

## KARAKTERISTIK DAN PROPORSI PERCOBAAN BUNUH DIRI PADA SIKLUS MENSTRUASI

Putu Kurnia Darma Pratama

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana  
Departemen Psikiatri RSUP Sanglah

### ABSTRAK

Percobaan bunuh diri didapatkan lebih tinggi dua sampai tiga kali pada wanita dibandingkan dengan laki-laki. Terdapat dugaan bahwa siklus menstruasi memiliki hubungan dengan percobaan bunuh diri pada wanita. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui proporsi wanita yang melakukan percobaan bunuh diri pada fase folikular, fase pertengahan atau *midcycle*, dan fase luteal pada siklus menstruasi, serta untuk mengetahui karakteristik pasien percobaan bunuh diri wanita berdasarkan usia, tingkat pendidikan terakhir, status pernikahan, dan pekerjaan. Penelitian dilakukan dengan rancangan penelitian *cross-sectional descriptive*. Subjek penelitian adalah wanita usia 11 sampai 50 tahun yang melakukan percobaan bunuh diri yang datang ke Bagian/SMF Psikiatri RSUP Sanglah serta memenuhi kriteria inklusi. Berdasarkan 41 subjek penelitian yang didapatkan, percobaan bunuh diri pada fase folikular didapatkan sebanyak 29,2%, fase *midcycle* sebanyak 9,8%, dan fase luteal sebanyak 61%. Penelitian berdasarkan karakteristik mendapatkan hasil yaitu pasien percobaan bunuh diri wanita paling banyak berusia 21-30 tahun, dengan pendidikan terakhir SMA, sudah menikah, dan bekerja. Dari hasil penelitian ini, percobaan bunuh diri pada wanita paling banyak terjadi pada fase luteal siklus menstruasi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar penelitian lebih lanjut yang kemudian akan bermanfaat dalam melakukan pencegahan dan pengawasan pada wanita yang memiliki risiko untuk melakukan percobaan bunuh diri.

**Kata kunci:** Percobaan bunuh diri, siklus menstruasi, luteal

### ABSTRACT

Suicide attempt was higher two to three times in women than men. There have been allegations that the menstrual cycle has a relationship with suicide attempts in women. This study is done to know the proportion of women who attempted suicide at follicular, midcycle, and luteal phase at menstrual cycle and to know the characteristics of suicide attempt women patients based on age, last educational attainment, marital status, and occupation. This study uses cross-sectional descriptive study design. The subjects of this study were women 11 to 50 years old who attempted suicide and comes to Bagian/SMF Psikiatri RSUP Sanglah and met the inclusion criteria. Of the 41 subjects, suicide attempt on follicular phase is 29.2%, on midcycle phase is 9.8%, and on luteal phase is 61%. The study based on the characteristics of subjects gets the result, suicide attempt women patients most commonly at 21-30 years old, had last educational attainment on high school, married, and working. From the result of this study, suicide attempt occur most commonly in women who were at luteal phase of menstrual cycle. With these results, this study expected can be used as a basis for further research that would later be useful in the prevention and control in women who are at risk for suicide attempt.

**Keywords:** Suicide attempt, menstrual cycle, luteal

### PENDAHULUAN

Perilaku bunuh diri telah menjadi masalah kesehatan yang penting di seluruh dunia. Pada beberapa negara angka bunuh diri mengalami peningkatan sekitar 60% pada beberapa tahun terakhir. Setiap tahunnya diperkirakan terdapat satu

juta bunuh diri terjadi di seluruh dunia. Sementara itu percobaan bunuh diri diperkirakan 7-10 kali dari angka kematian akibat bunuh diri. Diperkirakan bahwa 5% dari penduduk pernah melakukan percobaan bunuh diri paling sedikit satu kali selama hidupnya.<sup>1</sup>

Percobaan bunuh diri didapatkan lebih tinggi dua sampai tiga kali pada wanita dibandingkan dengan laki-laki.<sup>1</sup> Beberapa faktor yang dapat menjadi penyebab dari lebih seringnya wanita melakukan percobaan diri yaitu, kepribadian dari wanita itu sendiri, gangguan psikiatri yang menyertai, dan siklus menstruasi.<sup>2,3</sup>

Beberapa tahun terakhir, terdapat dugaan bahwa siklus menstruasi memiliki hubungan dengan percobaan bunuh diri. Sampai saat ini telah terdapat beberapa penelitian tentang percobaan bunuh diri dan siklus menstruasi, tetapi hasil dari beberapa penelitian tersebut tidaklah konsisten, bertentangan, dan kontroversial.<sup>2</sup> Perubahan hormon reproduksi wanita seperti estrogen dan progesterone diduga berpengaruh terhadap perubahan mood dan perilaku pada wanita, walaupun sampai saat ini mekanismenya belum dapat dijelaskan secara pasti.<sup>4</sup> Oleh karena itu, perlu dikaji lebih lanjut mengenai fase apakah pada siklus menstruasi yang lebih sering terdapat percobaan bunuh diri. Dengan diketahuinya fase siklus menstruasi yang lebih sering dilakukannya percobaan bunuh diri, akan lebih mudah untuk dilakukan pencegahan dan pengawasan pada wanita yang memiliki risiko untuk melakukan percobaan bunuh diri.

## BAHAN DAN METODE

### Rancangan, Tempat, dan Waktu Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *cross-sectional descriptive* untuk mengetahui proporsi wanita yang melakukan percobaan bunuh diri pada fase folikular, fase pertengahan atau *midcycle*, dan fase luteal pada siklus menstruasi, serta untuk mengetahui karakteristik pasien percobaan bunuh diri wanita berdasarkan usia, tingkat pendidikan terakhir, status pernikahan, dan pekerjaan. Penelitian dilakukan pada Bagian/SMF Psikiatri RSUP Sanglah dalam kurun waktu 1 Maret 2014 sampai dengan 1 Nopember 2014.

### Subjek dan Sampel

Subjek pada penelitian ini adalah wanita usia 11 sampai 50 tahun yang melakukan percobaan bunuh diri yang datang ke Bagian/SMF Psikiatri RSUP Sanglah serta memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah wanita usia 11 sampai 50 tahun yang melakukan percobaan bunuh diri yang datang ke Bagian/SMF Psikiatri RSUP Sanglah, bersedia menjadi subjek penelitian, dan mengalami siklus menstruasi yang teratur. Dan kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu wanita yang menggunakan terapi hormonal, mengalami gangguan psikiatri organik dan mengalami retardasi mental, dan tidak kooperatif dengan proses penelitian.

### Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini adalah percobaan bunuh diri pada wanita, fase siklus menstruasi yang dialami saat dilakukannya percobaan bunuh diri, usia, tingkat pendidikan, status pernikahan, dan pekerjaan.

Fase siklus menstruasi yang digunakan pada penelitian ini mengikuti metode yang digunakan oleh Holding dan Minkoff, dimana fase pada siklus menstruasi dibagi menjadi tiga fase. Tiga fase ini adalah fase folikular (hari 1-11), fase pertengahan atau *midcycle* (hari 12-16), dan fase luteal (hari 17-28). Metode ini dapat digunakan untuk pasien dengan siklus menstruasi 21 sampai dengan 35 hari.<sup>5</sup> Pada penelitian ini sampel adalah wanita usia 11 sampai dengan 50 tahun yang kemudian dikategorikan menjadi empat kelompok usia, yaitu 11-20 tahun, 21-30 tahun, 31-40 tahun, dan 41-50 tahun. Tingkat pendidikan dikategorikan menjadi empat yaitu SD, SMP, SMA, dan Perguruan Tinggi. Status pernikahan pada penelitian ini dibagi menjadi tiga yaitu menikah, janda, dan tidak menikah. Variabel pekerjaan dibagi menjadi dua yaitu bekerja dan tidak bekerja.

### Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini berupa kuesioner. Kuesioner ini berisikan beberapa pertanyaan mengenai data identitas dasar pasien, tanggal melakukan percobaan bunuh diri, tanggal menstruasi terakhir, siklus menstruasi pasien, bagaimana keteraturan dari siklus menstruasi pasien pada beberapa bulan terakhir, riwayat penggunaan kontrasepsi atau terapi hormonal, dan perubahan emosi beberapa hari sebelum menstruasi.

### HASIL

Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan 41 subjek penelitian yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui karakteristik dan proporsi wanita yang melakukan percobaan bunuh diri pada setiap fase siklus menstruasi.

### Karakteristik Pasien

Berdasarkan usia, 14,6% pasien percobaan bunuh diri wanita berusia 11-20 tahun, 51,2% berusia 21-30 tahun, 26,8% berusia 31-40 tahun, dan 7,3% berusia 41-50 tahun. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa pasien percobaan bunuh diri wanita paling banyak berusia 21-30 tahun.

Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir yang diselesaikan, pasien percobaan bunuh diri wanita dengan pendidikan terakhir SD didapatkan sebanyak 14,6%, tingkat pendidikan SMP sebanyak 12,2%, tingkat pendidikan SMA sebanyak 56,1%, dan tingkat pendidikan perguruan tinggi sebanyak

17,1%. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar pasien percobaan bunuh diri wanita hanya mendapatkan pendidikan terakhir sampai SMA.

**Tabel 1.** Karakteristik pasien percobaan bunuh diri wanita di Bagian/SMF Psikiatri RSUP Sanglah periode 1 Maret 2014 sampai dengan 1 Nopember 2014

Karakteristik	Jumlah (Total = 41)	Persentase (%)
<b>Usia (tahun)</b>		
11-20	6	14,6
21-30	21	51,2
31-40	11	26,8
41-50	3	7,3
<b>Tingkat Pendidikan</b>		
SD	6	14,6
SMP	5	12,2
SMA	23	56,1
Perguruan Tinggi	7	17,1
<b>Status Pernikahan</b>		
Tidak Menikah	18	43,9
Menikah	22	53,7
Janda	1	2,4
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	22	53,7
Tidak Bekerja	19	46,3

**Tabel 2.** Angka percobaan bunuh diri pada fase siklus menstruasi

Fase Menstruasi	Jumlah (Total = 41)	Persentase (%)
Folikular	12	29,2
Midcycle	4	9,8
Luteal	25	61

Berdasarkan status pernikahan, pasien percobaan bunuh diri wanita yang tidak menikah didapatkan sebanyak 43,9%, pasien yang menikah sebanyak 53,7%, dan pasien yang janda sebanyak 2,4%. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa lebih banyak pasien percobaan bunuh diri wanita yang sudah menikah.

Berdasarkan pekerjaan, pasien percobaan bunuh diri wanita yang bekerja didapatkan sebanyak 53,7% dan pasien yang tidak bekerja sebanyak 46,3%. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa lebih banyak pasien percobaan bunuh diri wanita yang bekerja.

#### Proporsi Wanita yang Melakukan Percobaan Bunuh Diri pada Fase Siklus Menstruasi

Berdasarkan fase siklus menstruasi yang sedang dialami pasien saat melakukan percobaan bunuh diri, dapat dikelompokkan menjadi tiga yaitu fase folikular (hari 1-11), fase pertengahan atau *midcycle* (hari 12-16), dan fase luteal (hari 17-28).

Berdasarkan fase siklus menstruasi, percobaan bunuh diri pada fase folikular didapatkan sebanyak 29,2%, fase *midcycle* sebanyak 9,8%, dan fase luteal sebanyak 61%. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa percobaan bunuh diri pada wanita paling banyak terjadi pada fase luteal dibandingkan dengan fase folikular dan *midcycle*.

#### DISKUSI

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa pasien percobaan bunuh diri wanita paling banyak berusia 21-30 tahun. Hasil ini sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya yang mendapatkan bahwa prevalensi dari percobaan bunuh diri ditemukan lebih tinggi secara signifikan pada populasi dewasa muda yang berusia 18 sampai 29 tahun dibandingkan dengan populasi dewasa yang berusia diatas 30 tahun.<sup>1,6</sup> Tingginya angka percobaan bunuh diri wanita pada usia 21-30 tahun kemungkinan disebabkan karena pada usia tersebut manusia masih dalam tahap menuju proses dewasa dan hidup secara mandiri. Pada usia tersebut masalah-masalah baru yang berat mulai muncul dan dalam penyelesaiannya sudah tidak bisa lagi bergantung pada orang lain. Rendahnya kemampuan dalam pemecahan masalah, tekanan dari orang-orang sekitar, dan kurangnya dukungan sosial menyebabkan beberapa individu tidak tahan lagi untuk menghadapi masalah tersebut dan kemudian akan menyebabkan munculnya percobaan bunuh diri.

Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir yang diselesaikan didapatkan bahwa sebagian besar pasien percobaan bunuh diri wanita hanya mendapatkan pendidikan terakhir sampai SMA. Hasil ini sesuai dengan beberapa penelitian terakhir yang mendapatkan bahwa pasien percobaan bunuh diri paling banyak hanya mendapatkan pendidikan terakhir yang setara dengan SMA.<sup>7,8,9</sup> Tingkat pendidikan terakhir SMA yang berhasil dicapai oleh pasien percobaan bunuh diri kemungkinan berdampak pada kemampuan dalam menghadapi masalah. Pada individu dengan tingkat pendidikan SMA kemampuan yang dimiliki dalam memecahkan masalah lebih rendah jika dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang tinggi (perguruan tinggi). Lebih rendahnya kemampuan dalam memecahkan masalah akan menyebabkan individu tersebut lebih mudah menyerah dan jika tidak ada jalan lain lagi akan memutuskan untuk melakukan percobaan bunuh diri. Selain itu, penduduk di Indonesia yang mayoritas dengan pendidikan terakhir SMA menyebabkan sebagian besar pasien percobaan bunuh diri berada pada kelompok pendidikan terakhir SMA.

Berdasarkan status pernikahan didapatkan bahwa lebih banyak pasien percobaan bunuh diri

wanita yang sudah menikah. Beberapa penelitian sebelumnya mendapatkan bahwa individu yang sudah menikah memiliki angka dan risiko untuk melakukan percobaan bunuh diri yang lebih kecil dibandingkan dengan individu yang tidak menikah.<sup>8,10</sup> Tingginya angka percobaan bunuh diri pada pasien yang tidak menikah disebabkan karena pasien dengan kesehatan mental yang buruk cenderung tidak menikah, sehingga menyebabkan tingginya angka percobaan bunuh diri pada pasien yang tidak menikah.<sup>11</sup> Lebih banyaknya pasien percobaan bunuh diri wanita yang sudah menikah pada penelitian ini kemungkinan disebabkan karena pernikahan merupakan suatu proses penyatuan dua pribadi dan keluarga yang berbeda, adanya konflik dalam keseharian merupakan hal yang wajar terjadi. Tetapi apabila konflik berlanjut menjadi rumit dan tidak terselesaikan, akan menimbulkan individu tersebut tidak tahan lagi untuk menghadapi konflik tersebut dan memutuskan untuk melakukan bunuh diri. Selain itu, lebih banyaknya pasien percobaan bunuh diri wanita yang sudah menikah kemungkinan karena tindakan percobaan bunuh diri yang dijadikan suatu cara untuk mendapat perhatian dan rasa kasihan dari suami.<sup>3</sup>

Berdasarkan pekerjaan didapatkan bahwa lebih banyak pasien percobaan bunuh diri wanita yang bekerja. Hasil ini sesuai dengan beberapa penelitian terakhir yang mendapatkan bahwa pasien percobaan bunuh diri yang bekerja lebih banyak daripada yang tidak bekerja.<sup>6,7,8</sup> Lebih banyaknya pasien percobaan bunuh diri wanita yang bekerja kemungkinan karena adanya permasalahan di tempat kerja, baik itu permasalahan dengan rekan kerja, tuntutan kerja yang tidak tercapai, dan pendapatan yang tidak memadai. Beberapa permasalahan ini kemudian dapat menjadi faktor yang menyebabkan pasien yang bekerja untuk melakukan percobaan bunuh diri.

Berdasarkan fase siklus menstruasi didapatkan percobaan bunuh diri pada wanita paling banyak terjadi pada fase luteal dibandingkan dengan fase folikular dan *midcycle*. Menurut tinjauan terhadap 18 penelitian dari tahun 1959 sampai dengan 1998 hasil penelitian percobaan bunuh diri pada siklus menstruasi memang sangatlah bervariasi dan tidak pernah konsisten. Berdasarkan penelitian sebelumnya didapatkan hasil yaitu, 33% penelitian menemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara siklus menstruasi dan perilaku bunuh diri, 28% penelitian menemukan bahwa percobaan bunuh diri lebih sering pada fase premenstrual atau minggu keempat, 28% penelitian menemukan bahwa percobaan bunuh diri atau bunuh diri lebih sering pada saat menstruasi atau minggu pertama, dan 11% penelitian menemukan bahwa percobaan bunuh diri lebih sering pada saat sebelum dan

sesudah menstruasi (minggu ke empat dan ke lima).<sup>2</sup> Tetapi pada penelitian beberapa tahun terakhir yang menggunakan metode penentuan fase siklus menstruasi yang lebih akurat yaitu melalui pemeriksaan hormon dan dengan hasil penelitian yang signifikan, didapatkan bahwa percobaan bunuh diri ditemukan lebih sering pada fase folikular pada siklus menstruasi.<sup>2,8,12</sup>

Tingginya angka percobaan bunuh diri pada fase folikular disebabkan karena hormon estrogen dan progesteron yang mulai mengalami penurunan pada fase luteal akhir dan mencapai kadar terendah pada fase menstruasi (folikular awal) dari siklus menstruasi.<sup>13</sup> Penurunan kadar estrogen menyebabkan penurunan aktivitas serotonin pada otak, yang kemudian akan menyebabkan individu dengan kerentanan otak pada gangguan psikiatri lebih rentan untuk melakukan percobaan bunuh diri.<sup>14</sup>

Perbedaan metode penentuan fase siklus menstruasi yang digunakan dalam penelitian, jumlah sampel, dan karakteristik demografis kemungkinan berpengaruh terhadap perbedaan hasil yang didapatkan pada penelitian ini. Tingginya percobaan bunuh diri pada fase luteal pada penelitian ini kemungkinan disebabkan karena adanya perburukan dari gejala psikiatri yang sedang dialami (terutama depresi mayor dan distimia), sehingga menyebabkan peningkatan risiko untuk melakukan percobaan bunuh diri.<sup>4</sup> Adanya perasaan takut akan kehamilan karena menstruasi yang tertunda, terutama bagi wanita yang belum siap untuk hamil dan memiliki anak, kemungkinan dapat menyebabkan tingginya angka percobaan bunuh diri pada fase luteal.<sup>2</sup>

## SIMPULAN

Berdasarkan karakteristik didapatkan hasil yaitu pasien percobaan bunuh diri wanita sebagian besar berusia 21-30 tahun (51,2%), mendapatkan pendidikan terakhir sampai SMA (56,1%), sudah menikah (53,7%), dan bekerja (53,7%). Sesuai dengan fase siklus menstruasi yang sedang dialami saat melakukan percobaan bunuh diri, percobaan bunuh diri paling banyak terjadi pada fase luteal (61%).

## DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. *Suicide Prevention Across the Globe: Strengthening Protective Factors and Instilling Hope*. International Association for Suicide Prevention. 2012.
2. Baca-Garcia E, Sastre DC, Leon JD, Ruiz JS. *The Relationship Between Menstrual Cycle Phases and Suicide Attempts*. *Psychosomatic Medicine*. 2000;62:50–60.
3. McLean J, Maxwell M, Platt S, Harris F, Jepson R. *Risk and Protective Factors for*

- Suicide and Suicidal Behaviour: a Literature Review*. Scottish Government Social Research. 2008.
4. Akdeniz F, Karadag F. *Does the Menstrual Cycle Affect Mood Disorders?*. Turkish Journal of Psychiatry. 2006.
  5. Holding TA, Minkoff K. *Parasuicide and the menstrual cycle*. J Psychosom Res. 1973;17:365–8.
  6. Crosby AE, Han B, Ortega LAG, Parks SE, Gfoerer J. *Suicidal thoughts and behaviors among adults aged  $\geq 18$  years-United States, 2008-2009*. MMWR Surveillance Summaries. 2011.
  7. Baca-Garcia E, et al. *Premenstrual symptoms and luteal suicide attempts*. Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci. 2004;254:326–329.
  8. Ainsah O, Norharlina B, Osman CB. *The Association between Deliberate Self-harm and Menstrual Cycle among Patients Admitted to Hospital Kuala Lumpur*. Hong Kong J Psychiatry. 2008;18:158-65.
  9. Zielińska-Więczkowska H, Chmiel G, Rybicka R. *Analysis of suicidal attempts based on mental institution patients*. Hygeia Public Health. 2013;48(4): 475-480
  10. Straiton ML, Roen K, Hjelmeland H. *Gender Roles, Suicidal Ideation, and Self-Harming in Young Adults*. Archives of Suicide Research. 2012;16:1, 29-43.
  11. Griffiths C, Ladva G, Brock A, Baker A. *Trends in suicide by marital status in England and Wales, 1982–2005*. Spring. 2008.
  12. Caykoylu A, Capoglu I, Ozturk AI. *The Possible Factors Affecting Suicide Attempts in the Different Phase of the Menstrual Cycle*. Psychiatry and Clinical Neurosciences. 2004;58:460-464.
  13. Tortora GJ, Derrickson B. *Principles of Anatomy and Physiology, Twelfth Edition*. John Wiley & Son Inc. 009;h.1113-1116.
  14. Baca-Garcia E, Sastre DC, Leon JD, Ruiz JS. *Influence of Psychiatric Diagnoses on the Relationship Between Suicide Attempts and the Menstrual Cycle*. Psychosomatic Medicine. 2001;63:509–510.