

INTERVENSI PENCEGAHAN BUNUH DIRI PADA REMAJA: LITERATURE REVIEW

SUICIDE PREVENTION INTERVENTION IN YOUTH: LITERATURE REVIEW

Hendrawati¹, Iceu Amira², Indra maulana³, Sukma Senjaya,⁴

Fakultas Keperawatan : Universitas Padjadjaran Jl.Raya Bandung Sumedang

KM 21, Jatinangor, Kabupaten Sumedang Jawa Barat

Email Korespondensi : hendrawati@unpad.ac.id

ABSTRACT

Suicide is a common problem and event in society and can occur in any age range. In 2019, it is the second leading cause of death in the world, especially in children and adolescents aged 15 to 29 years. Suicide tragedies can affect those left behind and their families, as well as communities and entire countries. This literature study aims to determine interventions that can be carried out as an effort to prevent suicide in adolescents. The literature analysis used was Scoping review, a search for research articles using three Google Scholar databases, PubMed and EBSCO from 2015-2020, with the acquisition of 189 articles according to the inclusion and exclusion criteria. After screening the title, abstract and inclusion criteria, 7 appropriate articles were selected. The seven articles were retrieved with details of 4 articles in English and 3 articles in Indonesian from various databases, including 4 articles from Google Scholar, 2 articles from PubMed, and 1 article from EBSCO. The article found seven interventions that could be performed on adolescents who are prone to suicide, namely MFHA (Mental Health First Aid), Rise and Shine Training, the SPIRIT program, non-mental health professional training programs, supportive therapy, and the SAFETY program. while interventions that can be carried out and are more effective to prevent suicide in adolescents include Teen Mental Health First Aid training, the SPIRIT (Suicide Prevention and Implementation Research Initiative) Program, Rise and Shine as a form of psychoeducation, training of non-mental health professionals, therapy supportive and SAFETY program. This research is an input for both educational and non-educational institutions in preventing suicide.

Keywords: *Suicide, Intervention, Prevention, Adolescents, Suicide risk*

Diterima: 10 Mei 2023

Direview: 11 Mei 2023

Diterbitkan: Agustus 2023

ABSTRAK

Bunuh diri adalah masalah dan peristiwa yang umum di masyarakat dan dapat terjadi di setiap rentang usia. Pada 2019, ini menjadi penyebab kematian kedua terbesar di dunia, terutama pada anak-anak dan remaja usia 15 hingga 29 tahun. Tragedi bunuh diri dapat memengaruhi orang yang ditinggalkan dan keluarga mereka, serta komunitas dan seluruh negara. Studi pustaka ini bertujuan untuk mengetahui intervensi yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan bunuh diri pada remaja. analisis literatur yang digunakan adalah *Scoping review*, pencarian artikel penelitian menggunakan tiga *database google scholar, PubMed dan EBSCO* dari tahun 2015-2020 ,dengan perolehan 189 artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Setelah dilakukan screening judul, abstrak dan kriteria inklusi dipilih 7 artikel yang sesuai. Ke tujuh artikel diambil dengan rincian 4 artikel dalam bahasa Inggris dan 3 artikel dalam bahasa Indonesia berasal dari berbagai database, termasuk 4 artikel dari *Google Scholar*, 2 artikel dari *PubMed*, dan 1 artikel dari *EBSCO*. Dalam artikel tersebut ditemukan tujuh intervensi yang dapat dilakukan pada remaja yang rentan terhadap bunuh diri, yaitu *MFHA (Mental Health First Aid)*, Pelatihan *Rise and Shine*, program *SPIRIT*, program pelatihan *non-mental health profesional*, terapi pendukung, dan program *SAFETY*. sedangkan Intervensi yang dapat dilakukan dan lebih efektif untuk mencegah bunuh diri pada remaja, antara lain pelatihan *Teen Mental Health First Aid*, Program *SPIRIT (Suicide Prevention and Implementation Research Initiative)*, *Rise and Shine* sebagai bentuk *psikoedukasi*, pelatihan *non-mental health professionals*, terapi *suportif* dan program *SAFETY*. Penelitian ini sebagai masukan bagi institusi –institusi baik pendidikan ataupun non pendidikan dalam mencegah terjadinya bunuh diri.

Kata Kunci : Bunuh diri , Intervensi, Pencegahan, Remaja, Risiko bunuh diri

PENDAHULUAN

Bunuh diri atau penganiayaan diri sendiri hingga meninggal adalah fenomena yang sangat memprihatinkan, terutama ketika pelakunya adalah remaja (Kartono, 2000). Peristiwa bunuh diri menarik karena menjadi sangat aneh dan mengejutkan bagi masyarakat awam. Depresi adalah salah satu dari banyak alasan bunuh diri, termasuk ketidakberdayaan untuk menyelesaikan masalah atau tidak memiliki cara untuk menyelesaikannya. Selain itu, bunuh diri dapat didefinisikan sebagai memutuskan secara sengaja untuk mengakhiri hidup seseorang. Bunuh diri tidak hanya terjadi pada orang dewasa, remaja, siswa, atau individu dengan gangguan mental. (Khairi, A. M., dkk. 2017). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2019) didapati bahwa hampir 800 ribu jiwa melayang karena bunuh diri setiap tahun atau sama dengan bunuh diri satu orang setiap empat puluh detiknya. Bunuh diri dapat terjadi di setiap rentang usia dan penyebab kedua terbesar pada anak usia 15-29 tahun secara global pada tahun 2019. Tragedi bunuh diri dapat memengaruhi dan berefek jangka panjang pada orang-orang yang ditinggalkan serta berimbas kepada keluarga, komunitas, dan seluruh negara. Sudah menjadi fenomena global di seluruh wilayah dunia yang pada faktanya 79% bunuh diri terjadi pada negara dengan kondisi ekonomi menengah kebawah pada tahun 2016.

Diperkirakan sekitar 20% kasus bunuh diri di dunia disebabkan oleh keracunan pestisida sendiri, yang sebagian besar terjadi di daerah pertanian pedesaan di negara berpenghasilan menengah ke bawah. Metode bunuh diri umum lainnya adalah gantung diri dan senjata api. Bunuh diri biasa terjadi secara impulsif di saat-saat krisis dengan gangguan dalam kemampuan seseorang menghadapi tekanan hidup, seperti masalah keuangan, masalah putus hubungan atau sakit, dan penyakit kronis. Konflik bencana, kekerasan, pelecehan, atau kehilangan dan rasa terasing dapat mempengaruhi seseorang melakukan tindak bunuh diri. Tingkat bunuh diri juga tinggi di antara kelompok rentan yang mengalami

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2019) melaporkan bahwa hampir 800 ribu jiwa melayang setiap tahunnya sebagai akibat dari tindakan bunuh diri; ini setara dengan satu orang setiap 40 detiknya. Bunuh diri dapat terjadi di setiap rentang usia, tetapi yang paling umum adalah pada kelompok usia 15 hingga 29 tahun pada tahun 2019. Tragedi bunuh diri dapat berdampak pada orang-orang yang ditinggalkan serta keluarga, komunitas, dan seluruh negara. Sudah menjadi fenomena global di seluruh dunia yang pada faktanya yaitu 79% bunuh diri terjadi pada negara dengan kondisi ekonomi menengah dan rendah. Sekitar 20% kasus bunuh diri di seluruh dunia disebabkan

oleh keracunan pestisida sendiri pada tahun 2016. Kasus ini terutama terjadi di daerah pertanian pedesaan di negara berpenghasilan menengah ke bawah. Bunuh diri biasanya dilakukan dengan gantung diri dan senjata api.

Masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang terdiri dari usia 13 tahun hingga 21 tahun. Pada masa remaja, terjadi perkembangan biologis, yang mencakup perkembangan fisik, psikologis, seksual, dan mental emosional. Setiap remaja memiliki tingkat perkembangan yang berbeda, jadi ada yang lebih cepat dalam perkembangan fisik dan mental. Selain itu, kebailkannya menyebabkan perkembangan mental, emosional, dan fisik remaja terlambat. Semuanya bergantung pada cara keluarga membesarkannya, terutama orang tuanya, seperti bagaimana remaja berinteraksi dengan keluarga, sekolah, dan lingkungannya. Remaja akan mengalami tekanan dan perubahan batin karena perbedaan dan perubahan ini, yang dapat (Khairi, A. M., dkk. 2017).

Berbagai faktor memengaruhi kecenderungan bunuh diri remaja. Menurut Karaman dan Durukan (2013), berdasarkan variabel pribadi, remaja yang memiliki riwayat percobaan bunuh diri lebih cenderung melakukannya lagi di masa depan. Selain itu, Kokkevi et al. (2012) menyatakan bahwa perilaku yang berisiko bagi remaja termasuk kekerasan, konsumsi

alkohol, merokok, dan penggunaan obat terlarang. Eaton et al. (2011) juga menyatakan bahwa ada hubungan antara perilaku seksual yang menyebabkan kehamilan yang tidak diinginkan dan infeksi penyakit seksual menular. seksual menular. Gagasan bunuh diri dan percobaan bunuh diri yang dilakukan oleh remaja. Keluarga juga dapat menjadi penyebab remaja bunuh diri (Braga 2013). Kehilangan orang tua atau salah satu orang tua karena penolakan, perpisahan, perceraian, atau penempatan anak di pihak ibu atau ayah.

METODE

Penyusunan literature review ini diawali dengan cara pencarian data secara terstruktur, pengumpulan, analisis, dan penyeleksian data yang berkaitan dengan topik. pencarian data dilakukan menggunakan database elektronik yaitu *EBSCO host-Cinahl*, *PMC-PubMed*, dan *Google Scholar* dengan merumuskan *PICO* sebelum dilakukan pencarian. Kata kunci (keyword) yang digunakan untuk mencari dalam bahasa Inggris yaitu Risk of Suicide, Adolescent; Intervention; Prevent Suicide. Sedangkan kata kunci dalam bahasa Indonesia adalah Risiko Bunuh Diri; Remaja; Intervensi; Pencegahan. Kriteria inklusi artikel yang dipilih antara lain artikel yang dipublikasikan dari tahun 2015-2020 (5 tahun kebelakang), membahas tindakan intervensi dan preventif risiko bunuh diri, menggunakan metode *randomized controlled trial (RCT)* atau *quasy*, dan

memiliki sampel minimal 30 responden. Artikel tidak akan digunakan apabila artikel tersebut mengenai faktor risiko, prevalensi, dan merupak hasil review.

Hasil yang ditemukan berdasarkan kata kunci berjumlah dari *database EBSCOhost-Cinahl* adalah 26 artikel (total 176) , *PMC-PubMed* sebanyak 52 artikel (total 1963) dan untuk *Google Scholar* sebanyak 103 artikel yang telah diseleksi berkaitan dengan judul dan topik yang kami ambil, dilanjut dengan menganalisis abstrak. Full-text artikel yang relevan juga kami seleksi untuk memudahkan dalam membaca artikel. Setelah disesuaikan dengan kriteria inklusi yang dipilih antara lain artikel penelitian dari tahun 2015-2020, menggunakan metode *randomized controlled trial (RCT) atau quasy*, memiliki sampel lebih dari 30 responden dan artikel mengenai faktor risiko, prevalensi, dan merupak hasil review serta abstrak yang telah dianalisis total artikel yang sesuai dan diidentifikasi oleh tim penulis sebanyak 7 artikel yang disajikan ke dalam tabel dan pembahasan. Dengan rincian 4 artikel berbahasa Inggris dan 3 artikel berbahasa Indonesia. Artikel tersebut berasal dari berbagai *database*, 4 artikel dari *google scholar*, 2 artikel dari *PubMed* dan 1 artikel dari *EBSCO*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Mental Health First Aid Mental Health First Aid (MHFA) adalah intervensi

masalah psikososial yang digunakan untuk menangani reaksi masalah kesehatan jiwa bagi individu dan masyarakat umum. MHFA mengajarkan orang awam bagaimana mengenali masalah kesehatan jiwa dan mendorong mereka untuk mencari sumber daya atau perawatan (Jorm, 2012). Tujuan tambahan MHFA adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan jiwa dan mengurangi stigma terhadap orang yang mengalami masalah kesehatan jiwa (Hart, Mason, Kelly, Cvetkovski, & Jorm, 2016).

Selain itu, Mental Health First Aid (MHFA) memiliki potensi untuk meningkatkan kesehatan jiwa remaja. Ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja akan diberikan solusi untuk mengatasi gangguan mental yang mereka alami dan juga diberikan langkah-langkah untuk mencari bantuan profesional sesuai dengan tanda dan gejala yang mereka tunjukkan. MHFA juga memiliki kemampuan untuk memberikan pendidikan kesehatan jiwa untuk mencegah perilaku yang dapat meningkatkan risiko bunuh diri pada remaja. Menurut Hart et al. (2019)

Pelatihan Rise and Shine : Into The Light Indonesia adalah sebuah organisasi sukarelawan yang terdiri dari orang muda yang berfokus pada masalah pencegahan bunuh diri dan memberikan psikoedukasi dalam bentuk pelatihan yang disebut Rise and Shine. Modul Rise and Shine berfokus

pada pemahaman tingkah laku manusia dan gejala sosial, pengantar kesehatan jiwa dan psikopatologi, pemahaman dan komunikasi hasil penelitian ilmiah, dan pengetahuan tentang bagaimana mengendalikan diri sendiri.

Selain itu, keterampilan pribadi, seperti berpikir kritis dan berbicara di depan umum, dapat membantu. Jadi, hasil dari pelatihan ini terhadap penurunan stigma antara lain ditemukan dalam penelitian oleh Reavley dan Jorm (2013). Penelitian ini menyatakan bahwa ada bukti yang memadai bahwa pelatihan tatap muka dapat mengubah sikap peserta terhadap perilaku yang berkaitan dengan masalah bunuh diri.

Program SPIRIT (*Suicide Prevention and Implementation Research Initiative*)

Dalam program SPIRIT ini terdapat 3 intervensi utama yang dilaksanakan pada penelitian (Pathare et al., 2020), yaitu Intervensi yang pertama berbasis pada sekolah (*Youth Aware of Mental health (YAM)*). Intervensi ini merupakan interaktif untuk remaja yang disampaikan dalam ruang bebas guru, dengan tujuan untuk mempromosikan diskusi dan meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan mental dan pengembangan keterampilan pemecahan masalah dan kecerdasan emosional, berupa program promosi kesehatan mental universal di sekolah-sekolah, untuk di kelas intervensi yang bertujuan untuk mencegah

depresi, mengurangi ide bunuh diri, dan mempromosikan kesehatan mental di antara siswa kelas 9 yang berusia antara 14 dan 16 tahun. Intervensi yang kedua ditujukan untuk komunitas masyarakat yang lebih luas yaitu penyimpanan pestisida oleh komunitas.

Training non-mental health professionals

Dalam cara ini Guru sangat berperan yang cukup bermakna yaitu dalam pengontrolan

METODE

Penyusunan literature review ini diawali dengan cara pencarian data secara terstruktur, pengumpulan, analisis, dan penyeleksian data yang berkaitan dengan topik. pencarian data dilakukan menggunakan database elektronik yaitu *EBSCO host-Cinahl*, *PMC-PubMed*, dan *Google Scholar* dengan merumuskan *PICO* sebelum dilakukan pencarian. Kata kunci (keyword) yang digunakan untuk mencari dalam bahasa inggris yaitu Risk of Suicide, Adolescent; Intervention; Prevent Suicide. Sedangkan kata kunci dalam bahasa Indonesia adalah Risiko Bunuh Diri; Remaja; Intervensi; Pencegahan. Kriteria inklusi artikel yang dipilih antara lain artikel yang dipublikasikan dari tahun 2015-2020 (5 tahun kebelakang), membahas tindakan intervensi dan preventif risiko bunuh diri, menggunakan metode *randomized controlled trial (RCT)* atau *quasy*, dan memiliki sampel minimal 30 responden. Artikel tidak akan digunakan apabila artikel tersebut mengenai faktor risiko, prevalensi,

dan merupak hasil review.

Hasil yang ditemukan berdasarkan kata kunci berjumlah dari *database EBSCOhost-Cinahl* adalah 26 artikel (total 176) , *PMC-PubMed* sebanyak 52 artikel (total 1963) dan untuk *Google Scholar* sebanyak 103 artikel yang telah diseleksi berkaitan dengan judul dan topik yang kami ambil, dilanjut dengan menganalisis abstrak. Full-text artikel yang relevan juga kami seleksi untuk memudahkan dalam membaca artikel. Setelah disesuaikan dengan kriteria inklusi yang dipilih antara lain artikel penelitian dari tahun 2015-2020, menggunakan metode *randomized controlled trial (RCT) atau quasy*, memiliki sampel lebih dari 30 responden dan artikel mengenai faktor risiko, prevalensi, dan merupak hasil review serta abstrak yang telah dianalisis total artikel yang sesuai dan diidentifikasi oleh tim penulis sebanyak 7 artikel yang disajikan ke dalam tabel dan pembahasan. Dengan rincian 4 artikel berbahasa Inggris dan 3 artikel berbahasa Indonesia. Artikel tersebut berasal dari berbagai *database*, 4 artikel dari *google scholar*, 2 artikel dari *PubMed* dan 1 artikel dari *EBSCO*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Mental Health First Aid Mental Health First Aid (MHFA) adalah intervensi masalah psikososial yang digunakan untuk menangani reaksi masalah kesehatan jiwa bagi individu dan masyarakat umum.

MHFA mengajarkan orang awam bagaimana mengenali masalah kesehatan jiwa dan mendorong mereka untuk mencari sumber daya atau perawatan (Jorm, 2012). Tujuan tambahan MHFA adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan jiwa dan mengurangi stigma terhadap orang yang mengalami masalah kesehatan jiwa (Hart, Mason, Kelly, Cvetkovski, & Jorm, 2016).

Selain itu, Mental Health First Aid (MHFA) memiliki potensi untuk meningkatkan kesehatan jiwa remaja. Ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja akan diberikan solusi untuk mengatasi gangguan mental yang mereka alami dan juga diberikan langkah-langkah untuk mencari bantuan profesional sesuai dengan tanda dan gejala yang mereka tunjukkan. MHFA juga memiliki kemampuan untuk memberikan pendidikan kesehatan jiwa untuk mencegah perilaku yang dapat meningkatkan risiko bunuh diri pada remaja. Menurut Hart et al. (2019)

Pelatihan Rise and Shine : Into The Light Indonesia adalah sebuah organisasi sukarelawan yang terdiri dari orang muda yang berfokus pada masalah pencegahan bunuh diri dan memberikan psikoedukasi dalam bentuk pelatihan yang disebut Rise and Shine. Modul Rise and Shine berfokus pada pemahaman tingkah laku manusia dan gejala sosial, pengantar kesehatan jiwa dan psikopatologi, pemahaman dan komunikasi

hasil penelitian ilmiah, dan pengetahuan tentang bagaimana mengendalikan diri sendiri.

Selain itu, keterampilan pribadi, seperti berpikir kritis dan berbicara di depan umum, dapat membantu. Jadi, hasil dari pelatihan ini terhadap penurunan stigma antara lain ditemukan dalam penelitian oleh Reavley dan Jorm (2013). Penelitian ini menyatakan bahwa ada bukti yang memadai bahwa pelatihan tatap muka dapat mengubah sikap peserta terhadap perilaku yang berkaitan dengan masalah bunuh diri.

Program SPIRIT (*Suicide Prevention and Implementation Research Initiative*)

Dalam program SPIRIT ini terdapat 3 intervensi utama yang dilaksanakan pada penelitian (Pathare et al., 2020), yaitu Intervensi yang pertama berbasis pada *sekolah (Youth Aware of Mental health (YAM))*. Intervensi ini merupakan interaktif untuk remaja yang disampaikan dalam ruang bebas guru, dengan tujuan untuk mempromosikan diskusi dan meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan mental dan pengembangan keterampilan pemecahan masalah dan kecerdasan emosional, berupa program promosi kesehatan mental universal di sekolah-sekolah, untuk di kelas intervensi yang bertujuan untuk mencegah depresi, mengurangi ide bunuh diri, dan mempromosikan kesehatan mental di antara siswa kelas 9 yang berusia antara 14 dan 16 tahun. Intervensi yang kedua ditujukan

untuk komunitas masyarakat yang lebih luas yaitu penyimpanan pestisida oleh komunitas kondisi siswa di sekolah, ditambah lagi sebagian besar waktu siswa dihabiskan di sekolah. Bermaknanya peran guru terhadap perkembangan siswa, membuat guru sebaiknya memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang siswa berisiko. Pelatihan diberikan pada guru selama 8 jam meliputi lecture, latihan serta diskusi, tentang perkembangan remaja terkait depresi dan bunuh diri (perkembangan kognitif; otonomi; keterkaitan, kompetensi, pengarahan diri sendiri; pengalaman masa kecil yang merugikan), tanda peringatan, resiko, dan protektif faktor bunuh diri, strategi penilaian bunuh diri, teori strategi dan teknik CBT serta perencanaan keselamatan.

Untuk mengurangi dorongan bunuh diri pada pasien skizofrenia, terapi suportif dilaksanakan melalui teknik bimbingan dalam sepuluh sesi pertemuan dengan strategi intervensi. Untuk mencapai tujuan dan perilaku yang diharapkan, rancangan intervensi didasarkan pada kerangka berpikir dan paradigma penelitian. Intervensi yang dilakukan yaitu : Menghilangkan depresi dan gangguan kesehatan mental, kehilangan harapan (kehilangan harapan) dan ketidak berdayaan (kehilangan bantuan), isolasi sosial menyebabkan depresi dan gangguan kesehatan mental, peristiwa negatif dalam hidup, dan gangguan keluarga. Intervensi

tersebut dievaluasi dalam 10 sesi.

Program Keselamatan: Trial Development of a Cognitive Behavioral Family Treatment for Teenage Suicide Attempters. Program *Safety* adalah singkatan dari *Safe Alternatives for Teens & Youths*, dengan nama yang dimaksudkan yaitu sebagai pengingat bahwa program difokuskan pada peningkatan keselamatan, sehingga perawatan disusun menggunakan Piramida keselamatan, yang menjelaskan tentang target pengobatan dan modul cara menangani setiap tingkat piramida untuk pemuda dan orangtua. Piramida ini menekankan (a) landasan pada prinsip setelan aman dicapai melalui membatasi akses ke metode upaya bunuh diri yang berbahaya dan menambah waktu dalam pengaturan yang aman; (b) mempromosikan interaksi dengan aman.

SIMPULAN

Risiko bunuh diri pada remaja dapat disebabkan oleh beberapa hal seperti menjadi korban pelecehan di sekolah atau teman sebayanya, menghadapi tantangan baru, mengalami tekanan psikologis dari orang lain, mengalami masalah keuangan dalam keluarganya, dan memiliki masalah dalam keluarga atau teman sebayanya. Menurut beberapa penelitian, intervensi seperti Mental Health First Aid, Teen Mental Health First Aid, dan Program *SPIRIT (Suicide Prevention and Implementation Research Initiative)*,

pelatihan *non-mental health professionals, Rise and Shine* sebagai bentuk *psikoedukasi*, terapi *suportif* dan program *SAFETY*. Pencegahan bunuh diri pada remaja merupakan hal yang sangat penting untuk dilakukan dan sebagai besar upaya-upaya tersebut membutuhkan banyak partisipasi dari berbagai pihak. Diharapkan dengan menerapkan upaya-upaya pencegahan, maka remaja dapat memiliki keadaan mental yang lebih baik dan terhindar dari kejadian bunuh diri, baik itu isyarat, ancaman, maupun percobaan bunuh diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alonzo, D., Popescu, M., & Zubaroglu-Ioannides, P. (2020). Training non-mental health professionals to assess and manage suicide risk: Community level intervention for suicide prevention in Guatemala. *The International journal of social psychiatry*, 20764020970237. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/0020764020970237>.
- Asarnow, J. R., Berk, M., Hughes, J. L., & Anderson, N. L. (2015). The SAFETY Program: a treatment-development trial of a cognitive-behavioral family treatment for adolescent suicide attempters. *Journal of Clinical Child & Adolescent*

- Psychology, 44(1), 194-203.
- Febriawan, I. M. (2020). Pelatihan Rise and Shine sebagai metode psikoedukasi: Bisakah menurunkan stigma bunuh diri?. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(3), 277-291.
- F. (2020). Evaluation of the SPIRIT Integrated Suicide Prevention Programme: study protocol for a cluster-randomised controlled trial in rural Gujarat, India. *Trials*, 21(1),
- 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(4), 382–392.
<https://doi.org/10.1177/0004867419885450>
- Pathare, S., Shields-Zeeman, L., Vijayakumar, L., Pandit, D., Nardodkar, R., Chatterjee, S., Smit, Khairi, A. M., Fadillah, G. F., & Triyono, T. (2017, August). Cognitive Restructuring Sebagai Upaya Preventif Bunuh Diri Siswa Di Sekolah. In *Proceeding Seminar Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2017* (Vol. 1, pp. 10-19).
- Sulastry, Pardede. (2017). Penerapan Terapi Suportif Dengan Teknik Bimbingan Untuk Mengurangi Dorongan Bunuh Diri Pada Pasien Skizofrenia. *Pusat Kajian Unindra*. Volume 1 Number 1: 89-96.<https://doi.org/10.26539/117>
- Tololiu, T. A., Keliat, B. A., & Rekawati, E. (2012). Pengaruh Latihan Coping With Stress Terhadap Risiko Bunuh Diri Pada Remaja Di SMP Kasih Kota Depok Tahun 2010. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo)*, 1(1), 1.
<https://doi.org/10.1186/s13063-020-04472-2>
- Valentina, T. D., & Martani, W. (2018). Apakah Hasangapon, Hagabeon, dan Hamoraon sebagai Faktor Protektif atau Faktor Risiko Perilaku Bunuh Diri Remaja Batak Toba? Sebuah Kajian Teoritis tentang Nilai Budaya Batak Toba. *Buletin Psikologi*, 26(1), 1-11.
- World Health Organization. (2019). Suicide. Diakses pada 7 Desember 2020. Dikutip dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheet/detail/suicide>.