

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Dewasa Awal**

##### **1. Pengertian Dewasa Awal**

Masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun. Saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif (Hurlock, 1980). Definisi Masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan yang baru dan harapan-harapan sosial baru. Orang dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, seperti suami/istri, orang tua, dan pencari nafkah, keinginan-keinginan baru, mengembangkan sikap-sikap baru, dan nilai-nilai baru sesuai tugas baru ini (Hurlock, 1980).

Masa dewasa awal menurut Santrock (2003) dimulai pada akhir usia belasan atau permulaan usia 20an dan berlangsung sampai usia 30an. Masa ini merupakan waktu untuk membentuk kemandirian pribadi dan ekonomi. Levinson (dalam Monks dan Knoers, 2006) menjelaskan masa dewasa awal dimulai pada usia 17 tahun hingga 45 tahun.

Dalam kebudayaan Amerika, seorang anak dipandang telah mencapai usia dewasa jika sudah mencapai usia 21 tahun. Sementara dalam kebudayaan Indonesia, seorang anak dianggap mencapai dewasa apabila sudah menikah, meskipun usianya belum mencapai 21 tahun. Terlepas dari perbedaan dalam penentuan waktu dimulainya masa dewasa,

pada umumnya psikolog menetapkan sekitar usia 20 tahun sebagai awal masa dewasa dan berlangsung sampai sekitar usia 40-45 tahun (Desmita, 2009).

## 2. Ciri – ciri Masa Dewasa Awal

Hurlock (1980) menguraikan secara ringkas ciri-ciri dewasa yang menonjol dalam masa – masa dewasa awal sebagai berikut :

### a. Masa dewasa dini sebagai masa pengaturan

Masa dewasa awal merupakan masa pengaturan. Pada masa ini individu menerima tanggung jawab sebagai orang dewasa. Yang berarti seorang pria mulai membentuk bidang pekerjaan yang akan ditangani sebagai kariernya, dan wanita diharapkan mulai menerima tanggungjawab sebagai ibu dan pengurus rumah tangga.

### b. Masa dewasa dini sebagai usia reproduktif

Orang tua merupakan salah satu peran yang paling penting dalam hidup orang dewasa. Orang yang kawin berperan sebagai orang tua pada waktu saat ia berusia duapuluhan atau pada awal tigapuluhan.

### c. Masa dewasa dini sebagai masa bermasalah

Dalam tahun-tahun awal masa dewasa banyak masalah baru yang harus dihadapi seseorang. Masalah-masalah baru ini dari segi utamanya berbeda dengan dari masalah-masalah yang sudah dialami sebelumnya.

d. Masa dewasa dini sebagai masa ketegangan emosional

Pada usia ini kebanyakan individu sudah mampu memecahkan masalah – masalah yang mereka hadapi secara baik sehingga menjadi stabil dan lebih tenang.

e. Masa dewasa dini sebagai masa keterasingan sosial

Keterasingan diintensifkan dengan adanya semangat bersaing dan hasrat kuat untuk maju dalam karir, sehingga keramahaman masa remaja diganti dengan persaingan dalam masyarakat dewasa.

f. Masa dewasa dini sebagai masa komitmen

Setelah menjadi orang dewasa, individu akan mengalami perubahan, dimana mereka akan memiliki tanggung jawab sendiri dan memiliki komitmen-komitmen sendiri.

g. Masa dewasa dini sering merupakan masa ketergantungan

Meskipun telah mencapai status dewasa, banyak individu yang masih tergantung pada orang-orang tertentu dalam jangka waktu yang berbeda-beda. Ketergantungan ini mungkin pada orang tua yang membiayai pendidikan.

h. Masa dewasa dini sebagai masa perubahan nilai

Perubahan karena adanya pengalaman dan hubungan sosial yang lebih luas dan nilai-nilai itu dapat dilihat dari kaca mata orang dewasa. Perubahan nilai ini disebabkan karena beberapa alasan yaitu

individu ingin diterima oleh anggota kelompok orang dewasa, individu menyadari bahwa kebanyakan kelompok sosial berpedoman pada nilai-nilai konvensional dalam hal keyakinan dan perilaku.

i. Masa dewasa dini masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru.

Masa ini individu banyak mengalami perubahan dimana gaya hidup baru paling menonjol dibidang perkawinan dan peran orangtua.

j. Masa dewasa dini sebagai masa kreatif

Orang yang dewasa tidak terikat lagi oleh ketentuan dan aturan orangtua maupun guru-gurunya sehingga terlepas dari belenggu ini dan bebas untuk berbuat apa yang mereka inginkan. Bentuk kreatifitas ini tergantung dengan minat dan kemampuan individual.

3. Tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal

Havighurst (Dalam Mappiare, 1983) menyebutkan bahwa tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal adalah sebagai berikut:

a. Memilih teman bergaul (sebagai calon suami atau istri)

Pada umumnya, pada masa dewasa awal ini individu sudah mulai berpikir dan memilih pasangan yang cocok dengan dirinya, yang dapat mengerti pikiran dan perasaannya, untuk kemudian dilanjutkan dengan pernikahan (menjadi pasangan hidupnya)

b. Belajar hidup bersama dengan suami istri

Masing-masing individu mulai menyesuaikan baik pendapat, keinginan, dan minat dengan pasangan hidupnya. Mulai hidup dalam keluarga atau hidup berkeluarga

c. Mulai hidup dalam keluarga atau hidup berkeluarga

Dalam hal ini masing-masing individu sudah mulai mengabaikan keinginan atau hak-hak pribadi, yang menjadi kebutuhan atau kepentingan yang utama adalah keluarga

d. Dituntut adanya kesamaan cara serta faham

Hal ini dilakukan agar anak tidak merasa bingung harus mengikuti cara ayah atau ibunya. Maka dalam hal ini pasangan suami istri harus menentukan bagaimana cara pola asuh dalam mendidik anak-anaknya.

e. Mengelola rumah tangga

Dalam mengelola rumah tangga harus ada keterusterangan antara suami istri, hal ini untuk menghindari percekocokan dan konflik dalam rumah tangga.

f. Mulai bekerja dalam suatu jabatan

Seseorang yang sudah memasuki masa dewasa awal dituntut untuk dapat memenuhi kebutuhannya sendiri, yaitu dengan jalan

bekerja. Dalam pekerjaannya tersebut, individu dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

- g. Mulai bertanggung jawab sebagai warga Negara secara layak

Seseorang yang dikatakan dewasa sudah berhak untuk menentukan cara hidupnya sendiri, termasuk dalam hal ini hak dan kewajibannya sebagai warga dari suatu Negara.

- h. Memperoleh kelompok sosial yang serinama dengan nilai-nilai atau fahamnya.

Setiap individu mempunyai nilai-nilai dan faham yang berbeda satu sama lain. Pada masa ini seorang individu akan mulai mencari orang-orang atau kelompok yang mempunyai faham yang sama atau serupa dengan dirinya.

## **B. Narapidana**

### **1. Pengertian Narapidana**

Narapidana adalah Terpidana yang menjalani pidana hilang kemerdekaan di Lembaga Pemasyarakatan (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 1995).

Warga negara yang bersalah dan menjalani masa pidananya di Lembaga Pemasyarakatan dinamakan narapidana (Sudirohusodo, 2002 dalam Siswati & Abdurrohman, 2007).

Narapidana merupakan anggota dari masyarakat umum yang memiliki hak dan kewajiban sebagaimana warga negara lainnya,

dikarenakan perlakuannya dalam kehidupan sehari-hari telah melakukan kesalahan yaitu melanggar hukum yang berlaku, maka untuk sementara waktu dimasukkan ke dalam Lembaga Pemasyarakatan dan akan kehilangan kemerdekaannya dalam waktu tertentu (Sudirohusodo, 2002 dalam Siswati & Abdurrohimi, 2007).

Menurut Poernomo (1985 dalam Siswati & Abdurrohimi, 2007) narapidana adalah individu yang telah terbukti melakukan tindak pidana dan kemudian oleh pengadilan dijatuhi hukuman atau pidana. Pengadilan mengirimkan narapidana tersebut ke Rumah Tahanan atau Lembaga Pemasyarakatan untuk menjalani hukuman sampai habis masa pidananya.

## 2. Dampak Psikologis Hukuman Penjara

Hukuman penjara sangat berdampak pada perubahan psikologis. Meskipun berbagai usaha telah dilakukan dalam pembinaan narapidana selama menjalani pidana, namun dampak psikologis akibat hukuman penjara merupakan dampak yang paling berat yang dirasakan oleh setiap narapidana.

Berikut berbagai dampak psikologis akibat hukuman penjara (Harsono, 1995) antara lain:

- a) *Lost of personality*. Seorang narapidana selama di pidana akan kehilangan kepribadian, identitas diri, akibat peraturan dan tata cara hidup di lembaga pemasyarakatan. Selama menjalani pidana, narapidana diperlakukan sama atau hampir sama antara narapidana yang satu dengan narapidana yang lain. Hal ini akan membentuk

kepribadian yang khas yaitu kepribadian narapidana seperti temperamental, agresif, dan lain-lain.

- b) *Lost of security*. Selama menjalani pidana, narapidana selalu dalam pengawasan petugas. Seseorang yang secara terus-menerus diawasi akan merasakan kurang aman, merasa selalu dicurigai, dan merasa selalu tidak dapat berbuat sesuatu atau bertindak karena takut kalau tindakannya merupakan suatu kesalahan yang dapat membuat narapidana tersebut dihukum. Karena narapidana diawasi terus-menerus menyebabkan narapidana tersebut ragu dalam bertindak, kurang percaya diri, salah tingkah, tidak mampu mengambil keputusan dengan baik. Situasi yang demikian, dapat mengakibatkan narapidana melakukan tindakan kompensasi demi stabilitas jiwanya. Dimana narapidana akan bertindak sesuai dengan kondisi di lembagaasyarakatan tersebut meskipun bertentangan dengan kehendak narapidana untuk menghindari hukuman.
- c) *Lost of liberty*. Pidana hilang kemerdekaan telah merampas berbagai kemerdekaan individual. Secara psikologis, keadaan yang demikian menyebabkan narapidana menjadi tertekan jiwanya, pemurung, malas, mudah marah, dan tidak bergairah terhadap program-program pembinaan.
- d) *Lost of personal communication*. Selama menjalani hukuman, kebebasan untuk berkomunikasi dibatasi. Narapidana tidak bisa bebas untuk berkomunikasi dengan relasi, keluarganya. Sebagai makhluk

sosial, narapidana memerlukan komunikasi dengan teman, keluarga atau orang lain. Keterbatasan kesempatan untuk berkomunikasi ini merupakan beban psikologis tersendiri.

- e) *Lost of good and service*. Narapidana juga merasakan kehilangan pelayanan. Dalam lembaga pemasyarakatan, narapidana harus mampu mengurus dirinya sendiri, misalnya mencuci pakaian, menyapu ruangan. Narapidana tidak boleh memilih warna atau model pakaian sendiri semua telah diatur agar sesuai dengan narapidana yang lain, termasuk dalam hal menu makanan setiap hari. Hilangnya pelayanan menyebabkan narapidana kehilangan rasa afeksi, kasih sayang yang biasa didapat diluar lapas.
- f) *Lost of heterosexual*. Selama menjalani pidana, narapidana ditempatkan dalam blok-blok sesuai dengan jenis kelaminnya. Penempatan ini menyebabkan narapidana juga merasakan betapa naluri seks, kasih sayang, rasa aman bersama keluarga ikut terampas. Hal ini akan menyebabkan penyimpangan seksual, seperti homoseks, lesbian, dan lain-lain. Semua merupakan penyaluran nafsu seks yang terpendam.
- g) *Lost of prestige*. Narapidana juga kehilangan harga dirinya. Bentuk-bentuk perlakuan dari petugas terhadap narapidana membuat narapidana menjadi terhampas harga dirinya. Misalnya WC dan tempat mandi yang terbuka.

- h) *Lost of belief*. Akibat dari perampasan berbagai kebebasan narapidana menjadi kehilangan rasa percaya diri. Hal ini disebabkan tidak adanya rasa aman, tidak dapat membuat keputusan sendiri, kurang mantap dalam bertindak dan kurang memiliki stabilitas jiwa yang mantap.
- i) *Lost of creativity*. Selama menjalani pidana, kreativitas, ide-ide, gagasan, imajinasi, bahkan juga impian dan cita-cita narapidana ikut terampas.

### C. Kecenderungan Perilaku Bunuh Diri

#### 1. Pengertian Kecenderungan Perilaku Bunuh Diri

##### a. Pengertian Kecenderungan

Menurut Moeliono & Adiwimarta (1989) kecenderungan merupakan kecondongan hati untuk bertindak dan ada sesuatu keinginan di dalam hati untuk melakukan keinginan tersebut.

Kecenderungan atau *tendency* (Chaplin, 2009) adalah satu set atau salah satu disposisi untuk bertingkah laku dengan satu cara tertentu.

Berdasarkan beberapa pengertian kecenderungan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecenderungan adalah kecondongan hati untuk bertindak atau bertingkah laku dengan satu cara tertentu.

##### b. Pengertian Bunuh Diri

Bunuh diri adalah tindakan yang secara sengaja mematikan dirinya sendiri (Hawari, 2010).

Bunuh diri adalah tindakan yang dilakukan dengan sengaja untuk membunuh diri sendiri (Videbeck, 2008). Shneidman (dalam Videbeck, 2008) mendefinisikan dua kategori bunuh diri:

1) Bunuh diri langsung

Bunuh diri langsung adalah tindakan yang disadari dan disengaja untuk mengakhiri hidup, seperti pengorbanan diri (membakar diri), menggantung diri, menembak diri sendiri, meracuni diri, melompat dari tempat yang tinggi, dan menenggelamkan diri.

2) Bunuh diri tidak langsung

Bunuh diri tidak langsung adalah keinginan tersembunyi yang tidak disadari untuk mati, yang ditandai dengan perilaku kronis berisiko, seperti penyalahgunaan zat, makan berlebihan, aktivitas seks bebas, ketidakpatuhan terhadap program medis, atau olahraga atau pekerjaan yang membahayakan.

Menurut Keliat (1995) bunuh diri adalah tindakan agresif yang merusak diri sendiri dan dapat mengakhiri kehidupan. Bunuh diri merupakan kedaruratan psikiatri karena klien berada dalam keadaan stres yang tinggi dan menggunakan *coping* yang maladaptif. Selain itu, bunuh diri merupakan tindakan merusak integritas diri atau mengakhiri kehidupan.

Keliat (1995) juga berpendapat bahwa bunuh diri adalah tindakan agresif yang langsung terhadap diri sendiri untuk mengakhiri

kehidupan. Keadaan ini didahului oleh respon maladaptif seperti tidak berdaya, putus asa, apatis atau acuh tak acuh terhadap lingkungan sendiri, gagal dan kehilangan, ragu-ragu, sedih, depresi, dan kemudian bunuh diri. Bunuh diri mungkin merupakan keputusan terakhir dari individu untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

Menurut Yayasan Harapan Permata Hati Kita (2003) bunuh diri adalah masalah yang kompleks dimana tidak ada satu sebab, satu alasan. Hal tersebut dihasilkan dari interaksi yang kompleks secara biologi, genetik, psikologi, sosial, budaya dan faktor lingkungan. Sangat sulit untuk menerangkan mengapa beberapa orang memutuskan untuk bunuh diri padahal orang lain yang dalam situasi mirip atau mungkin lebih parah tidak berusaha bunuh diri.

Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa (dalam Adi, 2007) mengartikan bahwa bunuh diri adalah sengaja mematikan diri sendiri.

Kartono (2000) juga mengemukakan bunuh diri ialah perbuatan manusia yang didasari dan bertujuan untuk menyakiti diri sendiri dan menghentikan kehidupan sendiri.

Berdasarkan dari beberapa pendapat di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa bunuh diri adalah tindakan agresif yang dihasilkan dari interaksi yang kompleks secara biologi, genetik, psikologi, sosial, budaya, dan faktor lingkungan yang dilakukan secara sengaja dan dalam kondisi sadar untuk merusak diri atau mematikan diri sendiri

sehingga menyebabkan hilangnya nyawa seseorang, sebagai keputusan terakhir dari individu untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

Jadi, kecenderungan bunuh diri adalah kecondongan hati untuk bertindak agresif yang dihasilkan dari interaksi yang kompleks secara biologi, genetik, psikologi, sosial, budaya, dan faktor lingkungan, yang dilakukan secara sengaja dan dalam kondisi sadar untuk merusak diri atau mematikan diri sendiri sehingga menyebabkan hilangnya nyawa seseorang, sebagai keputusan terakhir dari individu untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

Menurut teori Freud, bunuh diri merupakan tampilan agresi yang diarahkan ke diri sebagai suatu bentuk introyeksi. Pada saat itu, ia tidak mampu menghadapi permasalahan yang dihadapi sehingga diarahkan ke dalam diri sebagai simbol penghancurannya (dalam Suryani, 2008). Freud juga menghipotesiskan bahwa ada suatu insting mati yang bertujuan mengembalikan orang yang mengalami konflik itu kepada suatu keadaan ketangangan dan ketidakberadaan (*nonexistence*) dari mana dia berasal. Bila insting mati menjadi lebih kuat daripada insting hidup yang mengendalikannya, maka hasilnya adalah bunuh diri. (Yustinus, 2006)

## 2. Komponen Bunuh Diri

Ada tiga komponen dalam bunuh diri, yaitu keinginan untuk membunuh, keinginan untuk dibunuh, dan keinginan untuk mati (Suryani, 2008).

## 3. Macam-macam Bunuh Diri

Dari teori yang diajukan oleh Durkheim (dalam Suryani, 2008) sosiolog dari Prancis membagi bunuh diri menjadi tiga kelompok, yaitu:

### 1) Egoistic

Individu melakukan tindakan bunuh diri karena tidak mempunyai ikatan kuat dengan kelompok sosialnya (dikucilkan, tidak menikah, perceraian).

### 2) Altruistik

Individu melakukan bunuh diri untuk menunjukkan loyalitas, pengabdian pada kelompoknya (*harakiri*, *mestya*)

### 3) Anomic

Individu yang tidak mampu menghadapi perubahan di masyarakat mengenai nilai dan standar hidup (misalnya kehilangan pekerjaan, krisis ekonomi)

## 4. Faktor Penyebab Bunuh Diri

Ada berbagai macam penyebab yang membuat seseorang mengambil jalan pintas untuk melakukan aksi bunuh diri. Pertama,

kesulitan ekonomi jadi alasan paling klasik di muka bumi. Kedua, hubungan keluarga yang kurang harmonis sehingga percik api perselisihan mudah sekali tersulut. Ketiga, dampak negatif pemberitaan media (Syakib, 2008).

Sedikitnya 50 ribu orang Indonesia bunuh diri selama tiga tahun terakhir. Kemiskinan dan himpitan ekonomi menjadi penyebab tingginya jumlah orang yang mengkhiri hidup. Faktor psikologis yang mendorong bunuh diri adalah kurangnya dukungan sosial dari masyarakat sekitar, kehilangan pekerjaan, kemiskinan, huru-hara yang menyebabkan trauma psikologis, dan konflik berat yang memaksa masyarakat mengungsi. (www.vhrmedia.com, diakses 08 Mei 2013 pukul 10.00)

Secara psikologis motivasi bunuh diri antara lain rasa kecewa karena gagal atau hilangnya suatu harapan, rasa putus asa karena tekanan kehidupan dan rasa putus asa karena penyakit yang berkepanjangan (Hawari, 2010).

Beberapa penelitian yang diungkapkan oleh Santrock (2002), mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang melakukan bunuh diri adalah:

- 1) Faktor – faktor proksimal atau kondisi saat ini, seperti kehilangan pacar, nilai rapor yang rendah, atau kehamilan yang tidak di inginkan.
- 2) Obat- obatan
- 3) Pengalaman masa lalu
- 4) Faktor genetik

- 5) Upaya- upaya bunuh diri sebelumnya
- 6) Kecemasan
- 7) Depresi
- 8) Alkoholisme
- 9) Kurangnya persahabatan yang mendukung
- 10) Ketidakmantapan dalam pekerjaan dan relasi.

Cobb (2000), menyebutkan faktor-faktor yang beresiko menimbulkan perilaku bunuh diri:

- 1) *Mental Illness*
- 2) Percobaan bunuh diri sebelumnya
- 3) Karakter kepribadian
- 4) Penyalahgunaan zat
- 5) Keadaan Psikososial
- 6) Penggunaan senjata mematikan
- 7) Ketidakseimbangan biokimia
- 8) Pemberitaan mengenai perilaku bunuh diri (dalam media)

Evans (2002) menyatakan faktor faktor yang mempengaruhi munculnya fenomena bunuh diri di pertimbangkan menjadi empat bagian, yaitu:

- 1) Kesehatan mental dan fisik
- 2) Karakteristik kepribadian dan pengalaman
- 3) Karakteristik keluarga
- 4) Faktor- faktor sosial

Hadriami (dalam Cristiani, 2011) menuturkan bahwa faktor psikologis yang menyebabkan seseorang memiliki kecenderungan bunuh diri antara lain:

1) Depresi

Depresi sebagai intoyeksi kemarahan karena kehilangan objek cinta. Jadi kemungkinan kecenderungan bunuh diri merupakan kemarahan yang ditujukan ke diri sendiri setelah kehilangan dan keinginan balas dendam yang ditujukan ke diri sendiri.

2) Putus asa

Dalam teori "*cognitive behavioral*" dijelaskan bahwa keputusan memiliki peran penting diambilnya keputusan bunuh diri. Orang yang mempunyai pandangan selalu pesimis terhadap masa depan, pesimis dalam menyelesaikan masalah, akan cenderung membesarkan masalah, pola berpikirnya kaku, dan melihat bunuh diri sebagai satu-satunya jalan keluar.

3) Dukungan sosial

Faktor lain yang juga bisa mendorong orang memiliki kecenderungan bunuh diri yaitu tidak adanya dukungan sosial dan peran bermakna di lingkungannya. Apabila seseorang memiliki masalah berat dan dia merasa sendirian, tidak ada yang menghiraukan dan dia takut meraih perhatian orang lain karena dia merasa kecil dan tak berharga, maka jalan ke arah bunuh diri akan

dekat. Adanya relasi dalam keluarga atau perkawinan yang berkualitas baik akan sangat membantu menghindarkan tindakan bunuh diri.

Faktor-faktor lain yang memberikan kontribusi pada tindakan bunuh diri antara lain ialah (Kartono, 2000):

1) Faktor sosiologis

Berupa disintegrasi dan disorganisasi sosial yang mengakibatkan disintegrasi-disorganisasi pribadi atau personal, masa-masa krisis, peristiwa-peristiwa erosi dari norma-norma dan nilai-nilai dan lain-lain.

2) Faktor ekonomi

Berupa status ekonomi, depresi ekonomi, jatuh miskin secara mendadak, dan lain-lain.

3) Faktor politik

Berupa perubahan-perubahan iklim politik dengan macam-macam tekanannya, degradasi secara politis, perubahan peranan dalam dunia politik dan lain-lain.

4) Faktor pendidikan

Misalnya kegagalan studi di sekolah atau universitas. Sehingga orang yang bersangkutan lebih suka memilih kedamaian abadi di balik kematian dirinya, guna menyingkiri macam-macam kesulitan serta aib yang rasa-rasanya tidak dikuasai oleh dirinya.

Ada dua faktor yang menyebabkan seseorang mau melakukan tindakan bunuh diri (Suryani, 2008):

1) Faktor yang datang dari dalam dirinya sendiri

Faktor dari dalam dirinya sendiri antara lain karena kepribadian yang belum matang yang menyebabkan ia tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapinya. Bisa juga karena trauma yang dialaminya waktu berada di dalam kandungan ibunya, waktu proses kelahiran, waktu dibesarkan, dan waktu dewasa yang dapat mempengaruhi cara berpikir, emosi, perilaku, dan cara bereaksi terhadap masalah yang dihadapinya. Bisa juga karena stress yang menyebabkan terjadi konflik, frustasi, cemas, depresi, marah, dan reaksi lainnya sehingga karena tidak mampu mengatasinya ia berada dalam kebingungan dan akhirnya mengambil jalan pintas bunuh diri.

2) Faktor yang datang dari luar dirinya

Yakni masalah yang datang dari keluarga, teman dekat, teman sekolah, atau kantor, atau masalah ekonomi, pergaulan, politik, kemacetan lalu lintas, kesulitan mendapartkan rumah yang sehat, pengaruh media cetak dan elektronika, dan sebagainya.

Dorongan dan keinginan melakukan tindakan bunuh diri sangat dipicu oleh tayangan TV dan berita di media cetak yang melukiskan dengan gamblang dan mendetail. Tayangan dan bacaan ini tersimpan di dalam memorinya dengan baik. Pada saat ia

mengalami masalah besar dan kemampuan memberikan pertimbangan baik tidak berfungsi karena kebingungan dan keputusasaan, timbul dorongan dan pertimbangan untuk melakukan tindakan bunuh diri yang tersimpan di dalam memorinya.

#### 5. Ciri Kecenderungan Bunuh Diri

Menurut Kartono (2000) beberapa ciri karakteristik dari individu yang cenderung dan sudah melakukan perbuatan bunuh diri antar lain adalah:

- 1) Ada ambivalensi yang sadar atau tidak sadar antar keinginan untuk mati dan untuk hidup.
- 2) Ada perasaan tanpa harapan, tidak berdaya, sia-sia sampai pada jalan buntu, merasa tidak mampu mengatasi segala kesulitan dalam hidupnya.
- 3) Dia merasa pada batas ujung kekuatan, merasa sudah capai total, secara fisik dan secara mental.
- 4) Selalu dihantui atau dikejar-kejar oleh rasa cemas, takut, tegang, depresi, marah, dendam, dosa atau bersalah.
- 5) Adanya kekacauan dalam kepribadiannya, mengalami kondisi disorganisasi dan disintegrasi personal, tanpa mampu keluar dari jalan buntu dan tanpa kemampuan untuk memperbaikinya.

- 6) Terayun-ayun dalam macam-macam suasana hati yang kontroversal, agitasi lawan apati, ingin lari lawan berdiam diri, memiliki potensialitas kontra kelemahan dan ketidakberanian.
- 7) Terdapat pengerutan kognitif, ada ketidakmampuan melihat dengan wawasan bening, tidak mampu melihat alternatif lain bahkan meyakini limitasi dan kelemahan dari potensialitas diri.
- 8) Hilangnya kegairahan hidup, hilang minat terhadap aktivitas-aktivitas sehari-hari, pupus kegairahan seksnya, tanpa minat terhadap masyarakat sekitar.
- 9) Banyak penderitaan jasmaniah, mengalami insomnia, mengalami anoreksi atau tidak suka makan, menderita psikastenia dan simptom-simptom psikotis lainnya.
- 10) Penderita pernah sekali atau beberapa kali mencoba melakukan upaya bunuh diri.

Dua belas tanda keinginan bunuh diri, yaitu (Espeland, 2006):

- 1) Pesan bunuh diri
- 2) Ancaman

Ancaman bisa berupa pertanyaan langsung (“aku mau mati saja rasanya”, “aku akan bunuh diri”) atau komentar tidak langsung (“mungkin mereka akan hidup lebih bahagia tanpaku”. “toh tidak akan ada yang merasa kehilangan kalau aku tuidak ada”)

- 3) Percobaan bunuh diri yang pernah dilakukan sebelumnya.
- 4) Depresi (ketakberdayaan/rasa putus asa)

5) Depresi “terselubung”

6) Persiapan akhir

Pada orang dewasa, mungkin kecenderungan untuk bunuh diri ditunjukkan dengan memberikan barang-barang berharga yang dimilikinya, seperti perhiasan, pakaian, catatan harian, atau lukisan.

7) Upaya untuk menyakiti diri sendiri

8) Ketakmampuan berkonsentrasi atau berpikir dengan jernih

9) Kebiasaan fisik dan penampilannya berubah

Meliputi tidak bisa tidur atau malah tidur dalam waktu yang sangat lama, penambahan atau pengurangan berat badan yang mendadak, dan/atau tidak peduli terhadap penampilan atau kesehatannya sendiri.

10) Kepribadian, teman, dan perilakunya berubah secara drastis

Termasuk menjauhkan diri dari teman dan keluarga, tidak tertarik lagi dengan kegiatan yang pernah disukai, dan menghindari teman.

11) Selalu mengusung tema kematian dan tindakan bunuh diri

12) Rencana/metode/akses

Sinambela (dalam Cristiani, 2011) menyebutkan ciri-ciri subyek yang hendak bunuh diri:

1) Mengasingkan diri atau menarik diri dari relasi dengan rekan sebaya dan anggota keluarganya.

- 2) Tanda-tanda depresi, meskipun pengertian tanda-tanda disini tidak selalu berarti tanda-tanda secara klinis, misalnya:
  - a) Berkurangnya minat untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang biasa dilakukan
  - b) Menampilkan sikap yang muram, sedih, putus asa dan terkesan kehilangan harapan
  - c) Terjadi perubahan pada selera makan, berat tubuh, respon perilakunya ketika diajak berbincang-bincang atau pola tidurnya sehari-hari
  - d) Kehilangan energi
  - e) Membuat (mengungkapkan) pernyataan-pernyataan yang negatif tentang pribadinya
  - f) Mengungkapkan keinginan atau khayalan tentang bunuh diri
- 3) Berbicara atau mengungkapkan ide tentang bunuh diri dalam tulisan
- 4) Upaya awal menuju perilaku bunuh diri
- 5) Kondisi emosi putus asa (terkesan kehilangan harapan) dan tidak berdaya
- 6) Mulai mengabaikan aspek-aspek kepemilikan pribadinya. Misalnya: mulai membagi-bagikan dan menelantarkan benda kesukaannya.

Berdasarkan penjelasan ciri-ciri kecenderungan perilaku bunuh diri di atas, maka dapat diambil kesimpulan ciri-ciri kecenderungan bunuh diri yaitu putus asa yang menimbulkan pemikiran bunuh diri, merasa bersalah

yang menciptakan keinginan untuk bunuh diri, tidak berdaya yang memicu keinginan untuk bunuh diri dan kehilangan atau tidak mempunyai minat terhadap apapun yang juga memicu keinginan bunuh diri. Adanya keinginan hidupnya segera berakhir, dan adanya upaya untuk menyakiti diri sendiri.

#### **D. Tipe Kepribadian**

##### **1. Pengertian Kepribadian**

Dalam bahasa Inggris istilah untuk kepribadian adalah *personality*. Istilah ini berasal dari sebuah kata Latin *persona*, yang artinya topeng, perlengkapan yang selalu dipakai dalam pentas drama-drama Yunani kuno (Irwanto, 2002).

Kepribadian adalah bagian dari jiwa yang membangun keberadaan manusia menjadi satu kesatuan, tidak terpecah belah dalam fungsi-fungsi (Alwisol, 2012).

Kepribadian adalah suatu organisasi yang dinamis dari sistem psikofisik individu yang menentukan tingkah laku dan pemikiran individu secara khas (Koeswara, 1991).

Secara etimologis, kata kepribadian (*personality* dalam Bahasa Inggris) berasal dari kata *persona* (Bahasa Latin) yang berarti kedok atau topeng, yaitu tutup muka yang sering dipakai para pemain sandiwara untuk menggambarkan perilaku, watak atau pribadi seseorang (Sujanto, 2004).

Eysenck (dalam Suyatno, 2005) memberikan definisi kepribadian sebagai keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun potensial dari organisme, sebagaimana ditentukan oleh keturunan dan lingkungan. Pola tingkah laku itu berasal dan dikembangkan melalui interaksi fungsional dari empat sektor utama yang mengorganisir tingkah laku; sektor kognitif (*intelligence*), sektor konatif (*character*), sektor afektif (*temperament*) dan sektor *somatic* (*constitution*).

Kepribadian menurut kamus Webster berarti totalitas karakteristik individual, terutama berhubungan dengan orang lain, suatu kelompok kecenderungan emosi yang terpadu, minat-minat, kecenderungan tingkah laku, dan lain-lain (Wilcox, 2012)

Sullivan (dalam Syafiq, 2010) kepribadian merupakan suatu entitas hipotetis yang tidak dapat dipisahkan dari situasi-situasi antarpribadi, dan tingkah laku antar pribadi merupakan satu-satunya segi yang dapat diamati sebagai kepribadian.

C.G. Jung (dalam Syafiq, 2010) menjelaskan bahwa : “*psyche embraces all thought, feeling, and behavior, conscious and unconscious*”. Kepribadian itu adalah seluruh pemikiran, perasaan, dan perilaku nyata baik yang disadari maupun yang tidak disadari.

Eysenck (dalam Alwisol, 2012) berpendapat dasar umum sifat sifat kepribadian berasal dari keturunan, dalam bentuk tipe dan trait. Eysenck juga berpendapat bahwa semua tingkahlaku dipelajari dari lingkungan dan kepribadian merupakan keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun

potensial dari organisme, sebagaimana yang ditentukan oleh keturunan dan lingkungan. Pola tingkah laku berasal dan dikembangkan melalui interaksi fungsional dari empat sektor utama yang mengorganisir perilaku, sektor kognitif (*Intelligence*), sektor konatif (*Charakter*), sektor afektif (*Temprament*) dan sektor somative (*Constitution*).

Kepribadian merupakan cara khas dari individu dalam berperilaku dan merupakan segala sifatnya yang menyebabkan dia dapat dibedakan dengan individu lainnya (Maramis dalam Syafiq, 2010)

Dari berbagai pengertian di atas, disimpulkan bahwa kepribadian adalah suatu organisasi yang dinamis dari sistem psikofisik individu yang menentukan tingkah laku dan pemikiran individu secara khas yang membangun keberadaan manusia menjadi satu kesatuan, tidak terpecah belah dalam fungsi-fungsi, yang menjadi cara khas dari individu dalam berperilaku dan menyebabkan dia dapat dibedakan dengan individu lainnya, sehingga seseorang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

## 2. Pembagian Tipe Kepribadian

Carl Gustav Jung membagi tipe kepribadian manusia menjadi dua, yaitu:

### 1) *Ekstrovert*

Kepribadian *ekstrovert* yaitu orang-orang yang perhatiannya lebih diarahkan keluar dirinya, kepada orang-orang lain dan kepada masyarakat (Sobour, 2003). Orang yang tergolong tipe ekstrovert

mempunyai sifat-sifat: berhati terbuka, lancar dalam pergaulan, ramah, pengembira, kontak dengan lingkungan besar sekali. Mereka mudah mempengaruhi dan mudah juga dipengaruhi oleh lingkungan. (Sobour, 2003).

Menurut Irwanto (2002) kepribadian *ekstrovert* memiliki ciri membuka diri dalam kontak dengan orang-orang, peristiwa-peristiwa, dan benda-benda di sekitarnya.

Sedangkan menurut Eysenck (dalam Niswatin, 2010) *ekstrovert* adalah salah satu ujung dari dimensi kepribadian ekstaversi dan *introvert* dengan karakteristik watak yang peramah, suka bergaul, suka menurutkan kata hati, dan suka mengambil resiko.

Crow and Crow (Sobour, 2003) menguraikan lebih terinci sifat dari kedua golongan tersebut sifat kepribadian *ekstrovert* sebagai berikut lancar dalam berbicara, bebas dari kekhawatiran atau kecemasan, tidak lekas malu dan tidak canggung, mempunyai minat pada atletik, dipengaruhi oleh data obyektif, ramah dan suka berteman, suka bekerja bersama orang lain, kurang memperdulikan penderitaan dan milik sendiri, mudah menyesuaikan diri dan luwes.

Sikap *ekstrovert* mengarahkan pribadi ke pengalaman obyektif, memusatkan perhatiannya ke dunia luar, bukannya berfikir mengenai persepsinya, cenderung berinteraksi dengan orang sekitarnya, aktif, dan ramah. Orang yang *ekstrovert* sangat menaruh perhatian mengenai orang lain dan dunia di sekitarnya, aktif, dan santai. (Alwisol, 2012).

Ciri-ciri orang *ekstrovert* berdasarkan tipologi Jung, yaitu orang dengan kepribadian ini kalau merasa tertekan akan menggabungkan dirinya diantara orang banyak sehingga individualitasnya berkurang walaupun bertentangan masih dapat berhubungan karena ia tidak menarik diri. Bahkan lebih menyukai berdebat atau bertengkar, atau berusaha mebenruk kembali dunia menurut polanya sendiri. Mereka tidak menyukai kesendirian, dan mereka cenderung konvensional dalam pemikirannya (Sarwono, 1995).

Orang yang *ekstrovert* dipengaruhi oleh dunia obyektif, yaitu dunia di luar dirinya. Orientasinya terutama tertuju keluar, pikiran, perasaan, serta tindakannya terutama ditentukan oleh lingkungannya, baik lingkungan sosial maupun non sosial. Orang *ekstrovert* juga bersikap positif terhadap masyarakatnya, hatinya terbuka, mudah bergaul, hubungan dengan orang lain lancar. Bahaya bagi tipe *ekstrovert* adalah apabila ikatan kepada dunia luar terlampau kuat, sehingga tenggelam dalam dunia obyektif, kehilangan dirinya atau asing terhadap dunia subyektifnya sendiri (Suryabrata, 2013).

## 2) *Introvert*

Orang-orang yang perhatiannya lebih mengarah pada dirinya, pada "aku" -nya (Sobour, 2003). Adapaun orang-orang yang tergolong orang tipe *introvert* memiliki sifat-sifat: kurang pandai

bergaul, pendiam, sukar diselami batinnya, suka menyendiri, bahkan sering takut kepada orang lain (Sobur, 2003).

Menurut Eysenck (dalam Niswatin, 2010) *introvert* adalah salah satu ujung dari dimensi kepribadian *introvert-ekstrovert* dengan karakteristik watak yang tenang, pendiam, suka menyendiri suka termenung, dan menghindari resiko.

Orang *introvert* dipengaruhi oleh dunia subyektif, yaitu dunia di dalam dirinya sendiri. Orientasinya terutama tertuju ke dalam, pikiran, perasaan, serta perasaan-perasaannya terutama ditentukan oleh factor-faktor subyektif. Penyesuaiannya dengan dunia luar kurang baik, jiwanya tertutup, sukar bergaul, sukar berhubungan dengan orang lain, kurang dapat menarik hati orang lain. Penyesuaian dengan batinnya sendiri baik. Bahaya tipe *introvert* ini adalah jika jarak dengan dunia obyektif terlalu jauh, menyebabkan lepas dari dunia subyektifnya (Suryabrata, 2013).

Crow and Crow (Sobour, 2003) Sedangkan *introvert* lebih lancar menulis dari pada berbicara, cenderung atau sering diliputi kekhawatiran, lekas malu dan canggung, cenderung bersifat radikal, suka membaca buku-buku dan majalah, lebih dipengaruhi oleh perasaan-perasaan subyektifnya, agak tertutup jiwanya, lebih senang bekerja sendiri, sangat menjaga/berhati-hati, sukar menyesuaikan diri dan kaku dalam pergaulan.

Menurut Irwanto (2002) kepribadian *introvert* memiliki ciri menarik diri dan tenggelam dalam pengalaman-pengalaman batinnya sendiri, tertutup, tidak terlalu memperhatikan orang lain, dan agak pendiam.

Sikap *introvert* mengarahkan pribadi ke pengalaman subyektif, memusatkan diri pada dunia di mana realita hadir dalam bentuk hasil amatan, cenderung menyendiri, pendiam/tidak ramah, bahkan anti sosial. Umumnya orang *introvertif* itu senang introspektif dan sibuk dengan kehidupan internal mereka sendiri. Tentu saja mereka juga mengamati dunia luar, tetapi mereka melakukannya secara selektif, dan memakai pandangan subyektif mereka sendiri. (Alwisol, 2012).

Menurut Jung, pribadi *introvert* menunjukkan libidonya ke dalam, dan tenggelam menyendiri ke dalam diri sendiri, khususnya dalam saat-saat mengalami ketegangan dan tekanan batin (Chaplin, 2009). Orang dengan kepribadian ini lebih menyukai pemikiran sendiri daripada berbicara dengan orang lain. Mereka cenderung berhati-hati, pesimis, kritis, dan selalu berusaha mempertahankan sifat-sifat baik untuk diri mereka sendiri sehingga dengan sendirinya mereka sulit dimengerti. Mereka seringkali memiliki banyak pengetahuan atau mengembangkan bakat di atas rata-rata dan mereka hanya dapat menunjukkan bakat mereka di lingkungan yang menyenangkan (Sarwono, 1995).

Seseorang dengan kepribadian *ekstrovert* adalah sosok yang mau melakukan interaksi dengan orang lain dalam bentuk yang mudah. Dia juga membuat orang lain menerimanya dengan mudah. Dia membentuk dirinya dengan masing-masing kepribadian orang dalam berinteraksi seperti terbentuknya air dalam bejana yang menampungnya. Dia menjawab semua pertanyaan dengan niat yang baik dan tujuan baik. Dia tak mengenal sikap menutup diri sama sekali. Dia dalam hubungannya dengan orang lain bersikap bebas dan lurus, dan menjadi teman yang baik. Secara umum dia adalah manusia yang praktis yang membuat orang percaya padanya dan tenang dengannya. Dia memberi perhatian terhadap segala sesuatu dengan dirinya dan orang lain, aktif, terjaga, baik hati, mempunyai kepribadian yang bersih dari kemisteriusan, kepribadian yang jelas, yang dapat dikenal oleh siapapun dengan mudah. Nilai kemanusiaannya adalah daam cintanya kepada orang lain dan dirinya juga. Dia adalah kepribadian yang terbuka dalam kondisinya yang terbaik dan terburuk juga. (Uqshari, 2005)

Sementara seseorang dengan kepribadian *introvert* dalam kondisi terburuknya menjadi sosok yang menutup diri, tak peduli, tegang, buruk sangka, tidak percaya kepada orang lain, lamban dan dingin semangatnya, lemah semangat, selalu diam, pembicaraannya berubah-ubah, tak menikmati keindahan hidup dan tertarik dengannya, sedih, selalu tampak tanda-tanda tegang pada dirinya, bingung, ragu-

ragu, dan biasanya kepribadian seperti ini kasar, tegas, tak senang ditemani dan dikenal kecuali oleh sedikit orang, dan sama sekali sulit dipahami. (Uqshari, 2005)

Dalam kondisi biasa, seorang *ekstrovert* cenderung kepada social dan cekatan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat dengan bebas mengungkapkan dirinya, mengungkapkan perasaannya dalam hubungan pribadi hingga terhadap orang asing, dan dia memiliki kecepatan dalam mengungkapkan tentang dirinya dan cenderung berbicara, bekerja dan member perhatian yang luas serta berkeinginan mendapatkan penghormatan, penghargaan, dan pujian. Dia juga dalam kondisi normalnya selalu mempunyai pandangan positif. (Uqshari, 2005)

Sementara seorang *introvert* dalam kondisi normalnya adalah pribadi yang cenderung menahan diri, tak bebas dalam mengungkapkan dirinya, dalam menampilkan perasaannya, dan dalam hubungan pribadinya, terutama dengan orang asing. Juga cenderung merenung dan berpikir saat mengungkapkan dirinya, atau cenderung berbicara atau bekerja setelah ragu-ragu dan merenung. Dia juga cenderung member perhatian yang sempit dan terbatas pada dirinya. Dengan pengertian bahwa dirinya selalu sibuk dengan pemikirannya sendiri. Namun masalah orang lain dan perhatian mereka sama sekali tak memiliki tempat dalam dirinya. Dia selalu berinteraksi dengan

kecenderungan untuk bebas dan menguasai, dan selalu mengadopsi pola pandang rasional yang ideal. (Uqshari, 2005)

### 3. Aspek-aspek Tipe Kepribadian *Ekstrovert* dengan *Introvert*

Menurut Eysenck dan Wilson (dalam Retnowati & Haryanthi, 2001) klasifikasi ciri-ciri tingkah laku yang operasional pada tipe kepribadian *ekstrovert* dan *introvert*, menurut faktor-faktor kepribadian yang mendasarinya, yaitu:

#### 1) Aktivitas (*activity*)

Pada aspek ini diukur bagaimana individu dalam melakukan aktivitasnya, apakah energik dan gesit atau sebaliknya lamban dan tidak bergairah. Bagaimana subyek menikmati setiap pekerjaan yang dilakukan, apa jenis pekerjaan atau aktivitas yang disukainya.

#### 2) Kemampuan bergaul (*sociability*)

Aspek ini mengukur bagaimana individu melakukan kontak sosial. Apakah interaksi sosial individu ditandai dengan banyak teman, suka bergaul, menyukai kegiatan sosial, mudah beradaptasi dengan lingkungan baru, perasaan senang dengan situasi ramah tamah. Apakah sebaliknya individu kurang dalam kontak sosial, perasaan minder dalam pergaulan, menyukai aktivitas sendiri.

#### 3) Pengambilan resiko (*risk taking*)

Aspek ini mengukur apakah individu berani mengambil resiko atas tindakannya dan menyukai tantangan dalam aktivitasnya.

4) Penurunan dorongan hati (*impulsiveness*)

Aspek ini membedakan kecenderungan *ekstrovert* dan *introvert* berdasarkan cara individu mengambil tindakan. Apakah cenderung impulsif, tanpa memikirkan secara matang keuntungan maupun kerugiannya, atau sebaliknya mengambil keputusan dengan mempertimbangkan konsekuensinya.

5) Pernyataan perasaan (*expressiveness*)

Aspek ini mengukur bagaimana individu mengekspresikan emosinya baik emosi marah, sedih, senang, maupun takut. Apakah cenderung sentimental, penuh perasaan, mudah berubah pendirian dan demonstratif. Ataupun sebaliknya mampu mengontrol pikiran dan emosinya, dingin, tenang.

6) Kedalaman berpikir (*reflectiveness*)

Aspek ini mengukur bagaimana ketertarikan individu pada ide, abstrak, pertanyaan filosofis. Apakah individu cenderung suka berpikir teoritis daripada bertindak, intropektif.

7) Tanggung jawab (*responsibility*)

Aspek ini membedakan individu berdasarkan tanggung jawabnya terhadap tindakan maupun pekerjaannya.

### **E. Perbedaan Kecenderungan Perilaku Bunuh Diri Ditinjau dari Tipe Kepribadian**

Salah satu ciri pada masa dewasa awal menurut Hurlock (1980) adalah masa dewasa dini sebagai masa bermasalah. Juga masa dewasa dini sebagai masa ketegangan emosional. Karena tiap orang memiliki masalah yang berbeda, cara setiap orang dalam menghadapi berbagai masalah tersebut juga akan berbeda. Ada yang menyelesaikannya dengan cara yang positif, ada pula yang menggunakan cara negatif yang bisa merugikan dirinya dan orang lain yang ada di sekitarnya. Salah satunya adalah dengan bunuh diri. Bunuh diri adalah tindakan yang dilakukan secara sengaja untuk membunuh diri sendiri (Videbeck, 2008).

Evans (2002) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya fenomena bunuh diri dipertimbangkan menjadi empat bagian, yaitu: Kesehatan mental dan fisik, karakteristik kepribadian dan pengalaman, karakteristik keluarga, dan faktor-faktor sosial.

Kepribadian menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku bunuh diri karena kepribadian merupakan suatu organisasi dinamis individu yang menentukan tingkah laku dan pemikiran individu secara khas dan menyebabkan dia dapat dibedakan dengan individu lainnya, sehingga seseorang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Tipe kepribadian yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi upayanya dalam menyelesaikan berbagai masalah yang menimpanya, juga untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, jika seseorang tidak mampu menyelesaikan

masalahnya dengan baik atau kurang mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, dikhawatirkan bisa saja menempuh cara yang salah untuk menyelesaikan masalahnya, yang akhirnya hanya akan merugikan dirinya sendiri dan orang lain yang ada di sekitarnya.

Carl Gustav Jung membagi tipe kepribadian manusia menjadi dua, yaitu: *Ekstrovert*, yaitu orang-orang yang perhatiannya lebih diarahkan keluar dirinya, kepada orang-orang lain dan kepada masyarakat (Sobour, 2003), dan *Introvert*, orang-orang yang perhatiannya lebih mengarah pada dirinya, pada "aku" -nya (Sobour, 2003).

Seseorang dengan tipe kepribadian *introvert* lebih rentan melakukan bunuh diri karena tertutup, pendiam, sukar menyesuaikan diri dan kaku dalam pergaulan, juga akan tenggelam menyendiri ke dalam dirinya sendiri khususnya saat-saat mengalami ketegangan dan tekanan batin, lebih menyukai pemikiran sendiri daripada berbicara dengan orang lain, sehingga terkadang tidak tahu bahwa apa yang mereka telah atau akan lakukan salah, orang *introvert* juga cenderung pesimis dan selalu berusaha mempertahankan sifat-sifat baik untuk diri mereka sendiri sehingga dengan sendirinya mereka sulit dimengerti. Karena itu terkadang orang di sekitar mereka tidak menyadari bahwa orang tersebut sedang mengalami masalah yang berat dan ingin mengakhiri hidupnya. Orang tersebut juga tidak mengetahui bahwa tindakan bunuh diri yang akan dilakukannya adalah salah karena sikapnya yang tertutup dan jarang bergaul dengan orang lain sehingga tidak ada orang yang memperingatkannya.

Seseorang dengan tipe kepribadian *introvert* juga bisa melakukan bunuh diri karena adanya proses belajar. Seperti yang diungkapkan oleh Bandura (dalam Alwisol, 2012) bahwa ada empat proses penting agar belajar melalui observasi dapat terjadi, yakni perhatian (*attention process*) sebelum seseorang dengan tipe kepribadian *introvert* meniru orang lain, perhatiannya harus diarahkan pada modelnya. Perhatian ini salah satunya dipengaruhi oleh pentingnya arti tingkah laku yang diamati. Selanjutnya tingkah laku tersebut direpresentasi (*representation process*) dengan cara melakukan simbolisasi tingkah laku yang akan ditiru dalam ingatan. Baik dalam bentuk verbal maupun imajinasi. Setelah itu dilakukan peniruan tingkah laku model (*behavior production process*) setelah mengamati dengan penuh perhatian, dan memasukkannya dalam ingatan, seseorang dengan tipe kepribadian *introvert* lalu bertingkah laku. Yang terakhir adalah adanya motivasi dan penguatan (*motivation and rein forcement process*) misalnya karena pemberitaan di media tentang orang yang melakukan bunuh diri atau ada seseorang di lingkungan sekitarnya yang pernah melakukan bunuh diri, terutama orang dengan kepribadian *introvert* yang lebih cenderung sibuk dengan pemikiran mereka sendiri dan enggan berbicara atau menceritakan masalahnya pada orang lain. Bisa jadi orang tersebut menganggap bunuh diri yang akan dilakukan benar karena ada beberapa orang yang juga telah melakukannya karena berbagai alasan yang mungkin salah satunya sedang dialami saat itu. Juga tidak adanya orang lain yang memberitahunya bahwa tindakan tersebut salah sehingga bisa saja seseorang meniru perilaku bunuh

diri yang dilakukan orang lain yang ada di sekitarnya terutama keluarganya. Juga adanya motivasi yang cukup kuat, misalnya karena masalah yang terlalu berat, depresi atau sebab lainnya yang bisa menambah kecenderungan orang tersebut untuk melakukan bunuh diri.

Berbeda dengan orang *ekstrovert* yang terbuka, mudah bergaul, suka bekerja bersama orang lain, aktif, santai, dan akan menggabungkan dirinya dengan banyak orang saat sedang berada di bawah tekanan, sehingga sifat individualitasnya berkurang dan bisa menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya dengan lebih baik karena banyak orang yang turut memberinya pertimbangan dalam mengambil keputusan untuk menyelesaikan masalahnya.

Seseorang yang *ekstrovert* juga mengalami proses belajar seperti yang diungkapkan oleh Bandura, tetapi karena sikapnya yang terbuka dan mudah bergaul membuatnya memiliki banyak orang untuk diajak berdiskusi atau sekedar menjadi tempat bertanya tentang apa yang harus dilakukannya saat sedang tertimpa masalah, sehingga tidak sampai mengambil jalan atau keputusan yang salah dan akhirnya bisa mengetahui bahwa perbuatan yang mungkin akan ditirunya ternyata adalah perbuatan yang salah.

Menjadi seorang narapidana atau tahanan juga bisa menjadi salah satu faktor seseorang memilih bunuh diri sebagai jalan menyelesaikan masalah. Apalagi jika narapidana atau tahanan tersebut berusia dewasa awal, saat terjadinya tegangan emosional dan banyaknya masalah baru yang muncul, juga saat banyak tanggungjawab yang harus dia pikul, seperti kuliah, bekerja, atau membangun rumah tangga. Orang tersebut bisa jadi semakin tertekan

karena selain banyaknya tanggungjawab yang tidak bisa dia lakukan karena menjadi seorang narapidana atau tahanan, timbulnya ketegangan emosional, juga dengan kondisi sel dan lingkungan tempat mereka tinggal selama di penjara atau rumah tahanan yang tidak nyaman dan berbeda dengan lingkungan yang biasa mereka tempati, juga dampak hukuman yang mereka jalani. Salah satunya adalah *Lost of personality*, seorang narapidana selama di pidana akan kehilangan kepribadian, identitas diri, akibat peraturan dan tata cara hidup di lembaga pemasyarakatan, dan *Lost of personal communication*, selama menjalani hukuman, kebebasan untuk berkomunikasi dibatasi, narapidana tidak bisa bebas untuk berkomunikasi dengan relasi dan keluarganya. Padahal dukungan sosial dari keluarga sangatlah penting untuk memberikan semangat pada narapidana atau tahanan tersebut sehingga dia tidak akan merasa ditinggalkan atau dasingkan.

Apalagi terdapat kurangnya dukungan dari lingkungan sosial sekitarnya, terutama keluarga, seperti malu karena mempunyai keluarga yang menjadi narapidana atau tahanan, semua itu bisa semakin menambah tekanan psikologis bagi seorang narapidana atau tahanan yang bisa saja membuat mereka semakin rentan untuk melakukan bunuh diri.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Adi (2007) ditemukan bahwa secara simultan ada hubungan yang signifikan antara karakteristik kepribadian *neurotism*, *extraversion*, *openness*, *agreeableness*, dan *conscientiousness* dengan sikap bunuh diri pada remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa

ketidakmampuan penyesuaian diri seorang remaja atau kepribadian dengan keadaan emosional yang tidak stabil sangat berpengaruh pada sikap bunuh diri

Dalam penelitian yang dilakukan Maratani (2011) ditemukan bahwa karakteristik kepribadian yang muncul dan mendasari subyek penelitian melakukan bunuh diri adalah kepribadian dependent, perfectionist, impulsive, perasa atau sensitif, dan pemikir. Kepribadian ini termasuk dalam kepribadian introvert. Kepribadian yang ada pada diri subyek dapat menimbulkan pemikiran negatif mengenai dunia dan dirinya sehingga akhirnya merasa putus asa dan akhirnya memilih bunuh diri, Ketika harapan subyek tidak sesuai dengan kenyataan, maka timbul pemikiran negatif terhadap diri.

Hasil penelitian Niswatin (2010) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kecenderungan perbedaan depresi ditinjau dari tipe kepribadian pada mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya. Berdasarkan rata-rata (mean) kecenderungan depresi menunjukkan angka yang lebih besar pada mahasiswa yang berkepribadian *introvert*. Artinya mahasiswa yang berkepribadian *introvert* memiliki kecenderungan depresi yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang berkepribadian *ekstrovert*. Dari penelitian di atas, bisa diketahui bahwa individu dengan kepribadian *introvert* ternyata memiliki kecenderungan depresi yang lebih tinggi dibandingkan individu yang berkepribadian *ekstrovert*, sedangkan depresi adalah salah satu faktor psikologis yang menyebabkan seseorang memiliki kecenderungan bunuh diri seperti yang diungkapkan oleh Hadriami (dalam Cristiani, 2011).

## F. Kerangka Teoritik

Masa dewasa awal adalah masa yang penuh dengan masalah baru dan masa ketegangan emosional. Tiap orang memiliki masalah yang berbeda, dan cara yang digunakan untuk menghadapinya juga akan berbeda. Salah satu cara yang bisa saja dipilih adalah dengan melakukan bunuh diri.

Berdasarkan pernyataan Evans (2002) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya fenomena bunuh diri adalah karakteristik kepribadian. Kepribadian menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku bunuh diri karena kepribadianlah yang menentukan tingkah laku dan pemikiran individu, sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Seseorang dengan tipe kepribadian *introvert* lebih rentan melakukan bunuh diri karena sukar menyesuaikan diri dan kaku dalam pergaulan, orang tersebut lebih menyukai pemikiran sendiri daripada berbicara dengan orang lain, sehingga terkadang tidak tahu bahwa apa yang mereka telah atau akan lakukan salah, karena itu terkadang orang di sekitar mereka tidak menyadari bahwa orang tersebut sedang mengalami masalah yang berat dan ingin mengakhiri hidupnya.

Berbeda dengan orang *ekstrovert* yang terbuka, mudah bergaul, suka bekerja bersama orang lain, aktif, santai, dan akan menggabungkan dirinya dengan banyak orang saat sedang berada di bawah tekanan, meskipun mengalami proses belajar seperti yang diungkapkan oleh Bandura, tetapi karena sikapnya yang terbuka dan mudah bergaul membuatnya memiliki

banyak orang untuk diajak berdiskusi atau sekedar menjadi tempat bertanya tentang apa yang harus dilakukannya saat sedang tertimpa masalah, sehingga tidak sampai mengambil jalan atau keputusan yang salah dan akhirnya bisa mengetahui bahwa perbuatan yang mungkin akan ditirunya ternyata adalah perbuatan yang salah.

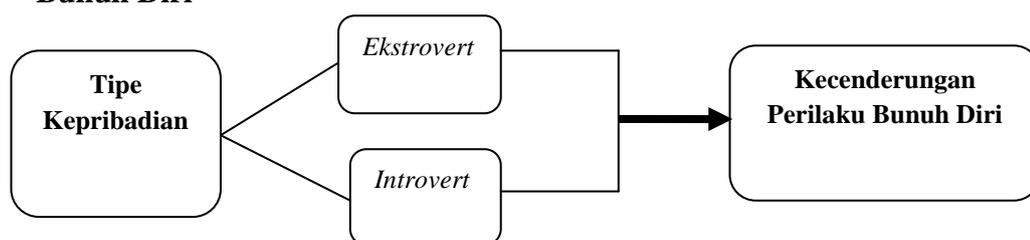
Selain tipe kepribadian yang dimiliki seseorang, bunuh diri yang dilakukan oleh seseorang bisa juga karena proses belajar, misalnya karena pemberitaan di media tentang orang yang melakukan bunuh diri atau ada seseorang di lingkungan sekitarnya yang pernah melakukan bunuh diri, terutama orang dengan kepribadian *introvert* yang lebih cenderung sibuk dengan pemikiran mereka sendiri dan enggan berbicara atau menceritakan masalahnya pada orang lain. Bisa jadi orang tersebut menganggap bunuh diri yang akan dilakukan benar karena ada beberapa orang yang juga telah melakukannya karena berbagai alasan yang mungkin salah satunya sedang dialami saat itu. Sedangkan seseorang yang *ekstrovert* meskipun sama-sama mengalami proses belajar, tetapi orang yang *ekstrovert* masih bisa bertanya atau bercerita pada orang lain tentang masalah yang dihadapi sehingga masih ada orang yang akan membantunya dalam mengambil keputusan untuk menyelesaikan masalah dan mengingatkannya tentang tindakan yang akan diambilnya sehingga tidak sampai memilih jalan yang salah.

Menjadi seorang narapidana atau tahanan juga bisa menjadi salah satu faktor seseorang memilih bunuh diri sebagai jalan menyelesaikan masalah. Apalagi jika narapidana atau tahanan tersebut berusia dewasa awal, saat

terjadinya tegangan emosional dan banyaknya masalah baru yang muncul, juga saat banyak tanggungjawab yang harus dipikul, seperti kuliah, bekerja, atau membangun rumah tangga. Dampak hukuman yang mereka jalani seperti *Lost of personality*, seorang narapidana selama dipidana akan kehilangan kepribadian, identitas diri, akibat peraturan dan tata cara hidup di lembaga pemasyarakatan, dan *Lost of personal communication*, selama menjalani hukuman, kebebasan untuk berkomunikasi dibatasi, sehingga narapidana atau tahanan tidak bisa bebas untuk berkomunikasi dengan relasi dan keluarganya. Padahal dukungan sosial dari keluarga sangatlah penting untuk memberikan semangat pada narapidana atau tahanan tersebut sehingga dia tidak akan merasa ditinggalkan atau diasingkan.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti membuat skema hubungan antara tipe kepribadian dengan kecenderungan bunuh diri sebagai berikut:

**Gambar 2.1**  
**Skema Hubungan Tipe Kepribadian dengan Kecenderungan Perilaku Bunuh Diri**



## G. Hipotesis

### Hipotesis Kerja (Ha) :

Terdapat perbedaan kecenderungan perilaku bunuh diri antara tipe kepribadian *ekstrovert* dan *introvert*