

APA ITU KES BUNUH DIRI?

Pengarang

Goh Yong Zhen

Seksyen 2

Kajian ini adalah berkaitan dengan kandungan Falsafah dan Isu Semasa. Gejala bunuh diri dalam kalangan masyarakat Malaysia kini semakin menjadi-jadi. Kita mestilah bersedar dan memandang serius tentang isu ini.

1 Pengenalan

Bunuh diri adalah perbuatan untuk menamatkan atau menghilangkan nyawa diri sendiri dan juga ungkapan putus asa dalam kaitannya dengan masalah kehidupan yang kelihatan tidak dapat dipecahkan. Dalam keadaan keperluan eksistensial yang melampau, mereka yang terkena dampak tidak melihat jalan alternatif untuk membunuh diri. keadaan ini biasanya berlangsung lebih lama dan biasanya mengalami tekanan. Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), bunuh diri berada di antara sepuluh (10) penyebab utama kematian di dunia dan penyebab kedua kematian bagi mereka yang berumur 15 – 29 tahun.

2 Objektif

1. Mengenalpasti sebab-sebab berlakunya kes bunuh diri.
2. Mengenalpasti langkah-langkah dan usaha-usaha yang perlu dilakukan untuk mengelakkan tindakan bunuh diri pada masa yang akan datang.
3. Membandingkan kes bunuh diri pada ketiga-tiga tahun.

3 Metode

methodologi yang digunakan dalam kajian ialah sumber dari internet yang sahih.

Set data menggunakan chart bar untuk menunjukkan statistik kes bunuh diri pada tahun 2019 hingga tahun 2021 berdasarkan penyataan PDRM.

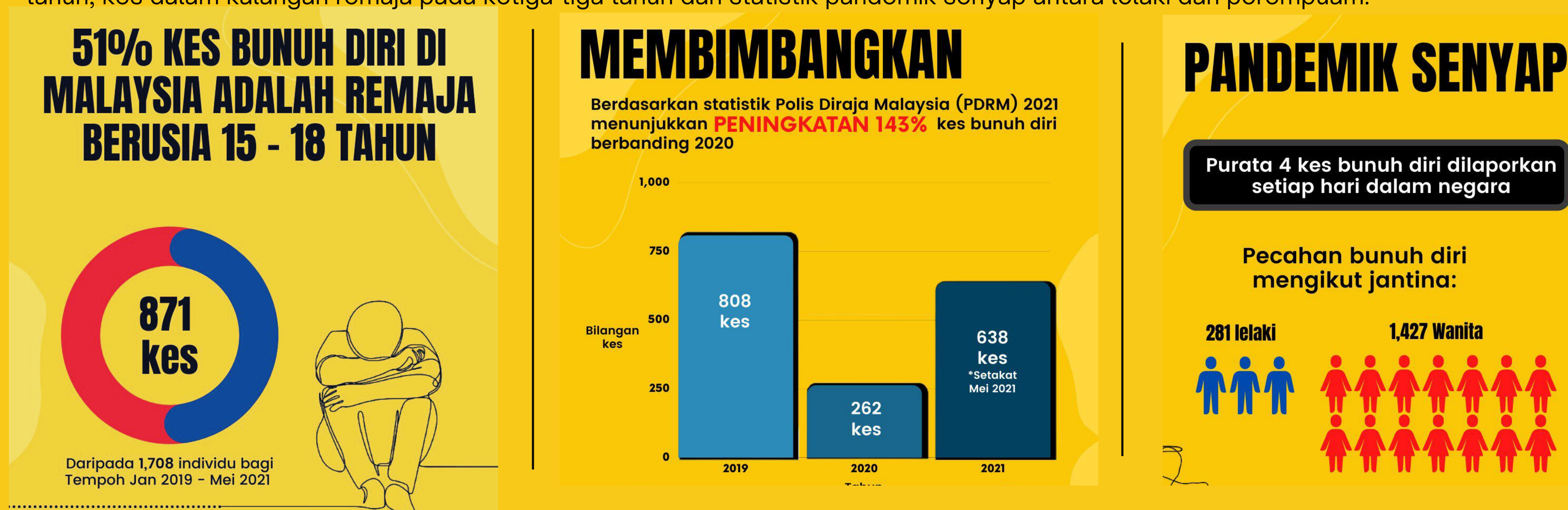
4 Perbincangan

Antara **punca** berlakunya kes bunuh diri ialah isu psikososial dan persekitaran, isu kewangan (kehilangan sumber pendapatan atau pekerjaan), penyakit mental seperti kemurungan atau penyakit mental yang lain, kurang sokongan sosial dan penyalahgunaan substans. Baru-baru ini, terdapat juga impak kesihatan mental akibat pandemic COVID-19, Lockdown berpanjangan menyebabkan kurang hubungan sosial, kanak-kanak terpaksa tidak bersekolah seperti ketinggalan dalam pembelajaran dan hubungan sosial yang penting.

Tindakan yang boleh dilakukan ialah bertanya tentang rancangan bunuh diri mereka, hadkan akses mereka kepada objek atau tempat berbahaya, pastikan mereka tidak berseorangan, bantu mereka untuk mendapatkan bantuan perubatan segera di mana-mana fasiliti kesihatan kerajaan dan swasta yang terdekat, jangan takut untuk melibatkan ahli keluarga atau rakan mereka, dapatkan bantuan kumpulan sokongan untuk penjaga atau keluarga pesakit mental, sekiranya mereka menamatkan hidup dengan membunuh diri, dapatkan sokongan dan bantuan punca-bunuh diri.

5 Analisis

Rajah di bawah menunjukkan statistik dan hasil kajian pada tahun 2019 hingga tahun 2021 seperti bandingan kes bunuh diri pada ketiga-tiga tahun, kes dalam kalangan remaja pada ketiga-tiga tahun dan statistik pandemik senyap antara lelaki dan perempuan.



6 Kesimpulan

Kita mestilah menghargai nyawa yang berharga dan memilih jalan yang lebih baik selain daripada bunuh diri. Sekiranya tanda-tanda di atas ada pada diri atau rakan-rakan, segeralah dapatkan bantuan sokongan profesional dengan berjumpa kaunselor, pakar psikologi atau psikiatri atau sila hubungi hotline 24 jam 03-762772929. Mulakan langkah dan hentikan stigma. Kita semua boleh mengubah kehidupan seseorang menjadi lebih bermakna!

Rujukan

1. Roslan, Suraya. "Kes Bunuh Diri Meningkat 143 Peratus." Berita Harian, 10 Sept. 2021, www.bharian.com.my/berita/nasional/2021/09/862128/kes-bunuh-diri-meningkat-143-peratus.2.
2. ZULKAFLI, NAZRIN. "638 Kes Bunuh Diri Dilaporkan Sehingga Julai." Sinarharian, 10 Sept. 2021, www.sinarharian.com.my/article/160623/BERITA/Nasional/638-kes-bunuh-diri-dilaporkan-sehingga-Julai. Accessed 30 Oct. 2021.
3. BERNAMA. "Perlu Lebih Empati Dalam Menangani Kes Bunuh Diri." Harian Metro, 10 Sept. 2021, www.hmetro.com.my/mutakhir/2021/09/753228/perlu-lebih-empati-dalam-menangani-kes-bunuh-diri.