

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Fenomena bunuh diri di Kecamatan Rahong Utara bukanlah isu sepele, melainkan merupakan realitas sosial yang sangat mengkhawatirkan. Data-data yang diuraikan pada bab sebelumnya menunjukkan bahwa adanya peningkatan signifikan dalam angka bunuh diri, baik di tingkat lokal maupun nasional. Terlebih lagi, banyak kasus yang melibatkan remaja dan orang dewasa muda, yang seharusnya berada pada fase produktif dalam kehidupan mereka. Masalah-masalah ini berakar dari berbagai faktor, termasuk ketidakmampuan individu dalam menghadapi tekanan hidup, stigma sosial yang melekat pada kesehatan mental serta terbatasnya akses terhadap layanan dan dukungan psikologis.

Tindakan bunuh diri sering kali merupakan puncak dari perjalanan panjang yang penuh penderitaan emosional dan mental. Individu yang mengambil langkah ini sering kali merasa terjebak dalam keadaan sulit dan kehilangan harapan. Ketika mereka tidak mendapatkan solusi atau dukungan dari lingkungan sekitar, pilihan untuk mengakhiri hidup tampak sebagai jalan terakhir. Dalam konteks ini, dukungan sosial dari keluarga dan jaringan yang lebih luas menjadi sangat penting, karena dapat memberikan rasa aman, identitas dan penerimaan bagi individu yang sedang berjuang. Pada sisi lain, ensiklik *Evangelium Vitae* memberikan wawasan mendalam mengenai martabat kehidupan manusia. Melalui dokumen ini, Paus Yohanes Paulus II menekankan bahwasannya setiap kehidupan adalah suci dan harus dihormati, karena merupakan anugerah dari Tuhan. Paus berpendapat bahwa tindakan bunuh diri merupakan pelanggaran terhadap hak eksklusif Tuhan atas kehidupan, yang menciptakan dilema moral yang berat. Pesan dari Ensiklik *Evangelium Vitae* tidak hanya ditujukan kepada umat Katolik,

tetapi juga menawarkan perspektif universal mengenai nilai kehidupan yang harus dijunjung tinggi oleh setiap individu.

Paus Yohanes Paulus II mengajak umat untuk saling mencintai dan mendukung satu sama lain, dengan membangun hubungan yang berlandaskan cinta dan kasih sayang. Hal ini penting agar setiap individu merasa diperhatikan, dihargai dan memiliki tempat yang aman dalam masyarakat. Oleh karena itu, pendidikan mengenai nilai-nilai hidup dan kesehatan mental menjadi sangat krusial. Masyarakat perlu dilatih untuk menghargai kesehatan mental, menyadari pentingnya mengatasi stigma serta mendukung individu yang menghadapi masalah emosional.

Dengan demikian, penanganan masalah bunuh diri di Kecamatan Rahong Utara harus dilakukan secara menyeluruh dan terpadu. Hal ini melibatkan pendekatan yang memadukan nilai-nilai moral dan spiritual, sesuai dengan ajaran dalam Ensiklik *Evangelium Vitae*. Kolaborasi antara berbagai elemen masyarakat, termasuk individu, organisasi sosial, gereja dan pemerintah, sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya menghargai kehidupan. Upaya menciptakan lingkungan yang responsif terhadap kesehatan mental adalah kunci dalam upaya pencegahan bunuh diri. Hal ini meliputi pengembangan program edukasi yang proaktif, pengakuan terhadap pentingnya kesehatan mental, serta memfasilitasi akses terhadap layanan kesehatan yang berkualitas. Selain itu, diperlukan jaringan dukungan yang solid di dalam keluarga dan antara sesama, agar individu merasa terhubung, tidak terisolasi, dan memiliki ruang untuk berbagi beban.

Melalui langkah-langkah yang komprehensif, diharapkan implementasi program pencegahan bunuh diri yang mengedepankan nilai-nilai yang terdapat dalam ensiklik *Evangelium Vitae*. Pada akhirnya, dengan komitmen bersama untuk memerangi stigma serta meningkatkan lingkungan yang aman, setiap orang dapat secara kolektif mengurangi angka bunuh diri dan memperbaiki kualitas hidup individu serta kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan. Melalui kerja sama yang sinergi dan dedikasi yang tinggi, setiap individu dapat mengalami

kehidupan yang lebih berarti, penuh harapan dan saling mendukung dalam perjalanan hidupnya.

5.2 Saran

Fenomena bunuh diri yang semakin mengkhawatirkan di Kecamatan Rahong Utara membutuhkan perhatian serius dari semua pihak. Hal ini menunjukkan pentingnya kolaborasi antara berbagai elemen masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang suportif. Oleh karena itu, terdapat langkah-langkah strategis yang dapat diambil oleh keluarga, masyarakat, kaum muda, lembaga pendidikan, pemerintah, dan gereja untuk mengatasi isu yang kompleks ini.

5.2.1 Bagi Keluarga

Keluarga adalah unit sosial yang terdiri dari individu-individu yang saling terhubung melalui hubungan darah, pernikahan, atau adopsi. Fungsi keluarga adalah sebagai lingkungan pertama bagi perkembangan dan pembentukan identitas seseorang. Dalam keluarga, anggota saling memberikan dukungan emosional, berbagi pengalaman, dan membangun nilai-nilai bersama. Keluarga juga memiliki peran penting dalam menciptakan rasa aman dan nyaman, serta menjadi tempat di mana individu dapat belajar dan tumbuh. Peran keluarga sangat penting dalam mendukung kesehatan mental anggota-anggotanya. Dalam mengatasi masalah bunuh diri, keluarga dapat mengambil beberapa langkah konkret yang mudah dilakukan.

Pertama, meluangkan waktu untuk berbicara santai, misalnya saat perjamuan makan bersama. Hal ini mudah dan sederhana, namun memiliki manfaat yang sangat penting terutama dalam menciptakan suasana yang nyaman, di mana setiap anggota merasa bebas untuk berbagi perasaan dan pengalaman. *Kedua*, melakukan aktivitas bersama juga sangat bermanfaat. Rencana kegiatan sederhana di luar rumah, seperti melakukan ziarah rohani dan mengadakan rekreasi keluarga dapat memperkuat ikatan antaranggota keluarga. Aktivitas ini tidak hanya menciptakan momen bahagia, tetapi juga memberikan kesempatan untuk saling mengenal lebih baik. *Ketiga*, menciptakan lingkungan positif di rumah sangat penting. Suasana yang menyenangkan dan penuh dukungan akan

membuat setiap anggota merasa dihargai dan diterima. Hal ini dapat dilakukan dengan cara sederhana yakni menghias ruang keluarga dengan foto-foto kenangan indah yang memperkuat rasa kebersamaan. *Keempat*, keluarga perlu mengenali tanda-tanda perubahan perilaku yang mungkin menunjukkan masalah kesehatan mental. Memperhatikan perubahan dalam perilaku, seperti isolasi atau penurunan minat, dapat menjadi langkah awal untuk memberikan dukungan yang diperlukan. Jika terdapat tanda-tanda yang mencolok, penting untuk mengajak anggota keluarga tersebut berbicara dan mencari bantuan profesional jika diperlukan. Dengan menerapkan langkah-langkah konkret yang sudah disebutkan, keluarga dapat berperan aktif dalam mencegah bunuh diri dan menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental, sehingga setiap anggota merasa diperhatikan dan dihargai.

5.2.2 Bagi Masyarakat

Masyarakat berperan penting dalam mencegah bunuh diri dengan menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental. *Pertama*, meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental melalui program edukasi, seperti seminar dan lokakarya, dapat membantu masyarakat memahami isu ini dan mendorong pencarian bantuan. *Kedua*, menciptakan ruang untuk dialog terbuka mengenai kesehatan mental akan mengurangi stigma dan meningkatkan solidaritas antarindividu. *Ketiga*, membentuk jaringan dukungan komunitas yang melibatkan berbagai elemen, termasuk lembaga kesehatan dan organisasi sosial, akan menyediakan akses ke layanan yang diperlukan. *Keempat*, kolaborasi antara pemerintah, sekolah, dan organisasi sosial sangat penting untuk merancang program pencegahan yang efektif. *Kelima*, mengadakan kegiatan sosial yang inklusif dapat memperkuat ikatan dalam komunitas, menciptakan rasa kebersamaan. Dengan langkah-langkah ini, masyarakat dapat berkontribusi secara signifikan dalam mencegah bunuh diri dan mendukung kesehatan mental individu.

5.2.3 Bagi Kaum Muda

Pendidikan kesehatan mental di sekolah-sekolah harus menjadi prioritas. Kurikulum yang mencakup materi bimbingan konseling dan kesehatan mental

akan membekali mereka dengan keterampilan yang sangat penting untuk menghadapi tekanan hidup. Partisipasi dalam kegiatan positif seperti olahraga atau seni, dapat meningkatkan kesejahteraan mental. Menciptakan ruang bagi kaum muda untuk berbicara tentang perasaan dan tantangan yang mereka hadapi sangatlah penting untuk mencegah perasaan terasing.

5.2.4 Bagi Lembaga Pendidikan

Sekolah-sekolah perlu memiliki staf yang terlatih untuk mengenali dan menangani masalah kesehatan mental siswa. Membangun program konseling yang mudah diakses akan memberikan dukungan yang sangat dibutuhkan oleh siswa yang mengalami kesulitan. Integrasi kesehatan mental dalam kurikulum tidak hanya membantu siswa dalam memahami pentingnya menjaga kesehatan mental, tetapi juga mengembangkan keterampilan hidup yang positif.

5.2.5 Bagi Pemerintah

Berdasarkan data-data yang sudah dibahas sebelumnya, maka dalam rangka mengatasi dan menekan angka kasus bunuh diri yang semakin memprihatinkan di Kecamatan Rahong Utara, penulis ingin menyampaikan beberapa saran konkret yang dapat diimplementasikan oleh pemerintah, mulai dari tingkat desa, kecamatan, kabupaten hingga provinsi. Upaya ini tidak hanya bersifat responsif, tetapi juga proaktif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental, serta mendorong pertumbuhan psikologis masyarakat. Adapun langkah-langkah konkret itu adalah sebagai berikut.

Pertama, bagi Pemerintah Desa di Kecamatan Rahong Utara. Pemerintahan desa adalah lembaga pemerintahan yang berada di tingkat terendah dalam struktur pemerintahan di Indonesia. Pemerintahan desa bertanggung jawab untuk mengelola dan mengatur urusan pemerintahan dan pembangunan di desa. Pemerintahan desa terdiri dari kepala desa dan perangkat desa, yang memiliki tugas untuk menciptakan dan mengelola program-program yang dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat, menjaga keteraturan dan mengembangkan potensi desa. Pemerintahan desa memiliki peran yang sangat

penting dalam menciptakan lingkungan sosial yang mendukung kesejahteraan mental masyarakat. Berbagai cara di mana pemerintah desa dapat berkontribusi dalam pencegahan kasus bunuh diri.

Langkah-langkah konkret yang bisa dilakukan oleh pemerintah desa dalam mencegah kasus bunuh diri di Kecamatan Rahong Utara adalah sebagai berikut. *Pertama*, melakukan program edukasi dan penyuluhan. Pemerintah desa perlu mengadakan program penyuluhan berkala tentang kesehatan mental yang mencakup berbagai aspek, seperti pengenalan tanda-tanda depresi dan perilaku berisiko bunuh diri. Kegiatan ini bisa melibatkan tenaga kesehatan profesional yang memiliki keahlian dalam psikologi dan konseling. Melalui dialog terbuka dan edukasi, masyarakat akan lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan mental dan mencari bantuan ketika dibutuhkan.

Kedua, mendirikan pusat konseling. Pemerintah desa dapat berkontribusi dalam pencegahan kasus bunuh diri dengan mendirikan pusat konseling di tingkat desa yang dapat diakses oleh masyarakat secara bebas. Pusat ini seharusnya menyediakan layanan psikologis, terapi, serta dukungan emosional bagi individu yang menghadapi tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Menyediakan tempat aman dan nyaman dapat membantu masyarakat untuk lebih termotivasi untuk menggunakan jasa layanan konseling tanpa merasa terstigma.

Kedua, bagi Pemerintah Kecamatan Rahong Utara. Pemerintahan kecamatan adalah unit pemerintahan di bawah pemerintahan kabupaten yang bertugas untuk mengelola urusan pemerintahan dan Pembangunan di tingkat kecamatan. Pemerintahan kecamatan terdiri dari camat dan perangkat kecamatan, dan memiliki tanggung jawab untuk mengawasi dan mendukung kinerja pemerintah desa dalam wilayah kecamatan tersebut. Pemerintahan kecamatan berperan sebagai penghubung antara pemerintah kabupaten dan desa-desa, serta berfungsi untuk memfasilitasi pelaksanaan kebijakan dan program yang direncanakan oleh pemerintah pusat dan daerah.

Pemerintah kecamatan memiliki peran krusial dalam menciptakan kebijakan dan program untuk pencegahan kasus bunuh diri. Beberapa cara di

mana pemerintah kecamatan dapat berkontribusi dalam upaya ini adalah sebagai berikut. *Pertama*, pelatihan untuk tenaga pendidik. Melatih guru dan tenaga pendidik untuk mengenali dan menangani masalah kesehatan mental di kalangan siswa. Bahwasannya, dengan memberikan pelatihan khusus mengenai pengenalan gejala depresi dan perilaku bunuh diri, diharapkan mereka dapat berperan aktif dalam mendeteksi dan memberikan dukungan awal kepada siswa yang membutuhkan. Hal ini dapat menciptakan atmosfer pendidikan yang lebih inklusif dan perhatian.

Kedua, mengadakan diskusi publik. Salah satu langkah efektif yang bisa dilakukan oleh pemerintah kecamatan dalam menekan angka bunuh diri adalah dengan mengadakan seminar publik. Seminar ini berfungsi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan mental dan pentingnya dukungan sosial, dengan melibatkan psikolog, tenaga medis, dan tokoh Masyarakat. Edukasi ini diharapkan dapat mengurangi stigma dan mendorong individu untuk berbicara terbuka mengenai masalah yang dihadapi. Selama seminar, peserta dapat mendiskusikan pentingnya akses terhadap layanan kesehatan mental. Informasi mengenai layanan yang tersedia akan membantu individu yang membutuhkan dukungan untuk lebih mudah mencarinya.

Selain yang sudah disebutkan sebelumnya, seminar juga dapat menjadi ajang untuk merumuskan kebijakan yang responsif terhadap kebutuhan masyarakat. Dengan masukan dari berbagai pihak, pemerintah kecamatan dapat merancang program intervensi yang lebih efektif, seperti layanan konseling di sekolah dan pelatihan untuk guru serta orang tua. Upaya kolaboratif ini diharapkan dapat menekan angka bunuh diri dan menciptakan Masyarakat yang lebih sehat.

Ketiga, bagi Pemerintah Kabupaten. Pemerintah Kabupaten adalah tingkat pemerintahan di bawah pemerintah provinsi yang bertanggung jawab untuk mengelola urusan pemerintahan dan pembangunan di wilayah kabupaten. Pemerintahan kabupaten dipimpin oleh seorang bupati dan terdiri dari berbagai dinas dan instansi yang menangani berbagai sektor, termasuk kesehatan, pendidikan, dan sosial. Pemerintah kabupaten memiliki peran penting dalam

pencegahan kasus bunuh diri. Adapun langkah-langkah yang bisa dilakukan oleh pemerintah kabupaten dalam mengatasi kasus bunuh diri adalah sebagai berikut.

Pertama, meluncurkan kampanye publik. Kampanye publik dapat mencakup penyebaran informasi melalui media sosial, poster, dan siaran di media lokal untuk mencapai audiens yang lebih luas. Elemen penting dari kampanye publik adalah menghapus stigma seputar kesehatan mental dan mendorong individu untuk berbicara tentang perasaan mereka serta mencari bantuan tanpa merasa malu. *Kedua*, pengumpulan data dan riset. Dalam hal ini, perlu melakukan penelitian dan pengumpulan data yang komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi fenomena bunuh diri. Data ini penting untuk merumuskan strategi intervensi yang lebih efektif dan tepat sasaran. Dengan memahami konteks lokal, pemerintah dapat menciptakan program-program yang relevan dan bermanfaat bagi masyarakat.

Keempat, bagi pemerintah Provinsi. Berbagai hal yang dapat dilakukan oleh pemerintah provinsi sebagai bentuk kontribusi dalam mengatasi kasus bunuh diri. *Pertama*, penyediaan anggaran. Dalam hal ini, pemerintah provinsi perlu meningkatkan alokasi anggaran untuk program-program kesehatan mental, termasuk pelatihan bagi tenaga kesehatan serta dukungan bagi pusat-pusat konseling yang ada di seluruh provinsi. Investasi dalam program kesehatan mental merupakan langkah nyata dalam menunjukkan komitmen pemerintah terhadap kesejahteraan warganya. *Kedua*, kerja sama lintas sektor. Artinya bahwa, pemerintah provinsi perlu mendorong kerja sama antar berbagai sektor, seperti kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan sosial untuk menciptakan pendekatan terpadu dalam menangani isu bunuh diri. Hal ini mencakup penyediaan acara atau lokakarya yang melibatkan semua pemangku kepentingan dan memungkinkan berbagai pengalaman serta pengetahuan yang berharga.

5.2.6 Bagi Gereja

Gereja memiliki peran penting dalam menyediakan dukungan spiritual dan moral. Pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan dan kesehatan mental harus menjadi bagian integral dari ajaran gereja. Program konseling pastoral dapat

membantu individu menghadapi masalah kesehatan mental dengan pendekatan spiritual yang mendalam. Kegiatan yang melibatkan anggota jemaat dalam aktivitas sosial akan memperkuat rasa solidaritas dan empati diantara mereka.

Dengan demikian, langkah-langkah yang sudah dipaparkan diharapkan dapat tercipta lingkungan yang lebih mendukung bagi individu yang berjuang dengan masalah kesehatan mental. Upaya kolektif ini tidak hanya berpotensi mengurangi angka bunuh diri, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan. Dengan demikian, setiap individu mampu menghadapi setiap persoalan yang dialami sambil terus menanamkan prinsip mengenai pentingnya hak untuk hidup. Melalui dedikasi dan komitmen bersama, masyarakat dapat membangun suatu komunitas yang lebih memperhatikan sesama, saling mendukung dan menghargai setiap kehidupan sebagai anugerah yang layak diperjuangkan.

Untuk meningkatkan pemahaman umat, Gereja dapat melakukan katekese umat. Katekese umat merupakan proses pembelajaran dan pengembangan spiritual yang memiliki peran penting dalam pencegahan bunuh diri. Dalam konteks agama, katekese memberikan pemahaman yang mendalam tentang nilai-nilai kehidupan, harapan dan makna yang dapat membantu individu menghadapi kesulitan. Katekese adalah sarana yang efektif untuk membentuk karakter dan moral umat, sehingga mereka dapat menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik. Melalui ajaran agama, umat dapat menemukan dukungan moral dan spiritual yang memperkuat ketahanan mental mereka. Katekese mengajak individu untuk mengenali dan memahami pentingnya hidup serta tujuan yang lebih besar dalam kehidupan mereka. Ajaran agama sering menekankan nilai kehidupan, cinta dan pengharapan yang dapat menjadi motivasi untuk tetap bertahan meskipun dalam situasi yang sulit.

DAFTAR PUSTAKA

I. DOKUMEN GEREJA DAN KAMUS

- Konsili Vatikan II. *Dokumen Konsili Vatikan II*. Penerj. R. Hardawiryana. cetakan XII. Jakarta: Obor, 2017.
- Paus Benediktus XVI. *Caritas in Veritate*. Penerj. B. R. Agung Prihartana. Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI, 2014.
- Paus Paulus VI. *Evangelii Nuntiandi*. Penerj. J. Hadiwikarta. Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI, 2005.
- Paus Yohanes Paulus II. *Evangelium Vitae*. Penerj. R. Hardawiryana. Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI, 1997.
- Departemen Pendidikan Nasional Indonesia. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. edisi III. Jakarta: Balai Pustaka, 2007.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Edisi V. Jakarta: Balai Pustaka, 2007.

II. BUKU

- Ali, Hasan. *Norma dan Hukum dalam Masyarakat Modern*. Depok: Penerbit Bambu, 2018.
- Aqib, Zainal. *Psikologi Konseling dan Kesehatan Mental: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Penerbit Andi, 2022.
- Aurelius, Marcus. *Meditations*. penerj. Nisa Khoiriah, dan Ama Achmad. Yogyakarta: Penerbit Basabasi, 2020.
- Barlow, Toni. *Psikologi dan Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga, 2017.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Manggarai. *Kabupaten Manggarai dalam Angka Tahun 2022*. Manggarai: Badan Pusat Statistik, 2022.
- . *Kabupaten Manggarai Dalam Angka Tahun 2023*. Manggarai: Badan Pusat Statistik, 2023.
- . *Kabupaten Manggarai dalam Angka Tahun 2024*. Manggarai: Badan Pusat Statistik, 2024.

- Badan Pusat Statistik Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Banyaknya Desa Menurut Keberadaan Korban Bunuh Diri 2018-2021*. NTT: BPS Nusa Tenggara Timur, 2024.
- Budi Kleden, Paul. *Membongkar Derita*. Maumere: Penerbit Ledalero, 2007.
- Go, Piet. *Kabar Baik Kehidupan: Pengantar Memahami dan Mengamalkan Ensiklik Evangelium Vitae*. Malang: Penerbit Dioma, 2005.
- Hariyanto, Gregorius. *Kesehatan Mental dan Kesejahteraan*. Maumere: Penerbit Ledalero, 2019.
- Haryanto. *Etika dan Tanggung Jawab Sosial*. Jakarta: Penerbit PT Grafindo Media Pratama, 2015.
- Hasbullah. *Sosiologi Pendidikan*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Belajar, 2020.
- Hendriani, Wiwin. *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Penerbit Kencana, 2022.
- Hidayat, Rakhmat. *Psikologi Kesehatan Mental*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta, 2022.
- Hussein, Adam Muhammad. *Kajian Bunuh Diri di Indonesia*. Jawa Barat: Penerbit Adamssein Media, 2012.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Orang Depresi yang Tak Tertangani Rawan Bunuh Diri*. Jakarta: Kemenkes., 2022.
- Kusmaryanto. *Tolak Aborsi: Budaya Kehidupan Versus Budaya Kematian*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2005.
- Lebang, Erika. *Detoksifikasi: Membuang Tumpukan Racun Tubuh secara Holistik*. Bandung: Penerbit Qanita, 2015.
- Maestri, F. William. *Choose Life and Not Death: A Primer on Abortion, Euthanasia, And Suicide*. New York: Alba House, 1986.
- Mangunwijaya, Pius. *Psikologi Penderitaan dan Bunuh Diri*. Maumere: Penerbit Ledalero, 2020.
- Manu, Maximus. *Bimbingan dan Konseling*. Ende: Penerbit Nusa Indah, 2018.
- , *Psikologi Perkembangan: Memahami Perkembangan Manusia*. Maumere: Penerbit Ledalero, 2021.
- Marbun, Purim. *Peran Gereja dan Keluarga dalam Pembinaan Rohani Jemaat*. Yogyakarta: Penerbit Andi, 2022.

- Masyita, Sari. *Psikologi Sosial: Teori dan Penelitian*. Yogyakarta: Penerbit K-Media, 2020.
- Mulyana, Ahmad dan Siti Muslichatul Mahmudah. *Katarsis di Era Digital, Rekonstruksi Komunikasi Intrapribadi dan Antarpribadi*. Depok: PT Rekacipta Proxi Media, 2024.
- Neherta, Meri dkk. *Pencegahan Ide Bunuh Diri Pada Remaja*. Jawa Barat: Penerbit PT. Adab Indonesia, 2024.
- Notoatmodjo, Soekidjo. *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta, 2010.
- Nouwen, Henri. *The Wounded Healer: Ministry in Contemporary Society*. New York City: Doubleday, 1979.
- Nussbaum, C. Marta. *Love's Knowledge: Essays on Philosophy and Literature*. New York: Oxford University Press, 1990.
- Prabowo, Aji. *Kesehatan Mental dan Bunuh Diri*. Bandung: Penerbit Gema Insani, 2021.
- Purwanto, Bambang. *Etika dan Moralitas dalam Kehidupan Berbangsa dan Bernegara*. Jakarta: Penerbit Kompas, 2010.
- Rahardjo, Dawam Mohammad. *Etika dan Moralitas: Sebuah Pengantar*. Bandung: Penerbit Nusa Media, 2012.
- Raho, Bernard. *Sosiologi*. Maumere: Penerbit Ledalero, 2019.
- Setiawan, Andi. *Spiritualitas dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Penerbit Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2018.
- Setiawan, Guntur. *Spiritualitas Dalam Kehidupan Sehari-hari*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar, 2018.
- Shomali, A. Mohammad. *Relativisme Etika: Analisis Prinsip-Prinsip Moralitas*. Jakarta Selatan: Penerbit Shadra Pres, 2011.
- Sudarminta. *Kesehatan Mental dan Dimensi Sosial*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2015.
- Sudarsono. *Moral Education*. Bandung: Penerbit PT Remaja Rosdakarya, 2012.
- Sukoco, Eko Lukas. *Bertemu Tuhan Dalam Keheningan*. Yogyakarta: Penerbit Andi, 2022.
- Susanti, Rina. *Keluarga Bahagia: Kunci untuk Tumbuh Berkualitas*. Bandung: Penerbit Araska, 2020.

Zawiyah, Siti. *Komunikasi dan Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Penerbit Fajar Utama, 2019.

III. ARTIKEL JURNAL

Almarisa Berutu, dkk. “Menerapkan Nilai-Nilai Kristiani Dalam Kehidupan Sehari-Hari”. *Jurnal Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai* Vol. 7, No. 4, April 2024.

Andari, Soetji. “Fenomena Bunuh Diri di Kabupaten Gunung Kidul”. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial*, Vol. 7, No. 1, Desember 2017.

Frans-Suseno, Magnis. “Euthanasia dan Pertanggungjawaban Etis”. *Jurnal driyarkara*, Vol. 11, No. 2, November 1984.

Gamayanti, Witrin. “Usaha Bunuh Diri Berdasarkan Teori Ekologi Bronfenbrenner”. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 1, No. 2, Oktober 2014.

Jewadut, Jean Loutstar dan Fransiska Rosario Nirmala. “Peran Komunitas Basis Gerejawi Bagi Efektivitas Pelaksanaan Karya Pastoral Partisipatif dan Kontekstual”. *Jurnal Pendidikan Agama Katolik*, Vol. 23, No. 2 Oktober 2023.

Kristiono, Ivan. “Pemahaman Kierkegaard tentang Diri dalam buku *The Sickness Unto Death*”. *Jurnal Teologi Reformed Injili*, Vol. 1, No. 4, September 2017.

Madung, Gusti Otto. “Liberalisme versus Perfeksionisme? Sebuah Tinjauan Filsafat Politik tentang Relasi Antara Agama dan Negara”. *Jurnal Ledalero*, Vol. 12, No.2, September 2017.

Muada, N. Renal., Candra Dicky, dan Yohanes Apriyanto. “Relevansi Teologi Kristen Dalam Era Kontemporer: Tinjauan Terhadap Tantangan dan Kesempatan Dalam Konteks Globalisasi”. *Jurnal Penelitian Ilmiah*, Vol. 1, No.1 Agustus 2024.

Sari, Candra Lisa, dkk. “Konseling Untuk Remaja”, *Jurnal Kolaboratif Sains*. Vol. 7, No. 1, Januari 2024.

Sari, Novita Maya dan Suryo Ediyono. “Fenomena Bunuh Diri dalam Perspektif Dimensi Filsafat: Pandangan Para Filsuf”. *Jurnal Filsafat Umum*, Vol. 2, No. 2, November 2022.

Tobing, Hizkia David., Kumala, Weni Sagung AA., dan Ratih. “Konsep diri pada pelaku percobaan bunuh diri pri usia dewasa muda di Bali”. *Jurnal psikologi Udayana* Vol. 3, No. 3, November 2016.

Widiyaningtyas, Ester dan Stevanie Maranatha. "Implementasi Matius 28:18-20 Dalam Pendidikan Agama Kristen Menggunakan Strategi Pembelajaran Berbasis Masalah Bagi Remaja". *Incuclo Journal of Christian Education*, Vol. 3, No.1, Februari 2023.

Yahya, Wiguna Pancha. "Mengenal Martin Buber dan Filsafat Dialogisnya". *Jurnal Teologi dan Pelayanan*. Vol. 2, No. 1, April 2001.

IV. ARTIKEL MAJALAH DAN SURAT KABAR

Ama, Kewa Kornelis. "Tiga Mahasiswa Di NTT Bunuh Diri Pada Periode Oktober 2023." *Pos Kupang*, 31 Oktober 2023.

Angelica, Bella Rosa. "Penyebab dan Faktor Kasus Bunuh Diri Pada Kalangan Remaja". *Madjalah Kompasiana*, 23 November, 2023.

Donofan, Gordi. "18 Kasus Bunuh Diri Yang Pernah Mengejutkan Masyarakat NTT." *Pos Kupang*, 9 Februari 2019.

Febrianus dan Andreas Terjun ke Jurang Watu Benta. *Pos Kupang*, 1 April 2022.

Jehola, Kanis. "Frater di Biara Karmel San Juan Kupang Yang Tewas Bunuh Diri Dikenal Tertutup." *Pos Kupang*, 7 Maret 2021.

Kalu, Berto. "Ibu Bunuh Diri Jelang Pernikahan Anak." *Pos Kupang*, 27 Agustus 2023.

Nareza, Meva. "Percobaan Bunuh Diri". *Alodokter*, 31 Januari 2024.

Rebon, Ray. "Remaja Putri Korban Bunuh Diri di Jembatan Liliba Mahasisiwi Poltekkes. Kemenkes Kupang." *Pos Kupang*, 10 Oktober 2023

"Setiap Satu Jam, Satu Orang Bunuh Diri". *Kompas*, 08 September 2016.

Sagita, Sri Nafilah. "RI Darurat Kesehatan Mental, Kemenkes Ungkap Kasus Bunuh Diri Naik Terus". *Detik Health*, 13 Oktober 2023.

Utomo, Priyatno Ardi. "Angka Bunuh Diri Anak di Jepang Tertinggi dalam 30 Tahun Terakhir." *Kompas*, 7 November 2023.

Viana, Gecio. "Tingginya Angka Bunuh Diri di NTT." *Pos Kupang*, 29 Juli 2019.

Wattimena, Antonius Alexander Reza. "Bunuh Diri, Sebuah Refleksi". *Rumah Filsafat*, 11 Maret 2025.

V. SKRIPSI

Darman, Aquino Arnoldus. “Menelaah Kasus Bunuh Diri dalam Terang Kitab Keluaran 20:13”. Skripsi Sarjana, Institut Filsafat dan Teknologi Kreatif Ledalero, 2023.

Jema, Markus. “Peran Pastoral Keluarga Dalam Upaya Untuk Mengatasi Praktek Perselingkuhan Dalam Perkawinan Katolik”. Skripsi Sarjana, Institut Filsafat Dan Teknologi Kreatif Ledalero, 2023.

Kolin, Due Yanuarius. “Membaca Nilai-Nilai Kebersamaan dalam Tarian Goe-Goe dalam Budaya Reba di Toda”. Skripsi Sarjana, Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, 2016.

VI. WAWANCARA

Arut, Kasmir. Warga Desa Compang Dari, wawancara tanggal 12 Agustus 2024 di Lenteng.

Antonius. Warga kampung Redong, wawancara tanggal 9 Agustus 2024 di Redong.

Bole, Andreas. Tetua adat kampung Rangges, Desa Tengku Lese, wawancara tanggal 8 Agustus 2024 di Rangges.

Blasius. Warga Desa Compang Dari, wawancara tanggal 5 Agustus 2024 di Pane.

Dajung, Maria. Warga kampung Lenteng, wawancara tanggal 13 Agustus 2024 di Lenteng.

Florianus. Sekretaris Desa Bangka Ruang, wawancara tanggal 9 Agustus 2024 di Rongkam.

Garet, Kanisius. Warga kampung Lenteng, wawancara tanggal 3 Agustus 2024 di Lenteng.

Hadiman, Oktavianus dan Aprianus Nando. Warga Desa Compang Dari, wawancara tanggal 10 Agustus 2024 di Lenteng.

Hemong, Maria. Istri almarhum Lodovitus Patut, wawancara, tanggal 9 Agustus 2024 di Rongkam.

Jande, Gabriel. Warga Desa Compang Dari, wawancara, tanggal 10 Agustus 2024 di Lenteng.

Jeliman, Yasinta. Bidan di Puskesmas Wangko, wawancara tanggal 10 Agustus 2024 di Lenteng.

Kardi, Karifandi dan Agustinus Semalen. Warga kampung Lenteng, wawancara tanggal 10 Agustus 2024 di Lenteng.

Kenanu, Tomas. Warga kampung Lenteng, wawancara tanggal 12 Agustus 2024 di Lenteng.

Markus. Warga kampung Pasa, Desa Tengku Les, wawancara tanggal 10 Agustus 2024 di Pasa.

Marung, Blasius. Warga kampung Redong, wawancara tanggal 9 Agustus 2024 di Redong.

Manur, Malmi Patrisia. Bidan di Puskesmas Wangko, wawancara tanggal 13 Agustus 2024 di Lenteng.

Man, Petrus. Pejabat Desa Compang Dari, wawancara tanggal 14 Agustus 2024 di Pane.

Mbongor, Robi. Pastor Paroki Santo Antonius Abbas Beokina, wawancara tanggal 14 Agustus 2024 di Beokina.

Nggare, Karolus. Warga kampung Lenteng, wawancara tanggal 13 Agustus 2024 di Lenteng.

Nur, Sovia. Istri almarhum Yohanes Pambut, wawancara tanggal 10 Agustus 2024 di Lenteng.

Pagung, Polus. Warga kampung Rangges, wawancara tanggal 8 Agustus 2024 di Rangges.

Ro. Istri almarhum Mikhael Anggang, wawancara tanggal 12 Agustus 2024 di Lenteng.

Romy. Anak almarhum Mikhael Anggang, wawancara tanggal 12 Agustus 2024 di Lenteng.

Saku, Dionisius. Warga Desa Bangka Ruang, wawancara tanggal 9 Agustus 2024 di Rongkam.

Santus, Redino. Sekretaris Desa Compang Dari, wawancara tanggal 5 Agustus 2024 di Lenteng.

Semalen, Agustinus. Warga Desa Compang Dari, wawancara tanggal 11 Agustus 2024 di Lenteng.

VII. INTERNET

Kita Memandang Kepada Kristus. dalam *Church of Jesus Christ*. org, [https://www.Church of Jesus Christ. org/study/manual/teachings-of-presidents-of-the-church-gordon-b hinckley/chapter-8-we-look-to-christ? = ind](https://www.Church of Jesus Christ. org/study/manual/teachings-of-presidents-of-the-church-gordon-b-hinckley/chapter-8-we-look-to-christ? = ind), diakses pada 7 Maret 2025.

Manggarai, Rahong Utara. <https://id.wikipedia.org/wiki/RahongUtara,Manggarai#:~:text=Rahong%20Utara%20adalah%20kecamatan%20di%20Kabupaten%20Manggarai%2C%20Nusa,Rahong%20Utara%20adalah%20202%20jiw%20pada%20tahun%202018>, diakses pada 25 Maret 2025.

Proses Menyelesaikan Amanat Agung. dalam *Bethel International Church*, <https://www.bethelic.com/2023/07/proses-menyelesaikan-amanat-agung/>, diakses pada 7 Maret 2025.