

Systematic Literature Review; Peran Bimbingan dan Konseling Islam dalam Penanganan Kasus Bunuh Diri pada Remaja

Septiyani, Niam Rohmatullah, Ahmad Waki

Institut Ummul Quro' Al-Islami Bogor

septiyanisani2023@gmail.com, niam.rohmatullah@iuqibogor.ac.id,
wakiahmad60@gmail.com

ABSTRACT

In 2018, Indonesia recorded 2,992 suicide cases, with adolescents and the elderly being the most affected groups. The 2022 I-NAMHS data revealed that 1.4% of adolescents had suicidal thoughts, 0.5% planned suicide, and 0.2% attempted suicide. Despite counselors being a profession that directly interacts with adolescents, discussions about the role of Islamic guidance and counseling in adolescent suicidal behavior are still very limited. Therefore, this study was conducted to reveal the role of counselors in adolescent suicide cases. This study employed a qualitative method with a systematic literature review approach. Journal searches were conducted through Publish or Perish, resulting in 369 journals, with 66 journals from Scopus, 103 journals from PubMed, and 200 journals from Google Scholar. After filtering using Covidence, 25 journals were selected for analysis. The results indicated that in handling suicide cases, counselors act as Suicide Gatekeepers.

Keywords: *Islamic Guidance and Counseling, Suicide, Adolescents, Suicide Gatekeeper*

ABSTRAK

Pada tahun 2018, jumlah kasus bunuh diri di Indonesia mencapai 2.992 kasus dimana kasus terbanyak didominasi oleh remaja dan lansia. Dalam kasus remaja, I-NAMHS tahun 2022 menemukan bahwa 1.4% remaja memiliki ide bunuh diri, 0.5% membuat rencana bunuh diri dan 0.2% melakukan percobaan bunuh diri. Diskursus tentang peranan bimbingan dan konseling Islam dalam kasus perilaku bunuh diri remaja masih sangat minim padahal konselor adalah profesi yang bersinggungan langsung dengan remaja. Maka dilakukanlah penelitian guna mengungkapkan peran konselor dalam kasus bunuh diri remaja. Penelitian dilakukan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *systematic literature review* yang dimulai dengan pencarian jurnal pada *Publish or Perish* dan menemukan 369 jurnal dengan 66 jurnal berasal dari *Scopus*, 103 jurnal *PubMed* dan 200 jurnal *Google Scholar*. Kemudian hasil pencarian disaring menggunakan *Covidence* sehingga didapati 25 jurnal yang lolos penyaringan. Hasilnya, peneliti menemukan bahwa dalam peranannya pada kasus bunuh diri, konselor disebut dengan *Suicide Gatekeeper* atau "Penjaga Pintu Gerbang Bunuh Diri".

Kata Kunci: Bimbingan dan Konseling Islam, Bunuh Diri, Remaja, Penjaga Pintu Gerbang Bunuh Diri

PENDAHULUAN

Menurut data KFF analysis of CDC WONDER tahun 2011-2022, prevalensi kematian akibat bunuh diri didunia berjumlah 539.810 dengan kasus tertingginya terjadi pada tahun 2022 sebanyak 49.369 kasus (Afrina & Nining, 2023, hal. 2). Sedangkan pada tahun 2023, WHO dan PubMed memperkirakan penambahan jumlah kasus bunuh diri sebanyak 800.000 kematian per tahun atau setara satu orang didunia bunuh diri setiap 40 detik sekali (Afrina & Nining, 2023. Hal. 2) Di Indonesia, jumlah kasus bunuh diri mencapai 2.992 kasus ditahun 2018 dimana prevalensi kematian sebesar 3,7 per 100.000 penduduk (Pijar Anugerah, 2023). Dalam kasus perilaku bunuh diri pada remaja, pusat statistik kesehatan nasional Amerika Serikat (NCHS) menerbitkan data bunuh diri berdasarkan usia. Dimana bunuh diri pada orang dengan rentan usia 10-14 tahun berada diangka 1,6 per 100.000 orang. Dan seiring bertambahnya usia, rasio tersebut meningkat menjadi 4,5 :1 yakni sebanyak 9,5 per

100.000 orang diantara kelompok usia 15-29 tahun, yang mana anak laki-laki ditemukan tiga kali lebih mungkin melakukan perilaku bunuh diri dibandingkan anak perempuan. Pada saat yang sama, pikiran untuk bunuh diri juga biasanya terjadi dikalangan siswa sekolah menengah, sekitar 1/4 anak perempuan dan 1/6 anak laki-laki.

Perilaku bunuh diri pada remaja di Indonesia direkam jelas oleh laporan badan survei rumah tangga I-NAMHS (sebuah lembaga survei *University of Queensland* yang bekerjasama dengan Universitas Gadjah Mada) tahun 2022. Mereka menemukan bahwa 1.4% remaja mengaku memiliki ide bunuh diri, 0.5% telah membuat rencana untuk bunuh diri dan 0.2% telah melakukan percobaan bunuh diri dimana kesehatan mental merupakan penyebab utamanya. Namun meski perilaku bunuh diri menasar remaja, belum pernah ada kajian tentang peranan bimbingan dan konseling Islam dalam kasus bunuh diri remaja secara komprehensif padahal konselor (utamanya konselor pendidikan) merupakan bagian dari integritas sekolah yang bertanggungjawab atas pendalaman minat, bakat termasuk didalamnya problematika remaja. Diskursus tentang peranan pada pasien dengan perilaku bunuh diri terutama pada bimbingan dan konseling Islam masih sangat minim dan berkutat pada bias diskursus apakah bimbingan konseling memiliki peran dalam kasus Bunuh Diri atau tidak.

Maka penelitian ini mengungkapkan seperti apa *positioning* konselor Islam dalam kasus bunuh diri remaja. Pertama, penelitian dimulai dengan mencari penyebab dari perilaku bunuh diri pada remaja, kedua peneliti menelusuri peran bimbingan dan konseling Islam dalam menangani kasus bunuh diri pada remaja. Dan ketiga, peneliti mencari bagaimana bentuk layanan yang dapat dilakukan oleh konselor berdasarkan klasifikasi layanan preventif, kuratif dan development yang telah diteliti para ilmuwan dan praktisi terdahulu. Penelitian ini dilakukan sesuai dengan urgensi peran bimbingan dan konseling Islam terutama karena adanya fenomena kesehatan mental dikalangan remaja. Agar mendapatkan jawaban lebih mendalam, penelitian ini dilaksanakan dengan metode kualitatif dengan pendekatan

systematic literature review. Dimana peneliti melakukan analisis pada hasil penelitian berupa jurnal-jurnal yang telah dipublikasi untuk menjawab *posisioning* bimbingan dan konseling Islam dalam kasus bunuh diri remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kualitatif dengan desain penelitian *Systematic Literature Review*. Batasan waktu di-*setting* pada tahun 2019-2023 guna membatasi penelitian agar tetap relevan dalam pemanfaatan hasil penelitian. Teknik sampling penelitian dilakukan dengan *systematic sampling* dan penggunaan instrumen berupa laporan survei I-NAMHS, jurnal-jurnal terkait, buku dan dokumen pendukung. Berikut dibawah ini adalah alur pencarian papers.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis 25 papers yang telah lolos uji penyaringan pada Covidence kemudian dapat divisualisasikan sebagai berikut:

Tahun terbit	Publish Years					Total	%
	2019	2020	2021	2022	2023		
Total	6	4	3	5	7	25	100%
Sumber data							
Scopus	1	1	0	3	1	6	24%
PubMed	0	0	1	0	1	2	8%
Google Scholar	4	2	3	4	4	17	68%
Total	5	3	4	7	6	25	100%
Study Country							
Indonesia	5	1	3	4	6	19	76%
Ausi & New Zealand	0	1	0	0	0	1	4%
Kanada	1	0	0	0	0	1	4%
Australia	0	1	0	0	0	1	4%
Amerika	0	0	0	0	1	1	4%
India	0	0	0	1	0	1	4%
Malaysia	0	1	0	0	0	1	4%
Total	6	4	3	4	9	25	100%
Metode penelitian							
Kualitatif	2	2	0	2	2	8	32%
Kuantitataif	3	2	3	3	5	16	64%
Penyuluhan	1	0	0	0	0	1	4%

Total	6	4	5	5	7	25	100%
Study design							
Literature review	3	0	2	0	2	7	28%
Quasi Experiment	1	0	0	0	0	1	4%
Study fenomenologi	0	0	0	0	1	1	4%
Study observasi	1	2	0	2	0	5	20%
Study experiment	0	0	0	1	2	3	12%
Systematic literaturereview	0	2	1	2	1	6	24%
Partisipatori	1	0	0	0	0	1	4%
action research							
Study Kasus	0	0	0	0	1	1	4%
Total	6	4	3	5	7	25	100%
Teknik Sampling							
Purposive sampling	5	2		2	5	15	60%
Cluster sampling	0	1	0	0	0	1	4%
Random sampling	1	0		0	1	2	8%
Systematic sampling	0	2	1	2	1	6	24%
Stratified sampling	0	0		1	0	1	4%
Total	6	4	3	5	7	25	100%

Berdasarkan tahun publikasi papers diatas, terdapat 6 artikel yang terbit pada tahun 2019 dengan persentase 24%, tahun 2020 terdapat 4 artikel dengan persentase 16%, tahun 2021 terdapat 3 artikel dengan persentase 12%, pada tahun 2022 terdapat 5 artikel dengan persentase 20% terakhir, pada tahun 2023 terdapat 7 artikel dengan persentase 28% sehingga dari persentas tersebut dapat disimpulkan

artikel dengan jumlah publikasi terbanyak terdapat di tahun 2023. Dari 25 papers yang dianggap layak dan sesuai dengan kriteria. 25 papers tersebut berasal dari 3 platform database yakni Scopus, PubMed dan Google Scholar dengan presentasi jumlah papers database Google Scholar sebanyak 17 papers dengan persentase 68%, disusul dengan Scopus sebanyak 6 papers yakni 24% dan terakhir PubMed sebanyak 2 paper dengan persentasi 8%. Dari 25 papers terpilih ada 19 papers yang berlatarbelakang penelitian di negara Indonesia dengan persentase 76%. Sedangkan papers yang berlatar belakang di negara Malaysia, Australia, Amerika, India dan Canada berjumlah masing-masing 1 paper dengan masing-masing presentasi 4%. Selain itu terdapat pula 1 papers yang memiliki 2 negara sekaligus sebagai latarbelakang tempat penelitiannya yakni Australia dan New Zealand dengan persentase 4%.

Sedangkan bila berdasarkan metode penelitian dari 25 papers, terdapat 16 papers yang menggunakan metode Kualitatif dengan persentase 64%. Sedangkan paper yang menggunakan metode kualitatif sebanyak 8 papers dengan persentase 32%. Dan 1 papers dengan metode penyuluhan sebanyak 4%. Berdasarkan instrumen penelitian yang paling banyak digunakan ialah jurnal, papers dan dokumen terkait sebanyak 11 papers. Disusul dengan buku sebanyak 8 papers, Observasi dan wawancara sebanyak 6 papers, pre-post test sebanyak 5 papers, angket 3 papers, survei 2 papers dan penggunaan in dept interview pada papers penelitian pengabdian 1 papers. Instrumen yang dipakai pada 25 papers terpilih ini menggunakan lebih dari satu instrumen penelitian. Sehingga pada bagian instrumen penelitian persentase terhadap papers tidak relevan untuk dilakukan. Dan analisis berdasarkan karakteristik desain penelitian pada papers yang sering digunakan ialah *literature review* dan *systematic literature review* masing-masing sebanyak 7 dan 6 papers dengan persentase 28% dan 24%. Disusul dengan study observasi sebanyak 5 papers dengan persentase 20%, studi eksperimen 3 papers dengan persentase 12%. Serta quasi eksperimen, Studi fenomenologi, *Participatory action research* dan studi kasus masing-masing 1 paper dengan persentase 4%. Dan terakhir adalah analisis penggunaan teknik sampling yang paling banyak digunakan dalam papers ialah *purposive sampling* sebanyak 15 papers dengan persentase 60%. Disusul dengan *Systematic Sampling* sebanyak 6 paper dengan persentase 24%, *random sampling* 2 papers dan persentase 8% dan *stratified sampling* sebanyak 1 papers dengan persentase 4 %. Berikut adalah teori yang dibahas dalam 25 papers terpilih:

No	Teori/Terapi/Layanan
1	Bunuh diri dalam perspektif psikolog dan hukum Islam
2	Mindfulness spiritual Islam
3	Peran Psikolog dan Konselor dalam patologi peserta didik
4	Sistem “penjaga gerbang” bunu diri

5	Pertolongan pertama kesehatan mental untuk meningkatkan sistem dukungan teman sebaya
6	Solution focused brief counseling (sfbc)
7	Mindfulness dengan teknik Muraqaba
8	Pemanfaatan layanan kesehatan (Layanan kesehatan profesional. Layanan kesehatan sekolah, layanan kesehatan konseling dan layanan kesehatan online)
9	Layana informasi berbasis Al-Qur'an
10	Terapi sabar dengan teknik sufistik
11	Analisis pelaksanaan dan pembinaa layanan kesehatan mental bagi anak dilapas
12	Islamic Modified CBT
13	Terappi suportif kelompok
14	Pertolongan pertama kesehatan mental
15	Konseling spiritual mengambil mode 7 dosa besar agama-agama
16	Teknik dispute cognitive dan imageri
17	Terapi untuk menurunkan ide bunuh diri
18	Terapi dzikir
19	Terapi sholat terhadap psikologi individu
20	Penanganan bunuh diri lewat lembaga
21	Lembaga Islam berbasis kesehatan mental
22	Penyuluhan dan pendampingan pada korban percobaan bunuh diri
23	Casebase learning untuk keterampilan diagnosis
24	Teori psiko spiritual Islam
25	Konseling kritis perspektif Islam

Setelah menganalisis karakteristik dan konten pada papers yang terpilih. Maka peneliti melakukan sintensis pada berbagai temuan yang didapati pada papers tersebut. Hasilnya peneliti menemukan bahwa penyebab perilaku bunuh diri sesungguhnya begitu kompleks. Pada remaja, penyebab perilaku bunuh diri dapat disebabkan oleh tiga kategori utama. Yakni; hubungan keluarga, konsep diri yang keliru dan gangguan psikologis. Dimana ketiga kategori tersebut saling terhubung dengan perilaku negatif lainnya.

Bunuh diri merupakan perilaku menyakiti diri akibat adanya berbagai konflik intrapsikis pada individu. Bunuh diri meliputi ide bunuh diri, percobaan bunuh diri dan kematian akibat bunuh diri (Stuart, 2013). Penyebab perilaku bunuh diri bisa datang dari hubungan keluarga yang tidak cukup ideal. Kehilangan keluarga akibat kematian atau perceraian memicu perasaan bersalah, marah, tidak berdaya, tidak berarti bahkan perasaan tidak diinginkan (Herman & Daniel, 2010. Hal 1). Perilaku bunuh diri yang datang dari kekeliruan terhadap konsep diri meliputi persepsi terhadap diri sendiri, persepsi terhadap lingkungan sosial dan persepsi tentang

pandangan orang lain terhadap dirinya sendiri (AA Sagung dan David Hizkia, 2017). Selain itu, penyebab bunuh diri juga diakibatkan oleh gangguan psikologis yang dapat memicu tindakan berbahaya, seperti bunuh diri yang mematikan atau tidak mematikan. Skizofrenia dan depresi adalah gangguan mental yang sering dikaitkan dengan percobaan bunuh diri. 60% laki-laki dan 44% perempuan yang melakukan percobaan bunuh diri mengalami depresi (Husain, 2005).

Bimbingan dan konseling merupakan dua aspek penting dalam kehidupan manusia. Dalam konteks Islam, bimbingan dan konseling dapat diarahkan untuk membantu individu dalam menjalani kehidupan dengan landasan nilai-nilai Islam yang bertujuan untuk memberikan panduan dan dukungan bagi individu agar dapat hidup sesuai dengan ajaran agama Islam. Konsep keilmuan ini tidak hanya berfokus pada aspek spiritual, tetapi juga mencakup berbagai aspek kehidupan lainnya seperti psikologis, sosial dan emosional. Islam sebagai agama yang holistik dan meliputi kehidupan semua aspek individu memberikan kerangka kerja yang luas bagi bimbingan dan konseling. Pendekatan bimbingan dan konseling Islam didasarkan pada pemahaman dan penerapan prinsip-prinsip ajaran Islam dalam membantu individu mengatasi masalah dan konflik dalam kehidupan sehari-hari. Pemahaman tentang syariat Islam, akhlak, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya menjadi dasar dalam memberikan bimbingan dan konseling. Dalam sejarah Islam, Rasulullah Muhammad SAW., merupakan konselor pertama yang kemudian diteladani oleh para sahabat. Istilah *Hisbah* atau *Ihtisab* pun kemudian dikenal sebagai istilah yang merujuk pada perawatan psikologis yang digunakan pada masa awal Islam. *Muhtasib* merupakan orang yang memberikan perawatan dan *muhtasab'alaih* adalah kliennya. Dengan merekrut dan mengorganisir *muhtasib* (konselor), Khalifah Umar bin Khattab adalah orang pertama yang membuat *hisbah* menjadi sebuah sistem. Untuk membantu orang-orang yang kesulitan, ia kemudian mengirimkan mereka ke seluruh negeri Muslim. Setelah Umar meninggal, peran *muhtasib* menjadi lebih dihormati oleh masyarakat karena para khalifah berikutnya mengikuti kebijakan Umar bin Khattab.

Dalam menelusuri peranan bimbingan dan konseling Islam pada kasus bunuh diri, kita perlu melihat bagaimana Al-Qur'an dan hadits sebagai landasan konseling Islam memandang perilaku bunuh diri. Allah SWT., melarang bunuh diri seperti yang termaktub dalam Q.S Al-Baqarah [2] ayat 28, Q.S Al-Baqarah [2] ayat 195, Q.S An-Nisa [4] ayat 29, Q.S Al-Maidah [5] ayat 32, dan Q.S Al-Kahfi: ayat 6. Rasulullah SAW., juga bersabda dalam beberapa hadits seperti hadits riwayat Muslim (Muhyiddin Syaraf Nawawi, hal. 125), Sahih Bukhori no. 3463, dan Shahih Muslim no. 175. Bunuh diri atau menghilangkan nyawa diri sendiri dalam Islam merupakan tindakan yang sangat dibenci oleh Allah dan merupakan dosa yang sangat besar. Allah menganggap bunuh diri sama dengan membunuh satu orang mukmin yang berarti juga seperti membunuh seluruh manusia. Keterangan-keterangan syari'at tersebut menjelaskan *positioning* Islam didalam memandang perilaku bunuh diri. Bahwa tidak ada toleransi terhadap

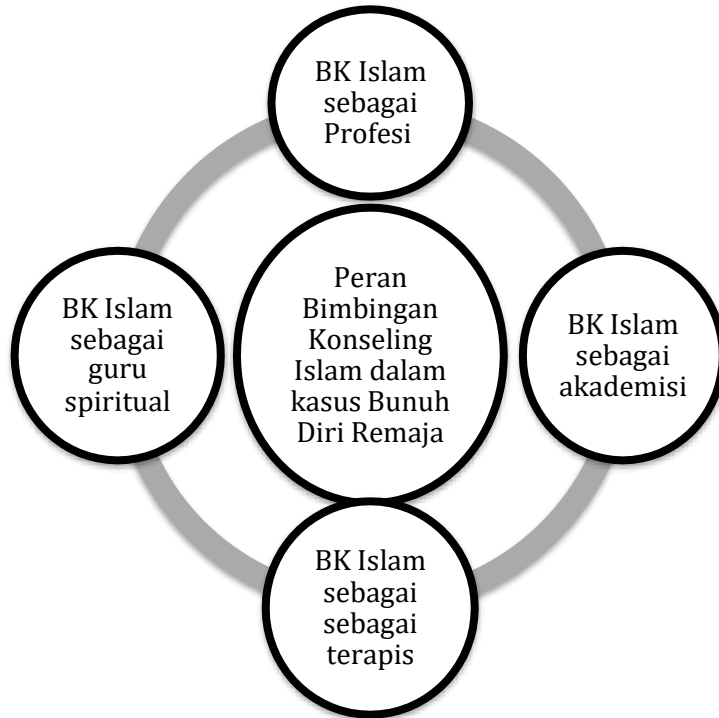
perilaku menyakiti diri sendiri apalagi perilaku tersebut sampai menghilangkan nyawa meski nyawa tersebut ialah dirinya sendiri. Pelarangan keras ini merupakan bentuk kasih sayang Allah terhadap hamba-Nya. Allah SWT., memberikan ujian dan nikmat pada seseorang bukan dilandaskan atas ketidaksukaan apalagi kebencian-Nya meski manusia sering berperasangka demikian. Allah SWT., menciptakan kesulitan dan kemudahan ialah sebagai bentuk cinta terhadap makhluk-Nya. Jika benar Allah SWT., menguji hamba-Nya karena ketidaksukaan, maka dipastikan para nabi dan rasul serta orang-orang sholeh tidak akan mengalami ujian dan penderitaan yang berat. Namun pada kenyataannya, ujian yang diberikan kepada nabi dan rasul serta orang-orang sholeh diantara mereka ialah ujian yang paling berat (*Ash-Shahihah* no. 143).

Dalam ranah bimbingan konseling Islam, upaya pencegahan dan penanganan atas perilaku bunuh diri pada remaja dapat dilakukan dengan mengembangkan konsep "Suicide Gatekeeper" atau Penjaga Pintu Gerbang Bunuh Diri (Cili Fatria Fajarwati, 2023. Hal 9-18) yang dikenal sejak 1960-an sebagai sebuah pelatihan intervensi yang bertujuan untuk mengajarkan kelompok tertentu agar dapat mengidentifikasi individu lain yang beresiko tinggi bunuh diri dan merujuk mereka pada akses pengobatan. Para penjaga pintu gerbang Bunuh Diri ini adalah mereka yang memiliki potensi mengenal individu beresiko Bunuh Diri seperti petugas kesehatan (semua bidang Kesehatan. Seperti; dokter, psikolog, psikiater, konselor), guru spiritual (para tokoh agama; kyai, ustadz/h, pendeta, bante dll) lingkungan sosial (keluarga dan lingkungan pertemanan) dan akademisi terkait (dosen dan mahasiswa).

Konsep "Penjaga Pintu Gerbang Bunuh Diri" mengacu pada cara mengatur atau "menjaga pintu gerbang" pikiran seseorang untuk mencegah atau mengatasi pikiran negatif yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri. Ini melibatkan pendekatan proaktif dalam mengenali, memahami, dan menangani pikiran dan perasaan yang merujuk pada keinginan untuk mengakhiri hidup. Langkah-langkah untuk menjadi "Penjaga Pintu Gerbang Bunuh Diri" termasuk mendengarkan dengan empati, memberikan dukungan emosional, mendorong percakapan terbuka tentang kesehatan mental, dan bila perlu, mengarahkan individu tersebut untuk mendapatkan bantuan profesional. Konsep ini menekankan pentingnya intervensi yang tepat waktu dan efektif dalam mencegah tindakan bunuh diri serta mempromosikan kesehatan mental dan kesejahteraan individu yang mengalami kesulitan emosional yang serius.

Dalam konteks bimbingan dan konseling Islam, konsep Penjaga pintu gerbang bunuh diri mengacu pada peran bimbingan konseling Islam dalam menangani kasus bunuh diri. Konsep ini bertujuan untuk memberikan deskripsi terhadap peranan bimbingan konseling Islam dalam pencegahan, penanganan dan pengembangan atas kasus bunuh diri. Peran bimbingan konseling Islam dalam kasus bunuh diri dapat dirumuskan dalam empat kategori utama. Yakni; bimbingan konseling Islam sebagai tenaga ahli (profesional), bimbingan dan konseling Islam sebagai guru spiritual,

bimbingan dan konseling Islam sebagai terapis dan bimbingan dan konseling Islam sebagai akademisi.



Pertama, sebagai tenaga ahli, konselor dalam konteks kasus bunuh diri Remaja tentu memiliki peran yang krusial dalam upaya pencegahan maupun penanganannya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh McDougall seorang dokter berkebangsaan Amerika mengemukakan bahwa setengah dari semua individu yang meninggal akibat bunuh diri memiliki riwayat interaksi dengan petugas kesehatan (dokter umum, psikolog, psikiater dan konselor). Dimana hal ini menunjukkan bahwa konselor memiliki peluang dalam mendeteksi, mencegah dan mengobati perilaku bunuh diri lewat berbagai instrumen yang ada termasuk didalamnya berkolaborasi dengan profesi terkait.

Kedua, bimbingan dan konseling Islam sebagai guru spiritual merujuk pada teori komitmen religiusnya Stack tahun 1983. Dikemukakan bahwa komitmen terhadap keyakinan religius mampu secara langsung mempengaruhi sikap individu terhadap perilaku Bunuh Diri. Dalam pandangannya, keyakinan agama/spiritual berpotensi memperkuat atau menghambat upaya pencegahan bunuh diri. Hal ini mengacu pada keterhubungan manusia dengan Tuhan yang mempengaruhi sikap, keyakinan dan praktik dalam suatu agama. Dalam keyakinan agama Islam, setiap individu memiliki tanggungjawab terhadap dirinya maupun orang lain. Sehingga perilaku Bunuh Diri yang merupakan suatu perbuatan dengan konsekuensi dosa yang besar dihadapan Allah SWT., menjadi tanggungjawab tidak hanya antar individu semata melainkan juga tanggungjawab sesama terutama konselor sebagai

bagian dari sistem “Penjaga Pintu Gerbang Bunuh Diri”.

Penyebab perilaku bunuh diri paling besar adalah permasalahan kesehatan mental yang datang dari kejadian krisis dan kemampuan coping yang tidak baik. Dalam perspektif Islam, krisis bermakna musibah yang menimpa, membinasakan, kemalangan atau segala kejadian yang tidak diinginkan. Musibah adalah kejadian yang datang atas izin dan ketentuan Allah SWT., dan tidak dapat ditolak. Dalam Al-Qur’an Allah SWT., berfirman yang artinya “(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah mereka mengucapkan, “sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali.” (Q.S Al-Baqarah [2]: 156) untuk menunjukkan bagaimana manusia seharusnya bersikap ketika menghadapi musibah. Dalam Al-Quran musibah dipandang sebagai bentuk ujian seperti yang Allah firmankan dalam Q.S Al-Ankabut [29]: 2-3. Allah juga berfirman bahwa musibah disamping sebagai ujian, juga Allah kehendaki sebagai pengampunan dosa (Q.S Ali-Imran [3] : 140-141), pemaafan atas kesalahan-kesalahan hamba-Nya (Q.S Asy-Syu’ara [42] : 30) dan sebagai penebus dari padakesalahan-kesalahannya (Q.S Al-Ankabut [29]: 40). Konseling musibah (krisis) dalam perspektif Islam dapat ditelusuri landasan-landasannya. Dalam Al-Qur’an. Allah SWT., berfirman yang artinya: “Barangsiapa yang memelihara kehidupan seorang manusia, maka seolah-olah ia telah memelihara kehidupan semua manusia” (Q.S Al-Maidah [5] : 32). M Quraish Shihab dalam tafsirnya menyebutkan bahwa yang dimaksud dari “memelihara manusia” termasuk dalam pengertian: memaafkan pembunuh dari kelurganya, menyelamatkan nyawa seseorang dari suatu bencana, membela seseorang dari terbunuh secara aniaya.

Ketiga, Bimbingan dan Konseling Islam sebagai Terapis. Bimbingan dan konseling adalah bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien yang mengalami masalah dalam hal pribadi, sosial, pendidikan dan profesional dengan tujuan membantu mereka membuat pilihan tentang kehidupan mereka. Dalam konteks peranan konselor Islam pada kasus Bunuh Diri Remaja, konselor juga berperan dalam memberikan layanan sesuai dengan diagnosis. Layanan didalam bimbingan dan konseling Islam tidak jarang juga menggunakan pendekatan terapi seperti psikoterapi Islam berupa terapi *muraqaba*, terapi sabar dengan teknik *sufisme*, terapi sholat, terapi dzikir dan lain sebagainya. Jauh sebelum diskursus kesehatan mental yang masif pada era modern ini, Islam telah lama mengenal psikoterapi Islam sebagai terapi untuk menurunkan gangguan kognitif, perilaku emosional dan spiritual. Spiko-spiritual Islam merupakan pendekatan yang mengintegrasikan amalan dan kerohanian Islam kedalam psikoterapi. Terapi ini didefinisikan sebagai mekanisme rehabilitasi berdasarkan kaidah yang terdapat dalam Islam yakni; Al-Qur’an, Sunnah dan amalan para *salafussholeh*. Disiplin psikoterapi Islam pertama kali dikenal sekitar abad 3 H/9M. Dimana pendekatan ini berkembang selaras dengan perkembangan Islam yang bermulasejak zaman Nabi Muhammad SAW. Terapi ini telah diakui dan menjadi pendekatan yang populer dalam menangani kesehatan mental masa kini. Meski demikian, diskursus terhadap pendekatan psikoterapi Islam dikalangan

pendekawian masih sangat minim. Sehingga hal ini menyebabkan minimnya sumber-sumber kajian terhadap pendekatan psikoterapi Islam. **Keempat**, Bimbingan dan Konseling sebagai akademisi. Menurut Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 1 ayat 6 menyatakan bahwa konselor adalah salah satu tenaga kependidikan yang berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan. Dalam ranah pendidikan, konselor adalah bagian dari sinergitas sekolah. Dalam upaya memaksimalkan layanan pendidikan, konselor terlibat dalam proses menemukan minat dan bakat peserta didik, proses pembelajaran serta karier yang dapat ditempuh peserta didik. Namun selain dari pada fungsi pengembangan, konselor juga berperan dalam permasalahan-permasalahan yang kerap terjadi pada peserta didik. Permasalahan yang sering dihadapi siswa tidak hanya terkait dengan minat, bakat dan kecerdasan intelektual mereka; melainkan juga terkait masalah. Dalam era disrupsi, media sosial saat ini mempengaruhi persepsi dan sikap peserta didik. Tuntutan zaman membuat mereka harus selalu berada dalam kesigapan demi relevansi sosial yang tidak jarang menjadi stressor berat yang sulit untuk dihadapi. Maka dari itu konselor sebagai akademisi harus melebarkan tugasnya terutama pada ranah patologi siswa.

KESIMPULAN

Kasus Bunuh diri pada remaja di dunia menunjukkan angka yang signifikan pada 5 tahun terakhir (2019-2023). Di Indonesia angka kematian akibat bunuh diri terbilang masih landai, namun meski demikian gejala terhadap resiko bunuh diri mulai nampak serius terutama pada kelompok usia muda. Perilaku bunuh diri dipenuhi dengan alasan yang kompleks. Pada remaja, perilaku bunuh diri dipengaruhi oleh tiga faktor utama: hubungan keluarga, konsep diri yang keliru dan gangguan psikologis. Ketiga faktor tersebut saling terkait dan dapat menyebabkan perilaku negatif yang berujung pada bunuh diri. Dalam konteks Islam, bimbingan dan konseling memainkan peranan penting dalam mencegah dan menangani masalah ini. Al-Qur'an dan hadits secara tegas melarang perilaku bunuh diri dan bahwa tindakan tersebut merupakan dosa besar.

Pendekatan bimbingan dan konseling Islam berfungsi sebagai "Penjaga Pintu Gerbang Bunuh Diri," yang melibatkan identifikasi individu berisiko dan memberikan dukungan emosional serta arahan untuk mendapatkan bantuan profesional. Peran konselor dibagi menjadi empat kategori, yakni: konselor sebagai tenaga ahli, konselor sebagai guru spiritual, konselor sebagai terapis dan konselor sebagai akademisi. Masing-masing peran ini berkontribusi dalam mendeteksi, mencegah dan menangani perilaku bunuh diri dengan pendekatan yang holistik dan berbasis nilai-nilai Islam. Dengan demikian, bimbingan konseling Islam tidak hanya berfokus pada aspek spiritual, tetapi juga kesehatan mental dan emosional, memberikan panduan yang komprehensif untuk membantu individu menghadapi masalah dan konflik dalam

hidup mereka. Upaya pencegahan yang tepat dan intervensi yang cepat sangat penting dalam mempromosikan kesehatan mental dan mencegah tindakan bunuh diri di kalangan remaja.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka peneliti menyarankan, **pertama**, adanya program-program penguatan keluarga yang berfokus pada membangun hubungan keluarga yang sehat. Kegiatan seperti konseling keluarga, pelatihan komunikasi dan dukungan emosional dapat membantu memperbaiki dinamika hubungan keluarga. **Kedua**, edukasi konsep diri, mengadakan workshop atau seminar untuk remaja tentang pengembangan diri dan pemahaman diri yang positif harus menjadi program edukasi yang masif. Pendidikan tentang cara mengenali dan mengelola persepsi diri serta dampak lingkungan sosial dapat menjadi langkah preventif untuk menyelamatkan remaja dari perilaku bunuh diri. **Ketiga**, dukungan kesehatan mental. Setiap pihak yang berwenang perlu meningkatkan akses kepada layanan kesehatan mental, termasuk konseling dan terapi, terutama di sekolah-sekolah. Agar hal ini dapat mendorong peran aktif konselor sekolah dalam mendeteksi masalah kesehatan mental di kalangan siswa. **Keempat**, pelatihan bimbingan dan konseling: Mengembangkan pelatihan bagi konselor dan guru tentang konsep "Penjaga Pintu Gerbang Bunuh Diri" lebih efektif dalam mengenali tanda-tanda risiko bunuh diri sehingga konselor dan guru mampu memberikan dukungan yang tepat pada remaja. **Kelima**, integrasi nilai-nilai Islam: Memasukkan nilai-nilai Islam dalam program bimbingan dan konseling, supaya remaja dapat melihat pentingnya menjaga hidup dari perspektif spiritual dan moral. Selain itu, kampanye dalam rangka meningkatkan kesadaran masyarakat tentang isu kesehatan mental dan bunuh diri, serta pentingnya mencari bantuan juga dapat dilakukan melalui media sosial, seminar, dan diskusi publik. Dan terakhir, mendorong kolaborasi antara profesional kesehatan, konselor, guru dan tokoh agama untuk menciptakan jaringan dukungan yang komprehensif bagi individu yang berisiko.

DAFTAR PUSTAKA

- Ashari, A., Wahyuni, N. S., & Agustriyono, L. (2023). *Suicide, Youth, Psychology, Bunuh Diri Remaja Perspektif Psikologi dan Hukum Islam*. Muadalah : Jurnal Hukum, 3(1), 28–50. <https://doi.org/10.47945/muadalah.v3i1.961>
- Asiah, A., Dwidiyanti, M., & Wijayanti, D. Y. (2019). *Penurunan Tingkat Depresi pada Pasien dengan Intervensi Mindfulness Spiritual Islam* (Issue Query date: 2024-03-08 10:19:2014cites:
- Bryan, C. J., & Rudd, M. D. (2023). Suicidal Ideation and Suicidal Beliefs as Prospective Indicators of Suicidal Behavior Among Primary Care Patients. *Psychiatry Research Communications*, 3(2), 100-107. doi: <https://doi.org/10.1016/j.psycom.2023.100107>.
- Calderón, A., & Ruiz, M. (2015). A systematic literature review on serious games evaluation: An application to software project management. *Computers & Education*, 87, 396-

422.

- Fatria, C., Stmik, F., & Sukabumi, A.-F. (2023). *Investigasi Kualitatif: Sinegritas Perguruan Tinggi dalam Mencegah Perilaku Bunuh Diri Mahasiswa di Indonesia (Sebuah Proposal Penelitian)*. Jurnal Psikologi Dan Konseling.
- G., Ferdiansyah, M., & Andi Yaksa, R. (2023). *Bulletin of Counseling and Psychotherapy 164 Implementasi Case Base Learning untuk Menilai Keterampilan Diagnosis Kondisi Depresi Mahasiswa Tingkat Akhir*.
<https://doi.org/10.19109/ghaidan.v>
- Hart, L. M., Cropper, P., Morgan, A. J., Kelly, C. M., & Jorm, A. F. (2020). *teen Mental Health First Aid as a school-based intervention for improving peer support of adolescents at risk of suicide: Outcomes from a cluster randomised crossover trial*. The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 54(4PG-382–392), 382–392. <https://doi.org/10.1177/0004867419885450>
- Hart, L. M., Morgan, A. J., Rossetto, A., Kelly, C. M., Gregg, K., Gross, M., Johnson, C., & Jorm, A. F. (2022). *teen Mental Health First Aid: 12-month outcomes from a cluster crossover randomized controlled trial evaluation of a universal program to help adolescents better support peers with a mental health problem*. BMC Public Health, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13554-6>
- Imam, I. Z. (2019). *Bunuh Diri Dalam Al-Qur'an. Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'ab dan Tafsir*, 42-57. doi:<https://doi.org/10.47435/al-mubarak.v4i1>
- Indriani, T., & Haryadi, R. (2022). *Pandangan konseling solution-focused brief counseling (sfbc) terhadap masalah tokoh utama dalam novel "represi" karya fakhrisina amalia. ...* :Islamic University of Kalimantan, Query date: 2024-03-08 10:19:201 cites:
- Isgandarova, N. (2019). *Muraqaba as a Mindfulness-Based Therapy in Islamic Psychotherapy*. Journal of Religion and Health, 58(4 PG-1146–1160), 1146–1160. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0695-y>
- Islam, M. I. (2020). *Suicidality, mental disorder and the utilization of mental health services among Australian adolescents*. Children and Youth Services Review, 111(Query date: 2024-03-08 11:19:535 cites:
- Jamil, M. Yusuf, (2022) *Konseling Krisis Dalam Perspektif Islam* Bimbingan, Y. P., Islam, K., Dakwah, F., & Komunikasi, D. (n.d.). (Vol. 5, Issue 2).
- Jannati, Z. (2020). *Menemukan Kebermaknaan Hidup Melalui Bimbingan dan Konseling Layanan Informasi Berbasis Al-Quran Pada Mahasiswa*. Ghaidan: Jurnal BimbinganKonseling Islam Dan ..., Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG-.
- L., Tentama, F., Asti Mulasari, S., Wahyuni Sukei, (2019). *Penyuluhan dan Pendampingan pada Korban Selamat Percobaan Bunuh Diri di Gunung Kidul*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, F... International Journal of Community Service Learning, 3(1), 27–32.
- Lestari, W., & Herliana, D. F. (2022) *Efektivitas Bimbingan Terapi Sabar: Pendidikan*.

Islamic

Education and ..., Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG-.

Manap, M. A. (2022). *Pembinaan Anak Didik Pemasarakatan Dalam Upaya Pencegahan Bunuh Diri Di Lembaga Pemasarakatan (Studi Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II ...* (Issue Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG-). dspace.uui.ac.id.

Munawar, K. (2023). *Islamically Modified Cognitive Behavioral Therapy for Muslims With Mental Illness: A Systematic Review*. Spirituality in Clinical Practice, Query date: 2024- 03-08 11:14:451 cites:

Neherta, M., & Sasmita, H. (2022). Pengaruh terapi suportif kelompok terhadap masalah mental emosional remaja. *Jurnal Keperawatan Abdurrahman*, Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG- cites:

Permatahati, H. I. B., & Rumondor, P. C. B. (2019). Harapan dan Kesiapan Menikah pada Dewasa Muda di Jakarta. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 7(1), 11–22. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v7i1.13461>

Pamungkas, P., Caturini, E., (2023) *Pertolongan Pertama Kesehatan Mental terhadap Penurunan Ide Bunuh Diri pada Remaja Rachma*. Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Surakarta, M., & Keperawatan, J. (n.d.). *Bima Nursing Journal*.

Poduri, C. D. (2022). *The Need For Religion and Spirituality in Counselling Practices: Approaching Through Cardinal Sins*. *Journal for the Study of Religions and Ideologies*, 21(62 PG-53–69), 53–69.

Putri, D. T., Hanim, W., & Marjo, H. K. (2019). Konseling Kelompok Perspektif Integrative (Teknik Dispute Cognitive & Teknik Imageri) Untuk Mencegah Upaya Percobaan Bunuh Diri Siswa Berasrama di *Kajian Bimbingan Dan Konseling ...*, Query date: 2024-03- 08 10:19:20 PG- cites:

Putri, K. M., & Fitriani, D. R. (2024). *... Klinik Keperawatan pada Pasien Resiko Bunuh Diri dengan Intervensi Inovasi Terapi Relaksasi Guided Imagery Terhadap Penurunan Ide Bunuh Diri di Ruang Punai ...* (Issue Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG-). dspace.umkt.ac.id.

Rahayu, H. R. H. (2022). *Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Resiko Bunuh Diri pada Pasien Gangguan Jiwa di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental Esti ...* (Issue Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG-). eprints.ukh.ac.id.

Shifa, S. N., & Fauziah, N. (2022). Pengaruh Sholat dalam Perspektif Islam Terhadap Psikologi Seseorang. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan ...*, Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG-.

Sri Wahyuni, N., & Agustriono (2023) Universitas Al-Azhar Mesir, L. (n.d.). *Bunuh Diri Remaja Perspektif Psikologi dan Hukum Islam*.

SUTRISNO, I. W. P. (2021). *Penanganan Bunuh Diri oleh Yayasan Inti Mata Jiwa (Imaji) di Kabupaten Gunungkidul*. Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG-.

Syarifudin, E. (2021). *Urgensi Manajemen Lembaga Pendidikan Islam Berbasis*

Kesehatan

Mental. ... of Annual Conference on Islamic ..., Query date: 2024-03-08 10:19:20 PG-

Tentama, F., Mulasari, S. A., Sukesu, T. W., & ... (2019). Penyuluhan dan Pendampingan pada Korban Selamat Percobaan Bunuh Diri di Gunung Kidul. *International ...*, Query date: 2024-03-08 10:19:20 cites:

Yaksa, R. A. (2023). Case base learning Implementasi Case Base Learning untuk Menilai Keterampilan Diagnosis Kondisi Depresi Mahasiswa Tingkat Akhir. Ghaidan: *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*.

Yusoff, W., & Amin, M. Z. M. (2020). *Kesan Terapi Psiko-Spiritual Islam Terhadap Kesehatan Rohani: Satu Tinjauan Kajian* (Issue Query date: 2024-03-08 10:19:201 cites:

Manuscrip dalam Buku

Agus Santoso, Y. N. (2013). *Terapi Islam: Buku Perkuliahan Program S1 Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya*. Surabaya: IAIN Sunana Ampel Press.

Amin, S. M. (2013). *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah. Aziz, M. A. (2004). *Ilmu Dakwah*. Jakarta: Prenada Media.

Abdurrahman, M. (2019). *Konseling Islami*. Medan: Perdana Publishing.

Atih Rahayuningsih, Achir Yani S. Hamid, Budi Anna Keliat, R. Irawati Ismail, Agus Sri Banowo, (2023). *Bunuh Diri pada Kelompok Usia Remaja*. Indramayu: CV. Adanu Abimata.

Feni Hikmawati, M. (2015). *Bimbingan dan Konseling Perspektif Islam*. Rajawali Pers.

Tarmizi, M. (2018). *Bimbingan Konseling Islam*. Medan: Perdana Publishing.

Masdudi, M. (2015). *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah Edisi Revisi*. Cirebon: Nurjati Press.

Fahyuni, E. F. (2021). *Buku Ajar Bimbingan dan Konseling Islami di Sekolah*. Sidoarjo: Universitas Muhammadiyah .

Faqih, A. R. (2001). *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UII Press.

Faridah. (2017). *Hypnoterapi dan Konseling Qur'ani (Kajian Teori dan Praktik*. Sulawesi Selatan: Latinulu Press.

Internet

Anugerah, P. (2023, Januari 25). *Insiden bunuh diri di Indonesia bisa empat kali 'lebih tinggi dari data resmi', menurut penelitian terbaru - Apa imbasnya?* Retrieved from BBC News Indonesia: <https://www.bbc.com/indonesia/articles/ce9zm56z8v6o>

As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga

Volume 7 Nomor 4 (2025) 599 – 614 E-ISSN 2656-8152 P-ISSN 2656-4807

DOI: 10.47476/assyari.v7i4.7200

fkm.ui. (2019, Juli 11). *Doktor FKM UI Teliti: Deteksi Dini Faktor Risiko Ide Bunuh Diri Remajadi Sekolah Lanjutan Tingkat Atas/ Sederajat di DKI Jakarta*. Retrieved from Fakultas Kesehatan Masyarakat UI: <https://www.fkm.ui.ac.id/doktor-fkm-ui-teliti-deteksi-dini-faktor-risiko-ide-bunuh-diri-remaja-di-sekolah-lanjutan-tingkat-atas-sederajat-di-dki-jakarta/>