



Praktik Percobaan Bunuh Diri Ditinjau dari Teologi Malu

Arde Justitia Zebua

Prodi Teologi, Fakultas Ilmu Teologi, Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

*correspondence: ardezebua@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengalaman percobaan bunuh diri pada remaja melalui perspektif teologi malu serta mengidentifikasi proses pemulihan identitas dan relasi penyintas. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang dilaksanakan di Desa Sibaragas, Kecamatan Pagaran, Kabupaten Tapanuli Utara. Subjek utama penelitian adalah seorang remaja perempuan berinisial GL, dengan informan pendukung yang terdiri atas ibu, kepala desa, masyarakat, dan pelayan gereja. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara induktif dan interpretatif menggunakan perspektif teologi malu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa percobaan bunuh diri GL tidak dapat dijelaskan oleh faktor tunggal, melainkan berada dalam konteks pengalaman kehilangan, tekanan emosional, kecenderungan memendam persoalan, dan dinamika relasional. Rasa malu terutama menguat setelah peristiwa tersebut dan memengaruhi cara GL memandang dirinya, berinteraksi dengan lingkungan sosial, serta memahami relasinya dengan Allah. Pemulihan berlangsung secara relasional melalui penerimaan dan pendampingan keluarga, gereja, masyarakat, dan pemerintah desa. Penelitian menghasilkan *Shame (Relational Restoration Framework)*, yang menggambarkan transformasi dari krisis, pengalaman malu, internalisasi stigma, distorsi identitas, dan keterputusan relasi menuju penerimaan, rekonstruksi identitas, pemulihan relasi, dan penguatan harapan hidup. Temuan menegaskan bahwa teologi malu perlu diarahkan bukan pada penghukuman penyintas, melainkan pada pemulihan martabat sebagai *imago Dei*, pembangunan relasi yang aman, penerimaan tanpa stigma, dan penguatan harapan hidup.

Kata kunci: percobaan bunuh diri, remaja, teologi malu, *imago Dei*, pemulihan relasional.

PENDAHULUAN

Kehidupan manusia dalam teologi Kristen dipahami sebagai anugerah Allah yang memiliki nilai intrinsik dan karena itu harus dihormati, dipelihara, dan dijalani secara bertanggung jawab. Dasar teologis pemahaman tersebut dapat ditelusuri pada konsep *imago Dei* dalam Kejadian 1:26-27, yang menempatkan manusia sebagai gambar dan rupa Allah. Identitas tersebut memberikan martabat yang tidak bergantung pada keberhasilan, penerimaan sosial, maupun keadaan psikologis seseorang. Karena itu, manusia yang berada dalam kondisi rapuh dan termarginalisasi tetap memiliki nilai yang sama sebagai ciptaan Allah. Pemahaman tentang *imago Dei* sekaligus mengandung tanggung jawab

moral untuk menjaga kehidupan diri sendiri dan sesama (Sipahutar et al., 2024). Dalam konteks ini, fenomena bunuh diri menghadirkan persoalan serius karena bersentuhan dengan kehidupan, penderitaan, martabat manusia, dan relasinya dengan Allah.

Fenomena bunuh diri juga menjadi persoalan sosial yang semakin mendapat perhatian di Indonesia. Data yang dihimpun dalam penelitian menunjukkan peningkatan kasus yang ditangani kepolisian dalam beberapa tahun terakhir, dari lebih dari 640 kasus pada 2020 menjadi 1.288 kasus pada 2023, sementara sepanjang Januari-Oktober 2024 telah tercatat 1.323 kasus. Pada kelompok remaja, *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022* menunjukkan bahwa 1,4% remaja Indonesia memiliki ide bunuh diri, 0,5% pernah membuat rencana, dan 0,2% dilaporkan pernah melakukan percobaan bunuh diri. Data tersebut menunjukkan pentingnya memahami perilaku bunuh diri secara multidimensional. Percobaan bunuh diri tidak cukup dipandang sebagai tindakan individual yang berdiri sendiri, tetapi perlu ditempatkan dalam konteks tekanan psikologis, relasi sosial, kemampuan mengelola masalah, dan pengalaman subjektif seseorang (Mukarromah & Nuqul, 2014; Muharrom et al., 2025).

Persoalan tersebut ditemukan secara konkret di Desa Sibaragas, Kecamatan Pagaran, Kabupaten Tapanuli Utara. Penelitian mengangkat pengalaman seorang remaja perempuan berinisial GL yang melakukan percobaan bunuh diri pada 2025. Data lapangan menunjukkan adanya konteks kehidupan yang kompleks sebelum peristiwa tersebut, termasuk pengalaman kehilangan ayah akibat bunuh diri beberapa minggu sebelumnya, hubungan keluarga, tekanan emosional, kecenderungan memendam persoalan, serta pengalaman merasa tidak dipahami. Setelah peristiwa itu, persoalan lain muncul dalam bentuk rasa malu di lingkungan sosial. GL merasa tidak nyaman menghadapi penilaian teman-temannya di sekolah dan akhirnya memutuskan berpindah sekolah. Kompleksitas tersebut menunjukkan bahwa kasus GL tidak tepat direduksi menjadi hubungan sebab-akibat tunggal. Sebaliknya, pengalaman kehilangan, relasi keluarga, tekanan emosional, penarikan diri, dan rasa malu perlu dibaca sebagai faktor-faktor yang saling berkelindan. Dalam konteks tersebut, rasa malu (*shame*) menjadi kategori penting. Rasa malu tidak selalu berhenti sebagai emosi sesaat, tetapi dapat menyentuh cara seseorang memahami dirinya. Thompson (2018) menjelaskan bahwa *shame* mempunyai kekuatan untuk membentuk narasi negatif mengenai identitas sehingga seseorang tidak hanya merasa telah melakukan sesuatu yang salah, tetapi dapat mulai memandang dirinya sendiri sebagai tidak berharga dan tidak layak dikasihi. Pattison (2000) menyebut kemungkinan berkembangnya pengalaman tersebut menjadi malu kronis, yakni rasa malu yang menetap dan memengaruhi identitas serta relasi seseorang. Dalam pengalaman GL, karakteristik tersebut tampak melalui kecenderungan menyendiri, memendam persoalan, takut terhadap penilaian orang lain, merasa tidak dipedulikan, dan menarik diri dari lingkungan sosial.

Perspektif teologi malu memperluas persoalan tersebut dari ranah psikologis menuju dimensi relasional dan spiritual. Pakpahan (2017) menempatkan malu dalam relasinya dengan identitas dan kehidupan spiritual, sementara Sinaga (2022) menekankan pentingnya gereja yang mendengar penderitaan yang ditimbulkan oleh emosi malu. Dalam perspektif ini, pengalaman malu dapat memengaruhi hubungan manusia dengan diri sendiri, sesama, dan Allah. Temuan penelitian memperlihatkan pola tersebut pada GL: ia mengalami kesulitan memandang dirinya sebagai pribadi bernilai, menarik diri dari relasi sosial, dan pernah merasa jauh dari Tuhan serta merasa doanya tidak didengar.

Dengan demikian, percobaan bunuh diri dalam penelitian ini tidak diperlakukan semata sebagai persoalan perilaku ataupun semata-mata sebagai persoalan spiritual, tetapi sebagai pengalaman manusia yang membutuhkan dialog antara dimensi psikologis, sosial, pastoral, dan teologis.

Kejadian 3:7-10 menyediakan salah satu kerangka biblis yang digunakan penelitian untuk memahami dinamika tersebut. Setelah menyadari ketelanjangan mereka, manusia bersembunyi dari hadapan Allah. Pengalaman ini memperlihatkan bagaimana malu dapat berkaitan dengan tindakan menyembunyikan diri dan keterasingan. Namun, narasi tersebut tidak berhenti pada manusia yang bersembunyi; Allah justru mencari dan memanggil manusia. Perspektif ini penting karena teologi malu tidak hanya memiliki fungsi diagnostik, yaitu menjelaskan keretakan identitas dan relasi, tetapi juga fungsi restoratif, yakni melihat kemungkinan pemulihan melalui penerimaan, kasih, relasi yang aman, dan pemulihan martabat.

Kajian sebelumnya telah membahas bunuh diri dari perspektif teologi dan etika Kristen (Nainggolan, 2021; Gulo & Bambang, 2024; Gulo & Liem, 2024), dinamika psikologis percobaan bunuh diri (Mukarromah & Nuqul, 2014), pencegahan bunuh diri remaja secara interdisipliner (Adu & Purnomo, 2025), serta malu dari perspektif teologi (Pakpahan, 2017; Sinaga, 2022; Gulo & Sinaga, 2023). Akan tetapi, masih terdapat ruang penelitian untuk secara khusus mempertemukan pengalaman konkret penyintas remaja, rasa malu, keretakan relasi dengan diri, sesama, dan Allah, serta proses pemulihan melalui keluarga dan komunitas iman. Naskah ini sendiri memperlihatkan bahwa pemulihan GL berlangsung secara relasional melalui keluarga, gereja, masyarakat, dan pemerintah desa, bukan melalui perjuangan individual semata.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis praktik percobaan bunuh diri remaja melalui perspektif teologi malu dan menjelaskan bagaimana teologi malu dapat memberi arah bagi pemulihan identitas serta relasi penyintas. Kebaruan penelitian terletak pada formulasi Shame (*Relational Restoration Framework*). Hal ini menempatkan teologi malu bukan sebagai perangkat untuk menghakimi penyintas, melainkan sebagai pendekatan pastoral yang membantu komunitas iman memahami luka, memulihkan martabat, membangun kembali relasi yang aman, dan meneguhkan identitas manusia sebagai ciptaan Allah yang tetap bernilai.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai pengalaman percobaan bunuh diri seorang remaja dalam perspektif teologi malu. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian berfokus pada pengalaman subjektif, rasa malu, relasi sosial dan spiritual, serta proses pemulihan yang tidak dapat direduksi menjadi data numerik. Menurut Sugiyono (2016), penelitian kualitatif digunakan untuk mengkaji objek dalam kondisi alamiah dengan peneliti sebagai instrumen utama, sedangkan data diperoleh melalui berbagai teknik dan dianalisis secara induktif untuk menemukan makna fenomena. Penelitian dilaksanakan di Desa Sibaragas, Kecamatan Pagaran, Kabupaten Tapanuli Utara, Sumatera Utara, pada Mei-Juni 2026. Subjek utama penelitian adalah GL, remaja perempuan berusia 16 tahun yang memiliki pengalaman percobaan bunuh diri. Untuk memperoleh perspektif yang lebih komprehensif, penelitian juga melibatkan empat informan pendukung, yaitu LB, ibu GL berusia 48 tahun; WL, Kepala Desa Sibaragas

berusia 52 tahun; seorang anggota masyarakat berinisial DS; serta seorang pengurus/pelayan gereja berinisial ML. Pemilihan informan dilakukan secara purposif berdasarkan kedekatan, pengetahuan, serta keterlibatan mereka terhadap pengalaman dan proses pemulihan GL. Identitas subjek utama dan informan ditampilkan dalam bentuk inisial sebagai upaya menjaga kerahasiaan dan sensitivitas data. Observasi diarahkan pada kondisi sosial dan pola interaksi subjek dalam lingkungan keluarga serta masyarakat. Wawancara dilakukan untuk menggali pengalaman GL mengenai perasaan tidak dipedulikan, kecenderungan memendam persoalan, rasa malu, relasi keluarga dan sosial, serta pengalaman spiritualnya. Data tersebut kemudian dikonfirmasi melalui keterangan keluarga, masyarakat, pemerintah desa, dan pelayan gereja. Pendekatan ini memungkinkan pengalaman GL dipahami tidak hanya berdasarkan satu sumber, melainkan melalui berbagai perspektif yang berhubungan langsung dengan konteks kehidupannya. Naskah menunjukkan, misalnya, bahwa keterangan GL mengenai perasaan tidak dipedulikan dibandingkan dengan penjelasan ibu dan pelayan gereja mengenai kecenderungannya memendam masalah dan menyendiri.

Hasil analisis didialogkan dengan kerangka teologi malu, terutama pemikiran Thompson (2018), Pattison (2000), Pakpahan (2017), dan Sinaga (2022). Fokus analisis diarahkan pada tiga dimensi relasional, yaitu hubungan subjek dengan diri sendiri, sesama, dan Allah, karena temuan lapangan memperlihatkan gangguan pada ketiga ranah tersebut. Kejadian 3:7-10 digunakan sebagai kerangka biblis untuk membaca pengalaman malu, keterasingan, dan kemungkinan pemulihan relasi. Dengan prosedur tersebut, analisis diarahkan bukan untuk menetapkan rasa malu sebagai penyebab tunggal percobaan bunuh diri, melainkan memahami bagaimana rasa malu berkelindan dengan pengalaman krisis dan bagaimana penerimaan keluarga, gereja, serta komunitas berkontribusi terhadap pemulihan identitas dan harapan hidup GL.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman percobaan bunuh diri GL tidak dapat dijelaskan melalui satu faktor tunggal. Data lapangan memperlihatkan adanya rangkaian pengalaman yang saling berkelindan, antara lain kehilangan ayah akibat bunuh diri beberapa minggu sebelumnya, tekanan emosional, relasi keluarga, kecenderungan memendam persoalan, perasaan tidak dipahami, serta kesulitan mengomunikasikan pergumulan kepada orang-orang terdekat. Karena itu, tindakan GL perlu dipahami sebagai bagian dari pengalaman krisis yang kompleks, bukan sekadar sebagai keputusan individual yang berdiri sendiri. Temuan ini sejalan dengan Mukarromah dan Nuqul (2014) yang menunjukkan bahwa dinamika psikologis pada individu yang pernah melakukan percobaan bunuh diri melibatkan berbagai persoalan personal dan interpersonal. Dalam perspektif yang lebih luas, Muharrom et al. (2025) juga menempatkan persoalan bunuh diri sebagai fenomena yang membutuhkan pembacaan multidimensional. Dengan demikian, pendekatan teologis terhadap kasus GL tidak tepat apabila langsung menghasilkan penilaian moral tanpa terlebih dahulu memahami pengalaman penderitaan yang melatarbelakanginya.

Hal penting lainnya adalah bahwa rasa malu tidak boleh ditetapkan sebagai penyebab tunggal percobaan bunuh diri GL. Data penelitian justru menunjukkan bahwa pengalaman malu menjadi semakin nyata setelah peristiwa tersebut, khususnya ketika GL kembali

berhadapan dengan lingkungan sosial dan sekolah. Distingsi ini penting agar teologi malu digunakan sebagai perangkat untuk memahami pengalaman dan pemulihan GL, bukan sebagai penjelasan kausal yang menyederhanakan fenomena.

Rasa Malu dan Distorsi terhadap Identitas Diri

Salah satu temuan penting penelitian adalah munculnya pengalaman malu yang memengaruhi cara GL melihat dirinya sendiri. Setelah percobaan bunuh diri diketahui lingkungan, GL mengalami ketidaknyamanan dalam berinteraksi dengan teman-temannya dan akhirnya memilih berpindah sekolah. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa rasa malu tidak berhenti pada kesadaran mengenai suatu tindakan, tetapi dapat berkembang menjadi persoalan identitas. Dalam kerangka Thompson (2018), *shame* memiliki kemampuan membangun narasi internal yang membuat seseorang tidak sekadar mengatakan, “saya melakukan sesuatu yang buruk,” tetapi bergerak menuju keyakinan, “saya adalah pribadi yang buruk atau tidak layak.” Pada titik ini terdapat perbedaan penting antara *guilt-oriented interpretation* dan *shame-oriented interpretation*. Rasa bersalah terutama berkaitan dengan tindakan, sedangkan rasa malu dapat menjangkau keberadaan diri secara lebih mendalam.

Temuan mengenai GL memperlihatkan karakteristik tersebut melalui kecenderungan menyendiri, memendam persoalan, takut terhadap penilaian orang lain, dan mengalami perasaan tidak dipedulikan. Dalam perspektif Pattison (2000), pengalaman demikian dapat dipahami melalui konsep *chronic shame*, ketika rasa malu tidak lagi bersifat sementara tetapi mulai membentuk persepsi seseorang terhadap dirinya dan relasinya dengan orang lain.

Dari perspektif teologi Kristen, distorsi tersebut menjadi persoalan mendasar karena identitas manusia tidak ditentukan sepenuhnya oleh kegagalan, pandangan masyarakat, ataupun pengalaman traumatis. Konsep *imago Dei* memberikan basis antropologis bahwa nilai manusia melekat pada keberadaannya sebagai ciptaan Allah (Sipahutar et al., 2024). Dengan demikian, pemulihan dari rasa malu memerlukan rekonstruksi identitas: “Saya telah mengalami peristiwa yang menyakitkan” tidak boleh berubah menjadi “saya adalah manusia yang tidak bernilai.” Perbedaan tersebut merupakan salah satu kontribusi penting teologi malu dalam pendampingan pastoral.

Malu sebagai Pengalaman Relasional: Diri, Sesama, dan Allah

Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa rasa malu dalam pengalaman GL bersifat relasional. Hasil penelitian mengidentifikasi tiga ranah yang terdampak, yaitu relasi dengan diri sendiri, sesama, dan Allah. Ketiga dimensi tersebut saling berhubungan dan memperlihatkan bahwa pengalaman malu tidak dapat dipahami hanya sebagai emosi privat. Pada dimensi pertama, yaitu relasi dengan diri, GL mengalami kesulitan memandang dirinya secara positif. Kecenderungan memendam masalah dan menarik diri memperlihatkan adanya pergumulan internal dalam menerima diri. Pada dimensi kedua, yaitu relasi dengan sesama, rasa takut terhadap penilaian sosial mendorong penarikan diri dari lingkungan tertentu. Keputusan berpindah sekolah menjadi indikator konkret bahwa pengalaman setelah percobaan bunuh diri telah memengaruhi ruang sosial GL. Dimensi ketiga menyentuh relasi dengan Allah. Data penelitian memperlihatkan bahwa GL pernah merasa jauh dari Tuhan dan merasa doanya tidak didengar. Temuan ini sangat penting bagi teologi pastoral karena krisis yang dialami seseorang dapat sekaligus menjadi

krisis spiritual. Pertanyaan yang muncul bukan hanya “apakah orang lain masih menerima saya?”, tetapi dapat berkembang menjadi “apakah Allah masih menerima saya?” Pakpahan (2017) membantu membaca malu sebagai persoalan yang menyentuh identitas dan relasi. Sementara itu, Sinaga (2022) menekankan pentingnya gereja mendengar pengalaman manusia yang terluka oleh rasa malu. Dengan demikian, pendampingan pastoral terhadap penyintas tidak cukup hanya memberikan nasihat religius, tetapi membutuhkan kemampuan mendengar pengalaman yang melatarbelakangi keterasingan tersebut.

Kejadian 3:7–10: Dari Bersembunyi menuju Allah yang Mencari

Penelitian menggunakan Kejadian 3:7-10 sebagai landasan biblis untuk memahami pengalaman malu. Setelah menyadari ketelanjangan mereka, Adam dan Hawa menutupi diri dan bersembunyi dari hadapan Allah. Pola ini memiliki resonansi dengan pengalaman GL. Ketika rasa malu menguat, kecenderungan yang muncul adalah memendam pengalaman, menghindari interaksi, dan menjauh dari ruang sosial yang dipersepsikan mengancam. Namun, Kejadian 3 tidak hanya berbicara tentang manusia yang bersembunyi. Allah datang dan bertanya, “Di manakah engkau?” Secara teologis, pertanyaan tersebut dapat dibaca sebagai inisiatif relasional Allah terhadap manusia yang bersembunyi. Di sinilah teologi malu memperoleh dimensi restoratif. Jika malu mendorong manusia untuk bersembunyi, respons teologis yang relevan bukan mempermalukan manusia lebih jauh, melainkan mencari, mendengar, dan membuka kembali relasi. Gereja dan keluarga, dalam pengertian ini, dipanggil bukan untuk menjadi perpanjangan dari suara yang menghukum, tetapi menghadirkan relasi yang memungkinkan seseorang keluar dari keterasingan.

Namun, penggunaan Kejadian 3 juga perlu dilakukan secara hati-hati. Pengalaman GL tidak dapat disamakan begitu saja dengan pelanggaran Adam dan Hawa. Teks tersebut dalam penelitian lebih tepat berfungsi sebagai kerangka teologis mengenai dinamika malu dan ketersembunyian, bukan sebagai dasar untuk menyatakan bahwa percobaan bunuh diri GL identik dengan pola dosa tertentu.

Stigma Sosial sebagai Secondary Shame

Temuan penelitian menunjukkan bahwa persoalan tidak berhenti setelah GL selamat dari percobaan bunuh diri. Ketika peristiwa tersebut diketahui lingkungan, GL harus menghadapi respons sosial dan penilaian orang lain. Ketidaknyamanan terhadap teman sekolah bahkan berkontribusi terhadap keputusan untuk berpindah sekolah. Kondisi tersebut dapat dibaca sebagai *secondary shame*, yaitu pengalaman malu yang muncul atau diperkuat oleh respons sosial setelah krisis utama terjadi. Konsep ini membantu menjelaskan bahwa penyintas dapat mengalami dua lapisan penderitaan: penderitaan yang berkaitan dengan krisis awal dan penderitaan akibat cara lingkungan memandang dirinya setelah peristiwa tersebut. Temuan ini menjadi kritik penting terhadap respons komunitas yang mengandalkan pelabelan. Dalam konteks masyarakat dan gereja, penyebutan seseorang sebagai “lemah iman”, “memalukan keluarga”, atau label negatif lainnya berpotensi mengubah tindakan tertentu menjadi identitas permanen. Teologi malu justru menantang proses tersebut. Pattison (2000) menegaskan bahwa malu dapat tumbuh melalui pengalaman merasa diri tidak dapat diterima oleh orang lain. Karena itu, bahasa pastoral menjadi bagian dari proses pemulihan. Komunitas perlu membedakan

antara membicarakan suatu peristiwa dan mendefinisikan manusia berdasarkan peristiwa tersebut.

Keluarga sebagai Ruang Pemulihan Relasional

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pemulihan GL tidak berlangsung secara individual. Keluarga menjadi salah satu ruang utama pemulihan, terutama melalui perhatian, pendampingan, komunikasi, dan penerimaan. Hasil penelitian memperlihatkan adanya perubahan respons keluarga setelah memahami kondisi yang dialami GL. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pemulihan rasa malu membutuhkan pengalaman relasional yang berlawanan dengan logika malu. Jika malu berkata, “sembunyikan dirimu karena engkau tidak layak diterima,” relasi pemulihan menyampaikan, “engkau dapat hadir dengan pengalamanmu dan tetap diterima.” Perubahan ini penting karena keluarga merupakan lingkungan terdekat tempat identitas seseorang dikonfirmasi setiap hari. Dalam kasus remaja, respons keluarga bahkan menjadi semakin signifikan karena remaja masih berada dalam proses pembentukan identitas dan ketergantungan relasional yang relatif kuat. Dengan demikian, keluarga tidak hanya berfungsi sebagai pihak yang mengawasi agar peristiwa serupa tidak terjadi kembali. Fungsi yang lebih mendasar adalah menciptakan *safe relational space*, yaitu ruang di mana remaja dapat menceritakan tekanan, kesedihan, ketakutan, maupun rasa malu tanpa segera menerima penghakiman.

Gereja: Dari Penghakiman Menuju Ministry of Presence

Selain keluarga, penelitian menemukan peran komunitas iman dalam proses pemulihan GL. Pelayan gereja menjadi salah satu informan yang mengetahui karakter dan pengumpulan GL serta terlibat dalam lingkungan pemulihannya. Temuan ini menempatkan gereja pada posisi strategis sekaligus kritis. Sinaga (2022) menekankan pentingnya gereja yang mampu mendengar penderitaan akibat rasa malu. Gereja karena itu perlu bergerak dari pelayanan yang hanya berbasis nasihat menuju *ministry of presence*, kehadiran yang mendengar, menemani, menerima, dan membantu individu membangun kembali relasi dengan dirinya, komunitas, dan Allah. Dalam konteks percobaan bunuh diri, penggunaan bahasa teologis juga perlu dilakukan dengan sangat hati-hati. Pernyataan yang terlalu cepat menghubungkan krisis seseorang dengan kurangnya iman dapat memperbesar rasa malu. Sebaliknya, gereja dapat menegaskan bahwa penderitaan tidak menghapus martabat seseorang dan kebutuhan akan pertolongan psikologis atau medis tidak bertentangan dengan iman. Dengan demikian, pelayanan pastoral tidak menggantikan pertolongan profesional. Perannya adalah membangun jembatan antara dukungan spiritual, keluarga, komunitas, dan pertolongan yang kompeten.

Pemulihan sebagai Rekonstruksi Identitas dan Relasi

Data penelitian menunjukkan bahwa pemulihan GL berlangsung melalui keterlibatan berbagai pihak, yaitu keluarga, gereja, masyarakat, dan pemerintah desa. Hal ini menunjukkan bahwa pemulihan setelah percobaan bunuh diri tidak dapat ditempatkan semata-mata sebagai tanggung jawab individu. Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini mengembangkan konsep *Shame-Relational Restoration Framework*. Konsep tersebut memperlihatkan dua arah yang berbeda, pertama adalah *spiral of shame*, ketika krisis diikuti rasa malu, stigma, penarikan diri, dan keretakan relasi. Kemudian, kedua adalah

pathway of restoration, ketika pengalaman tersebut dijumpai dengan penerimaan, pendampingan, dan relasi yang aman sehingga identitas dan pengharapan dapat dibangun kembali. Secara sederhana, transformasinya dapat dirumuskan sebagai berikut:

Dinamika Malu	Dinamika Pemulihan
“Saya tidak bernilai”	Martabat sebagai <i>imago Dei</i>
Menyembunyikan pengalaman	Ruang aman untuk bercerita
Takut terhadap penilaian	Penerimaan tanpa stigma
Menarik diri dari sesama	Rekonstruksi relasi
Merasa jauh dari Allah	Pendampingan spiritual yang penuh kasih
Identitas ditentukan oleh peristiwa	Identitas melampaui pengalaman krisis
Isolasi	Dukungan keluarga dan komunitas
Kehilangan pengharapan	Rekonstruksi makna dan harapan

Teologi Malu sebagai Teologi Pemulihan Martabat

Temuan penelitian akhirnya menunjukkan bahwa kontribusi utama teologi malu terhadap kasus GL bukan terletak pada kemampuannya menjelaskan mengapa seseorang melakukan percobaan bunuh diri secara kausal, melainkan pada kemampuannya membaca bagaimana rasa malu dapat merusak identitas dan relasi serta bagaimana pemulihan dapat dibangun. Di sinilah terdapat pergeseran penting dari *theology of judgment* menuju *theology of restoration*. Perspektif teologis tidak mengabaikan nilai kehidupan atau tanggung jawab manusia, tetapi menolak menjadikan pengalaman percobaan bunuh diri sebagai identitas permanen penyintas. Manusia tetap dipandang berdasarkan martabatnya sebagai *imago Dei*. Temuan kasus GL memperlihatkan pola yang kuat: malu cenderung menyembunyikan, sedangkan penerimaan membuka relasi; stigma mengerdilkan identitas, sedangkan kasih memulihkan martabat; isolasi memperdalam keterasingan, sedangkan kehadiran komunitas membuka ruang bagi harapan. Dalam konteks inilah keluarga, gereja, masyarakat, dan pemerintah desa memiliki peran yang saling melengkapi. Dengan demikian, kebaruan penelitian dapat dirumuskan dalam proposisi bahwa pemulihan dari pengalaman malu setelah percobaan bunuh diri pada remaja merupakan proses restorasi relasional. Pemulihan bukan hanya soal mengurangi rasa malu, tetapi membangun kembali relasi dengan diri, sesama, dan Allah. Teologi malu pada akhirnya memperoleh makna pastoral ketika mampu bergerak dari pertanyaan yang menghakimi, “Mengapa engkau melakukan itu?” menuju pertanyaan yang memulihkan, “Bagaimana kami dapat hadir agar engkau kembali mengalami dirimu sebagai manusia yang bernilai, dikasihi, dan memiliki harapan?”

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa praktik percobaan bunuh diri yang dialami GL merupakan fenomena kompleks yang tidak dapat dijelaskan melalui satu faktor tunggal. Pengalaman kehilangan ayah, tekanan emosional, kecenderungan memendam persoalan, perasaan tidak dipahami, dinamika relasi keluarga, dan pengalaman sosial setelah peristiwa tersebut membentuk konteks yang saling berkelindan. Oleh karena itu, rasa malu tidak dapat ditetapkan sebagai penyebab tunggal percobaan bunuh diri, tetapi menjadi dimensi penting dalam memahami pengalaman GL, terutama setelah peristiwa

tersebut diketahui lingkungan sosial. Kajian melalui perspektif teologi malu menunjukkan bahwa *shame* dapat bergerak melampaui penilaian terhadap suatu tindakan dan memengaruhi cara seseorang memahami dirinya. Pada GL, dinamika tersebut terlihat melalui kecenderungan menyendiri, memendam masalah, takut terhadap penilaian orang lain, merasa tidak dipedulikan, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Analisis lebih lanjut memperlihatkan bahwa pengalaman malu bersifat relasional karena berdampak pada tiga dimensi utama, yaitu hubungan dengan diri sendiri, sesama, dan Allah. GL tidak hanya mengalami pengumpulan penerimaan diri dan hubungan sosial, tetapi juga pernah merasa jauh dari Tuhan serta merasa doanya tidak didengar.

Pembacaan terhadap Kejadian 3:7-10 memperkuat pemahaman bahwa malu dapat mendorong manusia untuk bersembunyi dan mengalami keterasingan. Namun, tindakan Allah yang mencari manusia memberikan dasar bagi pemahaman teologis yang bersifat restoratif. Dengan demikian, teologi malu tidak seharusnya menjadi perangkat untuk menambah stigma atau penghukuman terhadap penyintas percobaan bunuh diri, tetapi menjadi perspektif pastoral untuk memahami luka, memulihkan martabat, dan membangun kembali relasi. Penelitian ini juga menemukan bahwa pemulihan GL berlangsung secara relasional, dengan keterlibatan keluarga, gereja, masyarakat, dan pemerintah desa. Dengan demikian, kontribusi utama penelitian terletak pada penegasan bahwa pemulihan pascapercobaan bunuh diri membutuhkan restorasi identitas dan relasi, bukan sekadar koreksi perilaku. Gereja dan keluarga perlu membangun ruang yang aman untuk mendengar tanpa menghakimi, meneguhkan martabat manusia sebagai *imago Dei*, serta mendampingi penyintas memperoleh dukungan yang diperlukan. Teologi malu pada akhirnya perlu bergerak dari stigma menuju penerimaan, dari keterasingan menuju relasi, dan dari penghukuman menuju pemulihan martabat dan harapan hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Aggarwal, S., Borschmann, R., & Patton, G. C. (2021). Tackling stigma in self-harm and suicide in the young. *The Lancet Public Health*, 6(1), e6–e7. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(20\)30259-0](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30259-0)
- Batterham, P. J., Calcar, A. L., & Christensen, H. (2013). The Stigma of Suicide Scale: Psychometric properties and correlates of the stigma of suicide. *Crisis*, 34(1), 13–21. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000156>
- Batterham, P. J., Calcar, A. L., & Christensen, H. (2013). Correlates of suicide stigma and suicide literacy in the community. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 43(4), 406–417. <https://doi.org/10.1111/sltb.12026>
- Bryan, C. J., Morrow, C. E., Etienne, N., & Ray-Sannerud, B. (2013). Guilt, shame, and suicidal ideation in a military outpatient clinical sample. *Depression and Anxiety*, 30(1), 55–60. <https://doi.org/10.1002/da.22002>
- Hanschmidt, F., Lehnig, F., Riedel-Heller, S. G., & Kersting, A. (2016). The stigma of suicide survivorship and related consequences-A systematic review. *PLOS ONE*,

11(9), e0162688. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0162688>

Mukarromah, L., & Nuqul, F. L. (2014). Dinamika psikologis pada pelaku percobaan bunuh diri. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 11(2), 40–48. <https://doi.org/10.18860/psi.v11i2.6387>

Nicholas, A., Haregu, T., Henderson, C., & Armstrong, G. (2023). Suicide stigma measures: A scoping review. *Journal of Affective Disorders*, 321, 114–125. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.10.023>

Pakpahan, B. J. (2016). *The power of shame: Mengembalikan malu spiritual*. UPI STT Jakarta & BPK Gunung Mulia.

Pattison, S. (2000). *Shame: Theory, therapy, theology*. Cambridge University Press.

Sinaga, L. (2022). Gereja yang mendengar: Respons pastoral terhadap penderitaan yang disebabkan oleh emosi malu. *Indonesian Journal of Theology*, 10(2), 231–252. <https://doi.org/10.46567/ijt.v10i2.283>

Thompson, C. (2015). *The soul of shame: Retelling the stories we believe about ourselves*. InterVarsity Press.