Signs for Suicide Attempts</i>	Tanda peringatan bunuh diri yang dapat diidentifikasi yaitu putus asa,marah,melakukan tindakan yang berisiko,merasa terjebak,menyalahkan diri, penarikan sosial, agitasi, gangguan tidur, dan menyampaikan secara verbal seperti; (“saya merasa tak berguna”).
5	Stuart et al., (2016)	Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Vol 1&2	Secara subyektif ada ungkapan perasaan bersalah, sedih, marah, putus asa atau tidak berdaya, menitipkan pesan untuk ditinggalkan, mengungkapkan hal negatif tentang diri sendiri. Secara obyektif terlihat murung, sedih, marah, menangis, banyak diam, kontak mata kurang, emosi labil, tidur kurang.
6	Perlman et al., (2011)	<i>Suicide Risk Assessment Guide A Resource for Health Care Organizations</i>	Tanda – tanda yang lebih mudah untuk mengidentifikasi orang melakukan bunuh diri yakni mengancam, membahayakan atau mengakhiri hidupnya. ungkapan rencana bunuh diri seperti; mengekspresikan dengan cara menulis, berbicara tentang kematian atau bunuh diri. ungkapan yang disampaikan seperti “ingin mati saja”, “tidak ada guna untuk hidup”, mengekspresikan perasaan merasa terjebak dan tidak ada jalan keluar, tidak ada tujuan dan alasan untuk hidup, lalu diikuti dengan keputusan, kemarahan, gangguan tidur, cemas, balas dendam, bertindak ceroboh, menarik diri dari keluarga, teman, masyarakat dan tanda lainya adalah terjadi perubahan mood yang drastis.
7	Dilillo et al., (2015)	<i>Suicide in pediatrics: epidemiology, risk factors, warning signs and the role of the pediatrician in detecting them</i>	Tanda dan peringatan yang dapat diidentifikasi melalui bahasa dan pengamatan perilaku. Adapun bahasa yang digunakan, seseorang yang berbicara atau menulis tentang kematian atau bunuh diri, menyampaikan secara verbal seperti; merasa terjebak, tidak ada jalan keluar, tidak ada alasan untuk hidup, tidak ada tujuan dalam hidup, mengancam untuk membunuh atau menyakiti diri sendiri. Sedangkan perilaku yang dilakukan adalah; menggunakan racun, senjata dan cara lain, kehilangan harapan penuh, kemarahan, keinginan balas dendam, perilaku semberono dan keinginan untuk melakukan aktivitas berbahaya, penyalahgunaan alkohol/obat-obatan terlarang, isolasi dari teman, keluarga atau dari masyarakat,

			kecemasan, agitasi, insomnia atau hypersomnia, perubahan suasana hati yang berlebihan.
8	Rasmussen et al., (2014)	<i>Warning signs of suicide among young men</i>	Tanda peringatan merupakan tanda deteksi awal yang mengindikasikan seseorang dalam kondisi krisis dan berisiko tinggi untuk melakukan bunuh diri dalam hitungan menit, jam, dan hari. Tanda verbal yang disampaikan sejalan dengan non verbal yang ditunjukkan. Adapun tanda – tanda dan peringatan bunuh diri yang disampaikan; mengatakan tidak dapat melanjutkan hidup setelah terpisah dari pasangannya, berulang kali mengeluh dan merasa bersalah bahwa dia merasakannya prestasi di tempat kerja tidak baik lagi, mengatakan tidak tahan lagi dengan keadaan ini karena terlalu sulit, saya sangat lelah, berjanji bahwa anda tidak akan mengecewakan saya”, “Saya tidak dapat bangkit lagi dan melanjutkan hidup”, gelisah, putus asa, berperilaku aneh, sedih yang berlebihan.
9	Rezaie et al., (2011)	<i>Self-immolation a predictable method of suicide : A comparison study of warning signs for suicide by self-immolation and by self-poisoning</i>	Tanda gejala risiko bunuh diri yang termasuk isyarat verbal seperti berbicara secara umum tentang bunuh diri sebagai sarana untuk memecahkan masalah atau berbicara tentang tindakan bunuh diri orang lain. Tutaran yang disampaikan seperti ; “Ya Tuhan, saya akan bunuh diri jika Anda tidak membantu saya mencapai tujuan saya", menulis tentang bunuh diri. Kalimat langsung tentang bunuh diri, seperti "Saya ingin membunuh diri sendiri", kalimat tidak langsung tentang bunuh diri, seperti " Hidupmu akan menjadi lebih baik tanpa saya,". Sedangkan tanda gejala risiko bunuh diri yang termasuk non verbal adalah memberikan sinyal termasuk: perubahan emosi, perubahan suasana hati, dan perubahan perilaku, perilaku mencari alat untuk membunuh, perubahan suasana hati yang dramatis, keputusan, penarikan atau isolasi, kecemasan dan kegelisahan, hilangnya minat untuk bekerja dan kegiatan akademik, memberikan barang berharga, kemarahan, kesulitan tidur, perubahan nafsu makan, kesulitan konsentrasi, perilaku melukai diri sendiri dan kecerobohan,
10	Wasserman, (2016)	<i>The Suicidal Process. In D. Wasserman (Ed.), Suicide an Unnecessary Death (2nd ed.).</i>	Tanda gejala bunuh diri yang diungkapkan secara verbal dapat diekspresikan dengan cara yang lugas seperti mengatakan “merasa tidak memiliki tujuan hidup”, atau “tidak ada alasan untuk hidup”, “menjadi beban bagi seseorang” atau “rasa sakit

yang tidak tertahankan”, atau tema-tema keputusan dan ketidakberdayaan, seperti "Saya tidak tahan lagi.", "Saya tidak baik", "mereka akan lebih baik tanpaku”. Sedangkan tanda gejala bunuh diri yang dapat diamati secara non verbal adalah penarikan diri dari keluarga, teman, atau aktivitas, hilangnya minat atau aktivitas yang sebelumnya dinikmati, kemarahan, kesedihan, murung, perubahan suasana hati (kadang menanangis dan kadang tertawa, dan kemarahan yang tak terduga).

Tahapan isyarat bunuh diri (*Suicide Gesture*) merupakan fase destruktif yang diarahkan pada diri sendiri yang bertujuan untuk mendapatkan perhatian dari orang sekitar. Individu ini masih memiliki kemauan untuk hidup, ingin diselamatkan dan individu ini sedang mengalami konflik mental. Tahap ini sering dinamakan “*Crying for help*”, dimana individu sedang berjuang dengan stres yang tidak mampu diselesaikan (Muhith, 2015). Isyarat bunuh diri yang disampaikan remaja secara verbal dan non verbal merupakan ekspresi untuk mendapatkan perhatian dari orang-orang sekitar sehingga dibutuhkan upaya deteksi untuk mencegah terjadinya risiko bunuh diri.

Bunuh diri yang dilakukan seringkali didahului oleh proses atau tahapan bunuh diri. Remaja yang bunuh diri sering kali menyampaikan sebuah isyarat bunuh diri yang kompleks dan dinamis pada lingkungan sekitarnya. Tahapan bunuh diri dapat diidentifikasi, namun terkadang proses ini ambigu, dan tidak mudah dikenali (Wasserman, 2016). Sebanyak 50% sampai 75% seseorang yang bunuh diri akan menyampaikan isyarat bunuh diri secara verbal dan non verbal kepada teman dan kerabat disekitarnya (Canada.ca, n.d.; WebMD, n.d.). Berdasarkan sebuah studi bahwa komunikasi bunuh diri secara verbal jarang sekali disampaikan karena individu yang ingin melakukan bunuh diri kesulitan untuk mengekspresikan diri mereka. Sedangkan secara non verbal sulit untuk menentukan sejauh mana

proses bunuh diri seseorang akan datang (Sundvall et al., 2018). Oleh karena itu penting untuk mengidentifikasi isyarat bunuh diri yang disampaikan secara verbal dan non verbal.

Isyarat Bunuh Diri Secara Verbal

Isyarat bunuh diri yang disampaikan secara verbal dapat diidentifikasi dengan ungkapan. Ungkapan tersebut menyampaikan tentang rencana bunuh diri seperti; mengekspresikan dengan cara menulis di buku diary atau media sosial dan berbicara tentang tema-tema ketidakberdayaan, hubungan yang tidak harmonis, ungkapan rasa bersalah, rasa malu yang kuat, merasa terjebak, tidak ada jalan. Ungkapan-ungkapan yang disampaikan kepada orang sekitar seperti “saya adalah beban bagi orang lain”, “tidak ada gunanya lagi saya hidup”, “saya sudah lelah dengan hidup ini”, “kamu akan baik tanpa saya”, “saya merasa terjebak dan tidak bisa menghadapinya”, “tidak ada jalan keluar bagi saya”, “tidak ada alasan bagi saya untuk hidup”, “jika saya mati saya tidak menjadi beban bagi keluarga”, “saya tidak mempunyai tujuan hidup lagi” dan berbicara langsung tentang keinginan untuk bunuh diri (Adler et al., 2016; Dilillo et al., 2015; Mandrusiak et al., 2006; Rudd, 2008; Rudd et al., 2006). Isyarat verbal risiko bunuh diri diungkapkan sebagai komunikasi yang ingin disampaikan bahwa seseorang membutuhkan pertolongan kepada orang-orang disekitar.

Saat remaja mulai melalui proses bunuh diri, ekspresi verbal seseorang mulai berubah.

Remaja seringkali berbicara atau menulis tentang perasaan dengan tema-tema ketidakberdayaan, keputusan dan harga diri rendah (Perlman et al., 2011). Seseorang yang berisiko bunuh diri akan tampak tidak logis dalam berpikir, lebih emosional, dan tampak lebih kreatif dalam menulis dan mengekspresikan artistik lainnya. Misalnya, tiba-tiba menulis puisi meskipun dia tidak pernah melakukan sebelumnya, ekspresi artistik ini berfokus pada penderitaan, keputusan, ketidakberdayaan dan kematian (Cummings Graduate Institute for Behavioral Health Studies, n.d.).

Ungkapan bunuh diri secara verbal dapat diekspresikan dengan cara yang lugas seperti mengatakan “merasa tidak memiliki tujuan hidup”, atau “tidak ada alasan untuk hidup”, “menjadi beban bagi seseorang” atau “rasa sakit yang tidak tertahankan”, atau tema-tema keputusan dan ketidakberdayaan, seperti "Saya tidak tahan lagi.", "Saya tidak baik", "mereka akan lebih baik tanpaku." (Wasserman, 2016). Isyarat bunuh diri yang disampaikan secara verbal kepada orang sekitar memberikan sebuah isyarat bahwa seseorang membutuhkan pertolongan untuk dapat membantu masalah yang sedang dialaminya sehingga penting untuk mengidentifikasi isyarat verbal risiko bunuh diri pada remaja.

Isyarat Bunuh Diri Secara Non Verbal

Isyarat bunuh diri secara non verbal yang ditunjukkan merupakan rangkaian lanjutan dari isyarat verbal yang diungkapkan. Isyarat bunuh diri yang disampaikan secara verbal sering kali sejalan dengan isyarat non verbal yang ditunjukkan remaja berisiko bunuh diri (Rasmussen et al., 2014). Selama proses bunuh diri individu memberikan isyarat non verbal yang ditunjukkan dengan perubahan fokus yang semakin menyempit (Cummings Graduate Institute for Behavioral Health Studies, n.d.).

Isyarat non verbal yang ditunjukkan yang dapat diamati oleh orang sekitar adalah penarikan diri dari keluarga, teman, atau aktivitas, hilangnya minat atau aktivitas yang

sebelumnya dinikmati, kemarahan, kesedihan, murung, perubahan suasana hati (kadang menangis dan kadang tertawa, dan kemarahan yang tak terduga), perubahan kepribadian atau penampilan dengan menunjukkan perubahan sikap atau perilaku, seperti berbicara atau bergerak dengan kecepatan atau kelambatan yang tidak biasa. Selain itu, orang tersebut mungkin tiba-tiba menjadi kurang peduli dengan penampilan pribadinya yang menunjukkan bahwa orang tersebut tidak lagi menghargai hidupnya (Canada.ca, n.d.; Doan et al., 2012; Headspace National Youth Mental Health Foundation, 2015; Mandrusiak et al., 2006; Perlman et al., 2011; Rezaie et al., 2011; Rudd, 2008; Rudd et al., 2006; Wasserman, 2016; WebMD).

Isyarat bunuh diri yang disampaikan secara non verbal adalah isyarat lanjutan verbal risiko bunuh diri sebagai sebuah komunikasi untuk membutuhkan pertolongan dari orang-orang sekitar sehingga penting untuk dilakukan pengembangan instrumen isyarat bunuh diri untuk mendeteksi risiko bunuh diri pada remaja.

SIMPULAN

Isyarat bunuh diri yang disampaikan secara verbal dan non verbal merupakan tanda gejala risiko bunuh diri yang dapat diidentifikasi oleh orang-orang sekitar. Tanda gejala isyarat bunuh diri secara verbal terungkap melalui pernyataan atau komunikasi yang menunjukkan keputusan dan ketidakberdayaan. Sedangkan isyarat bunuh diri secara non verbal terungkap melalui perubahan yang dapat diamati oleh orang-orang sekitar seperti perubahan kognitif, sikap/afektif, fisiologis, perilaku, dan sosial. Isyarat bunuh diri yang diekspresikan remaja secara verbal dan non verbal bertujuan untuk mendapatkan perhatian dari orang-orang sekitar agar mereka dapat keluar dari masalah yang dihadapi yang tidak bisa diselesaikan. Hal ini dapat menjadi instrument atau alat untuk mengidentifikasi secara dini untuk mencegah perilaku risiko bunuh diri pada remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya berterima kasih kepada Prof. Dr. Budi Anna Keliat, S.Kp,M.App.Sc, yang telah mengawasi penulisan ini dan mempertajam ide dalam tulisan ini. Terima kasih kepada Dr.Novy Helena Chatarina Daulima S.Kp,M.Sc yang telah memberikan masukan dalam penulisan ini. Saya juga berterima kasih kepada Dr Besral,SKM,M.Sc yang telah mendukung saya dengan berbagi keahlian metodologinya. Literatur review ini didasarkan penulisan disertasi dan secara signifikan diperluas penulis yang sedang menempuh Pendidikan di Program Studi Doktorat Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Terima kasih kepada LPDP RI yang telah mendukung dalam perjalanan studi S3 saya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, A., Bush, A., Barg, F. K., Weissinger, G., Beck, A. T., Brown, G. K., Adler, A., Bush, A., Barg, F. K., Weissinger, G., & Beck, A. T. (2016). A Mixed Methods Approach to Identify Cognitive Warning Signs for Suicide Attempts. *Archives of Suicide Research*, 13(February), 1–24. <https://doi.org/10.1080/13811118.2015.1136717>
- Bagalkot, T. R., Park, J., Kim, H., Kim, H., Kim, M. S., Yoon, M., & Ko, S. (2014). Lifetime Prevalence of and Risk Factors for Suicidal Ideation and Suicide Attempts in a Korean Community Sample. *Journal Psychiatry*, 77(4), 360–373.
- Canada.ca. (n.d.). *Preventing Suicide: Warning Signs and How to Help*. Retrieved March 25, 2022, from <https://www.canada.ca/en/public-health/services/suicide-prevention/warning-signs.html>
- Cho, Y. B., & Haslam, N. (2010). Suicidal Ideation and Distress Among Immigrant Adolescents : The Role of Acculturation , Life Stress , and Social Support. *Journal Youth Adolescence*, 39, 370–379. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9415-y>
- Cummings Graduate Institute for Behavioral Health Studies. (n.d.). *Preventing Suicide Part 2: Verbal, Non-Verbal, and Tactile Indicators*. Retrieved April 10, 2022, from <https://cgi.edu/news/preventing-suicide-part-2-verbal-non-verbal-and-tactile-indicators/>
- Curtin, S. C. (2020). State suicide rates among adolescents and young adults aged 10–24: United States, 2000–2018. *National Vital Statistics Reports*, 69(11), 1–9.
- Curtis, A. C. (2015). Curtis: Defining Adolescence. *Journal of Adolescent and Family Health*, 7(2).
- Dilillo, D., Mauri, S., Mantegazza, C., Fabiano, V., Mameli, C., & Zuccotti, G. V. (2015). Suicide in Pediatrics : Epidemiology, Risk Factors, Warning Signs and The Role Of The Pediatrician in Detecting Them. *Italian Journal of Pediatrics*, 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13052-015-0153-3>
- Doan, J., Lazear, K. J., LeBlanc, A., & Roggenbaum, S. (2012). Risk Factor; Risk and Protective Factors, and Warning Signs. *University Of South Florida College Of Behavioral & Community Sciences Department Of Child & Family Studies*, 3a, 1–4. <http://theguide.fmhi.usf.edu>
- Fortinash, & Worret, H. (2012). *Psychiatric Mental Health Nursing*. Elsevier.
- Headspace National Youth Mental Health Foundation. (2015). Identifying Risk Factors and Warning Signs for Suicide. *American Foundation for Suicide Prevention and Suicide Prevention Resource Centre*, June.

- www.livingisforeveryone.com.au.%0A
headspace.org%0A.au%0A%0A%0A
eadspace.org%0A.au/sc%0Ahoolsuppo
r%0At
- Jones, J. S., Fitzpatrick, J. J., & Rogers, V. L. (2017). *Psychiatric-Mental Health Nursing An Interpersonal Approach* (2nd ed.). Springer Publishing Company.
- Keliat, B. A., & Akemat. (2010). *Model Praktek Keperawatan Jiwa*. Buku Kedokteran EGC.
- King, A. C., & Platt, S. (2017). Suicide prevention for physicians: identification, intervention and mitigation of risk Key points. *Medicine*, 45(3), 131–134.
<https://doi.org/10.1016/j.mpmed.2016.12.012>
- Liu, J. (2020). Need to establish a new adolescent suicide prevention programme in South Korea. *General Psychiatry*, 33(4).
<https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100200>
- Mandrusiak, M., Rudd, M. D., Joiner, T. E., Berman, A. L., Orden, K. A. van, & Witte, T. (2006). Warning Signs for Suicide on the Internet: A Descriptive Study. *The American Association of Suicidology* 2, 36(June).
- Maniam, T., Marhani, M., Firdaus, M., Kadir, A. B., Mazni, M. J., Azizul, A., Salina, A. A., Fadzillah, A. R., Nurashikin, I., Ang, K. T., Jasvindar, K., & Ani, A. N. (2014). ScienceDirect Risk factors for suicidal ideation, plans and attempts in Malaysia — Results of an epidemiological survey. *Comprehensive Psychiatry*, 55, S121–S125.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2013.08.004>
- Muhith, A. (2015). *Pendidikan Keperawatan Jiwa (Teori dan Aplikasi)*. Penerbit Andi.
- Osteen, P. J., Frey, J. J., & Ko, J. (2014). Advancing training to identify, intervene, and follow up with individuals at risk for suicide through research. *American Journal of Preventive Medicine*, 47(3 SUPPL. 2), 216–221.
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2014.05.033>
- Panda, S., Dash, A. K., Santhakumari, R., Yasmeen, N., & Et.all. (2017). Depression, Anxiety and Stress among Junior Science College Students. *International Journal of Health Sciences and Research*, 7(May), 71–75.
- Perlman, C. M., Neufeld, E., Martin, L., Goy, M., & Hirdes, J. P. (2011). Suicide Risk Assessment Guide: A Resource Guide for Canadian Health care Organizations. In *Cpsi Icsp*.
www.patientsafetyinstitute.ca
- Rasmussen, M. L., Dieserud, G., & Dyregrov, K. (2014). Warning Signs of Suicide Among Young Men. *Nordic Psychology*, 28(February 2015), 37–41.
<https://doi.org/10.1080/19012276.2014.921576>
- Rezaie, L., Khazaie, H., Soleimani, A., & David, S. (2011). Self-immolation a predictable method of suicide: A comparison study of warning signs for suicide by self-immolation and by self-poisoning. *Burns*, 37(8), 1419–1426.
<https://doi.org/10.1016/j.burns.2011.04.006>
- Rudd, M. D. (2008). *Suicide Warning Signs in Clinical Practice*.
<http://mentalhealth.samhsa.gov/disasterrelief/publica->
- Rudd, M. D., Berman, A. L., Joiner, T. E., Nock, M. K., Silverman, M. M., Mandrusiak, M., Orden, K. van, & Witte, T. (2006). Warning Signs for Suicide: Theory, Research, and Clinical Applications. *The American*

- Association of Suicidology*, 36(June), 255–262.
<https://doi.org/10.1521/suli.2006.36.3.255>
- Sharan B. Merriam, & Elizabeth J. Tisdell. (2016). *Qualitative Research A Guide to Design and Implementation* (Fourth Edition). <http://booksupport.wiley.com>
- Stuart, W. G., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Vol 1 & 2* (Suthichana Tharmapalan, Ed.; Edisi Indo). Elsevier. <http://bit.ly/elsevierbahasa>
- Sundvall, M., Titelman, D., & Bäärnhielm, S. (2018). Challenges of Combining Perspectives: A Qualitative Study of the Communication between Female Suicidal Asylum Seekers and Mental Health Clinicians. *Crisis*, 39(5), 326–334. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000504>
- Unicef. (2021). *Adolescent Profile 2021 Overview*. 917(2016), 1–2.
- Wasserman, D. (2016). *The Suicidal Process*. In D. Wasserman (Ed.), *Suicide an Unnecessary Death (2nd ed.)*. Oxford: Oxford University Press. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/med/9780198717393.003.0003>
- WebMD. (n.d.). *Recognizing Suicidal Behavior*. Retrieved April 24, 2022, from <https://www.webmd.com/mental-health/recognizing-suicidal-behavior>
- WHO. (2019). WHO | Suicide data. WHO. https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/suicideprevent/en/