

■ **Wahyu Budi Nugroho**

Peneliti Independen

Mahasiswa Pascasarjana Prodi Sosiologi, Fisipol Universitas Gadjah Mada

Pemuda, Bunuh Diri dan Resiliensi: Penguatan Resiliensi sebagai Pereduksi Angka Bunuh Diri di Kalangan Pemuda Indonesia

ABSTRAK

Artikel ini berupaya mengulas urgensi dimensi resiliensi bagi para pemuda di Indonesia dalam keseharian hidup. Secara sederhana, resiliensi dapat diterjemahkan sebagai kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi berikut bangkit dari berbagai bentuk penderitaan hidup yang menderanya. Persoalan ini menjadi penting mengingat masa muda merupakan periode-periode transisi yang begitu berat bagi setiap individu, di mana ketidakstabilan emosi dan psikologis besar mempengaruhi di dalamnya. Lebih jauh, artikel ini mendiskusikan karakteristik pemuda dan alasan diperlukannya dimensi resiliensi, maraknya aksi bunuh diri yang dilakukan pemuda dewasa ini sebagai implikasi lemahnya dimensi resiliensi, serta berbagai upaya yang dapat ditempuh dalam rangka memperkuat dimensi resiliensi pada diri pemuda guna mengatasi persoalan tersebut. Artikel diawali dengan uraian ihwal perkembangan studi resiliensi, baik menyangkut aspek konseptual maupun kemanfaatannya.

Kata kunci: *resiliensi, pemuda, transisi, bunuh diri*

ABSTRACT

This article attempts to discuss the urgency of resilience for Indonesian youths in their daily lives. The concept of resilience can be defined as individual ability to survive, to adapt and, furthermore, to revive from their sufferings. Such ability is important for youths during the transisional period from childhood to adulthood, where usually contains huge psychological and emotional instabilities and troubles. It further discusses the characteristics of youth and the urgency of resilience during the period by highlighting the rise of suicide among youths as consequence of the lack of resilience, and some efforts to empower resilience among youths. The article begins with a brief discussion on the development of resilience studies, both its conceptual dimensions and its utilities.

Keywords: resilience, youth, transition, suicide

“Masa depanku masih ‘perawan’,
segala sesuatu masih mungkin terjadi padaku...”
(J. P. Sartre, *Being and Nothingness*)

1. Pendahuluan

Berdasarkan data yang dilansir WHO pada tahun 2005, Indonesia masuk dalam kategori negara dengan tingkat bunuh diri yang tinggi, bahkan peringkat Indonesia nyaris mendekati “negara-negara bunuh diri Asia” layaknya Je-

pang dan Cina. Tercatat, sedikitnya 50.000 orang Indonesia melakukan aksi bunuh diri setiap tahunnya. Angka tersebut menunjukkan bahwa setidaknya terjadi 150 kasus bunuh diri per hari di tanah air. Perihal yang lebih memprihatinkan lagi adalah turut me-

ningkatnya kecenderungan angka bunuh diri pada penduduk usia muda —pemuda¹— usia 16-30 tahun (Amarullah, 2009; Wirasto, 2012: 98). Sebagai misal, khusus untuk wilayah DKI Jakarta, sepanjang tahun 2003 Polda Metro Jaya mencatat terjadinya 62 kasus bunuh diri pada pemuda. Angka tersebut melonjak tiga kali lipat ketimbang tahun sebelumnya. Dan sebagaimana tahun-tahun setelahnya hingga kini, tren angka bunuh diri pada pemuda di tanah air agaknya cenderung mengalami peningkatan (Zahra, 2011).

Upaya mengurai permasalahan tingginya angka bunuh diri pada pemuda dewasa ini kiranya tak dapat lepas dari penelaahan akan *apa, siapa* dan *bagaimana* karakteristik dari pemuda itu sendiri. Tak dapat dipungkiri, telah banyak ahli yang mendefinisikan arti dari *terminus* “pemuda”. Talcott Parsons (dalam Barker, 2009: 339) misalnya, mendefinisikan pemuda sebagai mereka yang memiliki posisi sosial di antara anak-anak dan orang dewasa ditinjau melalui segi institusi keluarga, pendidikan dan pekerjaan. Tak pelak, posisi sosial tersebut berimplikasi pada tanggung jawab pemuda yang jauh lebih besar ketimbang anak-anak, namun mereka tetap berada di bawah kontrol orang dewasa (orang tua), suatu kondisi yang cukup dilematis memang. Namun demikian, Parsons *ajeg* menekankan bahwa karakteristik utama yang dimiliki pemuda adalah kecenderungannya untuk bergabung dengan dunia orang-orang dewasa.

Lebih jauh, dalam ranah psikologi perkembangan, Monks (1985: 230-234) merumuskan beragam karakteristik yang dimiliki pemuda sebagai berikut: (1) Memiliki kecenderungan untuk memisahkan diri dari orang tua dan berkumpul bersama teman-teman seusianya; (2) Menjadikan norma kelompoknya —teman-temannya— sebagai patokan dalam berperilaku; (3) Berada pada masa-masa pencarian jati diri, Erik H. Erikson

menyebutnya sebagai proses pencarian “identitas ego”; (4) Tengah mengalami “krisis orisinalitas” yang ditunjukkan melalui upayanya untuk membedakan diri dari anak-anak maupun orang dewasa, hal tersebut kemudian berimplikasi pada timbulnya *gap* antargenerasi.

Berbagai bentuk ambiguitas pemuda di atas, sedari posisi sosialnya yang “tanggung” di antara anak-anak dan orang dewasa, berikut kejiwaannya yang labil akibat tengah dirundung masa-masa pencarian jati diri serta mengalami krisis orisinalitas, tak heran jika banyak pihak mendaulat masa muda sebagai periode yang cukup berat dalam hidup, layaknya masa transisi pada umumnya. Itulah mengapa, “wajah Janus”² pemuda menimbulkan ambiguitas tersendiri; di satu sisi, gelora kebebasan yang dimilikinya seakan menjadikan pemuda sebagai sosok yang kuat dan kokoh bahkan mampu menembus batas-batas yang ada, namun di sisi lain, kejiwaannya yang belum mapan (labil) turut mengindikasikan kerapuhan di dalamnya, ibarat sebuah mercusuar yang tampak menjulang tegar di pinggir tebing namun *sekonyong-konyong* roboh akibat diterpa angin yang tak kencang-kencang amat.

Dimensi kerapuhan pemuda sebagai salah satu sisi wajah Janus di atas menarik untuk dicermati lebih lanjut. Sebab cukup *absurd* bila banyak pihak membebaskan serangkaian harapan pada pemuda selaku generasi penerus bangsa namun sang pengembannya sendiri —pemuda— justru mudah ambruk kala menemui berbagai hambatan dan rintangan di tengah jalan. Salah satu bentuk “keambrukkan” tersebut, sebagaimana telah disinggung sebelumnya, ter-representasikan melalui contoh paling ekstrem akan banyaknya pemuda yang sengaja mengakhiri hidupnya (baca: bunuh diri) akibat permasalahan yang sesungguhnya dapat dikatakan sepele. Berdasarkan data yang dihimpun Komisi Nasional Perlindungan Anak, pada semester awal tahun

1 Istilah “pemuda” di sini mencakup baik remaja putra maupun putri (pemuda/i). Begitu pula, dalam pemaparan selanjutnya istilah pemuda akan digunakan secara bergantian dengan istilah “individu”.

2 “Janus” adalah salah satu nama dewa dalam mitologi Romawi Kuno yang memiliki dua wajah saling berlawanan.

2011, setidaknya tercatat sebanyak dua puluh tiga pemuda Indonesia melakukan aksi bunuh diri, yang 91 % diantaranya berusia 13-17 tahun. Kasus terbanyak, yakni 19 kasus, ditemui pada mereka yang memiliki permasalahan asmara (putus cinta), 8 kasus akibat persoalan keluarga, dan sisanya, 6 kasus disebabkan oleh persoalan sekolah (Pertiwi, 2011).

Begitu pula, kasus yang tengah marak disorot akhir-akhir ini, Sondang (22), mahasiswa tingkat akhir Fakultas Hukum, Universitas Bung Karno-Jakarta, melakukan aksi bakar diri di depan Istana Negara pada 7 Desember 2011. Hingga kini, tindakan Sondang menuai pro-kontra luas terkait bentuknya sebagai aksi heroik atautkah bunuh diri semata (Candra, 2011). Belum tuntas benar kasus Sondang, kekasihnya, Putri Ananda Ningrum, melakukan percobaan bunuh diri di depan makam Sondang dengan menelan dua puluh pil obat malaria hingga overdosis, meski beruntung nyawanya masih dapat diselamatkan (Riz, 2012).

Diakui atau tidak, serangkaian kenyataan di atas menimbulkan pesimisme tersendiri ihwal mampu-tidaknya generasi muda saat ini untuk menjadi sosok yang dapat ditempatkan sebagai sandaran segenap asa guna melakukan transformasi kehidupan berbangsa, bernegara dan bermasyarakat ke arah yang lebih baik. Dalam artikel ini saya berpendapat bahwa salah satu cara yang dapat ditempuh guna memupus berbagai pesimisme kita atasnya adalah dengan memperkuat dimensi “resiliensi” pada diri pemuda. Sebab aneh jika kita mengharapkan hadirnya para insan muda yang “siap tempur” namun tanpa disertai kuatnya dimensi resiliensi pada diri mereka.

Sekilas mengenai Resiliensi: Studi, Konsep dan Kemanfaatannya

Diane E. Scott (2009:1) mendefinisikan resiliensi sebagai, “...*the ability to adapt and change when faced with new and often*

stressful circumstances” [...kemampuan untuk beradaptasi dan melakukan perubahan kala menghadapi situasi baru yang kerap kali menekan”]. Sementara Redl’s (dalam Fine, 1991: 462) mengartikan resiliensi dengan, “...*the ability to recover rapidly from a temporary collapse even without outside help, and the strength to bounce back to normal or even supernormal levels of functioning*” [... kemampuan untuk pulih (bangkit) secara cepat dari kejatuhan, bahkan tanpa bantuan dari pihak lain, serta kekuatan untuk kembali pada keadaan semula (normal), atau bahkan melampauinya”]. Menilik serangkaian pendefinisian di atas, kiranya resiliensi dapat diartikan secara sederhana sebagai “kemampuan individu untuk beradaptasi dengan penderitaan hidup yang dialaminya, untuk kemudian bangkit dan melawan mengatasinya”.

Lebih jauh, prinsip atau moralitas utama yang terkandung dalam resiliensi adalah “martabat kemanusiaan” serta persoalan *bagaimana agar* entitas manusia dapat berguna bagi sesamanya, atau setidaknya bagi dirinya sendiri. Dengan demikian, resiliensi telah melampaui diskursus relativitas nilai dan moral, hal tersebut salah satunya tampak melalui persoalan jatuhnya pilihan individu pada perihal baik atautkah buruk yang turut tercakup dalam kajiannya (Fine, 1991: 458). Melalui prinsip terkait, dapatlah dikatakan bahwa resiliensi merupakan sebetuk konsep yang bercorak modernis mengingat eksistensi nilai-nilai universal yang diusungnya.

Secara faktual, studi formal mengenai resiliensi telah dimulai semenjak kurang-lebih tiga puluh lima tahun yang lalu. Studi terkait demikian lekat dengan ranah psikologi mengingat pada mulanya resiliensi ditujukan bagi penanganan korban traumatis perang, bencana alam, penderita sakit kronis, korban pelecehan dan berbagai persoalan lainnya yang berkenaan dengan ketidakberdayaan psikis maupun mental. Namun, seiring kian kompleksnya permasalahan “kerentanan”

yang dihadapi individu maupun kolektif (sosial) dalam era *high-risk* dewasa ini, studi resiliensi turut diadopsi oleh para sosiolog, pekerja sosial, bahkan para politisi guna merumuskan kebijakan yang tepat bagi masyarakatnya (Fine, 1991: 462; Ruhl, 2011: 1374).

Esensi dari studi resiliensi adalah upaya memetakan beragam respon yang diberikan individu kala menghadapi kesulitan hidup. Sebagian darinya ada yang dengan cepat pulih dari keterpurukan, sedang sebagian yang lain kian larut di dalamnya berikut serasa tak memiliki kuasa untuk membebaskan dirinya. Individu yang memiliki kemampuan luar biasa untuk bangkit dari keterpurukan dalam tempo singkat, disebut sebagai “individu yang resilien”. Dalam studi terkait, beragam respon individu tersebut nantinya dipetakan, ditelisik faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta diformulasikan sedemikian rupa guna menciptakan individu-individu yang resilien lainnya (Fine, 1991: 457).

Memang, studi resiliensi dilatarbelakangi oleh kenyataan bahwa tak semua individu dapat segera bangkit dari keterpurukannya. Bagi Scott (2009: 1), mereka yang mampu seketika bangkit memiliki syarat untuk menyadari kemampuannya sebagai suatu “anugerah” tersendiri. Hal tersebut berarti, pengalaman yang telah dilaluinya mampu membentuknya sedemikian rupa menjadi individu dengan daya pegas menghadapi penderitaan yang kuat —*the strength to bounce back*. Dengan demikian, dapatlah dikatakan bahwa individu yang resilien faktual bukanlah mereka yang tak pernah mengalami stres, tekanan atau depresi dalam hidupnya. Begitu pula, dimensi resiliensi yang kuat tak terbentuk dengan sendirinya, melainkan melalui serangkaian proses.

Berdasarkan hasil penelitiannya, Goleman (dalam Fine, 1991: 459-460) menyatakan bahwa sesungguhnya “sistem imun” individu yang berkonfrontasi dengan ingatan traumatis masa lalu secara otomatis membentuk pandangan dunia yang lebih

optimistik bagi individu terkait. Namun, sering kali hal tersebut tak terbentuk secara optimal akibat terlampau dominannya “ingatan masa lalu yang mengganggu”. Guna menghindarkannya, individu niscaya beranjak pada level makna, yakni memiliki kemampuan untuk memprediksi, merubah, memahami serta menerima kondisinya saat ini dengan konteks pemaknaan yang penuh. Selanjutnya, pemaknaan tersebut bakal menimbulkan keyakinan bahwa segala sesuatu berada di bawah kontrol dan demikian membantu dalam masa-masa rehabilitasi atau pemulihan. Banyak tempat di mana individu dapat memperoleh makna atas tindakannya, antara lain pada para pemuka agama, ideologi politik yang dianutnya, bahkan nalar awam (baca: nilai dan norma sosial) yang terdapat dalam masyarakatnya, terdapat pula sebagian individu yang memperolehnya lewat daya intelektual dan kreativitas kala menghadapi kesulitan itu sendiri. Bagi Victor Frankl, pemaknaan merupakan “ihwal terakhir dari kebebasan manusia”, ia menunjukkan bagaimana individu menginterpretasikan beragam tindakannya (Fine, 1991: 465).

Adapun kemampuan individu untuk melakukan pemaknaan secara penuh menurut Garnezy (dalam Fine, 1991: 463), dipengaruhi oleh berbagai elemen, antara lain; tingkat tempramental, kapasitas intelektual, rasa humor, empati, ketrampilan memecahkan masalah, serta keahlian mengungkapkan perasaan (berekspresi). Sementara Reivich dan Shatte (2002: 36-47) mengemukakan serangkaian elemen sebagai berikut; pengaturan emosi, pengendalian impuls/dorongan, optimisme, analisis sebab-akibat, efikasi/pemulihan diri, serta *reaching out* atau daya dobrak pemaknaan individu. Pada gilirannya, satu atau dua di antara berbagai elemen tersebutlah yang nantinya berperan dalam proses penguatan dimensi resiliensi individu mengingat musykil bagi individu untuk memiliki keseluruhan elemen di atas. Menurut Reivich dan Shatte (2002: 15), proses terbentuknya resiliensi

merupakan hasil dinamika antara hubungan dunia internal dengan eksternal individu, namun demikian, keduanya sepakat bahwa dunia internal individu jauh lebih menentukan (berpengaruh).

Setidaknya, terdapat tiga bentuk resiliensi yang dihasilkan melalui proses di atas. *Pertama*, kompensasi, yakni menunjuk pada kemampuan individu untuk menyesuaikan diri kala kompetensi yang dimilikinya berkurang drastis akibat stres. *Kedua*, proteksi, berupa kemampuan untuk memprediksi atau memperkirakan bentuk-bentuk penyesuaian diri yang diperlukan individu saat menghadapi situasi dan kondisi di luar kendalinya. *Ketiga*, tantangan, yakni pola pikir individu yang justru menempatkan stres sebagai “kompetitor” atau pendorong guna meningkatkan kompetensi (Fine, 1991: 463).

Sementara itu, psikolog kenamaan Amerika Serikat, Dr. Salvatore Maddi (dalam Scott, 2009: 1-2), mengemukakan tiga elemen utama yang terdapat dalam dimensi resiliensi, yakni tantangan, komitmen dan kontrol. Menurut Maddi, individu yang resilien bakal melihat stres dan berbagai perubahan yang terjadi dalam hidupnya sebagai sarana pembelajaran diri. Bahkan, sebagian dari mereka justru mengharapkan datangnya tantangan guna menguji mentalitas yang dimiliki. Uniknyalah bagi Maddi, individu yang resilien umumnya “kurang nyaman” terhadap *status quo* yang dimilikinya maupun pihak lain. Elemen lain, yakni komitmen, menunjuk pada kemampuan individu yang resilien untuk terlibat aktif dalam berbagai persoalan yang tengah dihadapi. Hal tersebut menyiratkan kemampuannya untuk memahami, menginterpretasi, berikut turut serta mempengaruhi persoalan sembari tetap terlibat pada proses di dalamnya. Bagi individu yang resilien, konflik merupakan perihal wajar dalam keseharian, bahkan mereka menganggapnya sebagai upaya pencapaian pada kondisi yang lebih baik. Elemen terakhir menurut Maddi, yakni kontrol,

ditunjukkan individu yang resilien melalui pilihannya untuk lebih menghadapi kesulitan/penderitaan hidup dan mempengaruhi “hasil akhir” ketimbang ambruk dalam kepasifan berikut ketidakberdayaan.

Melalui uraian singkat mengenai resiliensi di atas, dapatlah ditelisik lebih jauh bahwa resiliensi, sebagaimana pengertiannya, berfungsi sebagai *tameng* kala individu tengah dihadapkan pada beragam persoalan hidup yang tak jarang menimbulkan stres, depresi, bahkan mengarahkan tindakannya pada hal-hal di luar akal sehat. Dengan kata lain, resiliensi merupakan “jaring pengaman” individu dari berbagai tindakan yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Berita baiknya, penelitian seksama yang telah dilakukan para pakar dalam beberapa dekade terakhir memungkinkan resiliensi untuk dipelajari dan diterapkan secara mandiri oleh individu serta khalayak luas.

● *Ekspresi Dimensi Resiliensi dalam Keseharian*

Bagi individu yang resilien, baik disadari atau tidak, kuatnya dimensi resiliensi yang dimilikinya kerap kali tercermin melalui pemikiran, perasaan bahkan tindakan layaknya gumaman atau perkataan dalam hati yang sering kali terceletuk begitu saja (tanpa sadar), semisal: “*Ah, itu persoalan kecil buatku*”; “*Aku pasti bisa menghadapinya!*”; “*Terlalu konyol bagiku untuk menyerah*”. Salah satu contoh ekspresi kuatnya dimensi resiliensi yang terkenal di dunia adalah berbagai tulisan Anne Frank yang tertuang dalam *diary*-nya, satu di antaranya sebagai berikut (Goodrich & Hackett, 2007: 10).

“...aku ikut merasakan penderitaan berjuta-juta orang. Namun saat aku menatap langit, aku merasakan bahwa semuanya akan berubah menjadi lebih baik, dan perang ini akan berakhir, aku juga berpikir, perdamaian dan ketenangan sekali lagi akan kembali. Pada suatu saat aku

harus berpegang pada idealismeku. Barangkali waktunya akan tiba, saat aku mampu mewujudkannya.”

Begitu pula dengan sebuah puisi yang ditulis seorang anak tak dikenal di kamp konsentrasi Chezlovakia pada tahun 1944 di bawah ini (Fine, 1991: 464).

*The sun has made a veil of gold
So lovely that my body aches.
Above, the heavens shriek with blue
Convinced I've smiled by some mistake.
The world's abloom and seems to smile.
I want to fly but where, how high?
If in barbed wire, things can bloom
Why couldn't I? I will not die!*

Sebagaimana kita saksikan, berbagai tulisan di atas mengekspresikan kuatnya dimensi resiliensi individu secara literal. Di dalamnya terkandung semangat individu untuk bangkit melawan penderitaan, bertahan dalam kesusahan hidup dengan keyakinan bakal melewatinya, dan yang terpenting lagi, menunjukkan semangat individu untuk terus menjalani hidup. Hal tersebut tentu akan jauh berbeda pada individu dengan dimensi resiliensi yang lemah atau bahkan sama sekali tak memilikinya. Mereka akan larut dalam penderitaan, menerimanya secara *taken for granted*, serta berkecenderungan menjadi fatalistik. Tegas dan jelasnya, individu yang demikian dapat diistilahkan sebagai *man on the street* sebagaimana ungkap Peter L. Berger: menerima apa-apa yang datang kepadanya tanpa mempertanyakannya.

Bunuh Diri dalam Kajian Sosiologi

Adalah Emile Durkheim (1858-1917), sosiolog asal Perancis yang untuk pertama kalinya melakukan kajian mengenai fenomena bunuh diri dalam ranah sosiologi. Menurutnya, tindakan bunuh diri yang dilakukan individu

dalam masyarakat disebabkan oleh dua faktor: terlampau lemah atau kuatnya integrasi sosial (Samuel, 2010: 56-57). Dalam masyarakat dengan integrasi sosial yang lemah —atomistik dan individualistik— setiap individu di dalamnya syarat menanggung beban hidup seorang diri, tanpa teman atau tempat untuk berbagi dan membudalkan keluh-kesah (baca: *uneg-uneg*). Di Swiss misalkan, terdapat satu jembatan yang dijaga 24 jam-nonstop oleh polisi setempat akibat kerap dijadikan tempat bunuh diri para pemuda. Faktual, tingginya angka bunuh diri di negara tersebut disebabkan oleh kultur masyarakat Swiss yang mengharuskan anak muda usia 17 tahun ke atas untuk keluar rumah, mencari kerja dan hidup secara mandiri (Beautrais & Gold, 2010: 9). Kultur tersebutlah yang kiranya menyebabkan banyak pemuda Swiss merasa tertekan, stres atau depresi sehingga dengan mudah mengambil keputusan untuk mengakhiri hidupnya.

Di sisi lain, fenomena bunuh diri akibat terlampau kuatnya integrasi sosial menyiratkan pengekangan berlebih individu oleh masyarakatnya, individu serasa dikuasai penuh oleh lingkungan sosial sehingga tak dapat berbuat banyak untuk menghindarinya. Adapun fenomena bunuh diri akibat faktor terkait dibagi ke dalam beberapa tipe. *Pertama*, bunuh diri akibat kewajiban, dapat dimisalkan dengan tradisi masyarakat India kuno yang mensyaratkan istri turut mati bersama suaminya, sedang apabila sang istri menolaknya, ia akan menuai cemoohan masyarakat berikut dianggap sebagai aib dalam masyarakatnya. *Kedua*, bunuh diri akibat dukungan masyarakat, hal tersebut dapat dicontohkan dengan seorang prajurit yang mengorbankan dirinya di medan perang demi menyelamatkan teman-temannya yang lain. Tipe bunuh diri terkait merupakan perihal yang “didukung” masyarakat, dalam arti, siapa yang melakukannya bakal menuai penghargaan berikut penghormatan masyarakat. *Ketiga*, bunuh diri akibat kepuasan diri, menurut Durkheim, tak ada penjelasan ilmiah

bagi tindakan bunuh diri dengan tipe ini, sang pelaku sekadar merasa bangga dan puas mempertontonkan tindakan bunuh dirinya di hadapan publik (Samuel, 2010: 60-62).

Pada perkembangannya kemudian, ditemui istilah *Werther effect* atau ‘efek Werther’ guna me-representasi-kan fenomena bunuh diri yang diakibatkan oleh pengaruh media. Istilah tersebut menunjuk pada novel buah karya Johann Wolfgang Goethe (1749-1832), *The Sorrows of Young Werther* ‘Penderitaan Pemuda Werther’ (1774) yang membawa Jerman larut dalam gelombang bunuh diri massal. Adapun istilah di atas untuk pertama kali dipopulerkan oleh D. Phillips (1974) dalam penelitiannya mengenai melonjak drastisnya angka bunuh diri di Amerika Serikat akibat kematian bunuh diri megabintang Hollywood, Marilyn Monroe. Phillips mencatat, pasca kematian Monroe, prosentase angka bunuh diri di Amerika Serikat meningkat drastis mencapai angka 12 persen (Bondora & Goodwin, 2005). Di sisi lain, istilah terkait—efek Werther—secara umum kerap pula disebut sebagai fenomena *copycat*, yakni perilaku entitas individu yang gemar menirukan perilaku individu lain baik dalam hal-hal yang bersifat faktual maupun fiktional (WHO, 2000: 5). Dewasa ini, pengkajian atasnya lekat dengan perkembangan budaya populer layaknya film, televisi, internet, novel, musik dan lain sejenisnya.

● ***Beberapa Catatan Kasus Bunuh Diri Pemuda Tanah Air***

Sebelum lebih jauh melangkah pada urgensi dimensi resiliensi sebagai upaya memperkuat daya pegas (ketahanan) pemuda dalam menghadapi berbagai rintangan dan penderitaan hidup, berikut akan dipaparkan beberapa di antara banyaknya catatan kasus bunuh diri pemuda tanah air yang terjadi belakangan ini (lihat Tabel). Pemaparan ini tak lain guna menunjukkan betapa kasus terkait merupakan realitas sosial yang nyata

keberadaannya berikut menjadi persoalan yang kita hadapi bersama.

Apabila berbagai kasus bunuh diri di atas ditelaah melalui kerangka kajian sosiologis sebagaimana telah dipaparkan sebelumnya, kiranya faktor lemahnya integrasi sosial dan fenomena *copycat* menjadi penyebab utama marak terjadinya aksi terkait dewasa ini. Ihwal *lemahnya integrasi sosial*, hal tersebut tercermin pada berbagai persoalan para pelaku yang bersifat personal (pribadi), antara lain akibat putus cinta, studi yang tak kunjung usai, serta himpitan finansial. Serangkaian persoalan tersebut sama sekali tak berhubungan dengan integrasi sosial yang terlampaui kuat dalam masyarakat. Dalam hal ini, para pelaku melakukan tindakannya bukan dikarenakan paksaan atau dukungan masyarakat, melainkan lebih dikarenakan persoalannya sendiri dan sama sekali tak berhubungan dengan nilai ataupun norma sosial. Tak dapat dipungkiri, dukungan sosial sebagai wadah berbagi atau sekadar sebagai tempat penghempas kekalutan diri kiranya diperlukan bagi individu dengan dimensi resiliensi yang rendah.

Ihwal *copycat*, sebagaimana ungkap psikolog forensik Universitas Bina Nusantara Reza Indragiri Amriel, bahwa pemberitaan media massa mengenai “keberhasilan” seseorang melakukan aksi bunuh diri justru dapat menginspirasi pihak lain untuk turut melakukannya. Sebagai misal, maraknya aksi bunuh diri yang dilakukan di mal dan seolah sempat menjadi “tren” beberapa waktu lalu. Tercatat, selama dua hari beturut-turut di bulan Januari 2011—tanggal 3-4—terjadi tiga kasus bunuh diri di mal, di mana ketiga pelaku melancarkan aksinya dengan terjun bebas dari ketinggian gedung (Soebijoto, 2011). Kiranya, cukup sulit untuk mengatakan jika peristiwa tersebut sama sekali tak berkaitan dengan pengaruh media. Senada dengan Reza Indragiri, Naoumi Sutikno, psikolog Rumah Sakit Omni, menyatakan bahwa publikasi media cetak maupun elektronik dengan visualisasi (foto/gambar) para korban

Tabel:
Kasus-kasus Bunuh Diri di Kalangan Pemuda

Waktu Kejadian	Korban	Keterangan	Sumber
15 Januari 2008	Eko Prasetyo (25), mahasiswa salah satu PTS Yogyakarta.	Ditemukan tewas gantung diri di dapur rumahnya di daerah Sanden, Bantul. Prasetyo melakukan aksi bunuh diri akibat skripsinya tak kunjung selesai.	http://news.okezone.com/read/2008/01/16/1/75585/stres-urus-skripsi-mahasiswa-bunuh-diri (diakses pada 01/03/2012)
15 Desember 2008	Indrawan Winata, mahasiswa Fak. Ekonomi, Universitas YAI.	Melakukan aksi bunuh diri dengan cara melompat dari lantai tiga belas gedung universitas. Winata melakukan aksi tersebut akibat skripsinya yang tak kunjung selesai.	http://www.tempo.co/read/news/2008/12/17/064151493/Bunuh-Diri-Gara-Gara-Skripsi-Tidak-Juga-Selesai (diakses pada 01/03/2012)
31 Juli 2011	Andriyadi (21)	Akibat putus cinta, pemuda terkait nekat hendak bunuh diri dengan memotong urat nadi pergelangan tangan kirinya dengan cutter di rumahnya di daerah Tebet, Jakarta Selatan. Beruntung korban berhasil diselamatkan.	http://portalkriminal.com/index.php?option=com_content&view=article&id=14427 (diakses pada 01/03/2012)
5 September 2011	Winarso Riyadi (23), karyawan swasta.	Ditemukan gantung diri dengan kondisi tak bernyawa di plafon rumahnya, Johar Baru, Jakarta Pusat. Riyadi nekat melakukan aksi tersebut dikarenakan putus cinta dengan kekasihnya.	http://poskota.co.id/berita-terkini/2011/09/05/bunuh-diri-karena-putus-cinta (diakses pada 01/03/2012)
8 September 2011	Irfanati Syahidah (15)	Ditemukan tewas gantung diri di rumahnya di kawasan Medan Satria, Bekasi. Syahidah melakukan aksi tersebut akibat diputuskan sang pacar melalui pesan singkat (SMS).	http://www.republika.co.id/berita/regional/jabodetabek/11/09/09/lr93q6-garagara-putus-cinta-gadis-belia-gantung-diri (diakses pada 01/03/2012)
29 September 2011	Tjen Alvin (22), mahasiswa Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Bunda Mulia, Jakarta	Bunuh diri dengan cara melompat dari lantai tujuh Imperium Mall Pluit, Penjaringan, Jakarta Utara. Menurut salah satu teman korban, Adi, pelaku sempat mengirimkan pesan singkat (SMS) perihal kesulitannya mengerjakan salah satu tugas mata kuliah, sedang kala itu merupakan batas waktu pengumpulannya.	http://metro.vivanews.com/news/read/251362-kenapa-alvin-nekad-terjun-bebas-dari-mall (diakses pada 01/03/2012)
14 Oktober 2011	Af Hardiman (21), mahasiswa Fak. Teknik Elektro, Universitas Bung Hatta, sekaligus atlet dayung peraih medali emas dalam Pekan Olah Raga Provinsi (Porprov) tahun 2012	Diduga akibat terbentur biaya kuliah, Hardiman nekat melakukan aksi bunuh diri, mayatnya ditemukan mengambang di Danau Singkarak, Sumatera Barat.	http://padangekspres.co.id/?news=berita&id=14704 (diakses pada 01/03/2012)
19 Februari 2012	Ricky Ardianto (23), mahasiswa ITB	Melakukan aksi bunuh diri dengan cara melompat dari atap lantai tiga kosnya. Saat berita diturunkan, polisi masih mendalami motif pelaku.	http://www.solopos.com/2012/patroli/mahasiswa-itb-bunuh-diri-loncat-dari-atap-indekos-163729 (diakses pada 01/03/2012)

bunuh diri hanya akan menginspirasi pihak lain untuk melakukan tindakan serupa. Lebih jauh, ia menjelaskan bahwa dewasa ini mal menjadi “lokasi favorit” untuk melancarkan aksi bunuh diri karena lokasinya yang mudah dijangkau dan terbuka bagi seluruh lapisan masyarakat. Di samping itu, terbersit harapan pada diri pelaku agar permasalahan hidup berikut tindakannya menjadi pembicaraan banyak orang (menyita perhatian), dengan melancarkan aksinya di mal maka peluang untuk terekspos media menjadi lebih besar (Dai & Yer, 2011).

Penetrasi Dimensi Resiliensi pada Pemuda

Sebagaimana diungkap Dr. Maddi (dalam Scott, 2009: 2), hal pertama yang dapat dilakukan guna meningkatkan dimensi resiliensi pada diri adalah dengan mempelajarinya. Namun demikian, tidak dapat dipungkiri bahwa kajian mengenai resiliensi masih cukup asing bagi para pemuda (baca: mahasiswa) khususnya yang berada di luar disiplin psikologi selaku pencetus konsep terkait, berbeda halnya dengan tradisi akademik Barat yang telah mengadaptasikannya pada berbagai disiplin keilmuan (Ruhl, 2011: 1374). Oleh karenanya, upaya lebih kiranya masih diperlukan guna mempromosikan dan mengenalkan studi resiliensi pada publik akademik tanah air, khususnya dalam ranah keilmuan sosial-humaniora. Setidaknya, hal tersebut sejalan dengan semangat pengintegrasian ilmu sebagaimana didengungkan akhir-akhir ini. Berikut akan dipaparkan berbagai upaya dan strategi guna melakukan penetrasi dimensi resiliensi pada diri pemuda di tanah air.

● Refleksi Diri dan Kemampuan Pemaknaan secara Konstruktif

Refleksi diri, atau yang secara sederhana dapat diterjemahkan sebagai “pemahaman mendalam atas diri”, merupakan proses belajar

yang berlangsung secara terus-menerus dalam upaya pembentukan dimensi resiliensi pada diri individu. Terkait hal tersebut, Michael Polanyi dalam *The Study of Man* (2001:18) mengatakan bahwa sering kali manusia jauh tak mengenal dirinya ketimbang lingkungannya. Hal tersebut disebabkan oleh terlampau “sibuknya” ia menggali pengetahuan tentang alam sekitar, namun melupakan penggalian atas dirinya sendiri. Bagi Polanyi, penggalian yang sekadar berkuat pada alam sekitar (dunia eksternal) barulah mencapai tingkat “intelengensi binatang”. Oleh karenanya, pertanyaan yang hadir kemudian adalah, bagaimanakah cara agar individu mampu melakukan penggalian atas dirinya sendiri (refleksi diri)?

Adalah faktual bahwa setiap manusia pernah mengalami pengalaman eksistensial layaknya malu, kecewa, terkucil dan kehilangan yang teramat sangat (Lathief, 2010: 103). Semua hal tersebut sesungguhnya merupakan kesempatan bagi individu untuk melakukan refleksi diri. Rasa malu kita yang disebabkan oleh tatapan mata seseorang misalnya, mengandung pengertian agar kita melakukan penilaian atas diri sendiri. Begitu pula, kekecewaan akibat ditinggal kekasih menimbulkan serangkaian tanya pada diri sendiri: *Mengapa? Bagaimana mungkin?*. Disadari atau tidak, semua pengalaman tersebut membalikkan struktur dunia objektif menjadi subjektif, kita atau individu-lah yang kemudian “disorot”.

Lebih jauh, hal di atas tak lepas dari muatan kesadaran yang terjadi dalam aktivitas refleksi diri, yakni *spontanitas impersonal yang lahir melalui ex-nihilo*. Dalam arti, berbagai kekosongan yang menjangkiti diri manusia dan terjadi secara tiba-tiba (spontan) tersebutlah yang kemudian justru membuat manusia untuk terus bergerak (bertindak). Namun, sebelum individu melakukan sebetulnya tindakan, terdapat ruang kosong antara peristiwa yang dialaminya dengan tindakan yang dilakukannya kemudian. Faktual, ruang kosong tersebut berfungsi sebagai tempat melakukan interpretasi atau pemaknaan sehingga

menentukan bentuk-bentuk tindakan yang hadir kemudian (Palmer, 2003: 40 & 58-59).

Dalam kaitannya dengan persoalan pemuda di tanah air, diduga sebagian besar dari mereka pernah mengalami serangkaian pengalaman eksistensial seperti di atas. Agaknya, dunia objektif memang telah bertransformasi pada dunia subjektif kala mereka tengah mengalaminya, namun sayang banyak dari mereka kurang mampu melakukan pemaknaan penuh secara konstruktif. Hal tersebut diduga disebabkan oleh kurangnya *stock of knowledge* ‘kapasitas intelektual’, rasa humor serta kemampuan mengekspresikan diri. Di sisi lain, salah satu karakter pemuda sebagaimana telah diutarakan jauh sebelumnya, yakni kecenderungan untuk bergabung dengan teman-teman sejawatnya, kiranya menyebabkan mereka sedikit-banyak lebih berjarak terhadap institusi agama, keluarga serta sosial, sedang berbagai tempat tersebut diyakini sebagai sumber individu untuk memperoleh makna.

Kurangnya “gudang” pemaknaan yang dimiliki pemuda kiranya berbanding lurus dengan pola pikir dan tindakannya yang kerap dikatakan “dangkal” oleh banyak pihak. Kedangkalan pikir dan tindakan tersebut tak hanya berkenaan dengan hal-hal yang berbau agresi (kekerasan), semisal menyerang individu lain, aksi tawuran dan lain sejenisnya, melainkan pula kepasifan akut layaknya hanyut dalam ektase miras atau narkoba, bahkan juga: bunuh diri. Tak pelak, serangkaian tindakan tersebut menunjukkan pendeknya rentang ruang kosong tempat pemaknaan dilakukan, seakan stimulus yang datang sontak berbuah respon, dan seolah sekadar terdapat pemaknaan tunggal di dalamnya.

Dalam kacamata resiliensi, refleksi diri berfungsi sebagai sarana pengatur emosi, pengendali impuls, “pemeka” analisis sebab-akibat, serta pendobrak pemaknaan individu. Dua hal yang dikemukakan terakhir—analisis sebab-akibat dan pendobrak pemaknaan individu—merupakan kemampuan analisis

kausalitas serta pemaknaan di luar kelaziman individu-individu lainnya. Sebagai misal, seorang pemuda resilien yang kerap mendapati cemoohan dan pelabelan negatif ayahnya bisa jadi bakal memaknai segala perkataan ayahnya sebagai lontaran “orang sakit”. Ia menempatkan ayahnya sebagai pasien berikot “korban” pendidikan orang-orang terdahulu yang umumnya memang keras dan sewenang-wenang terhadap anak—analisis sebab-akibat. Di sisi lain, sang pemuda akan memainkan peran sebagai seorang psikolog atau psikiater yang dengan segala kapasitasnya mampu membalas setiap lontaran negatif di atas dengan senyum simpul lagi bijak. Dengan demikian, berbagai cemoohan dan pelabelan negatif yang dilayangkan sang ayah pada pemuda resilien tersebut sama sekali tak berdampak pada dirinya. Dapatlah dilihat bahwa pemuda yang resilien mampu merombak *it is what it is* menjadi *it is what it is not*.

Begitu pula, dalam kasus asmara misalnya, seorang pemuda yang resilien takkan serta-merta bermuram durja, larut dalam derita “kasih tak sampai”, terlebih bunuh diri kala diputuskan kekasihnya. Sebaliknya, ia akan melihatnya sebagai sebuah tantangan tersendiri. Bisa jadi, kemudian ia justru berpikir untuk mendapatkan kekasih baru yang jauh “lebih baik” berikot dalam tempo yang lebih singkat sebelum si mantan kekasih “memamerkan” pengganti dirinya. Demikianlah, sebagaimana ungkap Dr. Maddi (dalam Scott, 2009: 1), salah satu karakter individu yang resilien yaitu menjadikan tekanan dan stres sebagai “saingan” atau kompetitor untuk menguji serta meningkatkan kemampuan diri.

Namun harus diakui, kemampuan individu dalam melakukan refleksi diri serta pemaknaan penuh secara konstruktif acap kali berasal dari sumber yang samar, begitu pula dengan terbentuknya dimensi resiliensi pada individu terkait: berasal dari diri sendiri atautkah buah campur tangan pihak lain. Apabila individu tersebut memiliki kapasitas

intelektual yang mumpuni dikarenakan kegemarannya melahap buku semenjak lama, atau karena mengkultuskan seorang tokoh yang resilien sehingga berpikir maupun bertindak layaknya tokoh tersebut, maka dapatlah dikatakan bahwa dimensi resiliensi yang dimilikinya merupakan buah bentukannya sendiri. Sebaliknya, apabila ia lebih banyak meminjam pemaknaan yang bersumber dari lingkungan sekitar, maka dimensi resiliensinya merupakan buah campur tangan (bentukan) pihak lain.

● ***Institusi Keluarga: Antara “Zona Aman”, Habitus dan Penciptaan Dimensi Resiliensi***

Seakan mengamini tesis mengenai disfungsi-institusionalisasi institusi keluarga, studi resiliensi meletakkan perhatian khusus terhadap kebiasaan orang tua yang sejak dini sengaja menghindarkan anak-anaknya dari pengalaman kegagalan berikut kesulitan hidup. Bagi Reivich dan Shatte (2002: 113), kebiasaan tersebut justru merugikan proses pembentukan dimensi resiliensi. Palsunya, anak selalu dikondisikan dalam “zona aman”, mereka tak pernah dilatih untuk mengalami guncangan mental serta mengatasinya secara mandiri. Karena berada di “zona aman” tak dapat diharapkan terus menerus, maka besar kemungkinan anak-anak tersebut bakal sulit bangkit kala menghadapi keterpurukan hidup di kemudian hari. Terlebih, manusia memang selalu berada dalam kondisi “tak siap” kala berhadapan dengan berbagai hal mengerikan dalam hidup sebagaimana diyakini studi resiliensi (Fine, 1991: 459-460).

Lebih jauh, kajian mengenai hubungan antara institusi keluarga dengan penciptaan dimensi resiliensi pada individu kiranya demikian esensial. Hal tersebut mengingat institusi keluarga merupakan tempat pembentukan tingkat tempramental individu/anak, empati, kemampuan berekspresi, dan pada gilirannya menjadi pembentuk kognitif anak guna menerima berbagai pelajaran di sekolah

dalam rangka memupuk kapasitas intelektual. Oleh karenanya, dapatlah ditilik betapa besar peran institusi keluarga dalam melahirkan individu-individu yang resilien, bahkan Pierre Bourdieu (dalam Harker [et.al], 2005: 113) pun turut mengakui peran penting keluarga sebagai sarana reproduksi sosial yang secara tak langsung berkenaan dengan berbagai elemen resiliensi di atas.

Menurut Bourdieu, terdapat perbedaan yang kentara antara pola pendidikan yang diterapkan keluarga kelas menengah dengan kelas bawah. Umumnya, pola asuh yang diterapkan keluarga kelas menengah bersifat demokratis, anak sengaja didorong untuk “vokal” dan bebas mengekspresikan perasaan berikut aspirasinya. Kursus-kursus di luar jam sekolah pun sengaja diperuntukkan bagi anak guna mendukung berbagai ketrampilan di atas. Sebaliknya, pola asuh dalam keluarga kelas bawah umumnya bersifat otoriter; kondisi serba terbatas yang dimiliki orang tua meniscayakan anak untuk tak banyak menuntut. Sering kali, “pembungkaman” ekspresi dan aspirasi anak tampak melalui kemarahan orang tua yang meletup-letup. Disadari atau tidak, perbedaan kedua pola asuh di atas berimplikasi pada sesuai-tidaknya *habitus* anak dalam bangku sekolah. Anak dengan pola didikan keluarga yang demokratis cenderung vokal di kelas, tak ragu bertanya dan menjawab, serta berani mencoba berikut berbuat salah. Sebaliknya dengan anak yang dihasilkan melalui pola didikan keluarga otoriter, mereka cenderung diam di kelas, tak berani bertanya berikut menjawab pertanyaan guru—terdapat ketakutan untuk berbuat salah dan dipermalukan/dimarahi (Harker [et.al], 2005: 114-118). Parahnya, berbagai kebiasaan tersebut kerap kali terbawa hingga bangku kuliah, perihal yang tentunya merugikan bagi perkembangan kapasitas intelektual individu dan secara tak langsung turut menyiratkan perihal kontra-resiliensi.

Di samping sebagai muara pembentukan dimensi resiliensi, keluarga turut ditempatkan sebagai “daya dukung” resiliensi itu sendiri

bagi individu. Dapatlah dibayangkan bila-mana terdapat pemuda pengidap HIV/AIDS atau pecandu narkoba yang sama sekali tak mendapat dukungan keluarganya, besar kemungkinan mereka bakal berpikir dan bertindak fatalis. Pemuda ODHA dapat seketika berpikir untuk mengakhiri hidupnya, sedang pemuda pemakai narkoba akan sulit menjalani masa-masa rehabilitasi atau justru kian larut dalam candunya akibat ketiadaan perhatian sama sekali dari keluarga. Hal serupa berlaku pula bagi berbagai kasus pemuda layaknya putus cinta, tak lulus dalam Ujian Nasional (UN), serta mereka yang tengah kesulitan menyelesaikan Tugas Akhir (skripsi) guna menyabet gelar sarjana.

● ***Masyarakat: Re-Interpretasi Mitos “Pulong Gantung”, Sebuah Contoh Kasus***

Kabupaten Gunung Kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan wilayah dengan prevalensi angka bunuh diri tertinggi di tanah air. Tercatat, terjadi 9 kasus bunuh diri per 100.000 penduduk, jauh lebih tinggi ketimbang angka rata-rata kasus bunuh diri tanah air, yakni 1,2 kasus per 100.000 penduduk. Parahnya, sebagian besar pelaku bunuh diri terkategori dalam kelompok usia remaja dan dewasa muda. Memang, di samping akibat persoalan ekonomi, tingginya angka bunuh diri di Gunung Kidul tak lepas dari mitos “*pulong gantung*” yang menjadikan tindakan tersebut sebagai bisa dimaklumi oleh masyarakat setempat (Amarullah, 2009).

Pulong gantung adalah semacam cahaya (bintang) berekor dengan warna-warna tertentu yang jatuh di atap rumah warga dan dipercaya memuat sejumlah pesan. Dikatakan, apabila *pulong* tersebut berwarna putih atau biru, maka keberuntunganlah yang dibawanya, semisal menang dalam pilihan kepala desa atau mendapat lotre. Namun sebaliknya, apabila *pulong* tersebut berwarna merah, maka kesialan atau tragedilah yang

bakal menimpa, umumnya tragedi tersebut diasosiasikan dengan salah satu warga yang akan melakukan aksi bunuh diri di kemudian hari (Catur, 2010: 39-41).

Menilik eksistensinya sebagai *local genius* ‘kearifan lokal’ masyarakat setempat, mitos *pulong gantung* memang perlu dihargai. Namun, menilik besarnya implikasi negatif yang ditimbulkannya, mitos tersebut layak ditinjau kembali. Memang, demikian abstrak untuk menggambarkan relasi yang terjadi antara penampakan *pulong* dengan tindakan bunuh diri mengingat pengkajian terkait berada dalam tataran metafisika. Bisa jadi, seorang warga yang sebelumnya memang telah frustrasi dan berniat mengakhiri hidup, bertambah bulat niatnya karena serasa menyaksikan *pulong*. Dengan demikian, ia akan berpikir bahwa “waktunya telah tiba”. Di sisi lain, *pulong* tersebut dapat pula sekadar dijadikan kedok atau *tameng* untuk melegitimasi tindakannya. Dalam hal ini, sang pelaku sama sekali tak melihat penampakan *pulong*, namun dikarenakan mitos tersebut *ajeg* dilestarikan masyarakat sekitar, maka ia merasa leluasa melakukan aksi bunuh diri, *toh* nanti masyarakat akan menganggapnya sebagai akibat penampakan *pulong*—menjadi perihal yang dimaklumi sebagaimana telah diutarakan sebelumnya. Oleh karenanya, keberadaan *pulong* bisa jadi sekadar dijadikan sebagai “kambing hitam”, ia menjadi semacam kedok motif bunuh diri seseorang di hadapan masyarakatnya, meskipun motif yang sesungguhnya bukanlah hal yang dimaksud: penampakan *pulong gantung*.

Salah satu cara guna “menjinakkan” mitos *pulong gantung* tanpa harus menghilangkan keberadaannya adalah dengan melakukan re-interpretasi atau penafsiran ulang. Di sini, peran pemuka masyarakat dan kaum intelektual diperlukan mengingat kedudukan mereka—pemuka masyarakat, terutama—sebagai pemberi makna dan pembentuk pola pikir masyarakat. Bisa saja *pulong gantung* tak lagi dimaknai secara *saklek* sebagai pertanda akan adanya salah satu warga yang

hendak bunuh diri, melainkan sebagai pengingat kepada masyarakat untuk menjaga kebersamaan di antara mereka sehingga tidak ada salah satu warganya yang menanggung beban berikut kesulitan hidup seorang diri. Hal tersebut misalnya dapat ditempuh dengan perutinan *rembug* warga atau acara kumpul-kumpul (baca: silaturahmi) yang salah satunya berfungsi sebagai penghilang halangan rentang geografis di daerah Gunung Kidul.³

Melalui re-interpretasi mitos *pulong gantung*, diharapkan tingginya angka bunuh diri di daerah Gunung Kidul dapat ditekan secara signifikan. Terlebih dengan mengingat bahwa sebagian besar dari pelaku adalah mereka yang tergolong usia remaja dan dewasa muda.

● *Penetrasi Dimensi Resiliensi melalui Budaya Pop*

Sebagaimana diungkapkan Susan B. Fine (1991:466), budaya populer semisal film, musik maupun novel dapat pula digunakan sebagai sarana memperkuat dimensi resiliensi pada individu. Seolah menjadi wacana tanding atas “efek Werther” yang berasosiasi negatif terhadap audiens, penggunaan budaya populer bagi resiliensi berupaya untuk menggenjot dan memicu semangat hidup berikut ketahanan psikis para audiens. Bahkan, upaya tersebut dapat pula dilakukan dengan menginjeksikan hal-hal yang bersifat hiperrealitas, fantasi atau khayal dalam film maupun novel yang dirilis pada publik.

Di Indonesia belakangan ini cukup banyak novel yang menggambarkan heroisme pemuda dalam mewujudkan cita-citanya. Bahkan, sebagian di antaranya telah diangkat ke layar lebar. Kisah perjuangan Andrea Hirata yang tertuang dalam *Tetralogi Laskar Pelangi*, sukses Raditya Dika sebagai penulis muda yang terkisah dalam buku maupun film *Kambing Jantan*, Ahmad Fuadi dengan

Negeri Lima Menara-nya, hingga novel fiksi karya Habiburrahman El Shirazy, *Ayat-ayat Cinta* dinilai cukup inspiratif bagi khalayak pembaca dan pemirsa. Munculnya rangkaian karya-karya tersebut ditengarai membawa arus positif bagi penguatan dimensi resiliensi masyarakat pada umumnya serta pemuda pada khususnya.

Berkenaan dengan kuatnya pengaruh literatur terhadap pembaca, Oatley (dalam Wirth & Schramm, 2005: 16-17) menjelaskan bahwa hal tersebut tak lepas dari keberadaan emosi internal dan eksternal yang terdapat di dalamnya. Emosi internal terbentuk kala pembaca masuk dan membenamkan diri dalam teks; esensi utama dari proses tersebut adalah aspek “penerimaan” dari pembaca terhadap teks yang dibacanya. Melalui penerimaan tersebut, pembaca mampu mengembangkan perasaan dan bersimpati pada figur-figur yang terdapat dalam teks. Di sisi lain, emosi eksternal bagi Oatley, terbagi dalam dua bentuk: *asimilasi* dan *akomodasi*. Asimilasi merupakan upaya mandiri yang dilakukan pembaca untuk mengisi berbagai kekosongan yang terdapat dalam alur cerita. Di sini, pembaca selalu berkeinginan untuk mengetahui kelanjutan alur cerita, namun dalam rangkaiannya sering kali ditemui ketidaklengkapan atau kekosongan peran, pada celah-celah tersebutlah pembaca mengambilalih peran yang belum terisi. Sedangkan akomodasi menunjuk pada kesenjangan harapan antara narasi yang terdapat dalam teks dengan narasi yang diharapkan oleh pembaca. Dalam hal ini, ketegangan (emosi) membaca muncul akibat adanya berbagai ketidaksesuaian tersebut.

Lebih jauh, besarnya potensi pengaruh media visual —film— terhadap audiens dijelaskan oleh Bente dan Fromm (dalam Wirth & Schramm, 2005: 18) melalui empat faktor sebagai berikut. *Pertama*, personalisasi, yakni presentasi atau penyajian yang berfokus pada alur cerita individu, di sini manusia kebanyakan tak begitu penting keberadaannya. *Kedua*, otentitas atau keaslian, cerita mengenai orang-orang yang tak terkenal

3 Terkait topografi daerah Gunung Kidul yang berbukit-bukit sehingga rentang jarak antara satu rumah warga dengan rumah warga lainnya cukup jauh.

(orang biasa) dituturkan secara langsung oleh dirinya sendiri. *Ketiga*, intimasi, topik-topik pribadi atau personal berikut aspek hubungan interpersonal yang terdapat di dalamnya diubah sehingga menjadi topik publik. *Keempat*, emosi, setiap tutur dan perilaku yang ada memang sengaja ditujukan guna memancing emosi serta komentar audiens. Dari uraian singkat mengenai *ampuhnya* media dalam mempengaruhi afeksi berikut perilaku individu tersebut, kiranya dapat dimanfaatkan bagi penguatan dimensi resiliensi pada pemuda.

Kesimpulan dan Penutup

Berpijak dari uraian di atas, penguatan dimensi resiliensi dapat menjadi salah satu cara yang ditempuh untuk mereduksi tingginya angka bunuh diri pada pemuda di tanah air dewasa ini. Konsep resiliensi yang menekankan pada ketahanan diri untuk beradaptasi dengan berbagai penderitaan maupun kesulitan hidup, berikut kemampuan untuk bangkit dan melawan mengatasinya, sesuai bagi kondisi kejiwaan pemuda yang mengalami ambiguitas (kelabihan) dengan serba-serbi persoalan yang dihadapinya. Upaya dan strategi untuk memperkuat dimensi resiliensi pada pemuda dapat dilakukan melalui berbagai cara seperti refleksi diri, menggunakan institusi keluarga dan masyarakat, maupun melalui budaya pop yang akrab dengan keseharian hidup pemuda. Namun demikian, hal terpenting dan cara terbaik untuk memperkuat resiliensi pada pemuda adalah dengan mempelajarinya secara mandiri. Di sini, pengayaan bentuk studi dan ragam analisis mengenai resiliensi memiliki relevansi yang tinggi mengingat masih jaranganya telaah serius mengenai konsep tersebut di tanah air.

Daftar Pustaka

Buku:

- Barker, Chris. 2009. *Cultural Studies*, Kreasi Wacana.
- Harker, Richard [et.al]. 2005. *(Habitus x Modal) + Ranah = Praktek*, Kreasi Wacana.
- Lathief, Supaat I, 2010, *Psikologi Fenomenologi Eksistensialisme*, Pustaka Pujangga.
- Monks, F. J (et.al). 1985. *Psikologi Perkembangan*, Gajah Mada University Press.
- Palmer, Donald D. 2003. *Sartre untuk Pemula*, Kanisius.
- Polanyi, Michael. 2001. *Kajian tentang Manusia*, Kanisius.
- Reivich, K & A. Shatte. 2002. *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*, Broadway Books.
- Samuel, Hanneman. 2010. *Emile Durkheim: Riwayat, Pemikiran dan Warisan Bapak Sosiologi Modern*, Kepik Ungu.

Jurnal:

- Bondora, Jeffrey T & Jessica L. Goodwin, "The Impact of Suicidal Content in Popular Media on the Attitudes and Behaviors of Adolescents", *Praxis Journal*, Fall 2005 Vol. 5, pp. 5.
- Fine, Susan B, 1991, "Resilience and Human Adaptability: Who Rises Above Adversity?", *American Journal of Occupational Therapy*, Ed. 45/1991, pp. 457-474.
- Ruhl, J. B, 2011, "General Design Principles for Resilience and Adaptive Capacity in Legal System with Applications to Climate Change Adaptation", *Symposium Journal of Adaptation and Resiliency in Legal System*, 2011, pp. 1373-1394.

- Scott, Diane E, 2009, "Exploring Individual Resilience", *Center for American Nurses*, November 2009, pp. 1-2.
- WHO, 2000, "Preventing Suicide: A Resource for Media Professionals", *Mental and Behavioural Disorders, Department of Mental Health, WHO-Geneva*, 2000, pp. 5.
- Wirasto, Ronny T, 2012, "Suicide Prevention in Indonesia: Providing Public Advocacy", *JMAJ*, January/February 2012, Vol. 55, No. 1, pp. 98.
- Wirth, Werner & Holger Schramm, 2005, "Media and Emotions", *Communication Research Trends*, Vol. 24 (2005) No. 3, pp. 15-18.
- Internet:**
- Amarullah, Amril, 2009, Kasus Bunuh Diri di Indonesia, http://nasional.vivanews.com/news/read/110420-kasus_bunuh_diri_di_indonesia tanggal 4 Maret 2012.
- BBC Indonesia, 2012, Ketegaran Rakyat Jepang Layak Diteladani, http://www.bbc.co.uk/indonesia/berita_indonesia/2012/03/120311_indotsunami.shtml tanggal 18 Maret 2012.
- Candra, Asep, 2011, Mengapa Sondang Bakar Diri?, <http://nasional.kompas.com/read/2011/12/12/09270091/Mengapa.Sondang.Bakar.Diri>. tanggal 5 Maret 2012.
- Dai & Yer, 2011, Bunuh Diri dengan Terjun dari Ketinggian Makin Marak, <http://www.indopos.co.id/index.php/arsip-berita-jakarta-raya/53-jakarta-raya/15949-bunuh-diri-dengan-terjun-dari-ketinggian-makin-marak.html> tanggal 9 Maret 2012.
- Goodrich, Frances & Albert Hackett, 2007, *The Diary of Anne Frank: An Educational Study Guide*, http://www.sainthelena.us/school/classrooms/middle/language/images/Annefrank_theatre_guide.pdf tanggal 6 Maret 2012.
- Pertiwi, Atmi, 2011, Putus Cinta Sebab Utama Anak Bunuh Diri, <http://www.tempo.co/read/news/2011/12/20/173372755/Putus-Cinta-Sebab-Utama-Anak-Bunuh-Diri> tanggal 5 Maret 2012.
- Riz, 2012, Pacar Sondang Hutagalung Lakukan Percobaan Bunuh Diri, <http://www.metrotvnews.com/read/news/video/2012/02/18/145537/Satu-Keluarga-di-Bali-Hilang-Tanpa-Jejak/1> tanggal 5 Maret 2012.
- Soebijoto, Hertanto, 2011, Awas Bunuh Diri di Mal Jadi Tren, <http://nasional.kompas.com/read/2011/01/05/11054546/Awas.Bunuh.Diri.di.Mal.Jadi.Tren> tanggal 9 Maret 2012.
- Zahra, Anita, 2011, Pengaruh Gambaran Tubuh terhadap Depresi pada Remaja Awal, <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/23383/4/Chapter%20I.pdf> tanggal 4 Maret 2012.