

Pengembangan Intervensi Konseling untuk Pencegahan Aksi Bunuh Diri Berbasis Psikologi dan Budaya Lokal; Pemberdayaan Masyarakat dengan Pendekatan Sosio-Kultural dalam Pencegahan Aksi Bunuh Diri di Kabupaten Tanah Datar

ARDIMEN

Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Batusangkar, Sumatera Barat
ardimenbsk@yahoo.com

Abstrak: Kasus bunuh diri semakin meningkat, khususnya di Kabupaten Tanah Datar Provinsi Sumatera Barat terdapat 16 kasus bunuh diri selama tahun 2014 dan hingga Maret 2015 sudah tercatat sebanyak 5 kasus bunuh diri. Untuk itu diperlukan suatu program pendampingan bagi masyarakat dalam bentuk *Participatory Action Research (PAR)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa faktor penyebab bunuh diri adalah frustrasi karena masalah keluarga, memburuknya komunikasi antara orang tua dengan anak, masalah hubungan pertemanan di antaranya kecewa karena putus pacar, dililit masalah ekonomi, putus asa menghadapi kehidupan, stress yang memuncak, dan ketidakmampuan mengatasi masalah serta kurangnya kepedulian masyarakat terutama tetangga. Kegiatan pengabdian masyarakat ini, *pertama*, telah mampu meningkatnya pemahaman tokoh masyarakat terutama ninik mamak dan pemerintah nagari untuk meningkatkan partisipasinya dalam mendeteksi gejala dan melakukan kontrol sosial dan kepedulian antar sesama untuk pencegahan aksi bunuh diri. *Kedua*, dapat memperkuat daya tahan masyarakat dalam menghadapi masalah. *Ketiga*, telah membantu masyarakat untuk mengurangi perilaku-perilaku anti sosial dan berubah menjadi perilaku pro sosial yang peduli. *Keempat*, mampu meningkatkan peran struktur masyarakat nagari/desa, tokoh, dan perangkat sosial lainnya dalam memberi dukungan sosial kepada masyarakat. *Kelima*, dapat meningkatkan peran keluarga sebagai benteng utama dalam pencegahan bunuh diri.

Kata kunci: Konseling, Aksi Bunuh Diri, Psikologi, Sosio-Kultural, PAR.

Pendahuluan

Kehidupan merupakan anugerah yang diberikan oleh Allah SWT yang wajib untuk dijaga. Islam mengharamkan perbuatan bunuh diri. “Dan janganlah kamu membunuh jiwa yang diharamkan Allah (membunuhnya) melainkan dengan suatu (sebab) yang benar.” (QS. Al-An‘am: 151). “Dan janganlah kamu membunuh dirimu; sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu. Dan barangsiapa berbuat demikian dengan melanggar hak dan aniaya, maka Kami kelak akan memasukkannya ke dalam neraka. Yang demikian itu adalah mudah bagi Allah.” (QS. An-Nisa’:29-30).

Fenomena bunuh diri akhir-akhir ini semakin meresahkan, di mana seolah-olah peristiwa tersebut saling tular-menular. Seperti diketahui beberapa waktu yang lalu terjadi perbuatan bunuh diri oleh anggota kepolisian di Aceh dan Sulawesi. Selain itu, di daerah Jawa Tengah terjadi aksi bunuh diri satu keluarga, serta semakin meningkatnya aksi bunuh diri di kalangan remaja atau pelajar.

Menurut WHO, angka bunuh diri itu cenderung meningkat dengan semakin bertambahnya usia (WHO, 2000). Ada berbagai teori dan asumsi yang bisa dikedepankan dalam menganalisis hal ini, misalnya semakin bertambah usia maka semakin bertambah pula insiden-insiden yang merupakan faktor risiko aksi bunuh diri (Bridge, 2006). Faktor risiko merujuk pada segala sesuatu atau kondisi tertentu yang bisa menjadi pencetus perbuatan bunuh diri, misalnya gangguan suasana perasaan, stress, depresi, perasaan malu yang berlebihan, merasa diri tak berharga, putus asa, hingga masalah ekonomi. Di sisi lain, secara psikologis remaja yang berasal dari keluarga bercerai jauh lebih mungkin mengalami masalah emosi seperti kesepian, namun belum tentu mempunyai risiko munculnya ide bunuh diri. Hal ini dibuktikan oleh penelitian Dewi dan Hamidah, (2013:24-33) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kesepian dengan ide bunuh diri pada remaja dengan orang tua yang bercerai.

Bunuh diri disebut juga dengan *suicidality*, di mana istilah tersebut digunakan untuk menyebut semua perilaku dan pikiran terkait bunuh diri pada spektrum risiko bunuh diri, yang bergerak mulai dari pikiran-pikiran pasif tentang kematian di salah satu ekstrim sampai tindakan bunuh diri di ekstrim yang lain (Geldard, 2012: 145-146). Oleh karena itu, bunuh diri yang dimaksud tidak hanya terbatas pada tindakan bunuh diri saja, namun termasuk di dalamnya niat dan pikiran bunuh diri serta perbuatan menganiaya diri sendiri.

Remaja laki-laki melakukan bunuh diri sebanyak dua hingga lima kali lebih banyak dari pada remaja perempuan (WHO, 2002). Selain itu, usaha bunuh diri jauh lebih banyak dilakukan oleh remaja perempuan dibanding remaja laki-laki (Bridge dalam Geldard, 2012: 126). Oleh karena itu, dalam hal ini sebetulnya usaha bunuh diri jauh lebih banyak dari pada peristiwa bunuh diri tersebut, hal itu khususnya terjadi pada remaja perempuan.

Ada berbagai kemungkinan yang sebagai penyebab bunuh diri atau *suicidal*, misalnya semakin meningkatnya kemampuan kognitif untuk merencanakan bunuh diri, semakin mudahnya akses ke sarana bunuh diri, dan di sisi lain semakin lemahnya pengawasan orang tua maupun masyarakat. Selain itu, tekanan perasaan dari berbagai faktor yang secara terus menerus tidak teratasi bisa berujung pada niat dan aksi bunuh diri.

Kejadian bunuh diri sebenarnya terjadi melalui tahapan yang cukup panjang namun biasanya tidak terdeteksi oleh orang lain. Carr (2012: 135) menjelaskan bahwa pada tahap awal bunuh diri adalah adanya niat dan ide untuk bunuh diri. Niat dan ide tersebut semakin lama akan semakin kuat hingga terjadi tindakan final. Selain itu, ketersediaan akses untuk memfasilitasi bunuh diri sangat mudah seperti memakai senjata tajam, gantung diri, meminum racun, atau melompat/terjun dari ketinggian. Semua hal itu sangat mudah diakses oleh siapa pun.

Di Kabupaten Tanah Datar sendiri, tempat penelitian dan pengabdian ini dilaksanakan, angka bunuh diri melambung sangat tinggi dari tahun ke tahun. Pada tahun 2009 hingga 2013 terhitung hanya satu kejadian bunuh diri setiap tahunnya, namun pada tahun 2014 perbuatan bunuh diri terjadi sebanyak 16 kasus (<http://www.harianhaluan.com>, diakses Desember 2014). Korban bervariasi baik dari segi usia maupun jenis kelamin, di antaranya siswa tingkat SLTP, SLTA, dan masyarakat umum. Sedangkan pada tahun 2015 ini, hingga bulan April sudah tercatat 5 kasus bunuh diri (<http://www.harianhaluan.com>, diakses Maret 2015). Hal ini merupakan peristiwa yang sangat mengejutkan bagi pemerintah daerah dan masyarakat Kabupaten Tanah Datar pada umumnya karena belum pernah terjadi sebelumnya.

Berikut data korban bunuh diri yang di daerah Kabupaten Tanah Datar yang dihimpun dari berbagai sumber.

Tabel 1. Data Kejadian Bunuh Diri di Kab. Tanah Datar tahun 2014 hingga 2015

No	Bulan	Nama	Usia	Alamat
1	Februari 2014	LM	25	Sungayang
2	Februari 2014	RNA	15	SMP 2 Batusangkar
3	Februari 2014	M	14	MTsN Batusangkar
4	Maret 2014	M	80	Tanjung Emas
5	Maret 2014	N	47	Pasie Laweh
6	Maret 2014	RN	20	Saruaso
7	April 2014	MK	73	Saruaso
8	Mei 2014	ST	33	Lintau
9	Juni 2014	MT	19	Batusangkar
10	Juni 2014	SKF	22	Batusangkar
11	Juni 2014	CAP	30	Batusangkar
12	Juli 2014	AP	16	Batusangkar
13	September 2014	LH	32	Batusangkar
14	Oktober 2014	KIP	60	Batusangkar
15	Oktober 2014	PK	55	Batusangkar
16	November 2014	DM	34	Batusangkar
17	Januari 2015	DK	50	Batusangkar
18	Januari 2015	ZF	35	Batusangkar
19	Februari 2015	AM	18	Batusangkar
20	Februari 2015	WH	45	Batusangkar
21	Maret 2015	IL	33	Batusangkar

Diolah dari berbagai sumber: (www.harianhaluan.com, padangekspres.com, infosumbar.net, Dinas Sosial Tanah Datar).

Atas dasar itulah dilakukan sebuah penelitian sekaligus pengabdian bagi masyarakat di kawasan Tanah Datar dengan tujuan utamanya adalah menganalisis faktor penyebab bunuh diri serta mengembangkan intervensi untuk pencegahannya. Kegiatan ini diselenggarakan dalam bentuk *Participatory Action Research* dengan judul “Pengembangan Intervensi Konseling untuk Pencegahan Aksi Bunuh Diri Berbasis Psikologi dan Budaya Lokal”.

Budaya dan kearifan lokal akan menjadi pilar utama untuk mereduksi aksi bunuh diri, karena dalam lingkup tersebut adanya para tokoh adat, niniak mamak, para cendikiawan, da'i, dan bundo kanduang yang berpotensi memberikan pembinaan secara efektif. Para tokoh masyarakat tersebut akan dibekali oleh para pakar dibidang konseling, psikologi, sosiologi, dan pakar dibidang fiqh tentang berbagai pendekatan dalam mendampingi masyarakat

yang berisiko melakukan tindakan bunuh diri. Selain itu, berbagai pihak yang terkait atau *stake holder* akan dioptimalkan peranannya untuk menunjang kesuksesan kegiatan tersebut seperti organisasi sosial masyarakat (Yayasan, LSM, dan Ormas).

Di antara alasan memilih dampingan adalah, kabupaten Tanah Datar merupakan daerah yang sangat religius, menjunjung kearifan lokal dengan nuansa keislaman yang amat kental. Tingginya angka bunuh diri di kalangan masyarakat termasuk remaja telah menyebabkan kegelisahan, oleh karena itu mesti dicarikan solusinya secara tepat. Adapun permasalahan yang mengemuka di antaranya: (1) semakin tingginya angka bunuh diri di tengah masyarakat Kabupaten Tanah Datar, (2) belum diketahuinya penyebab aksi bunuh diri tersebut secara empiris, (3) belum ada metode yang tepat untuk mendeteksi adanya gejala bunuh diri pada seseorang, (4) meningkatnya kekhawatiran di tengah-tengah masyarakat yang menyebabkan trauma, dan (5) belum adanya intervensi yang teruji untuk mereduksi potensi aksi bunuh diri.

Masyarakat Kabupaten Tanah Datar pada umumnya merupakan warga asli keturunan Minangkabau dengan tingkat pendidikan yang cukup bervariasi, artinya jumlah masyarakat dengan tingkat pendidikan SLTP dan SLTA hampir sama dengan jumlah masyarakat yang berpendidikan tinggi. Keluarga dengan taraf ekonomi rendah masih lebih banyak dari pada keluarga yang taraf perekonomiannya kuat. Kelemahan perekonomian sering berdampak pada keputusan untuk meninggalkan kampung atau merantau ke wilayah lain dengan harapan perbaikan ekonomi.

Maraknya aksi bunuh diri membuat masyarakat menjadi resah. Saat ini belum ada data akurat yang bisa dipahami sebagai penyebab bunuh diri di Tanah Datar. Selain itu belum ada suatu bentuk upaya yang dilakukan secara terstruktur dan sistematis untuk mengantisipasi potensi bunuh diri berikutnya. Secara umum, berbagai potensi masalah yang bisa berakibat pada aksi bunuh diri pada masyarakat yang akan menjadi dampingan dalam pengabdian ini dapat diuraikan sebagai berikut: (1) kepedulian terhadap sesama masyarakat sudah semakin berkurang, (2) semakin meningkatkan perilaku-perilaku anti sosial, (3) kurang berfungsinya struktur masyarakat di tingkat nagari/desa sehingga abai terhadap masalah sosial di sekitarnya, (4) kurangnya lembaga-lembaga yang berfungsi sebagai fasilitator dalam menyelesaikan masalah sosial dalam masyarakat, (5) banyaknya terjadi berbagai krisis dalam keluarga seperti perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, dan pernikahan terlalu dini, dan (6) masih rendahnya kesadaran

tokoh masyarakat akan banyaknya potensi masalah yang berakibat pada aksi bunuh diri.

Melalui kegiatan dampingan berbasis PAR ini, diharapkan terjadinya perubahan positif, di antaranya adalah: *Pertama*, meningkatnya pemahaman tokoh masyarakat terutama ninik mamak dan pemerintah nagari tentang psikologi bunuh diri untuk meningkatkan partisipasi semua pihak tersebut dalam mendeteksi gejala dan mampu menjadi kekuatan kontrol sosial melalui membangun hubungan baik antar sesama, sehingga dapat memberi dukungan sosial satu sama lainnya.

Kedua, memperkuat daya tahan masyarakat dalam menghadapi masalah, atau yang dalam istilah psikologi disebut resiliensi. Masyarakat yang dimaksud adalah semua lapisan (remaja, dewasa, orang tua) mengingat ± 20 korban bunuh diri dalam 15 bulan terakhir ini di Kabupaten Tanah Datar terdiri dari remaja, dewasa, orang tua, pelajar, lulusan SLTA, dan ibu rumah tangga. *Ketiga*, semakin berkurangnya perilaku-perilaku anti sosial dan berubah menjadi perilaku pro sosial. *Keempat*, meningkatnya peran struktur masyarakat nagari/desa, tokoh, dan perangkat sosial lainnya dalam memberi dukungan sosial dan *kelima*, meningkatnya peran keluarga sebagai benteng utama dalam pencegahan bunuh diri.

Metode

Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) yaitu kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan penelitian aksi partisipatoris yang dilaksanakan dengan strategi penelitian tindakan. PAR merupakan suatu bentuk pemberdayaan masyarakat yang merupakan subjek dampingan. Konsep partisipatoris ini dikembangkan dari asumsi dasar bahwa tidak ada penelitian sosial yang dapat mendatangkan perbaikan kondisi sosial yang ada, selama peneliti menempatkan dirinya sebagai pakar yang berdiri di luar kondisi sosial yang diteliti dan memperlakukan masyarakat yang diteliti sebagai objek yang hanya menjalani kenyataan sosial yang ada secara pasif. Keyakinan ini diperkuat oleh Madya, (2011: 69) yang menegaskan bahwa, ... orang yang akan melakukan tindakan harus juga terlibat dalam proses penelitian dari awal. Dengan demikian mereka itu tidak hanya dapat menyadari perlunya melaksanakan program tindakan tertentu, tetapi secara jiwa raga akan terlibat dalam program tindakan tersebut..

Strategi yang dilakukan adalah dimulai dengan mengumpulkan data tentang kondisi objektif tentang apa, mengapa, dan bagaimana perbuatan bunuh diri bisa terjadi. Data-data tersebut dihimpun dari berbagai sumber yaitu tokoh masyarakat, pemerintah, remaja/ siswa, sekolah, pendidik, dan lingkungan keluarga dan teman dekat dari korban bunuh diri selama 15 bulan terakhir di Kabupaten Tanah Datar.

Adapun langkah-langkah yang dilakukan adalah sebagai berikut: (a) mengidentifikasi faktor penyebab terjadinya bunuh diri, (b) elakukan FGD dengan tokoh masyarakat, pemerintah (terutama dinas sosial), KUA, dan *stake holder* lainnya terkait permasalahan bunuh diri di kalangan masyarakat, (c) mendiskusikan rancangan program dampingan sebagai intervensi yang cocok dengan permasalahan yang ada, (d) menyiapkan sarana dan pra sarana pendukung, (e) melakukan tindakan/ intervensi untuk mereduksi niat atau potensi bunuh diri, dan (f) membentuk pusat-pusat konseling di daerah dampingan yaitu pada 8 kecamatan yang menjadi prioritas.

Realisasi penyelenggaraan program *Partisipatory Action Research* (PAR) ini akan melibatkan berbagai pihak yang berkepentingan secara langsung, di antaranya adalah: (1) akademisi dan praktisi yang berprofesi sebagai konselor, psikolog, sosiolog, dan tokoh masyarakat atau adat sebagai tim pelaksana pendampingan terhadap subjek dampingan, (2) akademisi dan praktisi bidang fiqh yang berperan memberikan pembekalan terkait dengan ajaran agama Islam tentang larangan bunuh diri, (3) pemerintah daerah dan kementerian agama kabupaten Tanah Datar dalam rangka mendukung dan memfasilitasi pencapaian tujuan program.

Sumber daya (*resources*) yang dimiliki saat ini di lokasi dampingan adalah antara lain: (1) tenaga ahli dan praktisi yang berprofesi sebagai konselor, psikolog, serta ahli dalam bidang fiqh, dan (2) tenaga pendidik di satuan pendidikan yang akan menjadi subjek dampingan, serta (3) orangtua dan pemuka masyarakat yang memiliki kepedulian terhadap masalah ini.

Hasil dan Pembahasan

Kondisi Objektif Subjek Dampingan

Untuk memperoleh kondisi subjek dampingan yang diharapkan maka perlu dilakukan berbagai strategi yang sudah dirancang dalam memperoleh hasil yang memuaskan. Di antara kondisi dampingan yang diharapkan adalah: *Pertama*, meningkatnya pemahaman tokoh masyarakat terutama

ninik mamak dan pemerintah nagari tentang psikologi bunuh diri untuk meningkatkan partisipasi semua pihak tersebut dalam mendeteksi gejala dan mampu menjadi kekuatan kontrol sosial melalui membangun hubungan baik antar sesama, sehingga dapat memberi dukungan sosial satu sama lainnya.

Kedua, memperkuat daya tahan masyarakat dalam menghadapi masalah, atau yang dalam istilah psikologi disebut resiliensi. *Ketiga*, semakin berkurangnya perilaku-perilaku anti sosial dan berubah menjadi perilaku pro sosial. *Keempat*, meningkatnya peran struktur masyarakat nagari/desa, tokoh, dan perangkat sosial lainnya dalam memberi dukungan sosial. *Kelima*, meningkatnya peran keluarga sebagai benteng utama dalam pencegahan bunuh diri.

Kondisi masyarakat di subjek dampungan akhir-akhir ini di mana sebanyak 20 orang korban bunuh diri dalam 15 bulan terakhir di Kabupaten Tanah Datar terdiri dari remaja, dewasa, orang tua, pelajar, lulusan SLTA, dan ibu rumah tangga. Kondisi tersebut membuat kegelisahan dan keprihatinan anggota masyarakat terutama masyarakat di tempat kejadian.

Identifikasi Faktor Penyebab Bunuh Diri

Berdasarkan data yang diperoleh dari lapangan melalui wawancara dengan anggota keluarga dan masyarakat di sekitar kejadian aksi bunuh diri, ditemukan bahwa beberapa faktor penyebab bunuh diri adalah frustrasi karena masalah keluarga, memburuknya komunikasi antara orang tua dengan anak, masalah hubungan pertemanan di antaranya kecewa karena putus pacar, dililit masalah ekonomi, putus asa menghadapi kehidupan, stress yang memuncak, dan ketidakmampuan mengatasi masalah.

Kurangnya kepedulian msyarakat terutama tetangga semakin menambah deretan panjang dan semakin tingginya resiko bunuh diri. Perlu juga diwaspadai berita-berita tentang bunuh diri yang tersebar secara luas karena 'penelitian baru-baru ini juga menyatakan bahwa bunuh diri yang dipublikasikan secara luas akan menyebabkan kecenderungan bunuh diri yang laten pada anak muda' (Dusek dalam Geldard, 2011: 99). Untuk ini semakin disadari oleh masyarakat bahwa sangat diperlukan kewaspadaan semua pihak baik anggota keluarga, tetangga maupun anggota masyarakat terhadap kecenderungan atau tanda-tanda awal masalah psikologis dan masalah lainnya yang dapat menjadi pemicu munculnya aksi bunuh diri. Oleh sebab itu, para orang tua, ninik mamak, dan pemuka masyarakat perlu mempunyai kemampuan dasar untuk mengidentifikasi tanda-tanda awal psikosis yang terjadi di lingkungan masing-masing. Atau paling tidak perlu

menjalin komunikasi yang proaktif pada setiap anggota keluarga dan masyarakat sehingga berbagai persoalan dapat diselesaikan secara bersama-sama sesuai dengan kemampuannya masing-masing.

Pembekalan Relawan Pendamping untuk Subjek Dampungan

Pembekalan relawan pendamping untuk mendampingi subjek dampungan sebagai kekuatan untuk bersinergi oleh TIM pengabdian kepada masyarakat Diktis Kemenag RI tahun 2015 dalam rangka pencegahan aksi bunuh diri di Kabupaten Tanah Datar terutama daerah yang dijadikan subjek dampungan.

Pembekalan ini dilakukan selama dua hari yaitu pada tanggal 11 dan 12 Oktober 2015 yang bertempat di Gedung K Lantai 4 Ruang Pertemuan Dosen STAIN Batusangkar. Peserta pembekalan yang dijadikan relawan pendamping pencegahan aksi bunuh diri di Kabupaten Tanah Datar adalah unsur Ninik mamak dan aparat pemerintahan Nagari/ Desa utusan Nagari dan Kecamatan di Kabupaten Tanah Datar.

Tabel 4. Sebaran/ Asal Daerah Relawan Pendamping dalam Pembekalan Pencegahan Aksi Bunuh Diri

No.	Nama Utusan/ Kecamatan	Jumlah Peserta
1	Kecamatan Lima Kaum	10 orang
2	Kecamatan Sungai Tarab	5 orang
3	Kecamatan Rambatan	9 orang
4	Kecamatan Tanjung Emas	3 orang
5	Kecamatan Sungayang	5 orang
6	Kecamatan Pariangan	5 orang
7	Kecamatan Lintau Buo	3 orang
	Jumlah Peserta	40 orang

Peserta pembekalan yang dipersiapkan sebagai relawan pencegahan aksi bunuh diri di Kabupaten Tanah Datar berjumlah 40 orang yang tersebar atas tujuh kecamatan di Kabupaten Tanah Datar. Pembekalan tersebut diikuti oleh peserta selama dua hari dengan berbagai materi tentang psikologi bunuh diri dan pendekatan yang perlu dilakukan dalam rangka pencegahan aksi bunuh diri.

Materi pertama adalah tentang konseling dengan pendekatan sufistik yang disampaikan oleh Dr. H. Kasmuri, MA. Di antara inti sari dari materi tersebut adalah: anggota masyarakat perlu menyadari dan memantapkan pemahaman tentang hakikat dan pondasi ajaran Islam terutama tentang: (1)

perlu pemantapan dalam masalah akidah (benar-benar yakin akan keberadaan Allah swt), (2) memberikan kesadaran kepada anggota masyarakat terhadap tujuan manusia diutus ke dunia, (3) memberikan kesadaran kepada masyarakat bahwa harus tegar dalam menghadapi ujian (manusia hadir ke dunia ini untuk diuji), (4) memberikan kesadaran kepada masyarakat bahwa dunia ini adalah pinjaman, dan (5) memberikan kesadaran supaya senantiasa berserah diri kepada Allah swt.

Selanjutnya di antara terapi yang perlu dilakukan secara intensif adalah: (1) terapi dengan membaca al-qur'an, (2) terapi dengan shalat malam, (3) terapi dengan puasa, (4) terapi dengan bergaul dengan orang shaleh, dan (5) terapi dengan zikir dan muhasabah.

Materi ke dua adalah tentang perspektif sosiologi dan budaya dalam upaya refungsionalisasi peran Ninik Mamak di Minangkabau yang disampaikan oleh Prof. Dr. Firman, MS., Kons. (Guru Besar Sosiologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang (UNP)). Intisari dari materi ini adalah: *Pertama*, terjadinya perubahan sosial dan budaya di masyarakat di mana perubahan masyarakat dengan suatu pola dan gaya perjalanan kehidupan masyarakatnya. *Kedua*, posisi dan peran Penghulu (Ninik Mamak) adalah pengendali, pengarah, pengawas, pelindung terhadap anak kemenakan serta tempat penegak aturan dan keputusan yang dibutuhkan oleh masyarakat anak kemenakan yang dipimpin pangulu, "Tampuak tangkai didalam suku nan mahitam mamutiahkan tibo dibiang kamancabiak tibo digantiang kama mutuuh". *Ketiga*, Ninik mamak merupakan satu kesatuan dalam sebuah lembaga perhimpunan Pangulu terdiri dari beberapa kepala suku atau pangulu suku atau kaum tergabung dalam Kerapatan Adat Nagari (KAN). Niniak mamak dalam nagari pai tampek batanyo pulang tampek babarito (pergi tempat bertanya dan pulang tempat berberita)."

Keempat, di antara perubahan sosial yang terjadi di Lingkungan Masyarakat Minangkabau adalah: (1) menguatnya hubungan suami istri dan hubungan bapak dengan anaknya, (2) peran mamak jadi formalitas, (3) rumah gadang sudah mulai ditinggalkan, (4) keluarga inti semakin menonjoldan tidak jarang mengabaikan aspek-aspek adat minangkabau, (5) sengketa pemilikan harta pusaka, tanah yang ada sudah beralih fungsi, (6) semakin berkembangnya sifat individual dan renggangnya hubungan sosial serta kesenjangan sosial terjadi, (7) kerusakan alam: perambahan dan pembakaran hutan, perburuan liar tidak terkendali, (8) pergeseran nilai, di antaranya: (a) berkurangnya masyarakat beribadah ke surau/mesjid, (b)

memudarnya peran bundo kanduang di Minang adalah karena pengaruh kehidupan barat yang menjadikan wanita berkedudukan sama dengan laki-laki di semua bidang pekerjaan, (c) kaum laki-laki di Minang lebih suka duduk-duduk di warung sambil bermain kartu hingga berjudi sehingga kurang perhatian thd keluarga, dan (d) bergesernya peran adat basandi sarak, syarak basandi kitabullah.

Dalam rangka refungsionalisasi peran dan fungsi Ninik Mamak perlu dilakukan upaya penguatan: (1) lembaga pernikahan melalui konseling perkawinan dalam proses sosialisasi ABS SBK dengan melibatkan Ninik Mamak, sebagai prasyarat utama memasuki jenjang perkawinan, (2) kesadaran kolektif nagari, jorong, suku/kaum dengan organisasi ekonomi produktif, seperti koperasi, julo-julo, dll, (3) keluarga inti melalui konseling keluarga dalam proses sosialisasi ABS dan SBK, (4) peningkatan wawasan/keterampilan konseling dan psikologis Ninik Mamak dalam pemahaman serta penyelesaian ABS dan SBK, (5) surau/mesjid sebagai pusat kebudayaan dalam perbaikan ekonomi serta proses sosialisasi ABS SBK, dengan kegiatan produktif antara lain : koperasi, kleksi perpustakaan dan fasilitas internet, bimbingan belajar, bahasa arab/Inggris dll, serta (6) pendampingan KAN/LKAAM melalui pembentukan lembaga konseling dalam sosialisasi serta penyelesaian permasalahan ABS SBK

Beberapa masukan dan rekomendasi dari kajian ini adalah: *Pertama*, realitas yang ditemukan yaitu kehilangan fungsi peran yang disebabkan oleh perubahan sosial budaya. Pertanyaan: (1) kembali ke nagari sesuai dengan harapan dan ideal ada peningkatan peran yaitu dengan peningkatan kapasitas pemangku kebijakan pemangku di nagari. Hal apa yang harus dilakukan di nagari sebagai wali nagari untuk kembali ke nagari. Fungsi-fungsi apa yang relevan dilakukan ninik mamak di nagari dewasa ini. (2) langkah-langkah kongkrit dalam langkah cepat yang harus dilakukan di nagari sehingga perubahan sosial budaya tidak menghilangkan nilai-nilai budaya itu, (3) khusus pada IAIN perlu ada keberlanjutan. Perlu ada evaluasi ke depan. Bidang pengabdian masyarakat yang ada di IAIN perlu diberlanjutkan.

Kedua, kondisi lapangan ditemukan sebagai kenyataan yang dialami anak-anak sampai ke orang tua. Pertanyaan : (1) adanya globalisasi terjadi bagi generasi muda dan tua. Melalui pendidikan dari tingkat SD sampai SMP perlu ide-ide ini perlu dimiliki anak-anak. KAN ditugaskan untuk melawan harus yang da sehingga budaya kita tidak dicemari dari budaya lain. Sdh berbagai hal dilakukan untuk mengatasi dampak negatif perubahan sosial

budaya. (2) Di lapangan ditemukan di lapau sebagai budaya minangkabau. Lapau banyak digunakan untuk kegiatan yang mudarat. Dewasa ini untuk melakukan kegiatan tergantung oleh pendanaan karena tidak cukup, diharapkan kegiatan ini memberikan rekomendasi kepada pemerintah agar dapat meningkatkan dana untuk kegiatan di KAN itu. Untuk itu diperlukan program di tingkat kabupaten untuk membuat buku. Dengan kegiatan ini diharapkan dilanjutkan

Materi pembekalan berikutnya adalah masalah-masalah di masyarakat yang disampaikan oleh Dra. Hj. Mursyidah (Kepala P2TP2A Luhak Nan Tuo Kabupaten Tanah Datar. Materi ke empat adalah tentang psikologi bunuh diri disampaikan oleh Dra. Desmita, M.Si., (Dosen Psikologi IAIN Batusangkar) dan Faktor-faktor penyebab bunuh diri disampaikan oleh Dra. Fadhilah Syafwar, M.Pd (Dosen Psikologi IAIN Batusangkar). Materi selanjutnya adalah tentang konseling dengan pendekatan ekologis disampaikan oleh Ardimen, M.Pd., Kons. (Dosen BK IAIN Batusangkar sekaligus sebagai anggota TIM Pengabdian kepada Masyarakat). Materi teknik-teknik dasar konseling disampaikan oleh Dasril, M.Pd. (Dosen BK IAIN Batusangkar). Materi model-model konseling disampaikan oleh Dr. Masril, M.Pd., Kons. dan Darimis, M.Pd. (Dosen BK IAIN Batusangkar).

Kegiatan FGD dengan Subjek Dampingan

Kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) dilaksanakan pada sesi terakhir dari dua hari proses pembekalan pendampingan pencegahan bunuh diri. Dalam *Focus Group Discussion* para relawan pendampingan mengungkapkan apresiasinya kepada IAIN Batusangkar dan Kementerian Agama Republik Indonesia atas inisiatif dilaksanakannya acara ini. Para relawan pendampingan mengemukakan bahwa materi pembekalan yang mereka terima selama dua hari dari para pemateri adalah penting dan sangat bermanfaat baginya untuk memahami aspek psikologis dan sosial masyarakat. Para relawan pendampingan dapat memahami penyebab dan pemicu orang bunuh diri. Mereka mengerti apa yang harus dilakukan untuk mencegah orang bunuh diri karena itu adalah dosa besar.

Para relawan pendampingan yang terdiri dari pemuka masyarakat (ninik mamak, tokoh masyarakat, aparat pemerintah nagari/ jorong, dan pemuda) yang sehari-hari tingkat kepedulian sosialnya tinggi, waktu mereka lebih banyak dihabiskan untuk mengurus kegiatan masyarakat, menyampaikan bahwa saat ini masalah sosial banyak sekali. Masalah-masalah tersebut sangat memprihatinkan. Masalah bukan hanya bunuh diri,

tetapi lebih luas dari itu, yaitu penggunaan obat-obat terlarang, dan pergaulan bebas. Di tempat-tempat tertentu kita menyaksikan ada banyak anak-anak muda, remaja, berkumpul mengkonsumsi obat-obat terlarang. Karena itu melalui wadah pembekalan ini para relawan pendamping menyampaikan apresiasinya kepada Kementerian Agama Republik Indonesia melalui IAIN Batusangkar yang telah memprakarsai kegiatan ini. Harapan para relawan adalah kegiatan yang sama tidak terbatas hanya untuk ini saja, melainkan juga diberikan secara lebih luas kepada tokoh-tokoh masyarakat, ninik mamak, dan pemuda secara lebih luas, agar jaringan pendampingan bisa lebih luas ke pelosok-pelosok kampung, anak keponakan, dan generasi muda yang mungkin membutuhkan bantuan.

Dampak Pembekalan terhadap Relawan Pendamping Pencegahan Aksi Bunuh Diri

Selain untuk mengetahui dampak pembekalan, *Focus Group Discussion* juga bertujuan untuk mengeksplorasi dan mengidentifikasi ide, gagasan, dan langkah-langkah apa yang akan dilakukan para relawan pendamping untuk menindaklanjuti hasil pembekalan. Beragam ide dan gagasan yang mengemuka dari para peserta relawan pendampingan yang terdiri dari para pemuka masyarakat (ninik mamak, pemuda, dan pemerintahan nagari/jorong yang memiliki kepedulian yang lebih tinggi terhadap masalah-masalah sosial), mulai dari bagaimana menerapkan pencegahan bunuh diri, mensosialisasikan hasil pembekalan, memperbanyak jumlah relawan, sampai pada dari mana biaya pelaksanaan pembekalan lebih lanjut terhadap tokoh-tokoh masyarakat yang belum mendapat pembekalan. Ide ataupun gagasan yang lahir dari para relawan pendampingan tersebut di antaranya adalah sebagai berikut.

Pertama; para relawan merasa terpanggil untuk semakin peduli masalah masyarakat, terutama yang memiliki niat untuk bunuh diri, dan menerapkan materi pembekalan jika ditemukan gejala-gejala tersebut, meskipun mereka masih belum percaya diri untuk melakukan tindakan sendiri. Mereka juga berharap agar kegiatan yang sama juga diberikan untuk para tokoh masyarakat, ninik mamak dan pemuda lainnya yang belum mendapat kesempatan untuk pembekalan ini. Alasan mereka adalah karena nagari-nagari wilayahnya luas dan terdiri dari beberapa jorong, yang setiap jorong memiliki struktur pemerintahan sendiri. Sedangkan yang mengikuti pembekalan saat ini hanya tiga orang dari setiap nagari. Jumlah tersebut belum mewakili setiap jorong.

Kedua; para relawan menyatakan akan memberi tahukan hasil pembekalan ini kepada wali nagari sebagai kepala pemerintahan di nagari serta pimpinan adat di nagari seperti kepala KAN (Kerapatan Adat Nagari) untuk dilakukan pembekalan lebih lanjut di tingkat nagari masing-masing. Selanjutnya para relawan pendampingan merencanakan untuk mensosialisasikan acara pembekalan ini kepada semua lapisan masyarakat agar jangan membiarkan begitu saja jika ada di antara warga masyarakat yang mengalami masalah, seperti pertengkaran, perceraian, tindakan bullying, dan sebagainya yang dapat memicu bunuh diri seperti yang sudah banyak terjadi. Sosialisasi akan dilakukan melalui pendekatan adat dan agama kepada jamaah wirid pengajian di masjid, remaja masjid, karang taruna, dan TPSA. Termasuk melaksanakan tablig akbar di masjid nagari.

Ketiga; para relawan mengharapkan agar permasalahan yang ditangani di masyarakat bukan hanya soal bunuh diri, melainkan juga masalah-masalah lain yang banyak terjadi di kalangan remaja, yaitu penggunaan obat-obat terlarang. *Keempat*; kendala yang akan dialami para relawan pendampingan untuk mengangkat acara serupa di masyarakat adalah masalah dana, karena sulitnya sumber dana di nagari.

Pemberdayaan Subjek Dampingan oleh Relawan Pendamping

Tiga sampai enam minggu setelah pembekalan pendampingan, dilakukan monitoring dan evaluasi (monev) untuk mengetahui sejauhmana pengaplikasian rencana dari para relawan pendamping di nagari mereka masing-masing. Antara lain dilakukan monitoring dan evaluasi (monev) ke Jorong Tanjung Nagari Sungayang, Nagari Balimbing, Parambahan, dan Limo Kaum. Semua relawan yang dikunjungi mengemukakan bahwa mereka telah melaksanakan sosialisasi ke masyarakat, seperti melaporkan rencana kegiatan ke wali nagari dan KAN.

Di antara hasil monitoring dan evaluasi yang memuaskan hati adalah keberhasilan salah seorang relawan pendampingan bernama Fadril untuk mencegah salah seorang warganya yang akan melakukan bunuh diri, dipicu oleh hubungannya yang tidak harmonis dengan istri. Diperoleh informasi bahwa istrinya sudah sejak lama tidak peduli dengannya, dan sampai pada akhirnya istrinya menggugat cerai ke Pengadilan Agama. Segala sesuatu peralatan untuk bunuh diri sudah disiapkannya, namun karena ada yang melihat, maka dilakukan pencegahan. Setelah itu, karena masyarakat sudah mengetahui bahwa Fadril salah seorang relawan pendampingan yang telah dilatih untuk menenangkan pelaku, maka akhirnya fadril diminta masyarakat

untuk menangani pelaku. Selain sebagai relawan pendampingan, Fadril di pemerintahan desa juga menjabat sebagai Wali Jorong/ desa di Jorong Tanjung) Nagari Sungayang. Fadril mendampingi pelaku dengan sungguh-sungguh.

Kesungguhan Fadril untuk membantu pelaku terlebih lagi didorong oleh rasa malu kalau tidak berhasil memulihkan psikologis korban normal kembali. “Batapa malunya saya karena sudah memiliki sertifikat sebagai relawan pendampingan pencegahan bunuh diri kalau terjadi lagi peristiwa bunuh diri di jorong saya ini” kata Fadril saat ditemui di kantornya di Jorong Tanjung tanggal 7 Desember 2015 yang lalu. Menurut Fadril, ia siang malam mengawasi pelaku, sampai akhirnya pelaku menyadari bahwa tindakannya itu tidak sepatutnya. Setelah berbincang cukup lama antara Fadril dan pelaku, akhirnya pelaku bertekad untuk tidak akan melakukan bunuh diri. Mencermati kondisi psikologis pelaku dan akibat konflik dengan istrinya, ada seorang donatur yang bersedia memberikan modal usaha bagi pelaku sebesar Rp 1.500.000,-. Uang tersebut dijadikan pelaku sebagai modal berjualan barang pecah-belah. Karena pelaku juga memiliki kendaraan bermotor roda dua, maka pelaku memilih kegiatan untuk berdagang keliling menggunakan kendaraan roda dua.

Relawan pendamping lain dari tokoh pemuda juga dari Nagari Sungayang bernama Fadli, bentuk tindak lanjut yang dilakukannya adalah mensosialisasikan hasil pembekalan kepada anggota Karang Taruna dan TPSA. Fadli sudah mendiskusikan rencana pembekalan untuk para remaja dan pemuda yang tergabung dalam kedua organisasi tersebut. Hal itu dilakukan Fadli karena beberapa bulan sebelum pembekalan telah terjadi peristiwa bunuh diri yang dilakukan oleh seorang laki-laki usia 50-an yang secara ekonomi mapan, namun karena persoalan konflik rumah tangga, istri minta cerai, akhirnya suami bunuh diri.

Monitoring dan evaluasi serta pendampingan juga dilakukan di Nagari Parambahan dan Limo Kaum. Para relawan pendamping pencegahan aksi bunuh diri di kedua Nagari tersebut melakukan upaya untuk mengintensifkan sosialisasi dan komunikasi dengan masyarakat. Meningkatkan pemahaman dan kesadaran serta kepedulian pada siapa saja yang mengalami konflik di antara anggota keluarga, memburuknya komunikasi antara orang tua dengan anak, masalah dalam kelompok sebaya dan lainnya agar melaporkan ke para relawan. Komunikasi dan sosialisasi dengan memanfaatkan berbagai tempat di antaranya adalah, masjid, mushalla, warung, dan tempat-tempat keramaian lainnya. Upaya tersebut

dilakukan sebagai langkah awal dan antisipatif terhadap timbulnya masalah lanjutan yang rentan terhadap resiko bunuh diri. Karena Geldard dan Geldard, (2011: 99) menegaskan bahwa sering kali tindakan bunuh diri terkait dengan beberapa persoalan sebagai berikut: (1) masalah keluarga, terutama masalah-masalah yang mengancam stabilitas keluarga, (2) memburuknya secara serius komunikasi antara orang tua dan putra putri remaja mereka, (3) masalah hubungan pertemanan, (4) tidak memiliki teman sama sekali dan tidak menjadi bagian dari kelompok apa pun, dan (5) ketidakmampuan untuk menjadi seperti apa yang diharapkan orang tua atau orang lain.

Beberapa hasil monitoring dan evaluasi serta pendampingan yang dilakukan oleh relawan pendamping menunjukkan bahwa semakin tingginya kepekaan dan kepedulian masyarakat yang terlatih dalam menyikapi berbagai persoalan di masyarakat terbukti merupakan strategi yang jitu dalam membantu masyarakat untuk meringankan dan mengatasi masalah masyarakat, khususnya dalam upaya pencegahan aksi bunuh diri dan sebagainya.

Gambaran Bunuh Diri Setelah Kegiatan Dampingan

Sebagaimana digambarkan bahwa dari Februari 2014 sampai Maret 2015 ada sebanyak 20 orang yang mengakhiri hidupnya secara tragis dengan bunuh diri. Selama Januari sampai Juni 2015 saja ada enam orang yang bunuh diri. Namun setelah pelaksanaan pembekalan relawan pendampingan hanya ada satu orang yang bunuh diri, yaitu seorang laki-laki umur 38 tahun, gara-gara lahan parkir yang sudah dikuasainya sejak lama direbut orang lain. Tidak terima lahan parkir yang menjadi sumber penghasilannya direbut orang lain, laki-laki tersebut melampiaskan kemarahan dan kekecewaannya pada dirinya sendiri dengan cara gantung diri di rumahnya. Juga diperoleh informasi bahwa korban adalah juga mengalami kelainan mental. Itulah peristiwa bunuh diri terakhir di Kabupaten Tanah Datar, yang sejak tahun 2014 rata-rata 1 orang tiap tiga minggu terjadi kasus bunuh diri.

Secara teoritis, seandainya tidak dilakukan pembekalan, tentu tidak ada yang mahir untuk melakukan pencegahan seperti layanan konseling yang dilakukan oleh relawan pendampingan yang bernama Fadril. Melalui layanan konseling Fadril bisa melakukan konseling kepada pelaku dan berhasil meningkatkan kesadaran dirinya sehingga mengurungkan niatnya untuk bunuh diri.

Kesimpulan

Beberapa kesimpulan dapat disarikan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini di antaranya adalah: *Pertama*, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mampu meningkatnya pemahaman tokoh masyarakat terutama ninik mamak dan pemerintah nagari tentang psikologi bunuh diri untuk meningkatkan partisipasinya dalam mendeteksi gejala dan melakukan kontrol sosial dan kepedulian antar sesama untuk pencegahan aksi bunuh diri.

Kedua, kegiatan pendampingan dapat memperkuat daya tahan masyarakat dalam menghadapi masalah dan membantu sesama dalam mengatasi masalah masyarakat. *Ketiga*, kegiatan pendampingan yang dilakukan telah membantu masyarakat untuk semakin berkurangnya perilaku-perilaku anti sosial dan berubah menjadi perilaku pro sosial yang peduli. *Keempat*, kegiatan pendampingan ini telah mampu meningkatkan peran struktur masyarakat nagari/desa, tokoh, dan perangkat sosial lainnya dalam memberi dukungan sosial kepada masyarakat. *Kelima*, kegiatan pendampingan ini dapat meningkatkan peran keluarga sebagai benteng utama dalam pencegahan bunuh diri.

Agar program pengabdian kepada masyarakat ini berkelanjutan dan mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan, maka beberapa saran perlu menjadi pertimbangan bagi berbagai pihak terutama. *Pertama*, kepada Kementerian Agama RI dan jajarannya serta Pimpinan IAIN Batusangkar diharapkan untuk tetap memberikan perhatian dan dukungan bagi penguatan ketahanan masyarakat dengan program-program unggulan terutama program pengabdian kepada masyarakat dalam menghadapi masalah secara integral dalam berbagai perspektif Agama Islam, psikologi, dan budaya.

Kedua, dosen-dosen di perguruan tinggi keagamaan Islam khususnya dosen IAIN Batusangkar perlu membentuk dan mengaktifkan kelompok-kelompok kajian dalam mengidentifikasi dan menyikapi berbagai persoalan di masyarakat terutama dengan pendekatan berbagai disiplin ilmu dan kajian.

Ketiga, pemerintah daerah mulai dari tingkat Kabupaten sampai ke Nagari perlu bersinergi dalam menyikapi berbagai ekonomi, perubahan sosial dan budaya dalam masyarakat serta membantu mengatasi berbagai persoalan di masyarakat. *Keempat*, tokoh-tokoh masyarakat khususnya Ninik mamak dan lembaga sosial masyarakat perlu sensitif dan aktif

menyikapi fenomena dan perubahan sosial di masyarakat. Kelima, para orang tua harus meningkatkan kepedulian dan kontrolnya terhadap anak dan anggota keluarganya.[]

Daftar Pustaka

Dewi, L.A.K. dan Hamidah, 2013. Hubungan antara Kesepian dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja dengan Orang Tua yang Bercerai. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol 02, No. 03, Desember 2013.

Geldard, K. dan Geldard, D. 2011. *Konseling Remaja: Pendekatan Proaktif untuk Anak Muda*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Geldard, Kathryn (Ed). 2012. *Konseling Remaja; Intervensi Praktis Bagi Remaja Berisiko*. Terjemahan oleh Soetjipto, dkk. 2012. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

<http://www.harianhaluan.com/index.php/haluan-kita/34252-kasus-bunuh-diri-sudah-sangat-memprihatinkan>. Diakses Desember 2014.

<http://www.harianhaluan.com/index.php/haluan-kita/39137-kasus-bunuh-diri-di-tanah-datar-butuh-perhatian-serius>. Diakses Maret 2015.

<http://www.infosumbar.net/berita/berita-sumbar/hingga-16-september-sudah-15-warga-tanah-datar-bunuh-diri/>. Diakses Maret 2015.

Madya, S., 2011. *Penelitian Tindakan (Action Research): Teori dan Praktik*. Bandung: Alfabeta.