



**KENYATAAN AKHBAR
KETUA PENGARAH KESIHATAN MALAYSIA**

SEMPENA HARI PENCEGAHAN BUNUH DIRI SEDUNIA

10 September 2019

**TEMA: “*Working Together to Prevent Suicide*”
(Bersama Mencegah Bunuh Diri)**

Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), bunuh diri berada di antara sepuluh (10) penyebab utama kematian di dunia, dan penyebab kedua kematian bagi mereka yang berumur 15 - 29 tahun. Bagi setiap nyawa yang terkorban, dianggarkan 20 orang ahli keluarga atau rakan-rakan akan mengalami impak secara emosi, sosial dan ekonomi. Di Malaysia, Kajian Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan pada tahun 2017 mendapati tingkahlaku bunuh diri dalam kalangan remaja berumur di antara 13 hingga 17 tahun menunjukkan peningkatan tren iaitu prevalen idea ingin bunuh diri adalah 10.0% pada tahun 2017 berbanding 7.9% pada tahun 2012, prevalen membuat perancangan untuk bunuh diri adalah 7.3% (2017) berbanding 6.4% (2012), manakala cubaan bunuh diri adalah 6.9% (2017) berbanding 6.8% (2012).

Selari dengan tema Hari Pencegahan Bunuh Diri Sedunia pada tahun ini iaitu “*Working Together to Prevent Suicide*” atau “**Bersama Mencegah Bunuh Diri**” yang menekankan ‘*smart partnership*’ atau usahasama pintar, semua pihak sama ada agensi kerajaan dan agensi bukan kerajaan perlu memainkan peranan dan tanggungjawab bersama sebagai usaha bersepadu untuk mencari jalan penyelesaian menangani isu tingkah laku bunuh diri. Ini memandangkan faktor-faktor yang menyumbang kepada tingkah laku bunuh diri adalah di luar jangkauan kesihatan seperti komorbiditi gangguan mental, penyalahgunaan substans, masalah psikososial dalam keluarga, tragedi kehidupan, masalah hubungan dan masalah kewangan.

Bunuh diri boleh dicegah. Sebagai ahli masyarakat, kita boleh mengambil tindakan untuk membantu sekiranya kita mengetahui terdapat di antara ahli

keluarga, sahabat handai atau mereka yang kita kenali mengalami krisis emosi, tanda-tanda kemurungan atau berniat untuk membunuh diri dengan:

- i. Mengambil serius tentang masalah mereka;
- ii. Mengambil masa untuk mendengar keluhan mereka; dan
- iii. Mengambil berat dan memberikan sokongan sosial kepada mereka.

Sekiranya keadaan tidak bertambah baik, bantu mereka mendapatkan rawatan pakar atau hubungkan mereka dengan perkhidmatan yang sedia ada. Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) menyediakan perkhidmatan perkhidmatan saringan dan rawatan bagi masalah kesihatan mental di 60 buah hospital-hospital kerajaan, 1001 buah klinik kesihatan di peringkat kesihatan primer dan 25 buah Pusat Komuniti Kesihatan Mental (MENTARI). Individu yang mempunyai masalah berkaitan isu-isu kesihatan mental boleh juga mendapatkan bantuan melalui talian *Hotline* (bebas tol) 24 jam 03-79568145 yang dikendalikan oleh pihak *The Befrienders*.

KKM juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pelbagai agensi kerajaan, antaranya Kementerian Pendidikan, Kementerian Belia dan Sukan, Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat, NIOSH, serta pertubuhan-pertubuhan bukan kerajaan (NGO) seperti *The Befrienders*, *Malaysian Mental Health Association*, *Mental Health Foundation*, *Mental Illness Awareness and Support Association (MIASA)*, MyPerintis, Persatuan Psikiatri Malaysia (MPA) dan lain-lain kerana telah berkolaborasi dengan KKM di dalam melaksanakan program-program promosi dan pencegahan bagi menangani permasalahan mental. Di antara program-program termasuklah Program Minda Sihat Sekolah, Program Ekspresi Anak Remaja Lestari (PEARL) dan SODA (*Sweat-Off Depression Away*).

KKM akan terus meningkatkan kerjasama di samping mengalu-alukan pelbagai agensi lain untuk lebih aktif melaksanakan aktiviti mempromosikan kesihatan mental. KKM juga ingin menyeru pihak media agar lebih prihatin dalam menyampaikan fakta yang tepat tentang kesihatan mental dan mengaplikasikan pelaporan tingkah laku bunuh diri di media cetak dan elektronik berpandukan Garispanduan Pelaporan Media Mengenai Bunuh Diri terbitan Kementerian Kesihatan Malaysia. Manakala orang ramai juga diminta

untuk cakna terhadap isu kesihatan mental dan lebih bertanggungjawab dalam penyebaran maklumat di media sosial. Semoga usaha-usaha ini dapat lebih meningkatkan kesedaran masyarakat mengenai kepentingan pencegahan tingkah laku bunuh diri dan mengurangkan stigma terhadap kesihatan mental dan gangguan mental.

**BERSAMA MENCEGAH BUNUH DIRI
#SAYANGI NYAWA, HIDUPKAN HARAPAN**

**Datuk Dr Noor Hisham Abdullah
Ketua Pengarah Kesihatan Malaysia**

10 September 2019