

Cenderung bunuh diri seawal usia 13 tahun

➔ Perlakuan berkait rapat pelbagai faktor 'menghantui' pelajar

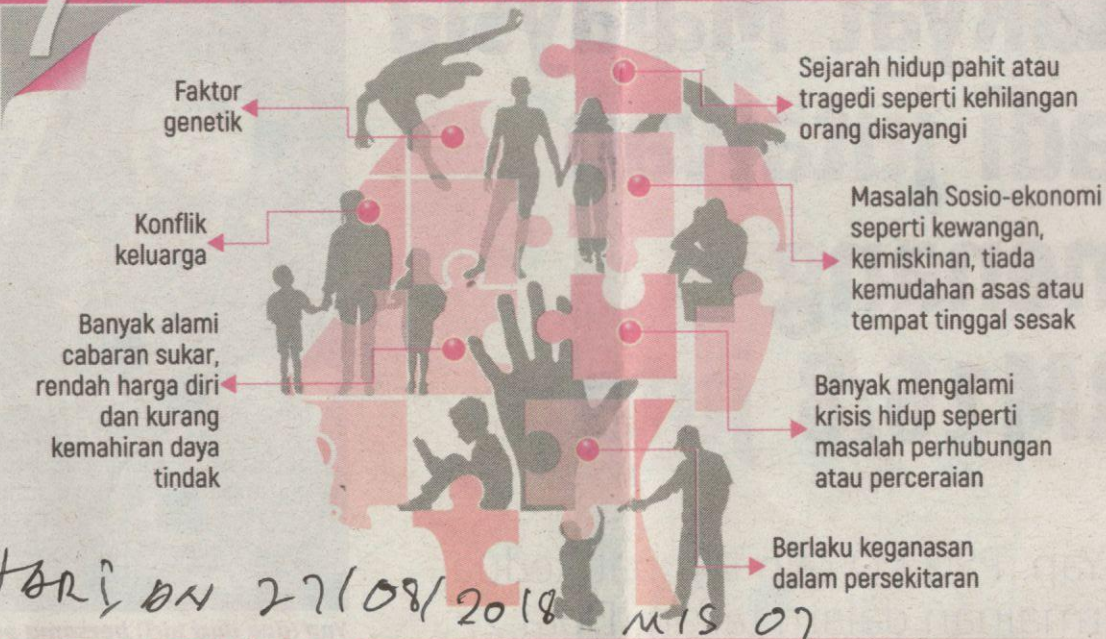
berkait rapat dengan faktor biologi, sosioekonomi, budaya dan persekitaran, dengan faktor kemiskinan dan kegagalan akademik menjadi pendorong utama.

Faktor psikologi atau psikiatri seperti kemurungan, skizofrenia, penyalahgunaan ubatan, alkohol dan gangguan personaliti turut menceus kepada perlakuan bunuh diri.

Peraturan itu diperoleh berdasarkan kajian yang dibuat ke atas 30,496 sampel terdiri daripada pelajar sekolah menengah berusia 13 hingga 17 tahun.

Mereka ialah pelajar di 212 se-

7 PUNCA UTAMA MASALAH KESIHATAN MENTAL



SIMPTOM BUNUH DIRI

- ▲ Perubahan tingkah laku dalam tempoh dua minggu (terlalu ceria atau mengasingkan diri)
- ▲ Gagal dalam percintaan, menyatakan hidup tidak lagi berguna
- ▲ Tidak berminat hadir ke kelas atau merosot pencapaian pelajaran
- ▲ Menyatakan hasrat pergi jauh' biasanya di laman sosial
- ▲ Mudah marah, mendengar muzik luar biasa maksud dan rentak
- ▲ Perubahan biologi - sukar tidur, kurang selera makan, tidur berlebihan atau makan melebihi kadar biasa
- ▲ Tidak menjaga penampilan diri terutama tahap kebersihan dan rupa paras.

► Kuala Lumpur

Risiko membunuh diri dalam kalangan pelajar sekolah makin membimbangkan apabila remaja seawal usia 13 tahun disahkan mempunyai kecenderungan atau merancang untuk berbuat demikian.

Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan (NHMS) 2017, Kementerian Kesihatan mendedahkan, 11.2 peratus remaja dalam kelompok itu mempunyai idea untuk membunuh diri, sembilan peratus merancang untuk bunuh diri dan 10.1 peratus melakukan cubaan untuk bunuh diri.

Perlakuan remaja untuk membunuh diri mengikut kajian itu

Mereka ialah pelajar di 212 sekolah menengah yang dipilih secara rawak di seluruh Malaysia, termasuk Sabah dan Sarawak.

Pensyarah dan Doktor Psikiatri Pusat Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia (PPUKM), Dr Hazli Zakaria, berkata kajian NHMS juga mendapati, remaja seawal usia 11 tahun sudah mula membuat penilaian terhadap kesan daripada sebarang tindakan, sama ada yang dilakukan sendiri atau orang di sekeliling, terutama ibu bapa.

“Ada sesetengah remaja gagal menyesuaikan diri dengan perubahan dalam tempoh membentuk peribadi. Tanpa sokongan ibu bapa, mereka mula berasaskan diri kosong serta berbeza daripada orang lain.

“Hal ini mendorong remaja melakukan tindak balas berunsur kerosakan seperti mencederakan diri sendiri serta bersikap impulsif (mudah terdorong), sekali gus cenderung bertindak luar batasan dengan hanya sedikit provokasi atau kekecewaan,” katanya kepada BH.

Dr Hazli berkata, kajian di beberapa negara barat mendapati 27 hingga 39 peratus kes bunuh diri berlaku dalam tempoh enam minggu daripada sesuatu mala petaka atau trauma yang dihadapi mangsa.

“Ini membuktikan remaja yang berhasrat membunuh diri sebenarnya ingin menarik perhatian keluarga, yang masalah itu hanya dapat diselesaikan seandainya ibu

bapa memberi perhatian rapi kepada anak sejak mereka kecil dan sentiasa berkongsi masalah dengan mereka,” katanya.

‘Terperangkap’ peralihan usia
Sementara itu, Presiden Persatuan Sokongan dan Kesedaran Penyakit Mental (MIASA), Anita Abu Bakar, berkata remaja yang berada dalam peringkat membentuk identiti diri seakan ‘terperangkap’ antara peralihan usia kanak-kanak dan dewasa, menyebabkan mereka cenderung berkelakuan terlalu ekstrem atau terlalu pendiam.

Katanya, masalah berkaitan kekeluargaan, persahabatan, percintaan atau hubungan dengan guru dan rakan sebaya kerap menim-

bulkan tekanan kepada remaja.

“Ada kala cubaan bunuh diri diceritakan kepada rakan, tapi rakan pula menganggapnya sekadar remeh. Ada juga luahan dibuat di laman sosial, namun dipersenda kerana dianggap bahan gurauan.

“Kes cubaan bunuh diri ada yang dibuktikan bukan dirancang, sebaliknya disebabkan krisis yang menimpa mangsa secara tiba-tiba membuatkan remaja rasa bimbang, ketakutan dan tidak selesa.

Katanya, kajian turut menunjukkan wujud kaitan antara kemurungan kronik dengan perbuatan membunuh dan biasanya mangsa cuba cari jalan keluar dengan mengambil dadah, pil khayal, merokok atau minum arak.