

**UPAYA PASTORAL DALAM MENCEGAH FENOMENA BUNUH DIRI:**

**KAJIAN TERHADAP SERIAL 13 REASONS WHY**



**Disusun Oleh:**

**YOKHANAN KRISDA KARUNIA**

**01150038**

**SKRIPSI UNTUK MEMENUHI SALAH SATU SYARAT DALAM MENCAPAI  
GELAR SARJANA PADA FAKULTAS TEOLOGI UNIVERSITAS KRISTEN  
DUTA WACANA, YOGYAKARTA**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul:

**UPAYA PASTORAL DALAM MENCEGAH FENOMENA BUNUH DIRI:  
KAJIAN TERHADAP SERIAL 13 REASONS WHY**

Disusun oleh:

Yokhanan Krisda Karunia

01150038

Dalam Ujian Skripsi Program Studi Teologi Fakultas Teologi Universitas Kristen Duta Wacana dan dinyatakan DITERIMA untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Sains Teologi pada tanggal 5 Agustus 2019

**Nama Dosen**

Pdt. Hendri Wijayatsih, M. A  
(Dosen Pembimbing dan Penguji)

Pdt. Handi Hadiwitanto, Ph.D  
(Dosen Penguji)

Pdt. Wahyu Satrio Wibowo, M.Hum., Ph.d  
(Dosen Penguji)

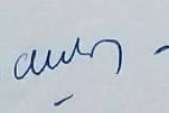
**Tanda Tangan**



**DUTA WACANA**

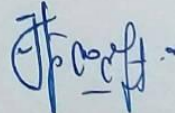
Yogyakarta, 5 Agustus 2019

**Dekan**



Pdt. Paulus Sugeng Widjaja, MAPS, Ph.D

**Ketua Program Studi**



Pdt. Jeniffer Fresy P. Pelupessy-Wowor, M.A

## PERNYATAAN INTEGRITAS AKADEMIK

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yokhanan Krisda Karunia

NIM : 01150038

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi berjudul 'Upaya Pastoral dalam Mencegah Fenomena Bunuh Diri: Kajian terhadap *13 Reasons Why*' adalah hasil karya saya. Semua pendapat atau pemikiran orang lain yang saya gunakan telah tercatat sebagai referensi dalam bentuk catatan kaki dan tercantum di daftar pustaka. Demikian pernyataan ini saya buat.

Yogyakarta, 29 Agustus 2019



Yokhanan Krisda Karunia

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN INTEGRITAS .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Pertanyaan Penelitian .....	7
1.3 Batasan Penelitian .....	7
1.4 Tujuan Penelitian .....	7
1.5 Metodologi .....	8
1.6 Usulan Judul.....	8
1.7 Sistematika Penulisan .....	8
<b>BAB 2 DEFINISI PENYEBAB DAN PENANGANAN FENOMENA BUNUH DIRI.....</b>	<b>10</b>
2.1 Definisi Bunuh Diri.....	10
2.2 Penyebab Bunuh Diri.....	12
2.3 Merespon Fenomena Bunuh Diri.....	16
2.4 Kesimpulan Bab.....	20
<b>BAB 3. ANALISIS KASUS BUNUH DIRI DALAM SERIAL <i>13 REASONS WHY</i>.....</b>	<b>21</b>
3.1 Gambaran Film .....	21
3.1.1 Kaset 1 sisi A (episode 1) .....	22
3.1.2 Kaset 1 sisi B (episode 2).....	22

3.1.3 Kaset 2 sisi A (episode 3) .....	22
3.1.4 Kaset 2 sisi B (episode 4).....	23
3.1.4 Kaset 3 sisi A (episode 5) .....	23
3.1.5 Kaset 3 sisi B (episode 6).....	23
3.1.6 Kaset 4 sisi A (episode 7) .....	24
3.1.7 Kaset 4 sisi B (episode 8).....	24
3.1.8 Kaset 5 sisi A (episode 9) .....	25
3.1.9 Kaset 5 sisi B (episode 10).....	25
3.1.10 Kaset 6 sisi A (episode 11) .....	26
3.1.11 Kaset 6 sisi B (episode 12).....	26
3.1.12 Kaset 7 sisi A (episode 13) .....	27
3.2 Hannah Baker dan Dinamikanya .....	27
3.2.1 Penyebab dan Motivasi Bunuh Diri Hannah Baker.....	27
3.2.2 Jenis Bunuh Diri yang dilakukan Hannah Baker .....	31
3.3 Pendampingan dan Konseling yang diterima oleh Hannah Baker.....	33
3.4 Kesimpulan Bab .....	37

**BAB 4. KONTRIBUSI PASTORAL DALAM MENCEGAH FENOMENA BUNUH DIRI .....38**

4.1 Kerangka Teologis yang dapat dikembangkan sebagai upaya memahami dan mencegah fenomena bunuh diri .....	38
4.1.1 Lingkungan yang Mendengarkan sebagai Lingkungan yang Menyembuhkan.....	38
4.1.2 Penggunaan Jenjang Perkembangan dalam Berteologi sebagai saran Menolong.....	40

4.2 Implementasi Konsep Bonhoeffer tentang Mendengarkan dan Tahap Perkembangan Teologi dalam Merespon Fenomena Bunuh Diri.....	44
4.3 Kesimpulan Bab.....	50
<b>BAB 5. PENUTUP .....</b>	<b>51</b>
5.1 Kesimpulan .....	51
5.2 Saran .....	52
5.2.1 Sekolah.....	52
5.2.2 Gereja.....	52
5.2.3 Pendeta.....	52
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>54</b>

© UKDW



## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan pada Allah yang telah menyertai dalam menjalani proses akademis di Fakultas Teologi Universitas Kristen Duta Wacana. Seringkali proses ini terasa seperti *21 Jump Street* yang penuh tawa namun tak pernah mencekam seperti *Halusinada*. Proses yang mati-matian saya perjuangankan akhirnya membuahkan salah satu hasilnya, tanggal lima agustus 2019 saya telah dinyatakan lulus. Melalui proses tersebut saya telah dipertemukan dengan banyak orang, ide, film dan tentu saja masalah. Namun melalui pertemuan-pertemuan penuh masalah tersebut saya menemukan pelajaran hidup yang mendalam.

Banyak orang melabeli saya sebagai sosok yang *ketus*, tidak peduli perasaan, menyebalkan bahkan jahat. Label-label tersebut tidak pernah mengganggu hingga pada akhirnya saya dipertemukan dengan serial *13 Reasons Why* yang membuat saya berpikir “aku bisa saja membunuh seseorang hanya karena menjadi sosok yang *ketus*, menyebalkan dan tidak peduli perasaan orang lain.” Menjadi orang yang tidak menyebalkan dan peduli perasaan orang lain merupakan salah satu pelajaran hidup yang saya dapatkan. Skripsi ini merupakan salah satu upaya saya dalam mengartikulasikan pelajaran hidup tersebut. Melalui proses penulisan skripsi ini saya juga belajar untuk menjadi sosok yang penuh perhatian dan tidak menyebalkan, *‘sekali merengkuh dayung, dua tiga pulau terlampaui’*.

Skripsi ini lahir dari pertemuan dengan banyak orang dan berbagai macam ide, pada merekalah saya berterima kasih. Kepada bu Hendri, sosok pembimbing yang penuh aura positif dengan sabar membimbing dan menyadarkan saya untuk tetap mengerjakan skripsi dengan tidak terlalu ambisius. Jika bukan karena beliau mungkin saya tetap menjadi sosok yang ambisius dan pasti kesulitan dalam menyelesaikan skripsi. Kepada pak Wahyu Satrio dan pak Handi yang dengan teliti menguji skripsi ini dan mau menanda tangani lembar pengesahan. Terkhusus pada pak Wahyu Satrio yang memberikan pengalaman luar biasa mengagetkan terkait lembar pengesahan. *Hehe*. Juga kepada segenap dosen Fakultas Teologi yang telah mendidik saya semaksimal mungkin.

Kepada David, Tapang, Ridho, dan Odil yang dengan senang hati mendengarkan keluhan dan kekesalan saya yang penuh dengan hewan-hewan kebun binatang dan terucap

melalui jari ataupun mulutku. Terima kasih pula telah bersedia menyumbangkan ide-ide menarik yang asik untuk didiskusikan bersama di Kwaren.

Terima kasih pada teman-teman *Great Loyalty* dan teman-teman lainnya yang telah melabeliku dengan sebutan-sebutan seperti yang telah disebutkan diatas, karena melalui label yang kalian berikanlah saya mendapatkan pelajaran berharga. Juga melalui kalianlah saya dapat merasakan kebahagiaan yang tulus dan kesedihan yang jujur. Terkhusus pada Bobby, Joshua, dan Kevin yang bersedia memecah kegundahan hati dengan main poker bersama dikala teman kita Didit berjuang mengerjakan skripsinya hingga fajar menyingsing.

Terima kasihku pada pemberi panggilan *Bondeng* yang bersedia menemaniku menyelami lautan penuh tanda tanya sekaligus menyadarkanku ada kedamaian ditengah kacaunya dunia. Terima kasih dan hormatku untuk Bapak dan Ibu di Klaten juga Mas Nathan di Jepang sebagai pemberi asupan cinta sarat makna.

Proses dan perjumpaan ini menyadarkan bahwa saya tidak pernah berjalan sendirian.

Terima Kasih!

© UKD W



# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dalam kehidupan manusia, banyak sekali hal-hal yang dapat dikategorikan sebagai sebuah hiburan seperti musik, gambar, tari, novel, kartun, bahkan sebuah film / serial tv. Tidak sedikit karya-karya seni tersebut dibuat berdasarkan atau terinspirasi dari sebuah kenyataan yang dialami oleh pencipta ataupun kenyataan yang tidak dialami pencipta tetapi terjadi dalam dunia. Karya-karya tersebut seringkali tidak hanya dianggap sebagai sebuah hiburan melainkan sebagai sarana refleksi karena sifatnya yang multitafsir.

Seperti yang telah dikatakan bahwa film atau pun serial tv yang ada selalu memiliki pesan-pesan tertentu yang ingin disampaikan pada penontonnya karena dekat dengan kenyataan (bersifat reflektif), begitupun dengan sebuah serial tv berjudul *13 Reasons Why* ( 13 episode ). Serial tv *13 Reasons Why* merupakan salah satu serial tv yang tayang di Amerika melalui salah satu penyedia layanan media streaming digital bernama *Netflix*. Serial tv *13 Reasons Why* pertama kali tayang pada 31 Maret 2017. Serial tv tersebut memperlihatkan sebuah tragedi kemanusiaan yang seharusnya tidak perlu terjadi. Tragedi tersebut ialah seorang remaja ( Hannah Baker ) yang memutuskan untuk bunuh diri. Setiap episode yang ada pada serial tersebut memperlihatkan secara spesifik apa saja hal-hal yang membuat Hannah Baker memutuskan untuk bunuh diri. Hal-hal tersebut diperlihatkan melalui pola relasi buruk yang terjadi antara Hannah Baker dengan lingkungannya. Pola relasi buruk yang terlihat dalam serial tersebut antara lain *bullying*, *sexual-assault*, termasuk peran konselor yang kurang baik. Pola relasi tersebut kemudian menjadi alasan-alasan mengapa Hannah Baker memutuskan untuk bunuh diri.

Serial tv *13 Reasons Why* terinspirasi dari sebuah novel karya Jay Asher dengan judul yang sama (terbit tahun 2007). Novel karya Jay Asher tersebut tidak diangkat dari sebuah kisah nyata tetapi diangkat dari sebuah situasi yang dekat atau didengar oleh Jay Asher dalam kehidupannya. *“All of the reasons Hannah describes were based, at least loosely, on situations I’d either experienced or heard about, mostly from my wife or close female friends.”*<sup>1</sup> Peristiwa bunuh diri yang didengar oleh Jay Asher dan telah difilmkan tersebut kemudian menggugah pertanyaan reflektif, apa yang sebenarnya ingin dikatakan oleh Jay Asher melalui novel dan film yang terinspirasi dari novelnya tersebut?

---

<sup>1</sup> <https://www.j-14.com/posts/is-13-reasons-why-a-true-story-145124> akses tanggal 14 september 2018

Serial tv tersebut memang memperlihatkan bunuh diri sebagai akhir dari cerita namun perlu dilihat kembali proses sebelum terjadi bunuh diri. Tragedi tersebut terjadi sebab tokoh utamanya (Hannah Baker) mengalami pola relasi (respon) yang kurang baik dan berimbas pada diri Hannah. Tragedi tersebut seharusnya tidak dapat terjadi apabila Hannah mendapatkan sebuah pendampingan (respon) yang tepat.

Dalam merespon kisah seseorang ada beberapa hal yang pertama kali perlu dilakukan oleh pendengar (konselor maupun non-konselor) yakni "...percaya, hormat, empati, menerima, aman, tulus, dan cakap."<sup>2</sup> Hal-hal tersebut sangat penting untuk diperhatikan terlebih bila pencerita tengah mengalami gangguan kesehatan mental seperti depresi. "Depresi adalah kata yang memiliki banyak nuansa arti...Depresi biasanya terjadi saat stres yang dialami oleh seseorang tidak kunjung reda..."<sup>3</sup> Stress atau beban pikiran yang dialami oleh pencerita dan tidak kunjung mereda menuntut pendengar untuk lebih berhati-hati dalam merespon sebab mereka yang depresi memiliki perasaan yang sensitif "...Akibatnya, mereka mudah tersinggung, mudah marah, perasa, curiga, akan maksud orang lain (yang sebenarnya tidak ada apa-apa), mudah sedih, murung dan lebih suka menyendiri."<sup>4</sup> Pada masa terpukul seperti itulah peran seorang pendamping menjadi krusial. Dalam serial tv *13 reasons why* terdapat beberapa kesalahan respon yang seharusnya tidak dilakukan.

Respon pertama yang terasa kurang tepat dilakukan oleh ibu dari Hannah. Pada episode keempat, Hannah mengungkapkan kegelisahannya terkait dengan sosok *stalker* yang mengambil fotonya ketika Hannah berada dikamar ( seperti *paparazi* ). Ibunya merespon dengan membuat kegelisahan Hannah sebagai sebuah lelucon.<sup>5</sup> Merespon sebuah kegelisahan dengan membuatnya sebagai sebuah lelucon menunjukkan adanya kurang empati. Dalam melakukan sebuah pendampingan, empati memiliki peranan yang penting sebab "empati adalah sepenuhnya memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain"<sup>6</sup> bagaimana bisa seseorang mendampingi ataupun melakukan konseling tanpa memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain?

Pada episode ketiga belas, Hannah memberikan 'kesempatan kedua' pada hidupnya. "one last try...i'm giving life one last try...Everything was dark for days, and then just a little

---

<sup>2</sup> Kathryn Gerald, *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain dengan Teknik Konseling*, terj. Agung Prohantoro, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 43

<sup>3</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi: Tinjauan Psikologis*, (Jakarta: Kencana, 2014), 12

<sup>4</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi: Tinjauan Psikologis*, (Jakarta: Kencana, 2014), 23

<sup>5</sup> 13 Reasons Why Season 2 episode 4, Bryan Yorke, 2017; USA: Netflix, 2017, Digital (HDTV).

<sup>6</sup> Kathryn Gerald, *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain dengan Teknik Konseling*, terj. Agung Prohantoro, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 45

*flash of light...*<sup>7</sup> Dalam kalimat tersebut Hannah merasa menemukan sebuah harapan di tengah kebuntuannya menghadapi depresi dan tekanan dari pola relasi yang ia alami. Hannah merasa perlu untuk menceritakan apa yang ia alami pada orang lain, satu-satunya orang yang ia percaya adalah Mr. Porter (konselor sekolah). Terdapat beberapa alasan Hannah percaya pada Mr. Porter dan bukan orang tuanya. Alasan pertama, seperti yang terjadi pada episode ke empat ketika ibu Hannah merespon kegelisahannya dengan lelucon membuat Hannah kehilangan kepercayaannya pada ibunya. Alasan kedua, Hannah telah melihat bahwa ayahnya telah selingkuh sehingga membuatnya menjadi tidak dekat dengan ayahnya. Bagaimana seseorang dapat mempercayakan sesuatu pada orang yang tidak dekat dengannya?

Terlepas dari dua alasan mengapa Hannah tidak mau percaya pada orang tuanya dan lebih memilih percaya pada konselor sekolah, ada sebab lain yang membuat Hannah bisa dikatakan tidak mau membuka diri pada orang lain. Alasan tersebut ialah kecenderungan bersikap protektif yang dialami oleh seorang remaja ketika berpindah dari fase kanak-kanak ke dewasa. Kathryn dan David Geldard mengatakan bahwa remaja "...cenderung bersikap protektif terhadap ruang privat dan menolak campur tangan orang lain – khususnya orang tua – yang tidak diinginkan oleh mereka."<sup>8</sup>

Dalam kasus Hannah, seperti yang telah terlihat bahwa Hannah menginginkan Mr. Porter sebagai konselor sekolahnya untuk campur tangan dalam membantu Hannah keluar dari tekanan. Dalam percakapan Hannah dengan Mr. Porter, Hannah menunjukkan sebuah ekspresi kebuntuan. Hannah mengatakan "*I need it to stop... I need everything to stop. People, life.*"<sup>9</sup> Mr. Porter menangkap sinyal kebuntuan ini dengan merespon "*What do you mean when you said you need it life to stop... it seems very serious things to say*"<sup>10</sup> Namun respon Mr. Porter setelah Hannah menceritakan apa yang terjadi menjadi sebuah kesalahan, Mr. Porter mengatakan "*..I'm not trying to be blunt here, Hannah, but you can move on.*"<sup>11</sup> Kesan yang tertangkap ketika Mr. Porter mengatakan untuk move on seperti ketika seseorang mengatakan bergembiralah, tidak perlu memikirkannya. Kathryn dan David Geldard mengatakan "Ketika seorang tertimpa masalah, dia luar biasa sulit untuk menyisihkan perasaan negatifnya dan untuk merasa lebih baik...dalam kehidupan sosial kita sering menjumpai ungkapan-ungkapan seperti 'bergembiralah?...'. Jangan khawatir, semuanya pasti

---

<sup>7</sup> 13 Reasons Why Season 1 episode 13, Bryan Yorke, 2017; USA: Netflix, 2017, Digital (HDTV).

<sup>8</sup> Kathryn Gerald, *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain dengan Teknik Konseling*, terj. Agung Prohantoro, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 218

<sup>9</sup> 13 Reasons Why Season 1 episode 13, Bryan Yorke, 2017; USA: Netflix, 2017, Digital (HDTV).

<sup>10</sup> 13 Reasons Why Season 1 episode 13, Bryan Yorke, 2017; USA: Netflix, 2017, Digital (HDTV).

<sup>11</sup> 13 Reasons Why Season 1 episode 13, Bryan Yorke, 2017; USA: Netflix, 2017, Digital (HDTV).

beres'. Meskipun terkadang dapat membantu orang yang mengucapkannya merasa lebih baik, bagi pendengarnya ungkapan-ungkapan ini justru tidak banyak bermanfaat."<sup>12</sup> Inilah salah satu alasan mengapa kemudian Hannah merasa menyesal telah mempercayai Mr. Porter.

Tragedi bunuh diri bukanlah sebuah tragedi yang hanya terjadi dalam film ataupun novel-novel fiktif melainkan sebuah tragedi yang benar-benar terjadi dalam kehidupan nyata. Dilansir melalui laman resmi *world health organization* (WHO) angka kematian yang disebabkan oleh bunuh diri hampir mencapai 800.000 per tahun dan angka kematian karena bunuh diri menempati posisi kedua kematian terbanyak dalam rentang usia 15 hingga 29 tahun.<sup>13</sup> Di Indonesia sendiri secara khusus kabupaten Gunung Kidul "dalam rentang waktu 2009-2016...telah terjadi 207 kejadian bunuh diri... jika diambil rata-rata terjadi 25 kejadian bunuh diri setiap tahun."<sup>14</sup> Masyarakat Gunung Kidul seringkali membungkus tragedi bunuh diri dengan mitos setempat, mitos mengenai adanya pulung gantung. "Dalam bahasa jawa, pulung bermakna takdir. Pulung gantung berarti takdir orang mati dengan cara gantung diri...masyarakat disana percaya peristiwa bunuh diri tidak terjadi begitu saja, ia selalu didahului oleh penampakan bola api yang terbang di langit."<sup>15</sup> Bukan hanya Gunung Kidul yang terlihat biasa dengan adanya tragedi bunuh diri yang dibungkus dalam sebuah mitos ataupun kepercayaan setempat, beberapa negara pun memiliki stigma bahwa bunuh diri merupakan sebuah tindakan yang diperbolehkan, salah satunya jepang melalui harakiri dan kamikaze.

Melalui beberapa data di atas dapat dikatakan bahwa fenomena bunuh diri bukanlah sebuah fenomena yang sepele melainkan fenomena yang perlu diperhatikan secara khusus dan masih relevan untuk dibicarakan. Oleh karena fenomena ini masih relevan untuk diperhatikan, maka, gereja sebagai salah satu komunitas dalam kehidupan sosial pun perlu untuk memperhatikan fenomena ini secara khusus. Clinebell dalam bukunya tipe-tipe dasar pendampingan & konseling pastoral mengatakan "gereja harus relevan kepada situasi manusia yang menimbulkan rasa sakit dan rasa harap, gerak hati untuk mengutuk dan berdoa, kelaparan akan arti kehidupan dan kehausan akan hubungan yang bermakna."<sup>16</sup> Salah satu cara yang menunjukkan gereja tetap relevan (dengan fenomena bunuh diri) adalah dengan

---

<sup>12</sup> Kathryn Gerald, *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain dengan Teknik Konseling*, terj. Agung Prohantoro, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 129

<sup>13</sup> <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/suicide> diakses tanggal 20 november 2018

<sup>14</sup> <https://imaji.or.id/mengapa-kita-bicara-bunuh-diri/> diakses tanggal 20 november 2018

<sup>15</sup> [https://www.vice.com/id\\_id/article/d3w44k/melepas-jerat-pulung-gantung-bola-api-di-langit-yang-membuat-siapapun-bunuh-diri](https://www.vice.com/id_id/article/d3w44k/melepas-jerat-pulung-gantung-bola-api-di-langit-yang-membuat-siapapun-bunuh-diri) diakses tanggal 20 november 2018

<sup>16</sup> Howard Clinebell, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Kanisius, 2002), 17

adanya pendampingan dan konseling pastoral bagi orang-orang yang memiliki pikiran untuk bunuh diri.

Pendampingan pastoral dan konseling pastoral merupakan dua hal yang berbeda namun seringkali disamakan. Terdapat perbedaan khas antara pendampingan pastoral (pastoral care) dengan konseling pastoral (counseling pastoral). Hendri Wijayatsih mengatakan bahwa "Pendampingan Pastoral adalah sebuah tindakan manusia dalam menemani sesamanya karena kesadaran akan besarnya kasih Kristus yang telah dihayatinya dalam kehidupan...pendampingan pastoral (Pastoral Care) ini berlaku umum dan disediakan untuk semua anggota komunitas beriman. Tujuan dari pendampingan ini adalah mengaktualisasikan kasih Allah dalam kehidupan komunitas beriman."<sup>17</sup> Sedangkan konseling pastoral (Pastoral Counseling) merupakan "sebuah layanan percakapan terarah yang menolong orang yang tengah dalam krisis agar mampu melihat dengan jernih krisis yang dihadapinya. Dengan demikian, diharapkan, orang tersebut mampu menemukan kemungkinan solusi atas krisis yang dihadapinya...orang yang akan melakukan layanan jenis ini minimal memiliki pengetahuan dasar tentang konseling, psikologi dan teori krisis serta dinamikanya."<sup>18</sup> Dari dua perbedaan tersebut, penulis merasa bahwa isu bunuh diri yang tengah dialami oleh seseorang tidak cukup bila hanya ditangani dengan pendampingan pastoral melainkan perlu untuk ditangani melalui konseling pastoral.

Dalam praktek pendampingan konseling pastoral (secara khusus terkait isu bunuh diri), terdapat berbagai kesulitan-kesulitan yang membuat seseorang enggan untuk datang ke pendeta. Menurut Clinebell salah satu faktor yang membuat seorang jemaat enggan untuk datang kepada pendeta ialah pandangan jemaat yang "memahami pendeta sebagai pengemban nilai etis dan keyakinan religius"<sup>19</sup>. Hal tersebut berakibat pada jemaat yang merasa takut akan dihakimi oleh pendeta jika ia datang dan menceritakan permasalahan yang ia alami kepada pendeta. Dalam kaitannya dengan kasus bunuh diri, pemikiran-pemikiran yang diwariskan oleh bapa-bapa gereja pun bisa menjadi faktor seseorang enggan datang karena takut dihakimi. Agustinus dan Thomas Aquinas merupakan contoh dari bapa-bapa gereja yang menentang adanya bunuh diri. Agustinus menggunakan 10 perintah Allah (Ulangan 5:17) sebagai dasar menentang tindakan bunuh diri sedangkan Thomas Aquinas memberikan

---

<sup>17</sup> Hendri Wijayatsih, *Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Gema Teologi Vol. 35 No.1/2, 2011), 1-2

<sup>18</sup> Hendri Wijayatsih, *Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Gema Teologi Vol. 35 No.1/2, 2011), 1-2.

<sup>19</sup> Howard Clinebell, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Kanisius, 2002), 90

tiga alasannya menentang bunuh diri yakni “bunuh diri adalah dosa karena bertentangan dengan kecenderungan alamiah manusia untuk selalu mencari kemaslahatan...bunuh diri adalah perbuatan menghujat Tuhan, Sang Penguasa kehidupan dan kematian...bunuh diri itu melawan masyarakat manusia yang menjunjung tinggi kekeluargaan dan kehidupan bersama...”<sup>20</sup> Jemaat yang memandang pendeta sebagai sosok yang mengetahui sejarah dan pemikiran bapa gereja akan semakin takut untuk dihakimi jika ia datang dan berbicara mengenai pikiran bunuh diri. Terlepas dari pandangan bapa gereja mengenai bunuh diri, kajian ini tidak bermaksud untuk menempatkan posisi dalam bingkai bunuh diri diperbolehkan atau tidak / dosa ataupun tidak melainkan lebih pada memperdalam bagaimana pendampingan yang tepat terhadap orang-orang yang tengah memiliki pikiran untuk bunuh diri sekaligus merubah paradigma jemaat yang enggan datang bercerit kepada pendeta karena takut dihakimi. Kajian ini berfokus pada pendampingan konseling pastoral sebab dengan alasan apapun mereka yang tengah mengalami pikiran untuk bunuh diri merupakan orang-orang yang pertumbuhannya terhalang secara kronis karena kebutuhan yang tidak terpenuhi di masa lalu ataupun masalah yang terus menimpa hidup seseorang.

Clinebell mengatakan bahwa salah satu tujuan dari keseluruhan pendampingan dan konseling pastoral adalah “untuk membebaskan, memperkuat, dan memelihara keutuhan hidup yang berpusat pada Roh...”<sup>21</sup> Berbicara mengenai keutuhan, Clinebell memberikan enam dimensi keutuhan yang coba diperkuat dalam pendampingan dan konseling pastoral yakni menyegarkan pikiran, membuat tubuh lebih bergairah, memperbarui dan memperkaya hubungan-hubungan dekat, memperdalam hubungan orang dengan alam dan lingkungan hidup, menumbuhkan hubungan dengan lembaga-lembaga yang penting dalam hidup dan memperdalam dan menggalakkan hubungan dengan Allah.<sup>22</sup>

Seperti yang telah diungkapkan diatas bahwa konseling pastoral menuntut adanya ketrampilan atau pengetahuan dasar tentang konseling, psikologi dan teori krisis serta dinamikanya, Clinebell mengatakan, “pendeta perlu untuk memperoleh pendidikan yang terbaik dalam konseling, yaitu pendidikan yang diawasi baik secara akademis maupun secara

---

<sup>20</sup> Darmaningtyas, *Pulung Gantung: Menyingkap Tragedi Bunuh Diri di Gunungkidul*, (Yogyakarta: Siswa Press, 2002), 79

<sup>21</sup> Howard Clinebell, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Kanisius, 2002), 33

<sup>22</sup> Howard Clinebell, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Kanisius, 2002), 39

klinis. Hal itu tidak hanya mencegah pendeta melakukan hal yang merugikan tetapi juga akan memaksimalkan kemampuannya menjadi suatu alat penyembuhan.”<sup>23</sup>

Berdasarkan teori yang telah dipaparkan penulis tersebut, kajian terhadap serial *13 Reasons Why* ini dibuat. Agar pendeta dan orang-orang yang berada dalam komunitas (gereja) dapat memahami hal-hal yang tidak perlu untuk dilakukan ketika melakukan pendampingan ataupun konseling pastoral terhadap jemaat. Kajian ini akan menjadi jembatan dalam pendeta dan komunitas (pendeta) memahami pola pendampingan dan konseling yang tepat untuk diterapkan dalam fenomena-fenomena krisis seperti bunuh diri.

### **1.2 Pertanyaan Penelitian:**

1. Apa yang melatar belakangi tindakan bunuh diri Hannah Baker?
2. Bagaimana pendampingan dan konseling yang diterima oleh Hannah Baker?
3. Apa relevansinya bagi kehidupan di sekolah dan gereja?

### **1.3 Batasan Penelitian:**

Dalam tulisan ini, penulis akan membatasi masalah dengan fokus pada pola pendampingan dan konseling yang tepat ketika berhadapan dengan orang-orang yang memiliki pikiran untuk bunuh diri. Penulis tidak akan melihat bunuh diri dari bingkai benar atau salah / dosa atau tidak dosa melainkan dalam bingkai pendampingan yang benar atau salah yang terdapat pada serial *13 reasons why*.

### **1.4 Tujuan Penelitian:**

1. Mengetahui pesan yang terkandung dalam serial *13 Reasons Why* melalui tindakan bunuh diri Hannah Baker.
2. Memahami faktor-faktor penyebab fenomena bunuh diri.
3. Memahami respon yang tepat dalam upaya mencegah fenomena bunuh diri berkaca dari pola relasi yang dialami oleh Hannah Baker dalam serial *13 Reasons Why*.

---

<sup>23</sup> Howard Clinebell, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Kanisius, 2002), 63



### **1.5 Metodologi:**

Untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mencapai tujuan penulisan, penulis akan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisis film dan studi literatur. Dalam studi literatur penulis akan mengkaji lebih dalam berkaitan dengan bagaimana upaya pastoral dalam mencegah fenomena bunuh diri. Sumber literatur yang akan digunakan oleh penulis didapat melalui buku-buku pastoral dan literatur lainnya yang dapat melengkapi penulisan.

### **1.6 Usulan Judul:**

Tulisan ini akan diberi judul “Upaya Pastoral dalam Mencegah Fenomena Bunuh Diri: Kajian terhadap Serial *13 Reasons Why*” Tulisan ini diberi judul demikian sebab penulis berusaha untuk menunjukkan sebuah refleksi khas kekristenan melalui pendekatan pastoral yang tepat dalam mendampingi seorang dalam masa krisis khususnya individu yang berpikir untuk bunuh diri.

### **1.7 Sistematika Penulisan:**

#### **Bab 1: Pendahuluan**

Berisi tentang latar belakang, batasan masalah, tujuan penulisan, serta sistematika penulisan.

#### **Bab 2: Definisi, Penyebab dan Penanganan Fenomena Bunuh Diri**

Dalam bab ini penulis akan menyajikan berbagai teori terkait dengan bunuh diri. Teori-teori yang akan disajikan akan mengadaptasi dari literatur-literatur bidang studi psikologi.

#### **Bab 3: Analisis Kasus Bunuh Diri dalam Serial *13 Reasons Why***

Dalam bab ini penulis akan menyajikan Hannah Baker sebagai tokoh utama yang memiliki pergumulan serta tokoh-tokoh lain yang berperan dalam pergumulannya. Pada bab ini pula penulis akan mencoba menganalisa apa yang terjadi pada Hannah Baker menurut teori-teori yang telah disajikan pada bab sebelumnya. Kemudian penulis akan memperlihatkan isu-isu pendampingan dan konseling yang terjadi dalam film tersebut.

#### **Bab 4: Kontribusi Pastoral dalam Mencegah Fenomena Bunuh Diri.**

Dalam bab ini penulis menyajikan upaya-upaya apa saja yang dapat dilakukan oleh orang-orang Kristen dalam mencegah fenomena bunuh diri

## **Bab 5: Penutup**

Bab ini berisi kesimpulan dari keseluruhan bab yang telah dipaparkan oleh penulis.

©UKDW

## BAB V

### PENUTUP

Pada bab ini penulis akan memberikan kesimpulan dari apa yang telah ditulias dalam skripsi yang telah disusun. Kemudian penulis akan mencoba memberikan saran bagi gereja sebagai sebuah komunitas dan pendeta sebagai sosok yang dianggap memimpin komunitas.

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan apa yang telah penulis paparkan pada tiap bab dapat dikatakan bahwa bunuh diri memiliki berbagai faktor penyebab dan motivasi yang seringkali sulit untuk dideteksi. Salah satu faktor penyebabnya ialah lingkungan sekitar yang kurang baik. Faktor itu pula yang melatar belakangi fenomena bunuh diri pada film *13 reasons why*. Hannah Baker sebagai seorang murid di salah satu SMA di amaerika mengalami stres dan trauma yang diakibatkan oleh pola relasi yang diterimanya dari lingkungan. Pola relasi tersebut kemudian berujung pada fenomena bunuh diri.

Ketika sebuah pola relasi yang buruk terjadi, seseorang memerlukan sosok pendamping yang tepat. Pendampingan dapat terwujud melalui beragam cara seperti menjadi teman yang bersedia mendengarkan hingga pendampingan melalui konseling. Hannah tidak mendapatkan pendampingan dari cara yang pertama (teman yang bersedia mendengarkan) namun mendapatkan pendampingan melalui konseling. Akan tetapi pendampingan yang terjadi melalui konseling tidak memudahkan keinginan Hannah untuk bunuh diri karena respon-respon dalam mendengarkan yang kurang tepat. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dikatakan bahwa merespon kesedihan dan penderitaan seseorang perlu kehati-hatian terlebih bila orang tersebut tengah memiliki pikiran untuk bunuh diri.

Berkaca dari fenomena yang dialami oleh Hannah Baker maka dapat dikatakan bahwa mendengarkan dan merespon dengan tepat menjadi aspek penting dalam upaya pencegahan bunuh diri. Gereja sebagai sebuah komunitas perlu untuk mengasah *soft skill* dalam hal mendengarkan permasalahan dan penderitaan yang dialami oleh anggotanya bahkan sebelum seseorang berpikir untuk bunuh diri. *Soft skill* mendengarkan dapat diasah melalui komunikasi yang intens antar anggota dalam setiap kesempatan yang ada.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Sekolah**

Sebagian besar anak remaja mendapatkan teman dan relasi yang mempengaruhi dirinya dari sekolah. Sekolah seringkali menjadi tempat bertemunya banyak remaja dari berbagai latar belakang kehidupan. Oleh karena itu sekolah perlu untuk membangun dan menciptakan lingkungan yang sehat. Hal tersebut dapat dimulai dengan guru-guru yang mampu membangun relasi yang dekat dengan siswa-siswinya sehingga siswa dan siswi dapat lebih terbuka terhadap permasalahan-permasalahan mereka pada guru. Selain itu sekolah perlu untuk memberikan seminar-seminar yang ditujukan bagi guru-guru terkait bagaimana menanggapi keluhan-keluhan siswa-siswi sehingga guru tidak menjadi seperti Mr. Porter. Sekolah juga perlu untuk memberikan seminar bagi orang tua murid mengenai membangun relasi yang baik di rumah, sebab bagaimanapun juga rumah merupakan tempat dimana murid-murid menghabiskan sebagian besar waktunya.

### **5.2.2 Gereja**

Gereja sebagai sebuah komunitas perlu untuk memberikan wadah bagi jemaat dalam mengupayakan fenomena bunuh diri. Salah satu yang perlu dilakukan gereja sebagai upaya memberikan wadah ialah dengan merancang berbagai acara yang bersifat *gathering* dan *sharing* sehingga tiap anggota dapat mempraktikkan *soft skill* mendengarkan. Ketika *soft skill* tersebut telah terlatih maka tiap anggota akan menjadi lebih peka terhadap permasalahan pribadi antar anggotanya. Selain itu gereja perlu untuk menanamkan pemahaman mengenai pentingnya mendengarkan seseorang dengan tepat. Pemahaman tersebut dapat disisipkan melalui berita gereja, tema-tema dalam sarasehan dan persekutuan, dan melalui seminar-seminar yang memberikan pemahaman tentang mendengarkan secara tepat pada jemaat.

### **5.2.3 Pendeta**

Sebagai sosok yang dianggap memimpin komunitas gereja, pendeta perlu untuk merancang jadwal rutin untuk melakukan kunjungan pada komisi-komisi maupun pada masing-masing individu dalam gereja. Semakin sering komunikasi terjadi antara pendeta dengan jemaat gereja dapat menumbuhkan rasa percaya dan melatih pendeta untuk dapat mendengarkan dengan tepat. Selain itu pendeta perlu untuk tetap membaca dan mempelajari teori-teori teologi yang terkandung dalam buku-buku teologi. Hal tersebut dapat berguna dalam upaya untuk membantu jemaat yang memiliki kegelisahan tentang Allah agar mendapatkan wadah yang mereka harapkan. Pendeta pun perlu untuk memberikan

pemahaman-pemahaman teologi pada jemaat yang dapat disisipkan dalam kotbah maupun bahan persekutuan agar jemaat dapat lebih berkembang dalam mengartikulasikan Allah di kehidupan mereka.

©UKDW

## DAFTAR PUSTAKA

Bartsch, Karl & Evelyn, *Sang Terluka yang Menyembuhkan: Stress & Trauma Healing*, Semarang: Pustaka Muria, 2005.

Bonhoeffer, Dietrich, *Life Together: The Classic Exploration of Christian Community*, New York: Harper & Row Publishers, 1954.

Clinebell, Howard, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, Yogyakarta: Kanisius, 2002.

Darmningtyas, *Pulung Gantung: Menyingkap Tragedi Bunuh Diri di Gunungkidul*, Yogyakarta, Siswa Press, 2002.

Durkheim, Emile, *Suicide: A Study in Sociology*, London: Routledge, 2002.

Gerald, Kathryn, *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain dengan Teknik Konseling*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2015.

Henden, John, *Preventing Suicide: The Solution Focused Approach*, Chicester: John Wiley & Sons Ltd., 2008.

Hurlock, Elizabeth, B., *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga, 1991.

Kartono, Kartini, *Hygiene Mental*, Bandung: Mandar Maju, 2000.

Lubis, Namora Lumongga, *Depresi: Tinjauan Psikologis*, Jakarta: Kencana, 2014.

Salomon, Ron, *Suicide*, New York: Infobase Publishing, 2007.

Sobur, Alex, *Semiotika Komunikasi*, Bandung, Remaja Rosdakarya, 2006.

Subagyo, Andreas, B., *Tampil Laksana Kencana*, Bandung: Yayasan Kalam Kudus, 2003.

Switzer, David, K., *What is Pastoral Emergency: Ministering to People in Crisis*, Mahwah, New Jersey: Paulist Press, 1989.

Thomas, Leo, *The Healing Team: A Practical Guide for Effectively Ministry*, Mahwah, New York: Paulist Press, 1987.

Todd Holeman, Virginia, *Theology for Better Counseling: Trinitarian Reflection for Healing and Formation*, Downer Grove: InterVarsity, 2012.

Wijayatsih, Hendri, *Pendampingan dan Konseling Pastoral*, Yogyakarta, Gema Teologi Vol. 35 No. 1/2, 2011.

Wright, Norman, *Konseling Krisis: Membantu Orang dalam Krisis dan Stres*, Malang: Gandung Mas, 2004.

**Sumber Online:**

<http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/suicide> diakses tanggal 20 november 2018

<https://imaji.or.id/mengapa-kita-bicara-bunuh-diri/> diakses tanggal 20 november 2018

[https://www.vice.com/id\\_id/article/d3w44k/melepas-jerat-pulung-gantung-bola-api-di-langit-yang-membuat-siapapun-bunuh-diri](https://www.vice.com/id_id/article/d3w44k/melepas-jerat-pulung-gantung-bola-api-di-langit-yang-membuat-siapapun-bunuh-diri) diakses tanggal 20 november 2018

<https://www.j-14.com/posts/is-13-reasons-why-a-true-story-145124> akses tanggal 14 september 2018

**Sumber Film:**

Bryan Yorke, 2017, *13 Reasons Why Season 1*, USA: Netflix

Bryan Yorke, 2018, *13 Reasons Why Season 2*, USA: Netflix