

Aksi Nyala Lilin dalam Kampanye Hari Pencegahan Bunuh Diri Sedunia

Written by Brihastami Sawitri

Wednesday, 24 October 2018 10:40 -

Hari Senin (10/09) terdapat kegiatan yang tidak biasa di Taman Apsari, Surabaya, Jawa Timur. Sejak pukul 19.30 WIB lebih dari 150 orang berkumpul menggunakan pakaian berwarna hitam – putih, untuk mengikuti kampanye dalam rangka hari pencegahan bunuh diri sedunia.

Sejak pukul 20.00 WIB, para peserta kampanye yang berasal dari berbagai elemen masyarakat (psikiater, PPDS, mahasiswa, psikolog, jurnalis, aktivis dari berbagai komunitas serta masyarakat umum) bersama – sama menyalakan lilin, mendengarkan pembacaan puisi, berdoa, menyimak sharing seorang suicide survivor serta membagikan leaflet perihal cara mencegah bunuh diri.

Ada 5 langkah untuk mencegah bunuh diri yang diadaptasi dari take5tosavelives.org , yaitu Kenali Tandanya, Lakukan Sesuatu, Sayangi Dirimu, Cari Bantuan dan Sebarkan 5 Langkah tersebut. Langkah-langkah di atas tidak eksklusif untuk profesional, namun dapat dilakukan oleh semua orang, sesuai dengan tema International Association for the Suicide Prevention (IASP) 2018: “Working together to prevent suicide.”

Nalini Muhdi, dr., Sp.KJ (K), selaku ketua umum kegiatan ini mengungkapkan, sejak tahun 2010 aksi menyalakan lilin diadakan serentak di seluruh dunia setiap 10 September, tepat pukul 20.00 untuk memperingati hari pencegahan bunuh diri. Lilin adalah simbol harapan, penerang dalam kegelapan dan kesepian yang dirasakan para suicidal people.

Dr Nalini yang juga merupakan delegasi Indonesia dalam IASP mengungkapkan, menurut data yang dimiliki WHO diprediksi pada tahun 2020 setiap 20 detik akan ada satu orang yang meninggal dunia karena bunuh diri.

Bunuh diri telah menjadi penyebab kematian terbanyak nomor dua pada usia dewasa muda setelah penyakit kardiovaskular. Bahkan dikatakan penyebab kecelakaan lalu lintas setelah ditelusuri lebih jauh, banyak di antaranya ternyata merupakan usaha bunuh diri.

Kegiatan yang dilakukan selama kurang lebih satu jam ini berlangsung dengan lancar dan khidmat. Diharapkan, aksi ini dapat meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap kejadian bunuh diri, juga memberi secercah lentera bagi mereka yang sedang melihat penderitaan tanpa harapan.

B

ahwa a

da

hikmah dibal

ik musibah, seperti

digambar

kan Pincus (1972) dengan indahny:

“There is no growth without pain and conflict.

There is no loss which cannot lead to gain...”

Aksi Nyala Lilin dalam Kampanye Hari Pencegahan Bunuh Diri Sedunia

Written by Brihastami Sawitri

Wednesday, 24 October 2018 10:40 -

(Dikutip dan disempurnakan dari buletin Lingua-FK Unair)

