

## ***Ulah Pati di Bali dalam Perspektif Sosiologi Hindu***

**I Ketut Wardana Yasa\***, **I Nyoman Surpa Adisastra**

Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar, Indonesia

\*wardanayasa@uhnsugriwa.ac.id

### **Abstract**

*Suicide (Ulah pati) is a global public health problem, including in Bali. Bali faces a serious problem related to its high suicide rate, even being recorded as the region with the highest percentage of suicide cases in Indonesia in 2024. This study aims to examine in-depth the issue of suicide in Bali, the Hindu perspective, and to identify potential steps that can be taken from the perspective of Hindu Sociology. This research is a qualitative study with a literature review. The data were analyzed and presented in a descriptive form. The research findings indicate that Balinese society is fundamentally shaped by deeply rooted cultural and religious values, yet potential psychological vulnerabilities may occur in individuals triggered by internal and external factors of the perpetrators who are also the victims of suicide. The general view of Hinduism opposes suicide, although there are exceptions or more lenient interpretations under certain conditions, including Sati, Prayopavesa, and self-sacrifice in emergencies. As Durkheim argues, the suicide rate is a social fact, not merely an individual one, which means that suicide is influenced by other social facts, so the prevention of Ulah pati requires a holistic effort from all elements, including individuals, families, and the community.*

**Keywords:** *Suicide; Sociology; Hinduism*

### **Abstrak**

Bunuh diri (*Ulah pati*) merupakan masalah kesehatan masyarakat global, termasuk di Bali. Bali menghadapi permasalahan serius terkait tingginya angka bunuh diri, bahkan mencatatkan diri sebagai wilayah dengan persentase kasus bunuh diri tertinggi di Indonesia pada tahun 2024. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam isu bunuh diri di Bali, pandangan Hindu, dan mengidentifikasi potensi langkah-langkah yang dapat diambil dari sudut pandang Sosiologi Hindu. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan studi kepustakaan. Data dianalisis dan disajikan dalam bentuk deskripsi. Adapun temuan penelitian, yakni masyarakat Bali pada dasarnya dibentuk oleh nilai-nilai budaya dan agama yang mengakar kuat, namun potensi kerentanan psikologis mungkin terjadi pada diri individu karena dipicu faktor internal dan eksternal pelaku sekaligus korban bunuh diri. Pandangan umum agama Hindu menentang bunuh diri, meskipun terdapat pengecualian atau interpretasi yang lebih lunak dalam kondisi tertentu, di antaranya yakni *Sati*, *Prayopavesa*, dan pengorbanan diri dalam keadaan darurat. Seperti pendapat Durkheim, angka bunuh diri merupakan fakta sosial, bukan sekadar fakta individu, yang berarti bahwa bunuh diri dipengaruhi oleh fakta-fakta sosial lain, sehingga pencegahan *Ulah pati* memerlukan upaya yang holistik dari seluruh elemen, baik individu, keluarga, maupun masyarakat.

**Kata Kunci:** *Ulah Pati, Sosiologi, Agama Hindu*

### **Pendahuluan**

Bunuh diri merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang tragis dan kompleks, merenggut nyawa ratusan ribu orang setiap tahunnya. Berdasarkan rilis WHO pada Maret 2025, angka bunuh diri mencapai 272.000 tiap tahun, belum termasuk yang

melakukan upaya bunuh diri (WHO, 2025). Alasan tindakan ini berbagai macam, namun sebagian besar dipengaruhi oleh faktor sosial, budaya, bilogis, psikologis, maupun lingkungan. Di Indonesia, kasus bunuh diri mengalami peningkatan serius dalam rentang 4 tahun terakhir. Berdasarkan data statistik dari Polri yang disajikan GoodStats, pada 2020 terdapat 640 kasus bunuh diri yang ditangani Polri.

Pada tahun 2021 turun menjadi 629 kasus, namun naik tajam pada tahun 2022 dengan 887 kasus, dan tahun 2023 menjadi 1.288 kasus (Wirawan, 2024). Isu ini seringkali tersembunyi di balik stigma dan kurangnya kesadaran, namun data yang ada menunjukkan bahwa bunuh diri merupakan permasalahan serius yang memerlukan perhatian mendalam. Meskipun angka bunuh diri di Indonesia secara keseluruhan mungkin tampak lebih rendah dibandingkan dengan beberapa negara lain, tren dan karakteristiknya menimbulkan kekhawatiran. Data dari berbagai sumber, termasuk kepolisian dan penelitian terbatas, mengindikasikan adanya kasus bunuh diri di berbagai kelompok usia dan wilayah geografis.

Faktor-faktor seperti tekanan ekonomi, masalah kesehatan mental yang tidak tertangani, kesulitan sosial, dan stigma budaya disinyalir berkontribusi terhadap kerentanan individu terhadap pikiran dan tindakan bunuh diri (Sasmita & Winiantari, 2024). Keterbatasan data yang komprehensif dan akurat menjadi tantangan tersendiri dalam memahami secara utuh skala dan dinamika bunuh diri di Indonesia. Kurangnya sistem pelaporan yang terstandardisasi dan sensitif, serta stigma yang melekat pada isu kesehatan mental dan bunuh diri, seringkali menyebabkan kasus tidak terlaporkan atau tidak tercatat dengan benar. Akibatnya, upaya pencegahan dan intervensi menjadi terhambat oleh kurangnya pemahaman yang mendalam mengenai akar permasalahan.

Selain itu, akses terhadap layanan kesehatan mental yang berkualitas dan terjangkau di Indonesia masih terbatas, terutama di daerah-daerah terpencil. Kurangnya tenaga profesional di bidang kesehatan mental, infrastruktur yang belum memadai, dan kesadaran masyarakat yang rendah terhadap pentingnya kesehatan mental menjadi kendala dalam memberikan dukungan yang dibutuhkan bagi individu yang berisiko. Bali menghadapi permasalahan serius terkait tingginya angka bunuh diri, bahkan mencatatkan diri sebagai wilayah dengan persentase kasus bunuh diri tertinggi di Indonesia pada tahun 2024.

Fenomena ini dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks yang saling terkait. Tekanan sosial dan ekonomi akibat perubahan zaman dan krisis, berkurangnya kedekatan dalam struktur keluarga, serta masalah kesehatan mental seperti depresi dan gangguan bipolar menjadi beberapa pemicu utama. Keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan jiwa yang memadai di pulau ini semakin memperburuk situasi, membuat individu yang berjuang dengan masalah mental sulit mendapatkan pertolongan yang dibutuhkan. Data Pusiknas Polri tahun 2023 menunjukkan adanya 135 kasus bunuh diri di Bali, yang jika dibandingkan dengan jumlah penduduk, mengindikasikan tingkat kejadian yang mengkhawatirkan.

Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental dan minimnya tradisi komunikasi mendalam dalam keluarga juga turut berkontribusi pada kerentanan individu. Upaya pencegahan yang melibatkan penguatan komunikasi keluarga, peningkatan kesadaran, serta penyediaan layanan konseling dan dukungan dari ahli psikologi serta tokoh agama menjadi langkah krusial dalam mengatasi permasalahan yang mendalam ini. Dengan demikian, tidak terjadi lagi kecenderungan hanya membebankan kesalahan bunuh diri kepada pelaku, namun sebagai makhluk sosial diperlukan upaya maupun strategi pembinaan dalam rangka pencegahan sebagai bentuk pertanggungjawaban sosial. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut mengenai bunuh diri di Indonesia, khususnya di Bali menjadi krusial. Pemahaman yang lebih baik mengenai

prevalensi, faktor risiko, karakteristik korban, serta dampak sosial dan ekonomi dari bunuh diri akan menjadi landasan penting dalam merumuskan strategi pencegahan dan intervensi yang efektif.

Terkait itu, rumusan masalah dalam penelitian ini, yakni 1) Mengapa perilaku *Ulah pati* mengalami peningkatan di Bali? 2) Bagaimana Agama Hindu memandang *Ulah pati*? 3) Bagaimana upaya penanganan *Ulah pati* dari sudut pandang sosiologi Hindu? Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam isu bunuh diri di Bali, menyoroti tantangan yang ada, dan mengidentifikasi potensi langkah-langkah yang dapat diambil untuk mengurangi angka kejadian dan memberikan dukungan yang lebih baik bagi individu yang berjuang dengan pikiran untuk mengakhiri hidup mereka dari sudut pandang Sosiologi Hindu. Hal ini dibutuhkan sebagai pertimbangan dalam pembinaan masyarakat oleh lembaga terkait maupun masyarakat umum di Bali mengenai potensi bunuh diri, sehingga bisa dilakukan deteksi dan pencegahan.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi kepustakaan untuk memahami secara mendalam pengalaman, perspektif, dan makna dari suatu fenomena sosial dalam konteks alaminya. Instrumen penelitian, utamanya adalah peneliti dengan menggunakan instrumen pendukung, berupa alat pencatatan. Data bersumber dari pustaka, berupa buku, jurnal ilmiah, dan media massa, di antaranya kitab suci, jurnal-jurnal sosiologi, psikologi, maupun kesehatan yang relevan dengan kajian terkait fenomena bunuh diri saat ini, terutama artikel jurnal ilmiah yang kredibel dan terbaru. Berbeda dengan penelitian lapangan, metode ini tidak melibatkan pengumpulan data primer melalui wawancara atau observasi, melainkan berfokus pada proses analisis, interpretasi, dan sintesis kritis terhadap informasi yang sudah ada. Peneliti secara sistematis mengumpulkan literatur yang relevan, mengevaluasinya, kemudian mengidentifikasi tema, pola, serta argumen untuk membangun pemahaman yang komprehensif atau mengembangkan kerangka teoretis baru mengenai suatu topik. Teknik analisis data, melalui tahapan reduksi data dengan memilih data yang relevan dengan penelitian, penyajian data dalam bentuk deskripsi naratif, dan penarikan simpulan.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Perilaku *Ulah pati* di Bali

Bali mencatatkan persentase bunuh diri (*Ulah pati*) tertinggi di Indonesia pada tahun 2024. Berdasarkan data sepanjang tahun 2024, terdapat 95 kasus bunuh diri di Bali, yang mana angka ini setara dengan 3,07 persen populasi dan lima kali lipat lebih tinggi dari rata-rata nasional. Peningkatan angka bunuh diri di Bali menjadi perhatian serius berbagai pihak. Beberapa faktor kompleks berkontribusi terhadap tren ini. Tekanan sosial dan ekonomi, serta kerenggangan dalam keluarga menjadi pemicu signifikan. Selain itu, masalah kesehatan mental seperti depresi dan gangguan bipolar memainkan peran penting, diperburuk oleh kekurangpahaman terhadap layanan kesehatan jiwa dan rendahnya kesadaran masyarakat.

Sumarkandia (2023) menyebut berbagai faktor dapat mendorong seseorang untuk melakukan bunuh diri. Masalah ekonomi, sosial, keluarga, pekerjaan, pendidikan, dan asmara seringkali menjadi pemicu, yang pada akhirnya dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti depresi atau stres berat. Banyak orang merasa kesulitan untuk mengatasi tekanan stres, baik yang ringan, sedang, maupun berat, hingga akhirnya berujung pada frustrasi. Keadaan ini terkadang membuat individu memilih bunuh diri sebagai jalan keluar. Pertumbuhan ekonomi berdampak pada lingkungan ekonomi serta sosial budaya Suartha & Yasa dalam (Dewi & Bendesa, 2023). Sementara itu Rutter dan Behrendt dalam Valentina & Helmi (2016) juga menjelaskan bahwa ada empat faktor

psikososial yang penting sebagai faktor risiko bunuh diri pada remaja yaitu ketidakberdayaan, permusuhan, konsep diri yang negatif, dan terisolasi. Seseorang seringkali terdorong untuk bunuh diri karena proses sosial yang mereka alami. Hal ini sangat bergantung pada bagaimana mereka berinteraksi dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar sepanjang hidupnya. Setiap individu punya cara berpikir dan ideologi yang unik, yang terbentuk dari keyakinan pribadinya. Selain itu, interaksi sosial dalam lingkungannya juga sangat memengaruhi keputusan dan sikap yang diambil seseorang (Biroli, 2018). Pengaruh negatif masyarakat global juga disinyalir menjadi faktor pemicu tindakan bunuh diri.

Individu yang tidak mampu beradaptasi dengan pesatnya perkembangan masyarakat global, terutama dalam hal ilmu pengetahuan dan teknologi, ekonomi, transportasi, komunikasi, sosial budaya, pariwisata, dan kesehatan, akan menghadapi kesulitan hidup yang berujung pada dampak negatif, termasuk risiko bunuh diri (Citra & Hengki, 2020). Kasus bunuh diri atau *Ulah pati* bukan menjadi kasus baru dalam kehidupan sosial masyarakat, termasuk masyarakat Bali. Namun demikian, data yang muncul akhirnya mengungkap betapa tinggi persentase bunuh diri dibandingkan dengan jumlah penduduk.

Terlebih perkembangan media informasi memudahkan akses berbagai informasi, termasuk kasus bunuh diri yang sebelumnya tidak terlalu terekspos atau hanya diketahui terbatas oleh lingkungan pelaku bisa diketahui oleh masyarakat luas. Jika dilihat dari Teori Integrasi, Widnya (2006) menyatakan gejala bunuh diri orang Bali menggambarkan orang Bali modern menghadapi permasalahan yang jauh lebih kompleks dibandingkan sebelum memasuki sejarah modernisasi. Terkait modernisasi Kamajaya & Nugroho (2020) menggambarkan perubahan yang berdampak pada mentalitas masyarakat Bali. Beralihnya mata pencaharian dari sektor pertanian ke sektor pariwisata berimplikasi pada sistem sosial masyarakat Bali.

Ide bunuh diri tidak hanya muncul di kalangan dewasa. Pada beberapa kasus pelakunya adalah remaja. Masa remaja, yang umumnya berlangsung dari usia 12 hingga 20 tahun, adalah periode transisi penting dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Selama fase ini, banyak perubahan signifikan terjadi, khususnya pada aspek emosional. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk dapat beradaptasi secara efektif dengan berbagai perubahan yang mereka alami (Mandasari & Tobing, 2020). Peningkatan kasus bunuh diri pada anak dan remaja menuntut perhatian serius. Diperlukan pemahaman mendalam tentang faktor-faktor risiko yang memengaruhinya, serta implementasi strategi pencegahan yang menyeluruh dan tepat sasaran, dengan harapan dapat menurunkan angka bunuh diri di kelompok usia ini (Zulaikha & Febriyana, 2018).

Masyarakat Bali pada dasarnya dibentuk oleh nilai-nilai budaya dan agama yang mengakar kuat. Hal ini bisa dilihat dari eksistensi manusia Bali yang mengacu pada adat, budaya, dan agama dalam kesehariannya. Pola komunikasi yang terbentuk antarpenduduk, terutama di wilayah pedesaan yang belum terlalu terlalu terpengaruh kemajuan teknologi menyiratkan kesederhanaan, nilai-nilai etika, sopan santun, gotong royong, mental yang tangguh, patriotisme, dan lain sebagainya yang umumnya ditunjukkan oleh budaya masyarakat agraris. Namun demikian, potensi kerentanan psikologis tetap mungkin terjadi pada diri individu. Hal ini tidak lepas dari faktor internal dan eksternal pelaku sekaligus korban bunuh diri yang saling terkait.

Eksistensi diri sebagai konsep fundamental yang merujuk pada keberadaan unik manusia sebagai individu yang sadar. Ini lebih dari sekadar hadir secara fisik, namun juga mencakup kesadaran individu akan diri sendiri sebagai subjek yang mampu berpikir, merasakan, dan bertindak di dunia. Memahami eksistensi diri berarti menggali ke dalam siapa kita sebenarnya, termasuk nilai-nilai, keyakinan, dan tujuan hidup kita. Hal ini

melibatkan pengakuan atas kebebasan untuk memilih dan membentuk jalan hidup kita sendiri, yang juga membawa tanggung jawab atas konsekuensi dari pilihan-pilihan tersebut. Eksistensi diri sebagai perjalanan berkelanjutan dalam menemukan makna, menghadapi pertanyaan-pertanyaan mendalam tentang keberadaan, dan membangun identitas pribadi dalam konteks interaksi individu dengan orang lain dan lingkungan sekitar. Nilai-nilai eksistensi diri dalam individu masyarakat Bali saat ini dihadapkan pada tantangan hidup dan lingkungan sosial. Kekeliruan pemahaman kebebasan untuk mengambil keputusan atau kegagalan terhadap pencarian solusi sebuah permasalahan membawa individu kepada keputusan singkat yang seringkali didasarkan pada pertimbangan emosional semata, tanpa analisis logis.

Akhirnya keputusan bunuh diri atau *Ulah pati* diambil sebagai sebuah pilihan yang dianggap bisa mengakhiri sebuah permasalahan. Ketahanan mental merupakan kemampuan krusial bagi individu untuk beradaptasi dan tetap berfungsi secara positif ketika dihadapkan pada tekanan, tantangan, atau kesulitan hidup. Ini bukan berarti seseorang yang memiliki ketahanan mental tidak akan pernah merasakan kesedihan atau kecemasan, melainkan mereka memiliki kekuatan untuk bangkit kembali dari pengalaman sulit, belajar darinya, dan terus maju.

Kemampuan ini sangat penting di dunia yang terus berubah, memungkinkan seseorang mengelola stres secara efektif, melihat kegagalan sebagai peluang untuk tumbuh, dan beradaptasi dengan situasi baru tanpa merasa kewalahan. Ketahanan mental bukanlah sifat bawaan, melainkan sebuah keterampilan yang dapat dilatih dan dikembangkan melalui kesadaran diri, regulasi emosi, pemikiran positif yang realistik, keterampilan pemecahan masalah, dukungan sosial, serta tujuan hidup yang jelas. Saat ini, banyak orang menghadapi tantangan kesehatan mental yang serius, meskipun dari luar mereka terlihat menjalani kehidupan normal dan melakukan aktivitas sehari-hari seperti biasa. Seringkali, individu cenderung menyimpan masalah dan beban emosional mereka sendiri, tanpa berbagi dengan orang lain. Penumpukan rasa sakit di hati dan pikiran ini pada akhirnya dapat mengganggu jiwa dan mental, menyebabkan dampak negatif yang signifikan. Akibatnya, banyak yang kesulitan mengelola perasaan tersebut, yang kemudian berujung pada stres, depresi, bahkan keputusan tragis untuk bunuh diri (Sasmita et al., 2024). Ketahanan mental dan sosiologi memiliki hubungan timbal balik yang erat, memperlihatkan bahwa kemampuan seseorang untuk pulih dari kesulitan tidak hanya bersumber dari internal diri, tetapi juga sangat dibentuk oleh konteks sosial dan struktur masyarakat.

Sosiologi membantu manusia memahami bagaimana faktor-faktor seperti ketimpangan sosial, norma budaya, dan kualitas dukungan sosial dapat secara signifikan memengaruhi sejauh mana individu dapat membangun dan mempertahankan ketahanan mental mereka. Misalnya, individu yang menghadapi tekanan kronis akibat kemiskinan atau diskriminasi mungkin memiliki tantangan lebih besar dalam mengembangkan ketahanan mental dibandingkan mereka yang hidup dalam lingkungan yang suportif dan memiliki akses ke sumber daya. Selain itu, sosiologi juga menyoroti perubahan sosial yang cepat atau krisis kolektif dapat secara luas memengaruhi kesehatan mental populasi, menekankan bahwa ketahanan mental adalah masalah yang melampaui ranah psikologis individu, menjadikannya juga sebagai isu sosial yang kompleks dan multidimensional.

## 2. *Ulah pati* dari Sudut Pandang Agama Hindu

Tindakan bunuh diri dalam agama Hindu dianggap sebagai pelanggaran berat karena bertentangan langsung dengan ajaran-ajaran agama. Perbuatan mengakhiri hidup secara sengaja ini dikenal dengan istilah *Ulah pati*. Konsekuensinya, roh individu yang melakukan *Ulah pati* diyakini akan masuk ke alam neraka setelah kematianya

(Sumarkandia, 2023). Pandangan terhadap bunuh diri sangat kompleks. Secara umum, Hindu tidak menganjurkan atau membenarkan bunuh diri, karena kehidupan dianggap sebagai karunia berharga dari Tuhan dan kesempatan untuk mencapai *moksha* (pembebasan).

Mengakhiri hidup sendiri dianggap sebagai tindakan yang menghalangi proses evolusi spiritual dan karma individu. *Parāśara Dharmāśāstra* IV.2 bahkan menyatakan bahwa roh orang yang bunuh diri akan dicampakkan dalam kegelapan selama 60 ribu tahun. Ajaran Hindu sangat menghargai kehidupan sebagai kesempatan untuk mengalami karma, belajar, dan mendekatkan diri pada Yang Ilahi. Mengakhiri kehidupan secara paksa dianggap sebagai pelanggaran terhadap siklus alami dan potensi pertumbuhan spiritual. Bunuh diri dianggap menciptakan karma negatif yang akan mempengaruhi kehidupan selanjutnya.

Tindakan ini dilihat sebagai bentuk kekerasan terhadap diri sendiri dan ketidakmauan untuk menghadapi konsekuensi karma yang ada. Setiap individu memiliki kewajiban atau *dharma* dalam kehidupannya. Bunuh diri dianggap sebagai pengingkaran terhadap *dharma* tersebut dan tanggung jawab yang seharusnya diemban. Prinsip ahimsa yang menekankan non-kekerasan tidak hanya berlaku terhadap makhluk lain tetapi juga terhadap diri sendiri. Bunuh diri dianggap sebagai bentuk kekerasan terhadap diri sendiri. Meskipun pandangan umum menentang bunuh diri, terdapat beberapa pengecualian atau interpretasi yang lebih lunak dalam kondisi tertentu.

Beberapa di antaranya, yakni *Sati*, *Prayopavesa*, dan pengorbanan diri dalam keadaan darurat. Praktik *sati*, yakni di mana seorang janda secara sukarela mengakhiri hidupnya setelah kematian suaminya. Seperti diceritakan dalam ithasa Mahabharata, ketika Dewi Madri memilih untuk melakukan ritual *Sati*, yaitu praktik membakar diri di atas tumpukan kayu bakar kremasi suaminya pascakematian Pandu. Namun, praktik ini sangat kontroversial dan kini dilarang secara hukum di India. Beberapa interpretasi tradisional melihatnya sebagai tindakan pengabdian dan kehormatan, tetapi banyak pihak menganggapnya sebagai bentuk kekerasan terhadap perempuan. Pada masa kini, belum ditemukan atau belum ada laporan terbaru bahwa praktik ini kembali terjadi pada masyarakat Hindu di Bali. Selanjutnya, *Prayopavesa* (Puasa Suci Sampai Mati).

Dalam tradisi Jainisme juga ditemukan dalam beberapa kasus dalam Hindu, praktik *prayopavesa* atau *sallekhana* (dalam Jainisme) adalah tindakan mengakhiri hidup dengan cara berpuasa sampai mati secara sukarela. Praktik ini biasanya dilakukan oleh orang-orang yang telah mencapai usia lanjut, tidak memiliki keinginan atau kemampuan untuk menjalani kehidupan lebih lanjut, dan melakukannya dengan kesadaran spiritual yang tinggi, bukan karena keputusasaan atau tekanan emosional. Namun, praktik ini sangat jarang dan harus dilakukan dengan pertimbangan spiritual yang mendalam dan di bawah bimbingan spiritual. Sementara itu, dalam beberapa narasi atau interpretasi, terdapat kisah-kisah pengorbanan diri untuk tujuan yang lebih besar atau untuk melindungi orang lain. Namun, ini berbeda dengan bunuh diri karena didasari oleh motivasi altruistik dan dalam konteks situasi yang ekstrem.

Namun demikian, dalam Hindu modern, pandangan terhadap bunuh diri umumnya tetap negatif. Ada peningkatan kesadaran tentang masalah kesehatan mental, dan bunuh diri seringkali dipandang sebagai akibat dari penderitaan psikologis yang memerlukan bantuan dan dukungan, bukan sebagai solusi yang dapat diterima secara agama. Di samping itu, manusia senantiasa berupaya melakukan penyesuaian diri dalam menghadapi permasalahan dalam hidup (Penelitian et al., 2024). Oleh karena itu, bunuh diri atau *ulah pati* yang didasarkan pada anggapan keliru solusi sebuah permasalahan, tentunya bertentangan dengan nilai-nilai agama Hindu. Demikian pula di Bali, *ulah pati* secara umum dipandang tidak wajar dilakukan saat ini.

### 3. Upaya Penanganan *Ulah pati* dari Sudut Pandang Sosiologi Hindu

#### a. Tantangan Sosial Akibat Kemajuan Teknologi

Perkembangan kehidupan masyarakat sejalan dengan perkembangan teknologi. Pada satu sisi manusia mengupayakan peningkatan kualitas hidup melalui kepraktisan atau bahkan instan. Terciptanya penemuan-penemuan baru dalam bidang teknologi sebagai salah satu wujud upaya pengembangan kehidupan. Pada sisi lain, teknologi baru juga merambah ke kehidupan tradisional, mendorong strategi kebertahanan di tengah kepraktisan yang diupayakan. Teknologi informasi yang didukung big data memungkinkan penyebaran ideologi secara luas karena interaksi sosial kini tak lagi terbatas oleh batasan geografis dan budaya.

Meleburnya batasan budaya ini berujung pada homogenisasi kultural, di mana masyarakat mengonsumsi ideologi, citra, simbol, dan gaya hidup yang serupa melalui akses informasi (Triguna, 2020). Akses yang mudah dan praktis terhadap berbagai informasi dalam platform-platform teknologi informasi tentu memerlukan filter. Filter yang diciptakan dalam bentuk teknologi sudah diterapkan untuk membatasi akses tertentu yang dinilai berpotensi berdampak negatif, namun demikian kejahanatan seperti kabar bohong (hoaks) yang menyesatkan, konten yang tidak senonoh, tampilan kekerasan, dan lainnya masih menyebar.

Penggunaan teknologi informasi dan komunikasi serta konsumsi konten-konten media sosial yang berlebihan juga berpotensi memicu stres (Triastuti, Nurfauziah & Noviyanti, 2024). Hal ini menunjukkan filter teknologi atas teknologi perlu dibarengi dengan kepedulian sosial sebagai salah satu sendi dalam kehidupan masyarakat. Teknologi digital pada dasarnya dapat berperan positif sebagai sarana akses ke sumber daya kesehatan mental, platform konseling online, aplikasi *self-care*, dan edukasi digital yang meningkatkan kesadaran menjaga kesehatan mental (Ardhiyansyah, Bakker & Sijabat, 2023).

Namun demikian, terdapat pula dampak negatif yang berpotensi muncul. Misalnya, penggunaan media sosial yang intens juga kerap memicu perbandingan sosial yang tidak sehat, rasa kesepian, isolasi sosial, dan menurunnya harga diri. *Cyberbullying* yang terjadi di ranah digital juga menjadi faktor stres yang memicu depresi pada pengguna, khususnya di kalangan remaja (Suryoadji et al., 2024). Bahkan tekanan akademik dan profesional yang diperberat oleh akses informasi tanpa batas juga menyebabkan stres kronis, burnout, dan depresi. Ketergantungan teknologi bisa menyebabkan isolasi sosial meskipun secara virtual pengguna terlihat terkoneksi aktif (Hidayah, Nurmala & Laksana, 2025).

Dengan demikian, kemajuan teknologi, bagaikan pedang bermata dua, membawa kemudahan sekaligus memunculkan berbagai tantangan sosial yang kompleks, terutama terkait isu sensitif seperti bunuh diri. Di satu sisi, teknologi membuka akses terhadap informasi dan dukungan kesehatan mental. Namun di sisi lain, ia menciptakan ekosistem baru yang dapat memperburuk kerentanan individu dan memicu tekanan psikologis yang berat. Informasi terkait bunuh diri bisa berdampak positif maupun negatif. Pada sisi positif, informasi terkait bunuh diri menimbulkan empati, pengingat untuk menghindari tindakan tersebut karena dampak yang ditimbulkan, maupun upaya pencegahan atau penanganan. Sedangkan pada sisi negatif, informasi tersebut kadang-kadang menampilkan video, gambar, atau tata cara bunuh diri yang menginspirasi orang lain untuk melakukan hal yang serupa.

#### b. Peran Durkheim dan Tipologi Bunuh Diri

Penanganan *Ulah pati* memerlukan upaya yang holistik. Penanganan yang serius perlu dimulai dari upaya pencegahan, sebab *Ulah pati*, seperti yang dijelaskan di atas disebabkan berbagai faktor pemicu. Namun dalam lingkup sosiologi, hubungan

keterkaitan antarmanusia serta masyarakat menjadi kajian penting. Kepedulian sosial yang terwujud dalam perilaku sehari-hari memegang peranan penting. Di Indonesia, bunuh diri masih dipandang sebagai tindakan yang sangat tidak pantas dan jauh dari norma sosial yang berlaku. Namun, tindakan tragis ini sering kali dilakukan oleh individu yang memiliki motif atau kepentingan pribadi yang kuat, bahkan terkadang demi kepentingan kelompok tertentu. Terlepas dari pandangan masyarakat, bunuh diri adalah kenyataan sosial yang menggambarkan keputusan seseorang untuk secara sengaja mengakhiri hidupnya (Biroli, 2018). Peran utama sosiologi dalam pencegahan bunuh diri adalah menyediakan kerangka analisis yang lebih komprehensif, terutama melalui gagasan klasik Émile Durkheim. Durkheim, sebagai salah satu sosiolog Prancis, berargumen bahwa bunuh diri bukan hanya fenomena personal, melainkan juga fakta sosial yang dipengaruhi oleh tingkat integrasi sosial (seberapa kuat individu terhubung dengan kelompoknya) dan regulasi moral (seberapa jelas norma dan batasan sosial). Menurut Durkheim, ketidakseimbangan dalam integrasi atau regulasi dapat meningkatkan risiko bunuh diri, yang ia kategorikan menjadi:

- 1) Bunuh Diri Egoistik: Terjadi ketika individu merasa kurang terintegrasi dalam masyarakat, merasa terisolasi, dan tidak memiliki ikatan sosial yang kuat.
- 2) Bunuh Diri Altruistik: Kebalikannya, terjadi ketika integrasi sosial terlalu kuat, di mana individu mengorbankan diri demi kelompok (misalnya, tentara dalam perang).
- 3) Bunuh Diri Anomik: Muncul ketika ada kekurangan regulasi moral atau norma sosial yang tidak jelas, sering terjadi pada masa perubahan sosial yang cepat atau krisis ekonomi, menyebabkan individu merasa kehilangan arah dan tujuan.
- 4) Bunuh Diri Fatalistik: Terjadi ketika regulasi sosial terlalu ketat dan menindas, individu merasa terkekang dan tidak memiliki harapan untuk masa depan.

Dengan memahami tipologi ini, sosiologi membantu mengidentifikasi bahwa bunuh diri bukanlah semata-mata hasil dari penyakit jiwa, melainkan seringkali merupakan respons terhadap disfungsi dalam hubungan individu dengan lingkungannya dan masyarakat. Durkheim, menurut Johnson dalam Biroli (2018) tidak berfokus pada tindakan bunuh diri yang dilakukan oleh individu semata. Sebaliknya, perhatian utamanya adalah pada fluktuasi atau perubahan dalam tingkat angka bunuh diri di suatu masyarakat.

Bagi Durkheim, angka bunuh diri ini merupakan fakta sosial, bukan sekadar fakta individu, yang berarti bahwa bunuh diri dipengaruhi oleh fakta-fakta sosial lain, seperti tingkat atau jenis integrasi sosial yang ada dalam suatu kelompok atau masyarakat. Pada intinya, penyebab seseorang melakukan bunuh diri dapat disimpulkan berasal dari dua kategori utama yaitu faktor internal, yang berasal dari dalam diri individu, dan faktor eksternal, yang merujuk pada pengaruh dari luar diri individu (Sudhita, 2009). Selain teori Durkheim, penelitian kontemporer juga menunjukkan bahwa motif sosial tersebut berperan dalam peningkatan kasus bunuh diri, khususnya pada remaja. Peran keluarga yang kurang optimal dalam aspek sosio-ekonomi, pendidikan, komunikasi, dan interaksi sosial juga menjadi faktor risiko utama (Lues, Iskandar & Nonci, 2022).

### c. Relevansi Nilai-nilai *Tri Hita Karana*

Jika dikomparasikan dengan nilai-nilai sosiologi Hindu seperti di Bali, maka nilai sosial yang termaktub dalam *Tri Hita Karana*, khususnya hubungan antarmanusia (*pawongan*) menjadi salah satu spirit dalam mewujudkan kepedulian antarsesama. Hubungan antara satu individu dengan individu lainnya dalam sebuah lingkungan sosial, bukan sekadar uraian hak dan kewajiban, melainkan lebih dari itu, yakni kesadaran nurani dalam memelihara eksistensi antarindividu. Artinya, simpati maupun empati sebagai akar sosial yang perlu dipahami, dimaknai, dan terus dirawat untuk mewujudkan kehidupan yang bahagia dan sejahtera dalam kebersamaan.

Penerapan nilai *pawongan* membawa pengaruh positif yang kuat dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat dan harmonis. Kegiatan tradisional seperti upacara adat, kerja bakti, dan ritual keagamaan rutin mempererat ikatan sosial dan menjadikan masyarakat lebih inklusif dan peduli satu sama lain. *Tri Hita Karana* menjadi landasan utama untuk menciptakan keharmonisan sosial melalui penguatan nilai-nilai gotong royong dan saling menghormati antaranggota masyarakat Bali. Konsep ini menumbuhkan rasa kebersamaan dan tanggung jawab sosial yang tinggi, sehingga mengurangi konflik dan mempererat ikatan sosial dalam komunitas (Ananta et al., 2024).

Singkatnya, dalam sosiologi, *Tri Hita Karana* berperan sebagai landasan etis dan moral yang mengatur interaksi sosial, menjaga harmoni sosial, memperkuat solidaritas komunitas, serta mendukung pembangunan berkelanjutan dan pelestarian budaya di Bali (Ahzan et al., 2024). Selain itu, pada zaman demokrasi ini, lingkungan sosial perlu memberikan ruang dalam berekspresi, menyampaikan pendapat, kritik, maupun saran terkait fenomena sosial, budaya, dan keagamaan yang terkadang tabu untuk dibicarakan. Masyarakat Hindu, khususnya di Bali penting untuk terus mengajegkan budaya dan agama tanpa mengesampingkan fakta sosial terkait dengan realita kehidupan masyarakat.

Dalam hal ini, bunuh diri tidak hanya menjadi permasalahan psikologis pelaku sekaligus korban, melainkan permasalahan sosial yang faktor-faktornya muncul dari fenomena sosial kemasyarakatan. Dialog-dialog dalam menguatkan humanisme pada sisi praktik dalam keagamaan penting dilaksanakan (Hadi, 2022). Litaqia & Iman (2019) menyatakan pentingnya manajemen khusus bagi seseorang yang memiliki pengalaman orang terdekatnya melakukan bunuh diri. Kepedulian sosial perlu dijaga, karena tanpa kepedulian maka individu dengan berbagai karakter akan menemui kesulitan dalam kehidupan bermasyarakat (Maulana, Mulyana & Wijaya, 2023).

Termasuk perlunya dukungan ahli agama dalam pencegahan tindakan bunuh diri. Beberapa nilai-nilai dalam Agama Hindu, seperti *Karma yoga* mengajarkan tentang pelayanan yang dalam konteks sosial bisa menguatkan ikatan sosial, kepedulian, dan inklusivitas (Astuthi, Dwijayanti & Sutri, 2023). Hal ini sejalan dengan konsep *pawongan* yang menekankan harmonisasi antarmanusia, salah satunya saling mendukung untuk mewujudkan kedamaian dan kesejahteraan (Heriyanti, 2024).

#### **d. Fungsi Sosial Desa Adat dalam Pencegahan *Ulah Pati***

Desa Adat di Bali memegang peranan yang sangat penting dan multifungsi dalam mencegah bunuh diri, terutama melalui penguatan ikatan sosial, pelestarian norma budaya, dan penyediaan sistem dukungan yang kuat bagi warganya. Struktur sosial yang kokoh dalam desa adat, yang berlandaskan pada filosofi *Tri Hita Karana*, secara intrinsik membangun faktor-faktor pelindung terhadap masalah kesehatan mental yang dapat berujung pada bunuh diri. Pertama, desa adat menciptakan integrasi sosial yang kuat. Setiap *krama desa* (warga desa adat) memiliki peran dan kewajiban dalam berbagai upacara adat dan kegiatan komunal. Keterlibatan aktif ini menumbuhkan rasa memiliki, kebersamaan (gotong royong), dan identitas kolektif yang mendalam. Individu merasa menjadi bagian tak terpisahkan dari komunitas, sehingga mengurangi perasaan isolasi atau kesepian yang sering menjadi pemicu utama bunuh diri, sesuai dengan teori Durkheim tentang bunuh diri egoistik.

Kedua, desa adat berfungsi sebagai penjaga norma dan nilai moral yang jelas. Aturan-aturan adat (*awig-awig*) dan nilai-nilai agama Hindu yang dipegang teguh memberikan arah dan batasan perilaku bagi warganya. Kejelasan norma ini dapat mengurangi kondisi *anomie* (kekosongan norma) yang menyebabkan individu kehilangan arah dan tujuan. Selain itu, ajaran Hindu yang melarang bunuh diri (sebagai pelanggaran karma dan penghambat reinkarnasi baik) secara internal menguatkan individu untuk menghargai kehidupan dan mencari solusi atas penderitaan.

Ketiga, desa adat menyediakan sistem dukungan sosial informal yang efektif. Dalam struktur kekerabatan dan *banjar* (unit terkecil dalam desa adat), warga saling mengenal dan peduli satu sama lain. Ketika ada anggota yang menghadapi kesulitan baik ekonomi, kesehatan, atau pribadi, komunitas adat dan keluarga besarnya seringkali menjadi jaring pengaman pertama yang menawarkan bantuan, nasihat, atau dukungan emosional. Ada kesadaran komunal untuk menjaga sesama warga, yang bisa berujung pada deteksi dini tanda-tanda masalah kesehatan mental dan intervensi awal.

Beberapa desa adat bahkan mulai berkolaborasi dengan pihak luar, seperti psikolog atau lembaga kesehatan, untuk mengadakan penyuluhan atau pelatihan pertolongan pertama kesehatan mental bagi pengurus adat, memperkuat kapasitas mereka dalam mengenali dan merespons krisis. Melalui penguatan ikatan komunal, penegakan nilai-nilai luhur, dan penyediaan mekanisme dukungan sosial yang mengakar kuat dalam budaya lokal, desa adat di Bali berperan vital dalam membangun ketahanan mental kolektif dan mencegah terjadinya bunuh diri. Hal ini penting sebagai bagian semangat komunal yang telah terbangun dalam masyarakat adat.

Dengan demikian, penanganan *ulah pati* tidak hanya disikapi dengan ritual, namun perlu diperhatikan sisi sosial maupun medis, sehingga mampu mengungkap akar permasalahan (Artajaya & Praditha, 2025). Hal ini sebenarnya bukan kesalahan, mengingat umat Hindu senantiasa melakukan pendekatan sosial religius dalam peningkatan kualitas hidupnya (Wirata, 2022). Namun demikian, perlu dilengkapi dengan kajian sosial saat ini yang juga menyentuh sisi kejiwaan dan mental umat. Sebab praktik agama yang berciri komunal bisa menguatkan solidaritas sosial yang disadarkan pada kemanusiaan (Aryanatha, 2019).

Desa adat kaya akan nilai-nilai kemanusiaan yang konsepnya tetap eksis saat ini, semisal *sidikara* (hubungan sosial) yang pada praktiknya berupa saling menolong, keakraban dalam pergaulan, maupun hal pinjam-meminjam Kersten dalam (Prayitno, 2019). Hal ini sejalan dengan semangat saling tolong-menolong, kerja sama, saling menghormati, berbagi, maupun kepedulian yang diperlukan dalam pembinaan hubungan sosial yang harmonis dalam masyarakat (Aini et al., 2023).

## Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan, tindakan *Ulah pati* di Bali merupakan fenomena sosial yang sedang menjadi perhatian khalayak saat ini. Sosiologi menawarkan solusi komprehensif untuk pencegahan bunuh diri dengan menggeser fokus dari masalah individu semata ke akar sosial dan struktural dalam masyarakat. Berangkat dari teori Durkheim, sosiologi menekankan pentingnya memperkuat integrasi sosial, yaitu keterhubungan dan ikatan kuat individu dengan keluarga, teman, dan komunitasnya, guna mengatasi perasaan terisolasi yang dapat memicu bunuh diri egoistik. Selain itu, sosiologi juga menyarankan pembentukan regulasi moral yang jelas dan sehat, yang berarti menciptakan norma dan nilai positif yang memberikan arah serta makna hidup, sekaligus mengurangi stigma terhadap masalah kesehatan mental untuk mengatasi bunuh diri anomik. Lebih lanjut, pendekatan sosiologis berupaya mengatasi ketimpangan sosial dan faktor stres struktural seperti kemiskinan atau diskriminasi, melalui kebijakan inklusif dan jaring pengaman sosial yang mengurangi tekanan pada individu. Terakhir, sosiologi juga menyoroti peran krusial institusi sosial seperti keluarga, sekolah, dan tempat kerja dalam menciptakan lingkungan yang suportif dan preventif. Agama Hindu, dengan kekayaan filosofi dan ajarannya, juga berperan penting dalam mencegah bunuh diri melalui berbagai prinsip yang menekankan nilai kehidupan, cara menghadapi penderitaan, dan pentingnya koneksi transenden. Konsep *karma* dan reinkarnasi mengajarkan bahwa kehidupan saat ini adalah kesempatan berharga untuk berbuat baik,

dan mengakhiri hidup justru akan membawa konsekuensi negatif di kelahiran mendatang, sehingga menjadi disinsentif kuat. Meskipun mengakui *duka* (penderitaan) sebagai bagian hidup, Hindu menawarkan jalan untuk mengatasinya melalui pemurnian dan pencarian spiritual, bukan menyerah pada keputusasaan. Hal ini perlu ditindaklanjuti dengan pendidikan kesehatan mental berbasis agama Hindu, penguatan institusi adat sebagai sistem pendukung komunitas, dan kolaborasi antara tenaga profesional dan tokoh lokal dalam pencegahan bunuh diri.

## Daftar Pustaka

- Ahzan, S., Pangga, D., Sutajaya, I. M., Astawa, I. B. M., & Suja, I. W. (2024). Peran Tri Hita Karana Dalam Kehidupan Masyarakat Dan Institusi: Kajian Komprehensif Berdasarkan Literatur. *Empiricism Journal*, 5(2), 67-351.
- Aini, N., Kurniawan, A. D., Andriani, A., Susanti, M., & Widowati, A. (2023). Literature Review: Karakter Sikap Peduli Sosial. *Jurnal Basicedu*, 7(6), 3816-3827.
- Ananta, R. R., Putri, D. R., Azzahra, M., Cahyana, K. F., & Shintya, H. R. (2024). Implikasi Konsep Tri Hita Karana terhadap Aktivitas Masyarakat di Desa Panglipuran. *Jurnal Silatene Sosial Humaniora*, 2(1), 18-26.
- Ardhiyansyah, A., Bakker, C., & Sijabat, S. G. (2023). Dampak Teknologi Digital terhadap Kesejahteraan Mental: Tinjauan Interaksi, Tantangan, dan Solusi. *Jurnal Psikologis dan Konseling West Science*, 1(4), 181-188.
- Aryanatha, I. N. (2019). Makna Dinamika Solidaritas Sosial Pada Masyarakat Hindu Di Kota Mataram. *Sophia Dharma: Jurnal Filsafat, Agama Hindu, dan Masyarakat*, 2(1), 1-17.
- Astuthi, N. P. R., Dwijayanti, N. M., & Sutri, N. K. (2023). Pengaruh Pandangan Agama Hindu Terhadap Lingkungan Sosial Dalam Konteks Globalisasi. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(5), 96-101.
- Artajaya, I. W. E., & Praditha, D. G. E. (2025). Suicide Behavior As A Social Problem In Bali: A Socio-Legal Study And The Role Of Customary Villages As A Prevention Measure. *Focus Journal Law Review*, 5(1).
- Biroli, A. (2018). Bunuh Diri Dalam Perspektif Sosiologi. *Simulacra*, 1(2), 213-223.
- Citra, M. E. A., & Hengki, I. G. B. (2020). Implementasi Hukum Pidana Terhadap Responsif Negatif Masyarakat Global Dalam Melakukan Tindakan Bunuh Diri di Wilayah Hukum Provinsi Bali. *Jurnal Hukum Saraswati (JHS)*, 2(2).
- Dewi, K. A. P., & Bendesa, I. K. G. (2023). Pengaruh Faktor Sosial Ekonomi Terhadap Pengangguran di Provinsi Bali. *E-Jurnal Ekonomi Pembangunan Universitas Udayana*, 12(8), 571-585.
- Hadi, S. (2022). Konsep Humanisme Yunani Kuno Dalam Sejarah Pemikiran Filsafat. *Jurnal Filsafat*, 22(2).
- Hidayah, Q. H., Nurmala, N., & Laksana, R. P. (2025). Edukasi Tentang Dampak Penggunaan Teknologi Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ilmu Komputer*, 2(1), 37-44.
- Heriyanti, K. (2024). Implementasi Konsep Pawongan Dalam Membangun Kerukunan Umat. *Widya Sandhi*, 15(2), 109-122.
- Kamajaya, G., & Nugroho, W. B. (2020). Sosiologi Masyarakat Bali: Bali Dulu Dan Sekarang. *MASA: Journal of History*, 2(1), 42-55.
- Litaqia, W., & Permana, I. (2019). Peran Spiritualitas Dalam Mempengaruhi Resiko Perilaku Bunuh Diri: A Literature Review. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6(2), 615-624.

- Lues, E., Iskandar, I., & Nonci, N. (2022). Motif Sosial Tindakan Bunuh Diri: Studi Terhadap Kasus Bunuh Diri Remaja di Kabupaten Manggarai. *Jurnal Sosiologi Kontemporer*, 2(2), 57-61.
- Mandasari, L., Duma, L., & Tobing. (2020). Tingkat Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja. *Indonesian Jurnal of Health Development*, 2(1), 1-7.
- Maswinara, I. W. (1998). *Parasara Dharmasastra*. Surabaya: Paramita.
- Maulana, N., Mulyana, A., & Wijaya, A. K. (2023). Kepedulian Sosial Masyarakat Terhadap Kenakalan Remaja Di Wilayah Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. *Sosial Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan IPS*, 3(2), 109-120.
- Prayitno, U. S. (2019). Ajeg Bali Dan Modal Sosial: Studi Sosiologi Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Bali. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 7(2), 113-126.
- Sudhita, I. W. R. (2009). Perilaku Bunuh Diri Di Kalangan Remaja. *Jurnal IKA*, 8(1), 25-40.
- Sumarkandia, W. (2023). Yoga Sebagai Upaya Menurunkan Angka Bunuh Diri Di Provinsi Bali. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakatengabdian Masyarakat*, 16(1), 1-11.
- Suryoadji, K. A., Ali, N., Sutanto, R. L., Christian, C., Putra, E. N. W., Faruqi, M., Simanjuntak, K. T., A'yun, I. Q., Setyawan, D. A., & Suskhan, R. F. (2024). Kesehatan Mental Di Era Digital: Tinjauan Naratif Dampak Media Sosial Dan Teknologi Digital Pada Kesehatan Mental Dan Upaya Untuk Mengatasinya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 23(1).
- Triastuti, I., Nurfauziah, W. S., & Noviyanti, I. (2024). Tingkat Stres Pada Gen Z Terhadap Pengaruh Media Sosial. *Prosiding Seminar Nasional Manajemen*, 4(1), 72-264.
- Triguna, I. B. G. Y., Mayuni, A. A. I., & Sutrisno, N. (2020). Strategi Adaptasi Umat Hindu Memasuki Era Baru: Refleksi Sosiologi Hindu Menyikapi Revolusi Industri 4.0, Pandemi Covid-19, dan Society 5.0. *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, 4(4), 237-244.
- Valentina, T. D., & Helmi, A. F. (2016). Ketidakberdayaan Dan Perilaku Bunuh Diri: Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 24(2), 123-135.
- Winiantari, P. D. S. N. W., & Winiantari, N. W. (2024). Mental Health: Menyikapi Fenomena Bunuh Diri Perspektif Ajaran Agama Hindu. *Pramana: Jurnal Hasil Penelitian*, 4(2), 143-152.
- Widnya, I. K. (2008). Bunuh Diri Di Bali: Perspektif Budaya Dan Lingkungan Hidup. *Bumi Lestari Journal of Environment*, 8(1).
- Wirata, I. W. (2022). Fenomenologi Pelaksanaan Upacara Ngaben (Pitra Yadnya) di Kota Mataram (Pendekatan Sosiologi Agama). *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, 89-97.
- Zulaikha, A., & Febriyana, N. (2018). Bunuh Diri Pada Anak Dan Remaja. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 7(2), 62.