

Pemberdayaan Masyarakat dalam Deteksi dan Pencegahan Percobaan Bunuh Diri di Mojosongo

Community Empowerment in Detection and Prevention of Suicide Attempts in Mojosongo

Siti Khadijah^{1*}, Martono Martono², Dwi Ariani Sulistyowati¹³

^{1,2,3}Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan, Kementerian Kesehatan, Surakarta, Indonesia. khadije1704@gmail.com ; mus_ton@ymail.com ; dwiariani1971@gmail.com

Email koresponden: khadije1704@gmail.com

Doi: <https://doi.org/10.64621/hjics.v2i1.58>

ARTIKEL INFO

Article history

Received: 20 Mei 2026

Revision: 7 Juni 2026

Accepted: 20 Juni 2026

Published: 1 Juli 2026

Kata kunci:

bunuh diri; pencegahan;
gatekeeper; pemberdayaan
masyarakat

Keywords:

community empowerment;
prevention; gatekeeper;
suicide

ABSTRAK

Latar Belakang: Bunuh diri merupakan masalah kesehatan mental global yang terus mengalami peningkatan setiap tahun dan menjadi perhatian serius di berbagai negara. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai deteksi dini dan upaya pencegahan bunuh diri menyebabkan keterlambatan penanganan individu berisiko. Pelatihan gatekeeper menjadi salah satu strategi berbasis komunitas yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam mendeteksi risiko bunuh diri. **Tujuan** pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu PKK mengenai deteksi dini dan pencegahan percobaan bunuh diri di Kelurahan Mojosongo. **Metode:** Metode yang digunakan meliputi pendidikan masyarakat, pelatihan, dan pendampingan dengan pendekatan gatekeeper menggunakan metode QPR (Question, Persuade, Refer). Kegiatan dilaksanakan pada bulan November 2025 dengan jumlah responden sebanyak 60 orang yang terdiri dari kader kesehatan, ibu PKK, dan tokoh masyarakat. Tahapan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan penyuluhan, simulasi, diskusi, dan evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. **Hasil:** Kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai tanda risiko bunuh diri, faktor protektif, serta langkah pertolongan pertama pada individu berisiko. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 63,4 sebelum intervensi menjadi 84,7 setelah pelatihan. Peserta juga menunjukkan sikap positif dan kesiapan dalam melakukan deteksi dini di lingkungan masyarakat. **Kesimpulan:** Pelatihan gatekeeper efektif meningkatkan pengetahuan dan kesiapsiagaan masyarakat dalam upaya deteksi dini dan pencegahan percobaan bunuh diri. Program ini diharapkan menjadi upaya promotif dan preventif berkelanjutan dalam meningkatkan kesehatan mental masyarakat.

ABSTRACT

Background: Suicide is a global mental health problem that continues to increase every year and has become a serious concern in many countries. Limited public knowledge regarding early detection and suicide prevention often causes delays in handling individuals at risk. Gatekeeper training is one of the community-based strategies that can be implemented to improve community preparedness in detecting suicide risk. **The purpose** of this community service activity was to improve the knowledge of PKK mothers regarding early detection and prevention of suicide attempts in Mojosongo Village. **Method:** The methods used included community education, training, and mentoring through a gatekeeper approach using the QPR (Question, Persuade, Refer) method. The activity was conducted in November 2025 involving 60 respondents consisting of health cadres, PKK members, and community leaders. The stages included preparation, counseling, simulation, discussion, and evaluation using pre-test and post-test. **Results:** The results showed an increase in participants' knowledge regarding suicide risk signs, protective factors, and first aid measures for individuals at risk. The average knowledge score increased from 63.4 before the intervention to 84.7 after the training. Participants also demonstrated positive attitudes and readiness to conduct early detection within the community. **Conclusion:** Gatekeeper training was effective in improving community knowledge and preparedness in early detection and prevention of suicide attempts. This program is expected to become a sustainable promotive and preventive effort in improving community mental health.

Cite this as : Khadijah, S., Martono., & Sulistyowati1, D.A. (2026). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Deteksi dan Pencegahan Percobaan Bunuh Diri di Mojosongo. *Humanity: Journal of Innovation and Community Service*, 2(1),8-13.

PENDAHULUAN

Bunuh diri merupakan salah satu masalah kesehatan mental global yang menjadi perhatian serius di berbagai negara. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 700.000 orang meninggal akibat bunuh diri setiap tahunnya dan sebagian besar kasus terjadi di negara berkembang (WHO, 2021). Bunuh diri 6 persen dilakukan seperti cutting, loncat dari ketinggian, dan gantung diri (Susanti Reni, 2019). Bunuh diri tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga memberikan dampak psikologis, sosial, dan ekonomi bagi keluarga maupun masyarakat. Faktor penyebab bunuh diri sangat kompleks meliputi faktor psikologis, biologis, sosial, budaya, dan lingkungan. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai tanda risiko bunuh diri menjadi salah satu penyebab keterlambatan penanganan individu yang membutuhkan bantuan.

Kasus bunuh diri di Indonesia mengalami peningkatan dalam beberapa tahun terakhir. Data Pusat Informasi Kriminal Nasional menunjukkan bahwa angka bunuh diri meningkat signifikan dengan lebih dari 1.000 kasus sepanjang tahun 2024. Sumiwi, (2024) menjelaskan bahwa angka kasus bunuh diri di Indonesia meningkat sekitar 60% dalam lima tahun terakhir. Berdasarkan hasil wawancara dengan tokoh masyarakat dan kader kesehatan di Kelurahan Mojosoongo, ditemukan adanya kasus bunuh diri yang menyebabkan korban meninggal dunia. Selain itu, ibu PKK di wilayah tersebut mengaku masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai deteksi dini, tanda risiko bunuh diri, serta langkah pertolongan awal pada individu berisiko.

Upaya pencegahan bunuh diri berbasis masyarakat masih belum optimal dilakukan pada tingkat komunitas. Pelatihan *gatekeeper* menggunakan metode QPR (*Question, Persuade, Refer*) menjadi salah satu inovasi yang dapat meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mengenali tanda risiko bunuh diri dan memberikan pertolongan awal (Aldrich et al., 2018); (Park et al., 2020); (Kingi-uluave et al., 2025). Kegiatan ini memiliki nilai kebaruan karena melibatkan ibu PKK sebagai agen deteksi dini di lingkungan masyarakat. Ibu PKK dinilai memiliki kedekatan sosial dengan masyarakat sehingga berpotensi menjadi pendukung utama dalam upaya promotif dan preventif kesehatan mental.

Penelitian Holmes et al. (2023) menunjukkan bahwa pelatihan *gatekeeper* mampu meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mengenali individu berisiko bunuh diri dan meningkatkan kesiapan memberikan bantuan awal. Hawgood et al. (2021) juga menyatakan bahwa pendekatan *gatekeeper* berbasis komunitas efektif meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat dalam pencegahan bunuh diri. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesiapsiagaan ibu PKK dalam mendeteksi dan mencegah percobaan bunuh diri melalui pelatihan *gatekeeper* menggunakan metode QPR (*Question, Persuade, Refer*) di Kelurahan Mojosoongo.

MASALAH

Permasalahan utama yang ditemukan di Kelurahan Mojosoongo adalah masih rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan mental, tanda risiko bunuh diri, serta langkah pencegahan yang tepat. Berdasarkan hasil wawancara dengan kader kesehatan dan tokoh masyarakat, sebagian besar masyarakat belum memahami cara mendeteksi perubahan perilaku yang mengarah pada risiko bunuh diri. Selain itu, masih terdapat stigma terhadap individu dengan gangguan kesehatan mental sehingga keluarga cenderung menutupi kondisi yang dialami anggota keluarganya.

Kurangnya edukasi mengenai pencegahan bunuh diri menyebabkan masyarakat belum memiliki kesiapan dalam memberikan pertolongan awal kepada individu berisiko. Kondisi ini dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya percobaan bunuh diri yang tidak tertangani secara cepat dan tepat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan *gatekeeper* agar masyarakat mampu menjadi garda terdepan dalam deteksi dini dan pencegahan bunuh diri.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Kelurahan Mojosoongo, Kecamatan Jebres, Surakarta pada Tanggal 16 bulan November 2025. Sasaran kegiatan adalah kader kesehatan, ibu PKK, dan tokoh masyarakat dengan jumlah responden sebanyak 60 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi: Pendidikan masyarakat melalui penyuluhan tentang kesehatan mental, faktor risiko bunuh diri, tanda peringatan bunuh diri, dan upaya pencegahan, Pelatihan *gatekeeper* menggunakan metode QPR (*Question, Persuade, Refer*) untuk meningkatkan kemampuan peserta dalam mendeteksi individu berisiko, Simulasi dan diskusi mengenai penanganan awal pada individu yang menunjukkan tanda risiko bunuh diri,

Pendampingan masyarakat untuk meningkatkan kesiapan peserta dalam melakukan deteksi dini di lingkungan sekitar.

Tahapan kegiatan terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan penyusunan laporan. Tahap persiapan dilakukan melalui koordinasi dengan perangkat kelurahan dan kader kesehatan. Tahap pelaksanaan dilakukan dalam satu kali pertemuan selama 120 menit dengan metode ceramah, diskusi, dan simulasi. Evaluasi dilakukan menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

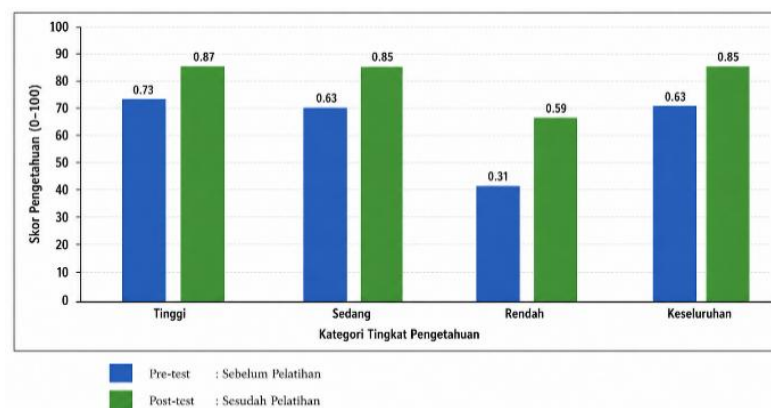
Karakteristik Responden

Sebanyak 60 responden mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini. Seluruh responden merupakan ibu PKK yang aktif dalam kegiatan sosial kemasyarakatan di Kelurahan Mojosongo.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
26–35 tahun	12	20
36–45 tahun	24	40
46–55 tahun	18	30
>55 tahun	6	10
Total	60	100

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas responden berada pada rentang usia 36–45 tahun sebanyak 24 orang (40%). Kelompok usia tersebut termasuk usia produktif yang aktif dalam kegiatan sosial masyarakat dan memiliki peran penting dalam pemberdayaan kesehatan keluarga maupun lingkungan sekitar. Keterlibatan ibu PKK dalam kegiatan ini dinilai penting karena memiliki kedekatan langsung dengan masyarakat sehingga dapat menjadi agen promotif dan preventif kesehatan mental.



Gambar 1. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan Peserta

Peningkatan nilai pengetahuan menunjukkan bahwa pelatihan *gatekeeper* efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terkait deteksi dini dan pencegahan bunuh diri. Peningkatan pengetahuan tersebut terjadi karena peserta tidak hanya mendapatkan materi edukasi, tetapi juga diberikan simulasi dan latihan komunikasi menggunakan metode QPR (*Question, Persuade, Refer*). Metode ini membantu peserta memahami cara mengenali tanda peringatan bunuh diri serta langkah pertolongan awal yang dapat dilakukan di lingkungan masyarakat. Selain itu, keterlibatan aktif peserta selama diskusi membuat proses pembelajaran menjadi lebih interaktif sehingga materi lebih mudah dipahami oleh ibu PKK. Hal ini didukung hasil penelitian terdahul Wexler et al., (2025), menjelaskan bahwa peran komunitas dan institusi sangat penting, melakukan analisis mendeteksi dan melakukan perilaku pencegahan bunuh diri, dengan efikasi diri yang meningkat dapat mencegah mengurangi cara-cara mematikan.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan berbasis komunitas dapat meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi masalah kesehatan mental. Ibu PKK memiliki peran penting sebagai agen promotif kesehatan karena sering berinteraksi langsung dengan masyarakat dan keluarga. Dengan meningkatnya kemampuan deteksi dini, peserta diharapkan mampu mengenali perubahan perilaku individu yang mengarah pada risiko bunuh diri sehingga dapat segera dilakukan intervensi atau rujukan kepada tenaga kesehatan profesional. Metode QPR yang digunakan

memberikan pengalaman belajar yang lebih aplikatif melalui simulasi dan diskusi kasus (Ufodike et al., 2021).

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Holmes et al. (2023); (Hawley et al., 2024); (Litteken & Sale, 2018), yang menyatakan bahwa pelatihan gatekeeper mampu meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mengenali individu berisiko bunuh diri. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa peserta pelatihan mengalami peningkatan pengetahuan, efikasi diri, dan kesiapan dalam melakukan intervensi awal terhadap individu yang mengalami krisis psikologis. Pelatihan berbasis komunitas dinilai efektif karena masyarakat menjadi lebih percaya diri dalam memberikan dukungan emosional dan melakukan rujukan kepada layanan kesehatan mental. Pelatihan berbasis komunitas memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, rasa percaya diri, dan kesiapan peserta dalam melakukan intervensi awal.

Penelitian Hawgood et al. (2021); Putri et al., (2025); Goodman et al., (2021) juga menunjukkan bahwa pendekatan *gatekeeper* berbasis komunitas efektif meningkatkan kemampuan komunikasi suportif masyarakat terhadap individu dengan masalah psikologis. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa peserta pelatihan mengalami peningkatan kemampuan dalam mengidentifikasi tanda peringatan bunuh diri dan lebih siap melakukan rujukan kepada tenaga kesehatan profesional. Hasil penelitian tersebut mendukung temuan pada kegiatan pengabdian ini, dimana ibu PKK mampu mempraktikkan komunikasi suportif melalui simulasi pendekatan QPR selama pelatihan berlangsung. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa peserta pelatihan mengalami peningkatan kemampuan dalam mengidentifikasi tanda peringatan bunuh diri dan lebih siap melakukan rujukan kepada tenaga kesehatan profesional.

Selain itu, Liu et al., (2025), melalui *systematic review* menjelaskan bahwa pelatihan gatekeeper memiliki efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat terkait pencegahan bunuh diri. Penelitian tersebut menegaskan bahwa metode pelatihan yang melibatkan simulasi dan praktik langsung memberikan dampak lebih baik dibandingkan penyuluhan satu arah. Pada kegiatan ini, penggunaan simulasi kasus dan role play membantu peserta memahami cara bertanya secara empatik, memberikan dukungan psikologis, dan membantu individu berisiko memperoleh bantuan profesional. Pelatihan yang melibatkan simulasi dan diskusi kasus dinilai mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih aplikatif dibandingkan metode ceramah saja.



Gambar Proses Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Dalam kegiatan ini, metode simulasi dan diskusi kasus memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempraktikkan komunikasi suportif menggunakan pendekatan QPR. Peserta dilatih untuk mengajukan pertanyaan secara empatik (Question), memberikan dukungan dan motivasi kepada individu berisiko (Persuade), serta membantu proses rujukan kepada tenaga profesional (Refer). Pendekatan tersebut membantu meningkatkan keberanian peserta dalam melakukan deteksi dini dan memberikan pertolongan awal.

Pelatihan gatekeeper juga memiliki manfaat dalam meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap kesehatan mental. Ibu PKK yang telah mendapatkan pelatihan diharapkan mampu menjadi agen perubahan dalam menciptakan lingkungan yang lebih suportif terhadap individu dengan masalah psikologis. Dengan meningkatnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kesehatan mental, diharapkan stigma terhadap gangguan mental dapat berkurang sehingga individu berisiko lebih mudah mendapatkan bantuan.



Gambar Foto bersama pelakasa dan peserta pengabdian masyarakat, serta kses rekaman vidio kegiatan:

https://drive.google.com/file/d/1sLCmDVyyW0_Saj3AlRjsnm0-9SkC43xX/view

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui pelatihan gatekeeper di Kelurahan Mojosongo berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesiapsiagaan masyarakat dalam mendeteksi dan mencegah percobaan bunuh diri. Peningkatan nilai pengetahuan pre-test dan post-test menunjukkan bahwa metode QPR efektif digunakan dalam edukasi kesehatan mental berbasis masyarakat. Program ini memberikan dampak positif berupa meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental serta kemampuan memberikan pertolongan awal pada individu berisiko bunuh diri. Kegiatan serupa diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan lebih banyak masyarakat dan dukungan lintas sektor.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Surakarta, Kelurahan Mojosongo, kader kesehatan, ibu PKK, serta seluruh masyarakat yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

KONTRIBUSI PENULIS

SK: Pelaksana kegiatan, penyusunan artikel, analisis data, dan revisi artikel. M: Pelaksana kegiatan, penyusunan materi pelatihan, dan evaluasi kegiatan. DAS: Pendampingan masyarakat, dokumentasi kegiatan, dan penyusunan laporan hasil kegiatan. Seluruh penulis terlibat aktif dalam pelaksanaan dan penyusunan artikel.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldrich, R. S., Wilde, J., & Miller, E. (2018). *The effectiveness of QPR suicide prevention training*. <https://doi.org/10.1177/0017896918786009>
- Goodman, M., Sullivan, S. R., Spears, A. P., Crasta, D., Mitchell, E. L., Stanley, B., Hazlett, E. A., & Glynn, S. (2021). *Couple and Family Psychology : Research and Practice Actions for Families to Encourage Recovery*.
- Hawgood, J., Koo, Y. W., Svetlicic, J., De Leo, D., & Kölves, K. (2021). Wesley LifeForce Suicide Prevention Gatekeeper Training in Australia: 6 Month Follow-Up Evaluation of Full and Half Day Community Programs. *Frontiers in Psychiatry*.
- Hawley, S. R., Ph, D., Skinner, T., Ph, D., Young, M., Psy, D., Romain, T. S., Provines, J., & Ph, D. (2024). *Suicide Prevention Across the Community : Evaluation of Mental Health Training for Multiple Gatekeeper Groups*. May 2020.
- Holmes, G., Clacy, A., Hamilton, A., & Kölves, K. (2023). Effectiveness of suicide prevention gatekeeper training: 12-month follow-up of SafeTALK training to community members. *Australasian Psychiatry*, 31 (6).
- Kingi-uluave, D., Taufu, N., Tuesday, R., Cargo, T., Merry, S., Hetrick, S., Taufu, N., Tuesday, R., Cargo, T., Merry, S., Hetrick, S., Review, A., Reviews, S., Kingi-uluave, D., Taufu, N., Tuesday, R., Cargo, T., Stasiak, K., Merry, S., & Hetrick, S. (2025). Archives of Suicide Research A Review of Systematic Reviews : Gatekeeper Training for Suicide Prevention with a Focus on Effectiveness and Findings A Review of Systematic Reviews : Gatekeeper Training for Suicide Prevention with a Focus on Effectiveness and Findings. *Archives of Suicide Research*, 29(2),

329–346. <https://doi.org/10.1080/13811118.2024.2358411>

- Litteken, C., & Sale, E. (2018). Long-Term Effectiveness of the Question, Persuade, Refer (QPR) Suicide Prevention Gatekeeper Training Program: Lessons from Missouri. *Community Mental Health Journal*, 54(3), 282–292. <https://doi.org/10.1007/s10597-017-0158-z>
- Liu, H., Zheng, C., Cao, Y., Zeng, F., Chen, H., & Gao, W. (2025). Gatekeeper training for suicide prevention: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *BMC Public Health*, 25(1), 1–19. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21736-1>
- Park, S. C., Na, K. S., Kwon, S. J., Kim, M., Kim, H. J., Baik, M., Seol, J., An, E. J., Lee, S. M., Lee, E. J., Lim, M., Cho, S. J., Kim, G. H., Kim, N., Jeon, H. J., Paik, J. W., Oh, K. S., & Lee, H. Y. (2020). “Suicide CARE” (Standardized Suicide Prevention Program for Gatekeeper Intervention in Korea): An Update. *Psychiatry Investigation*, 17(9), 911–924. <https://doi.org/10.30773/pi.2020.0166>
- Putri, A. K., McGrath, M., Batchelor, R., Ross, V., Krysinska, K., Hawgood, J., Kölves, K., Reifels, L., Pirkis, J., & Andriessen, K. (2025). Strategies and evaluation underpinning the implementation of suicide prevention training: a systematic review. *BMC Public Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21999-8>
- Sumiwi. (2024). *Angka Kasus Bunuh Diri di Indonesia Meningkat 60% dalam 5 Tahun Terakhir*. <https://doi.org/https://data.goodstats.id/statistic/angka-kasus-bunuh-diri-di-indonesia-meningkat-60-dalam-5-tahun-terakhir-2FzH6>
- Susanti Reni. (2019). *20 Persen Mahasiswa di Bandung Berpikir Serius untuk Bunuh Diri*. <https://regional.kompas.com/read/2019/10/12/19563181/20-persen-mahasiswa-di-bandung-berpikir-serius-untuk-bunuh-diri?page=all>
- Ufodike, A., Okafor, O. N., & Opara, M. (2021). First Nations gatekeepers as a common pool health care institution: Evidence from Canada. *Financial Accountability and Management*, June, 1–22. <https://doi.org/10.1111/faam.12309>
- Wexler, L., White, L., Ginn, J., Schmidt, T., Rataj, S., Wells, C. C., Schultz, K., Kapoulea, A., Mceachern, D., & Habecker, P. (2025). *Mengembangkan efikasi diri dan ' komunitas praktik ' antara mitra komunitas dan institusional untuk mencegah bunuh diri dan meningkatkan kesehatan mental di komunitas yang kurang mampu : memperluas konstruksi penelitian untuk pencegahan hulu . 1–12.*
- WHO. (2021). Suicide worldwide in 2021. *Global Health Estimates*.



© 2026 by authors. Lisensi *Humanity Journal of Innovation and Community Service*. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.