



---

**MEMBANGUN KESADARAN KRITIS ORANG MUDA MANGGARAI  
DALAM MENANGGAPI FENOMENA BUNUH DIRI DENGAN  
PENDEKATAN CATEGORICAL GROUP GUIDANCE**

**Marianus Mantovanny Tapung<sup>1</sup>, Maksimus Regus<sup>2</sup>, Marselus R. Payong<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Katolik Indonesia, Jalan Ahmad Yani No. 10,  
Ruteng, Flores, NTT, 86518. Indonesia

e-mail: [mtmantovanny26@gmail.com](mailto:mtmantovanny26@gmail.com); [max.regus73@yahoo.com](mailto:max.regus73@yahoo.com);  
[marselpayong@yahoo.com](mailto:marselpayong@yahoo.com)

---

**Abstrak**

Bunuh diri adalah fenomena yang mencemaskan masyarakat beberapa tahun terakhir di wilayah Manggarai Raya. Angka bunuh diri cenderung meningkat selama tiga tahun terakhir. Sebagai dosen di Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng, kami terpanggil menanggapi fenomena ini dengan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini menggunakan pendekatan bimbingan kelompok kategorial. Pendekatan ini dilaksanakan dengan bentuk ceramah, diskusi, curah pendapat, dan berbagi pengalaman. Bimbingan dilakukan pada komunitas-komunitas orang muda di asrama atau tempat tinggal. Dampak dari kegiatan ini, yakni (1) orang muda semakin sadar akan eksistensi dirinya sebagai harapan keluarga, masyarakat, gereja dan bangsa; (2) Munculnya kesadaran kritis orang muda dalam memosisikan diri di tengah perubahan dan perkembangan yang begitu pesat; (3) Bertumbuhnya sikap optimis akan hidup yang lebih baik dalam diri orang muda dengan mulai merencanakan masa depan dengan baik sejak saat ini.

**Kata kunci:** bunuh diri; kesadaran kritis; *categorical group guidance*

***BUILDING THE CRITICAL AWARENESS OF MANGGARAI YOUNG  
PEOPLE IN RESPONDING TO THE SUICIDE PHENOMENA WITH A  
CATEGORICAL GROUP GUIDANCE APPROACH***

**Abstract**

*Suicide is a phenomenon that has worried people in recent years in the Manggarai Raya region. Suicide rates have tended to increase over the past three years. As a lecturer at the University of St. Paul, we are called to respond to this phenomenon by carrying out community service activities. This activity uses a categorical group guidance approach. This approach is implemented in the form of lectures, discussions, brainstorming, and sharing experiences. Guidance is carried out in young communities in the hostel or residence. The impact of this activity are: 1) young people are increasingly aware of their existence as the hopes of their family, community, church and nation; (2) The emergence of a critical awareness of young people in positioning themselves in the midst of rapid change and development; (3) Growing an optimistic attitude to a better life in young people by starting to plan their future well from now on.*

**Keywords:** *suicide; critical awareness; categorical group approach*

---

## PENDAHULUAN

Dalam tiga tahun terakhir, terjadi 17 peristiwa bunuh diri di Manggarai Raya. Kejadian seperti wabah senyap (*silent epidemic*) (Elfrida, 2019) ini tentu saja menjadi beban bagi pemerintah, lembaga agama, dan masyarakat di Manggarai Raya. Sekitar 90% para pelaku bunuh diri adalah orang-orang muda dengan berbagai motivasinya. Ada di antara mereka yang melakukan tindakan bunuh diri (*suicidal*) karena didorong oleh tekanan ekonomi, sosial, afeksi (putus cinta), dan rasa putus asa (fatalitas) (Kartono, 2014). Secara sosiologis (Kartono, 2014; Monks, 1985), kasus bunuh diri merupakan salah satu bentuk penyimpangan sosial dan penyakit (patologi) sosial, yang dari sisi kegawatan dan dampak sosialnya, telah menciptakan manifestasi dan latensi trauma dalam diri masyarakat Manggarai.

Sebagai sebuah wabah senyap, kecenderungan bunuh diri di kalangan orang muda mesti disikapi secara lebih responsif oleh semua kalangan. Sebagai akademisi, kami terpanggil untuk menangani masalah ini dengan melakukan pembinaan kelompok kategorial orang muda, yang lokusnya di Kota Ruteng. Pembinaan bertolak dari asumsi, orang muda merupakan kelompok rentan karena berada dalam masa perkembangan yang labil, fluktuatif, dan dinamis (Kinch, 1974; Mantiri, 2014). Ketika keadaan ini tidak bisa dikelola dengan baik, maka dapat menyebabkan orang muda mengalami krisis identitas dan mengalami kegamangan hidup. Krisis identitas dan kegamangan dapat disebabkan berbagai faktor, seperti semakin tingginya tuntutan dan tekan hidup, kuatnya pengaruh perkembangan teknologi informasi (media sosial) dan melunturnya kontrol sosial dan perhatian orang tua/masyarakat terhadap kebutuhan dan perkembangan orang muda.

Sementara gaya hidup konsumerisme, hedonisme, sekularisme, dan instantisme semakin memapar dan dengan cepat memengaruhi gaya hidup orang muda. Pada titik tertentu, menjamurnya gaya-gaya hidup seperti di atas, membuat beberapa bentuk norma adat dan agama serta pendidikan nilai yang diajarkan secara formal dan non-formal, sepertinya tidak cukup relevan dalam memengaruhi perkembangan kepribadian dan sosial masyarakat. Karakter identitas kaum muda terlihat tak berdaya berhadapan dengan berbagai bentuk terpaan pengaruh duniawi. Kegamangan semakin menguat ketika kohesi dan kontrol sosial semakin melemah serta tatanan norma dan nilai yang permisif, menyebabkan orang muda kehilangan pegangan dan tuntunan hidup.

Dengan demikian, tindakan fatalistik seperti bunuh diri merupakan resultansi dari masih rendahnya kesadaran kritis orang muda dalam mengelola berbagai bentuk perubahan dan tuntun tersebut. Kami menduga, kesadaran kritis seperti kemampuan berpikir, bersikap dan bertindak kritis, belum cukup kuat tertanam dalam diri orang muda Manggarai. Kesadaran kritis ini belum menjadi modalitas dan kapasitas utama dalam mengelola dinamika hidup semakin keras, kompetitif dan fluktuatif (Lathief, 2002).

Bertolak dari fenomena ini, maka kami pun termotivasi melakukan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) ini dalam bentuk pendampingan kepada komunitas-komunitas orang muda Katolik yang ada di Kota Ruteng. Adapun tujuan dari kegiatan PkM dalam bentuk pembinaan kelompok kategorial ini, yakni: (1) Menyadarkan kaum muda akan eksistensi dirinya sebagai tumpuan harapan keluarga, masyarakat,

gereja dan tanah air; (2) Membangun kesadaran kritis orang muda dalam memosisikan diri di tengah perubahan dan perkembangan yang begitu pesat; (3) Membangun sikap optimis akan hidup yang lebih baik dalam diri orang muda dengan mulai merencanakan masa depan dengan baik sejak saat ini.

### **ANALISIS SITUASI DAN PERMASALAHAN MITRA**

Fenomena bunuh diri merupakan permasalahan yang cukup kompleks dan karenanya sangat membutuhkan perlakuan atau intervensi dari para pihak. Perlakuan ini, selain untuk mengantisipasi agar tidak mewabahnya fenomena ini kalangan remaja, tetapi juga melakukan pemulihan atau rehabilitasi kepada para eks pelaku. Adapun kelompok sasaran adalah para mahasiswa dan pelajar yang berdomisili di Kecamatan Langke Rembong dan sekitarnya.

Dari analisis terhadap situasi kelompok sasaran diperoleh gambaran bahwa: kelompok ini sangat rentan terhadap fenomena bunuh diri karena sebagai remaja, mereka memiliki segudang persoalan. Adapun analisis yang lebih spesifik memperlihatkan bahwa: (1) Cukup banyak orang muda yang memiliki permasalahan dalam dirinya, namun tidak mendapat ruang dan keberanian yang cukup untuk melampiaskan atau sekedar sharing kepada pihak lain. Mereka berusaha mememendam permasalahannya bertumpuk-tumpuk, sampai pada saat tertentu tidak bisa ditampung lagi, dan akhirnya mengambil jalan pintas dengan melakukan tindakan bunuh diri. (2) Selalu ada niat baik untuk lepas dari permasalahan yang menekan orang muda, namun karena tidak dibimbing dengan baik, akhir bisa berujung pada tindakan susidal. Tindakan susidal sebenarnya merupakan tindakan akhir yang fatalistik ketika tidak ada

instrumen atau pihak lain yang bertugas untuk membimbing dan mengarahkannya.

### **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

Kegiatan membangun kesadaran dan kemampuan kritis pada kelompok kategorial orang muda di Ruteng dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan/model pembinaan kelompok kategorial (*Categorical Group Guidance*) (Santosa, 2009). Bimbingan kelompok kategorial adalah cara pembinaannya melalui kegiatan kelompok dalam jumlah yang kecil. Model pembinaan kelompok kategorial ini dilakukan dalam bentuk ceramah, diskusi, dinamika kelompok, curah pendapat (*brainstorming*), dan *sharing* pengalaman (Nisrima, dkk., 2016; Kartono, 1986). Dengan menggunakan kelompok kategorial ini, pembimbingan akan berjalan efektif dan efisien. Target dari pembinaan kelompok kategorial ini orang-muda yang memiliki kerentanan dan potensi berperilaku menyimpang seperti bunuh diri dan tindakan destruktif lainnya, dengan fokus pada kegiatan untuk memunculkan dan mengembangkan kesadaran kritis akan adanya krisis lingkungan sosial yang mengancam diri dan sesamanya.

Pendekatan/model pembinaan kelompok kategorial ini yang dijalankan dalam empat kegiatan, memiliki tujuan dan manfaat preventif (Sudarsono, 2012). Setelah mendapat pencerahan, edukasi, dan promosi kehidupan, melalui pembinaan kelompok kategorial ini, orang muda menjadi sadar akan pentingnya membangun kehidupan yang lebih baik. Dengan demikian, segala bentuk kecenderungan dan potensi bunuh diri serta tindakan-tindakan merusak lainnya dapat ditekan. Selain itu, pembinaan kelompok kategorial ini menjadi bagian dari upaya pencerahan,

edukasi, dan promosi kehidupan; dan bisa menjadi awal upaya deteksi diri dan mitigasi klinis terhadap pribadi dan atau kelompok rentan/potensi bertindak bunuh diri (Emmi, 2015). Rekomendasi dari hasil pembinaan ini menjadi masukan bagi agama, pemerintah, keluarga, sekolah/ perguruan tinggi

dan masyarakat agar dapat melakukan pendampingan dan pembinaan lanjutan yang intensif dan berkelanjutan.

Adapun pendekatan atau model pembinaan kelompok kategorial ini dijalankan dengan alur (bdk. Santoso, 2009), sebagai berikut:



## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Adapun hasil dari kegiatan pembinaan kelompok kategorial

membangun kesadaran kritis dari orang muda orang muda di Kota Ruteng dalam menanggapi fenomena bunuh diri, mengikuti rangkaian sebagaimana dalam table berikut ini:



Gambar 1. Kegiatan Pembinaan Pertama

Kegiatan	Periode Pertemuan			
	Pertama	Kedua	Ketiga	Keempat
Hari / tanggal	Kamis, 5 Desember 2019	Jumat, 13 Desember 2019	Jumat, 27 Desember 2019	Senin, 6 Januari 2020
Waktu		Pkl. 09.00 – 12.00	17.00 – 19.00	16.00 – 18.30 18.30 – 20.30
Tempat		Ruang Pertemuan Orang Muda Ruteng	Ruang Pertemuan PMKRI St. Agustinus Cab. Ruteng	Asrama St. Arnoldus Asrama Rusunawa
Kelompok Sasaran		Pelajar SMA	Orang muda dan mahasiswa / aktivis PMKRI	Remaja SMA Mahasiswa
Jumlah Peserta		50 orang	15 orang	25 orang 20 orang
Skenario		Penyampaian materi, diskusi dan Tanya jawab	Penyampaian materi, diskusi dan Tanya jawab	Penyampaian materi, diskusi dan Tanya jawab
Metode		Ceramah, diskusi, Tanya jawab	Brainstorming dan Sharing	Brainstorming dan Sharing



Gambar 2. Kegiatan Pembinaan Kedua





Gambar 3. Kegiatan Pembinaan Keempat



Gambar 2. Kegiatan Pembinaan Ketiga

Empat kegiatan pembinaan di atas dijalankan setelah melakukan komunikasi dan koordinasi dengan berbagai pihak seperti pimpinan sekolah dan kampus, pimpinan organisasi, dan pemilik kos. Secara garis besar, para peserta yang hadir dalam empat kegiatan pembinaan kelompok kategorial ini cukup aktif, bersemangat dan kritis ketika bergulat dalam proses curah pendapat, sharing, diskusi dan saat mendengarkan ceramah. Meskipun dengan perlengkapan dan kondisi yang sederhana, peserta yang hadir dapat difasilitasi dengan baik, sehingga mereka bisa menangkap dan memahami esensi dan inti dari kegiatan pembinaan.

Beberapa catatan penting yang menjadi hasil kegiatan-kegiatan pembinaan di atas, yakni:

a. Kelompok yang rentan dalam kasus bunuh diri ini adalah orang muda. Tindakan bunuh yang terjadi di Manggarai, sebagian besar pelakunya adalah orang muda yang sedang mengalami

krisis kepribadian dan rendahnya kemampuan mengelola krisis dan masalah hidupnya. Para pelaku seperti kurangnya kesadaran dan kemampuan kritis dalam mengelola masalah yang dihadapi.

b. Ketika seseorang melakukan tindakan bunuh diri, sebenarnya didorong oleh motivasi yang sudah lama dipendam dan hanya diketahui oleh sang pelaku saja. Motivasi tersebut bisa karena tekanan sosial, ekonomi, budaya, dan kesehatan; atau hal-hal yang bersifat fatalistik seperti karena diputuscinta oleh kekasihnya; atau tak kuatnya menghadapi cemoohan fisik (*body shaming*) di lingkungan pergaulan dan atau di media sosial.

c. Penggunaan teknologi digital (media sosial) yang tidak kritis dan bermanfaat, menjadi salah satu pemicu (*trigger*) dalam melakukan tindakan fatalistik bunuh diri. Sekitar 85% orang

- muda Manggarai menggunakan teknologi digital ini untuk kepentingan komunikasi, tetapi banyak juga yang menggunakan untuk kepentingan yang tidak efektif, termasuk merusak diri dengan mengeksplorasi konten-konten yang bersifat kriminal, berbau fatalistik (game perang, pembunuhan dan bunuh diri), pornografi dan pornoaksi.
- d. Semakin kurangnya pegangan norma/nilai dan kontrol sosial dari keluarga, masyarakat, agama dan negara, turut menjadi pemicu, bahkan menjadi salah satu faktor yang menyebabkan semakin maraknya peristiwa senyap bunuh diri.
  - e. Lemahnya langkah-langkah deteksi dini, pencegahan (preventif) dan pertolongan (mitigasi) terhadap mereka yang memiliki keterarahan pada tindakan suicidal (bunuh diri) menyebabkan peristiwa ini mengalami eskalasi kurva yang meningkat dua tahun terakhir.
  - f. Perhatian dari lembaga-lembaga moral dan akademik (pemerintah, agama dan perguruan tinggi) belum cukup optimal dalam menanggapi dan mengatasi masalah ini. Masalah bunuh diri belum dilihat sebagai masalah rentan dan berisiko bagi pertumbuhan dan perkembangan generasi muda di wilayah lokal Manggarai.

Dari empat kegiatan pembinaan kelompok kategorial di atas, muncul beberapa rekomendasi penting yang bisa menjadi perhatian dari semua pihak, yakni:

- 1) Pihak pemerintah, agama, sekolah dan perguruan tinggi perlu berkoordinasi dan bekerja sama dalam menanggapi secara serius fenomena ini dengan membentuk semacam gugus tugas pencegahan terhadap wabah senyap ini. Gugus tugas ini bisa terdiri dari psikolog/psikiater, dokter, dosen bimbingan-konseling,

iman/pastor, dll. Fokus kegiatan gugus tugas ini adalah deteksi dini, identifikasi awal, pencegahan dan pemulihan (*recovery*) terhadap bakal calon pelaku.

- 2) Pihak agama perlu menugaskan imam/pastor, suster, pendeta, imam masjid membentuk dan melakukan kegiatan pembinaan spiritual bagi orang muda. Pembinaan spiritual ini lebih khusus dan fokus pada pembinaan mental dan perilaku menyimpang (delikuen) dan penyakit (patologi) sosial. Pembinaan spiritual ini dapat dibuat dengan membentuk komunitas-komunitas pembinaan atau melalui kunjungan individual pada tempat tinggal dari orang muda yang berpotensi bunuh diri.
- 3) Perguruan tinggi dan sekolah-sekolah yang ada di Manggarai, perlu lebih banyak dan optimal lagi muatan-muatan pembentukan karakter mental dan sikap kritis mahasiswa dalam konten kurikulumnya. Konten kurikulum mesti juga berisi responsi yang baik terhadap perkembangan teknologi informasi yang begitu pesat, yang kadang mengoyahkan sikap iman dan pengetahuan dari orang muda. Mahasiswa dan siswa mesti selalu diarahkan untuk tetap memiliki kualitas kesadaran dan kemampuan kritis saat berhadapan dengan perkembangan teknologi informasi yang perkembangannya begitu pesat dan berpengaruh kuat pada perkembangan mental dan kejiwaan masyarakat.
- 4) Orang muda harus berani untuk keluar dari kemelut dirinya dan berusaha membangun optimisme hidup dengan cara seperti terlibat dalam berbagai kegiatan positif di lingkungan tempat tinggal, sekolah atau kampus. Orang muda harus memiliki jiwa petarung (*fighting spirit*) demi

mengalahkan segala bentuk pengaruh negatif, destruktif dan fatalistik yang dapat memberangus masa depan hidupnya.

- 5) Orang tua yang paling dekat dengan orang muda sebaiknya sesering mungkin melakukan kontrol fisik dan sosial terhadap anak-anak mudanya. Mereka harus terbuka dan rendah hati untuk mendengar berbagai keluhan dan masalah yang sedang dihadapi anaknya, dan mengajak mereka berdialog untuk mencari jalan keluar dalam mengatasi masalah-masalah rumit yang sedang dihadapi.

Setelah pembinaan kelompok kategorial orang muda di kota Ruteng dijalankan, maka ada beberapa dampak instruksional: 1) Munculnya kesadaran kolektif orang muda akan eksistensi dirinya sebagai tumpuan harapan keluarga, masyarakat, gereja dan tanah air; (2) terbangunnya kesadaran kritis orang muda dalam memosisikan diri di tengah perubahan dan perkembangan yang begitu pesat; (3) bertumbuhkembangnya sikap optimis dalam diri orang muda dengan mulai merencanakan masa depan dengan memberdayakan berbagai potensi dan peluang yang dimilikinya saat ini. Kesadaran akan eksistensi ini terutama terkait tugas dan tanggung jawabnya sebagai generasi harapan keluarga, masyarakat, agama dan tanah air. Orang muda harus menyadari bahwa mereka memiliki masa depan yang cerah, tetapi tentu harus dibangun sejak sekarang ini. Mereka harus menyadari arti penting keberadaan dan kehadirannya di tengah dunia sebagai modal dalam membangun dunia yang lebih baik pada masa-masa mendatang.

Pembinaan kelompok kategorial seperti ini akan sangat membantu individu memecahkan dan mengatasi kesulitan-kesulitan dalam masalah sosial, sehingga individu dapat menyesuaikan diri

secara baik dan wajar dalam lingkungan sosialnya, serta mampu bertahan dalam situasi keterpurukan (resiliensi) (Nugroho, 2012). Dampak lain setelah pembinaan kategorial dilaksanakan, individu sadar akan potensi dirinya dan peluang-peluang yang bisa dimanfaatkan bila potensi-potensi tersebut dikembangkan secara baik. Dia semakin mampu mengembangkan diri secara optimal sebagai makhluk sosial dan makhluk ciptaan Allah. Dengan pembinaan model ini, mereka menjadi sadar bahwa segala bentuk penyimpangan (delikueni) dan penyakit (patologi) sosial akan menjadi ancaman bagi masa depannya. Oleh karena itu, salah satu yang harus dipupuk dalam diri mereka adalah kesadaran dan kemampuan kritis untuk mengenal diri dan berusaha semaksimal mungkin mengatasi persoalan yang menimpa dirinya. Kesadaran dan kemampuan kritis ini menjadi dasar dalam mengelola semua bentuk tekanan masalah yang menerpa diri. Pembentukan kesadaran dan kemampuan kritis ini sekurang-kurangnya dalam mengarah pada penguatan tiga ranah dalam diri orang muda, yaitu secara kognitif (berpikir), afektif (bersikap) dan psikomotor (bertindak) (Tapung, 2020a).

## **Pembahasan**

Fenomena bunuh diri di kalangan orang muda sering terjadi pada masyarakat sedang bertransisi menuju peradaban modern dengan berbagai pernak-pernik perkembangan, berikut masalah sosial yang ditimbulkan akibat perkembangan tersebut (Popper, 1950). Dalam konteks ini, ketika berhadapan dengan fakta bunuh diri sebagai wabah senyap maka ada beberapa dampak yang tidak disadari sebagai rentetan, antara lain (Tapung, 2020; Wirasto, 2012): *Pertama*, secara psiko-sosial, masyarakat/umat akan berada pada suatu kondisi 'pembiasaan perilaku menyimpang' dan merasa 'gangguan



pasti akan pergi'. Namun rupanya tidak semudah itu. Meskipun untuk sementara waktu gangguan sudah berlalu, tetapi tidak disadari, benih gangguan masih tetap ada dan mengakar. Bila suatu waktu ada pemantik atau pemicu, maka gangguan tersebut akan muncul lagi, bahkan dalam eskalasi yang lebih besar. Pada masyarakat yang kental dengan sikap indifferen, ketika berhadapan dengan gangguan yang berulang, cara mengatasinya lazim menggunakan pendekatan 'pemadam kebakaran'. Sementara, dari segi tata pamong modern terkait pengendalian masalah sosial, tindakan-tindakan 'pemadam kebakaran' sangat tidak efisien dan efektif. Bukan saja modal, tenaga, dan waktu yang akan habis percuma, tetapi kebatinan masyarakat/umat akan terbebani karena menghadapi masalah yang sama dari waktu ke waktu. *Kedua*, secara patologi sosial, bisa saja berlaku mata rantai seperti ini, bahwa luka 'trauma' yang belum disembuhkan dengan baik dan benar, bisa berpotensi menimbulkan luka/penyakit baru dalam satu tubuh masyarakat. Efek dari kejadian bunuh diri, mungkin saja tidak terdeteksi secara kasat mata, tetapi dengan adanya diagnosa terhadap kondisi trauma akan memberi narasi mengenai adanya hubungan satu peristiwa yang terjadi pada seseorang dengan peristiwa lain yang terjadi pada orang lain. Bila ditelisik, perkasus bunuh diri, seolah-olah memiliki similiaritas, baik dari segi modus, lokus maupun komplikasi pemicunya. Saat ini, modus dengan cara menggantung leher pada seutas tali atau locusnya di rumah atau kebun, belum mendesak untuk disoal. Namun bila dilihat dari sisi pemicu, terdapat beberapa soal lain yang menjadi gerbong penggerak, antara lain: ekonomi, situasi keluarga, pergaulan (afeksi), gaya hidup, depresi dan rendahnya sikap kritis dalam bermedia sosial. Gerbong-gerbong pemicu ini tentu tidak berdiri sendiri.

Mereka memiliki hubungan mata rantai sehingga memiliki daya dorong dalam mengontruksi rancangan bunuh diri. Saling sengkabutnya gerbong-gerbong masalah ini diduga menjadi embrio yang potensial untuk suatu rancangan bunuh diri yang efektif. Satu gerbong masalah bisa menjadi pelatuk bagi masalah lain, sampai berakumulasi pada tindakan bunuh diri.

*Ketiga*, meskipun bunuh bukan termasuk menular, tetapi secara psiko-somatik, ada rangkaian hubungan yang simultan, linear dan simetris (meski tidak begitu erat), antara pencipta trauma (produsen/para pelaku bunuh diri), dengan 'pengonsumsi' trauma (konsumen/pihak yang terpapar). Selain para konsumen adalah mereka yang berada di lingkungan dekat dan berhubungan darah dengan para pelaku bunuh diri, juga masyarakat umum (WHO, 2000; Riskesdas, 2017). Bila hubungan semi linear-simetris ini tidak diputuskan dengan berbagai tindakan seperti *trauma healing*, rehabilitasi atau terapi moral-spiritual, maka bisa jadi pada titik yang paling fatal, para konsumen bertransformasi menjadi produsen (prosumer). Mereka akan menjadi pelaku bunuh diri baru yang potensial. Sebagaimana ruang psikologis yang sebagian besar jarang bisa dibaca dan diraba dengan mata telanjang, maka rangkaian hubungan ini pun kurang disadari, sehingga agak sulit untuk deteksi dini. Sementara kesimpulan yang retrospektif dan *postfactum*-lah yang kemudian akan mengafirmasi tentang hubungan yang tidak terlihat ini dan mengonfirmasi mengenai akibat siltultan dari hubungan psikosomatiknya. Dengan demikian, kajian psikosomatik ini akan mematahkan dalil-dalil irasional berbasis mitis magis terkait penyebab seseorang bunuh diri. Misalnya, dalil tentang adanya kekuatan supranatural atau daya guna gelap yang 'menyuruh'

seseorang pada upaya bunuh diri, atau mempersoalkan kontribusi negatif dari anasir-anasir suatu lingkungan tertentu (tanah, air, udara, pohon, dll), atau terkait adanya hubungan genealogis yang buruk (*dara ta'a*) dari para pelaku.

Sebagai wabah senyap, fenomena bunuh diri di Manggarai menjadi tugas dan tanggung semua pihak dalam menyelesaikannya. Pemerintah, agama dan masyarakat harus tertantang mencari jalan keluar secara komprehensif dan holistik. Semua pihak mesti berani membuka ruang dialogis, diskursus dan kajian-kajian yang mendalam terkait simpul-simpul masalah pada umat. Dari sudut pandang pemerintah, kasus bunuh diri adalah tantangan bagi kebijakan politik kesehatan dan kemanusiaan, serta pengembangan sumber daya manusia yang bermutu. Pemerintah mesti melihat kasus bunuh diri adalah bagian dari ancaman bagi pembangunan yang berkualitas dan berkelanjutan (Bondora, 2005). Dari perspektif agama, kasus bunuh diri bisa menjadi salah satu kesempatan dalam mewartakan dan menghadirkan keselamatan Allah 'di sini dan sekarang' (Singgih, 2000). Sementara dari sisi lembaga perguruan tinggi dan sekolah, kasus bunuh menjadi ruang dialetika saintifik, penelitian, diskursus dan kajian ilmiah. Luaran dari dialetika saintifik, penelitian, diskursus dan kajian ilmiah Dialog, diskursus dan kajian ilmiah dapat menjadi sumbangan bagi pemerintah, agama dan lembaga pendidikan itu sendiri dalam merancang berbagai program advokasi, promosi, prevensi dan kurasi (Bondora, 2005). Keterlibatan dari psikolog, dokter/ahli jiwa, orang tua, pendidik, dan tokoh agama/masyarakat dan pemerintah merupakan pola kerja sama yang harus dibangun secara sinergik dalam mencegah dan mengatasi wabah senyap ini.

Kehidupan orang muda Manggarai, yang begitu terbuka

terhadap berbagai perkembangan teknologi dan informasi, bergerak non linear, bersikap permisif terhadap berbagai kecenderungan penyimpangan, kompetisi yang kuat, perluasan dan membiasnya batas-batas moral dan budaya, dan benturan kepentingan ekonomi, politik, ideologi dan agama, bisa diklaim sebagai penyebab sekaligus pemicu munculnya tindakan bunuh diri dan kriminal lain di masyarakat (Sarlito, 2012). Sebagai makhluk sosial, orang muda sudah pasti turut terpapar dengan perubahan ini. Bila orang muda tidak memiliki kapasitas dan integritas pengetahuan dan moral yang kuat, maka bukan tidak mungkin bisa terjerembab dalam paham ekstrim eksklusivisme, fundamentalisme, radikalisme, sekularisme, pornoisme, sektarianisme, oppurtunisme, pragmatisme, hedonisme, instantisme dan konsumerisme (Singgih, 2004). Bila paham-paham ekstrim ini terus melekat dalam keseharian perilaku orang muda, maka dengan sendirinya melunturkan identitas diri dan membawanya pada kegamangan.

Karena itu, untuk menghadapi perkembangan dan mengantisipasi dampaknya, maka perlu adanya kemampuan dan daya kritis dalam kampus dan diri orang muda. Dalam hal ini, dalam diri orang muda harus dibangun system 'adaptasi yang kritis' (critical adaptive system) yang dapat difasilitasi melalui berbagai kegiatan yang positif dan konstruktif. Tujuan sistem ini adalah mempersiapkan orang muda dalam mengelola berbagai bentuk perubahan yang berdampak positif maupun negatif, dan bisa memberdayakan orang muda secara personal demi memiliki integritas budaya, moral dan religius. Selain itu, dalam sistem ini, melalui perangkat kurikulum, konten dan proses pembelajaran, orang muda dibekali keterampilan melek teknologi informasi dan komunikasi, keterampilan memecahkan masalah,

keterampilan berkomunikasi efektif dan keterampilan berkolaborasi, keterampilan berpikir kreatif dan keterampilan berpikir kritis (Zevin, 2007).

Untuk mendukung sistem ini orang muda juga perlu membiasakan diri berdialog, berkomunikasi, berdiskursus dan mengikuti berbagai seminar ilmiah. Dengan menerjunkan diri para kegiatan-kegiatan berbasis intelektual akademik ini, mereka dapat berlatih berpikir secara terstruktur, logis dan sistematis, berwawasan luas, bersikap inklusif, rasional, kritis, selektif dan konstruktif dalam mencermati realitas diri dan sosialnya. Keterlibatan mahasiswa pada organisasi internal kampus, seperti: Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS), Organisasi Mahasiswa Kampus (OMK), Unit Kegiatan Kampus (UKM), Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ), Forum Kerjasama Mahasiswa (FKM) dan organisasi-organisasi peminatan dan pembakatan lainnya (koor, tari, band, pencinta alam, olahraga, musik, dll), dapat membantu orang muda untuk bersosialisasi dan berinteraksi. Selain itu, dengan berpartisipasi dalam banyak kegiatan di lingkungan yang positif dan ilmiah, mereka memiliki keterarahan pada perilaku etis, moral dan religius serta bertanggung jawab dalam berkehidupan.

Berpikir kritis dalam diri seorang orang muda yang bertujuan agar mampu mencermati berbagai fenomena dan realitas (Russel, 2007). Karenanya, kemampuan berpikir kritis menjadi 'conditio sine qua non' dalam diri orang muda. Wajib hukum bagi orang muda dalam untuk selalu merespon berbagai persoalan diri dan masyarakatnya dengan cara mengidentifikasi masalah dalam diri dan lingkungan sosialnya, mensitensis dengan membuka dialog dengan orang lain (guru, orang tua, dan teman sepergaulan), menganalisis untuk mencari akar permasalahannya, sebab-sebab dan

faktor-faktor utama dan pemicunya, dan selanjutnya dapat mencari jalan keluar dari masalah yang dihadapinya (Nugroho, 2012). Langkah-langkah ini menjadi norma standar dalam berpikir kritis yang bisa menjadi rujukan dalam bersikap dan bertindak. Kesesuaian antara aktivitas berpikir, bersikap dan bertindak kritis menjadi bangunan yang kuat dan dasar dalam membangun kesadaran kritis dalam diri seseorang.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Sebagai wabah senyap, kejadian bunuh diri di Manggarai tidak bisa di pandang sebelah mata. Kerja sama dan koordinasi para pihak, seperti pemerintah, lembaga agama, keluarga, sekolah/ perguruan tinggi mesti menjadi keharusan (*conditio sine qua non*). Upaya preventif, salah satunya dengan melakukan pembinaan kelompok kategorial orang muda yang rentan dapat menjadi salah satu kegiatan untuk mencegah eskalasi (*kurve naik*) dari wabah senyap ini. Pembinaan kelompok kategorial terhadap remaja sekolah dan mahasiswa akan sangat membantu dalam rangka membangun kesadaran dan kemampuan kritisnya. Kesadaran dan kemampuan kritis ini, tentu tidak muncul dengan sendirinya. Kesadaran dan kemampuan kritis harus dibina secara terus menerus sehingga menjadi kekuatan diri dari orang muda dalam menanggapi perubahan dan tekanan diri dan sosial. Kesadaran kritis ini dapat menjadi tameng kuat dalam menangkal pengaruh-pengaruh negatif dan merusak, seperti bunuh diri, tindakan kriminal, aktivitas pornografi dan pornoaksi dan perilaku seks bebas.

Menurut para penulis, kesadaran kritis menjadi salah satu yang dapat diandalkan dari orang muda saat. Sebab kapasitas kritisnya masih sangat kuat dan

sedang bertumbuh. Karena itu, pembentukan kesadaran kritis ini mesti dibina, baik di dalam lingkungan sekolah dan kampus maupun di lingkungan keluarga dan masyarakat. Pada lingkungan sekolah dan kampus, sikap kritis ini dapat dibentuk lewat pembelajaran/perkuliahannya yang lebih dialektis, mengumpukan diskusi, dan curah pemikiran. Siswa atau mahasiswa diberikan kebebasan untuk menyampaikan aspirasi dan pemikiran, bahkan masalah yang sedang berkecamuk dalam dirinya. Di lingkungan keluarga atau masyarakat, orang muda diberikan kesempatan untuk menyampaikan pandangannya tentang hidup. Sebaiknya memberikan kebebasan dan ruang yang luas baginya untuk berkreasi, mengekspresikan apa yang ada dalam dirinya, dan memberikan kemerdekaan belajar atau mengembangkan dirinya lewat ruang minat dan bakat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bondora, Jeffrey T & Jessica L. Goodwin, 2005. *"The Impact of Suicidal Content in Popular Media on the Attitudes and Behaviors of Adolescents"*, *Praxis Journal*, Fall 2005, Vol. 5, pp.5.
- Elfrida, Pos Kupang.com, 21/02/2019),
- Kartono, Kartini, 2014. *Patologi Sosial* (Jilid 1). Rajawali Pers: Jakarta.
- Emmi, Kholilah H, 2015. *Layanan Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial*. *TAJDID* Vol. XIV. No. 2.
- Kartono, Kartini 1986. *Pengantar Metodologi Riset Social*. Bandung: Mandar Maju
- Kinch, J.W., 1974. *Social Problems in the World Today*. London: Addison-Wesley Publishing Company
- Lathief, Supaat I, 2002, *Psiokologi, Fenomenologi, Eksistensialisme*, Jakarta: Pustaka Pujangga.
- Mantiri, Vive Vike, 2014. "Perilaku Menyimpang di Kalangan Remaja di Kelurahan Pondang, Kecamatan Amurang Timur Kabupaten Minahasa Selatan", *Journal* Vol. III, No. 1.
- Monks, F. J (et.al), 1985. *Psikologi Perkembangan*, Yogyakarta: Gajah Mada Press.
- Nisrima, Siti, Muhammad Yunus dan Erna Hayati, 2016. *Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Media Kasih Kota Banda Aceh*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah*. Volume 1. No. 1.
- Nugroho, Wahyu Budi, 2012. "Pemuda, Bunuh Diri dan Resiliensi: Penguatan Resiliensi sebagai Perduksi Angka Bunuh Diri di Kalangan Pemuda Indonesia", *Jurnal Studi Pemuda*, Vol. 1, No. 1.
- Popper, Karl P., 1950. *The Open Society and Its Enemies*. Princeton University Press: New Jersey.
- Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas), Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017.
- Russel, Bertrand, 2007. *The Problem of Philosophy*, (terjem.) . Columbus, Ohio, New Jersey: Merrill Prentice Hall.
- Santosa, Slamet, 2009. *Dinamika Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sarlito W.Sarwono, 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sudarsono, 2012. *Kenakalan Remaja*

- Prevensi, Rehabilitasi dan Resosialisasi Edisi 2.* Jakarta: Rineka Cipta
- Singgih, Emmanuel Gerrit, 2004. *Mengantisipasi Masa Depan: Berteologi dalam Konteks di Awal Milenium III.* Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Tapung, Marianus Mantovannny, "Kontekstualisasi Diakonia yang Transformatif dalam Menyikap Problem Kesehatan Masyarakat", dalam Martin Chen dan Manfred Habur, 2020. *Diakonia Gereja; Pelayanan Kasih bagi Orang Miskin dan Marginal.* Jakarta:Obor.
- WHO, 2000, "Preventing Suicide: A Resource for Media Professionals", *Mental and Behavioural Disorders, Department of Mental Health, WHO-Geneva, 2000, p. 5.*
- Wirasto, Ronny T, 2012. "Suicide Prevention in Indonesia: Providing Public Advocacy", *JMAJ, January/ February, 201, Vo;. 55, No. 1, pp.98.*
- Zevin, Jack. 2007. *Social Studies for The Twenty-First Century; Methods and Materials for Teaching in Middle and Secondary Schools.* New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.