

For immediate release

MEDIA STATEMENT

IDEAS and Relate Malaysia call for urgent suicide prevention strategies to prevent rising deaths

Kuala Lumpur, 07 July 2021 - The Institute for Democracy and Economic Affairs (IDEAS) and Relate Malaysia are calling for an urgent suicide prevention strategy during the COVID-19 crisis.

They warn that current attitudes and official responses to mental health do not properly address the severe challenges many people are struggling to cope with due to the pandemic and associated lockdowns. IDEAS and Relate stressed that mental health support and suicide prevention need to go beyond hotlines that are already overwhelmed by the number of distress calls. There must be a focus on developing more holistic strategies which address Malaysia's shortage of mental health professionals as well as the limited access to digital services and mental health infrastructure for certain segments in the country.

Both organizations note an alarming rise in recorded suicide cases in Malaysia in 2021. While 631 suicides had been recorded overall in 2020, between January to May 2021, there were 468 recorded suicides alone - an average of three suicides every day for the past five months. This is deeply concerning as past studies have shown that for every suicide, there are 20 suicide attempts.

In addition, Malaysia has a disproportionate number of young victims as stated in official suicide statistics, which are likely to understate the number of actual suicides throughout Malaysia. Between 2019 to May 2021, there were a total of 1,708 recorded suicide cases, of which young people between the ages of 15 and 18 comprised 872.

The increased rates of unemployment, COVID-related social isolation, and the uncertainty of when the crisis will end in Malaysia has led to an increase in depression, anxiety, and other mental health and social issues (e.g., domestic violence), which are causal risk factors for suicide. Effective strategies are needed now to stem the flow of these worrying trends, particularly among youth. As stated in our joint policy paper downloadable [here](#), suicide is one of the leading causes of deaths among Malaysians between the ages of 15-29 years.

Relate Malaysia founder, Dr. Chua Sook Ning, said "suicides are preventable deaths. We need more representative data to understand risk and protective factors and start proactively offering targeted interventions as part of a national suicide prevention strategy. Universities must increase their existing efforts to invest in mental health research and the development of mental health interventions for students to build a resilient future generation.

She went on, "There needs to be greater awareness and public education about the importance and the benefits of seeking mental health support. Culturally-ingrained beliefs that asking for help is a weakness are misguided, and lead to dangerous consequences as they prevent people from getting the help they need due to fear and misconceptions."

IDEAS' CEO, Tricia Yeoh stated, "IDEAS welcomes the government's decision to earmark funds to NGOs to support mental health under the PEMULIH package. However, we urge that transparency be practised with regards to which NGOs are receiving these funds and how exactly these funds are being utilised for suicide prevention and mental health."

Responding to the government's decision to send JAKIM to hospitals nationwide to address the suicide crisis, Tricia further added, "Religion and faith can serve as protective factors against suicide, and placing trained officers in hospitals could help increase accessibility to religious support for individuals who desire it. However, it is vital to ensure that the decision to place these JAKIM officers in hospitals nationwide is not a substitute for trained professionals that employ evidence-based interventions."

IDEAS and Relate Malaysia also stressed that the decriminalisation of suicide is crucial in order for any national suicide prevention strategy to be effective. The criminalisation of suicide may lead to some mental health providers to dehumanise people who are suicidal and in the recovery process. It can also exacerbate suicidality as people refuse to seek help for fear of being arrested. In addition, people who attempt suicide are often left powerless in their road to recovery when they are treated as criminals. As recommended in the paper previously, IDEAS and Relate Malaysia urge that the decriminalisation of suicide be made a priority when Parliament reconvenes.

--- END ---

About IDEAS

The Institute for Democracy and Economic Affairs (IDEAS) is a nonprofit research institute, dedicated to promoting solutions to public policy challenges, focussing on three overarching missions – advancing a competitive economy, ensuring trust in institutions and promoting an inclusive Malaysia. IDEAS is Malaysia's first independent think tank, free of personal interests and partisan influences. For more information, visit www.ideas.org.my.

For enquiries, please contact:

Zokhri Idris, Ph.D
Director, External Relations
zokhri@ideas.org.my

About Relate Mental Health Malaysia

Relate Mental Health Malaysia is a not-for-profit organisation established to increase mental health literacy and awareness; promote prevention and early intervention through research, outreach and policy recommendations; and develop effective, accessible, evidence-based interventions. Founded by clinical psychologist and Harvard visiting scholar, Dr. Chua Sook Ning, Relate Malaysia strives for every Malaysian to have equal opportunity to enjoy the fundamental human right to the highest standard of mental health. For more information, visit www.relate.com.my

For enquiries, please contact:

Dr Chua Sook Ning
Founder, Clinical Director
sookning@relate.com.my

Untuk siaran segera

KENYATAAN MEDIA

IDEAS dan Relate Malaysia seru strategi pencegahan bunuh diri bagi mengelakkan peningkatan kematian

Kuala Lumpur, 07 Julai 2021 - Institut Demokrasi dan Hal Ehwal Ekonomi (IDEAS) dan Relate Malaysia menyeru agar satu strategi pencegahan bunuh diri dirangka dengan kadar yang segera.

Kedua-duanya memberi amaran bahawa sikap dan tindak balas rasmi semasa tidak menumpukan perhatian kepada tekanan yang dihadapi oleh orang ramai disebabkan wabak dan sekatan pergerakan yang dikenakan. IDEAS dan Relate Malaysia menekankan bahawa sokongan kesihatan mental serta pencegahan bunuh diri bukan sekadar mewujudkan talian *hotline*. Tambahan pula, talian ini juga mengalami kesesakan akibat diujani banyak panggilan kecemasan. Fokus perlu diberikan kepada pembangunan strategi yang menyeluruh agar dapat menangani kekurangan professional di dalam perkhidmatan kesihatan mental dan juga capaian terhad kepada perkhidmatan digital dan prasarana kesihatan mental.

Kedua-dua organisasi mengambil maklum serta menzahirkan kebimbangan akan bilangan kes bunuh diri yang dicatatkan di Malaysia pada tahun 2021. Sejumlah 631 kes bunuh diri dicatatkan pada tahun 2020, manakala antara bulan Januari hingga Mei 2021 sahaja, sudah 468 kes dicatatkan bersamaan dengan purata tiga kes bunuh diri setiap hari sepanjang lima bulan yang lalu. Hal ini merupakan sesuatu yang amat merunsingkan kerana kajian lepas telah menunjukkan bahawa terdapat satu kematian dalam setiap 20 cubaan bunuh diri.

Tambahan pula, Malaysia mempunyai jumlah mangsa berusia muda yang tidak berimbang sebagaimana yang dinyatakan dalam statistik bunuh diri rasmi. Statistik ini berkemungkinan menunjukkan angka yang jauh lebih rendah berbanding angka sebenar bunuh diri di seluruh Malaysia. Antara tahun 2019 hingga bulan Mei 2021, dicatatkan terdapat keseluruhan 1708 kes bunuh diri yang merangkumi sejumlah 872 kes yang melibatkan mangsa berusia 15 hingga 18 tahun.

Kadar pengangguran yang semakin meningkat, pengasingan serta pergerakan yang terhad akibat COVID-19, dan ketidakpastian tentang pengakhiran krisis ini di Malaysia telah menyebabkan peningkatan kemurungan, kebimbangan, serta masalah kesihatan mental dan sosial yang lain (seperti keganasan rumah tangga). Masalah berikut merupakan faktor-faktor penyebab risiko bunuh diri. Strategi yang berkesan amat diperlukan ketika ini untuk membendung trend yang merisaukan ini, terutamanya dalam kalangan belia. Bunuh diri adalah salah satu daripada penyebab utama kematian rakyat Malaysia berusia antara 15-29 tahun, seperti yang dinyatakan dalam kertas cadangan dasar kami yang boleh dimuat turun di [sini](#).

Pengasas Relate Malaysia, Dr. Chua Sook Ning berkata, “Bunuh diri mampu dicegah. Kita perlukan lebih banyak data untuk memahami risiko dan faktor pelindung. Kita perlu mula menawarkan pencegahan bersasar dengan lebih proaktif sebagai sebahagian daripada strategi pencegahan bunuh diri kebangsaan. Pihak universiti harus meningkatkan usaha sedia ada dalam membuat pelaburan terhadap kajian kesihatan mental dan pembangunan pencegahan kesihatan mental pelajar supaya dapat membangunkan generasi masa hadapan yang berdaya tahan.”

Beliau menambah, “Terdapat keperluan terhadap kesedaran dan pendidikan awam yang lebih tinggi tentang kepentingan serta manfaat mendapatkan sokongan kesihatan mental. Kepercayaan berasaskan adat resam bahawa mendapatkan bantuan adalah satu kelemahan merupakan satu kefahaman yang salah. Malah, ia akan mengakibatkan kesan yang berbahaya kerana menghalang pesakit mendapatkan bantuan yang diperlukan disebabkan ketakutan dan salah tanggapan.”

Ketua Pegawai Eksekutif IDEAS, Tricia Yeoh berkata, “IDEAS mengalu-alukan keputusan kerajaan memperuntukkan dana kepada badan bukan kerajaan (NGO) untuk menyokong kesihatan mental di bawah pakej PEMULIH. Namun, kami menggesa agar ketelusan dalam penentuan NGO yang akan menerima dana serta penggunaan dana ini dalam pencegahan bunuh diri dan juga kesihatan mental dapat diamalkan.”

Tricia, ketika memberikan maklum balas berkenaan keputusan kerajaan untuk menghantar pegawai JAKIM ke hospital di seluruh negara dalam usaha menangani krisis bunuh diri menambah, “agama dan kepercayaan mampu menjadi satu faktor pelindung terhadap bunuh diri, dan langkah meletakkan pegawai terlatih di hospital dapat membantu meningkatkan kebolehcapaian kepada sokongan keagamaan untuk sesiapa yang memerlukannya. Walaupun begitu, amat penting untuk memastikan bahawa keputusan untuk meletakkan pegawai JAKIM di hospital seluruh negara bukanlah untuk menggantikan pegawai professional terlatih yang memberikan perkhidmatan pencegahan bunuh diri berasaskan kajian psikologi.”

IDEAS dan Relate Malaysia juga menekankan bahawa menyalahgunakan bunuh diri penting dalam mana-mana usaha menjamin keberkesanan strategi pencegahan bunuh diri kebangsaan. Penjenayahan bunuh diri akan menyebabkan beberapa penyedia perkhidmatan kesihatan mental bersikap tidak berperikemanusiaan terhadap individu yang melakukan percubaan bunuh diri dan dalam proses pemulihan. Penjenayahan bunuh diri juga akan memburukkan lagi kecenderungan bunuh diri kerana pesakit enggan mendapatkan bantuan kerana takut ditangkap. Malah, individu yang melakukan percubaan bunuh diri juga akan dibiarkan tidak berdaya dalam proses pemulihan jika mereka dilayan sebagai penjenayah. IDEAS dan Relate Malaysia menggesa agar menyalahgunakan bunuh diri akan menjadi keutamaan apabila Parlimen kembali bersidang kelak, seperti yang telah kami sarankan dalam kertas cadangan kami sebelum ini.

--- TAMAT ---

Mengenai IDEAS

Institut Demokrasi dan Hal Ehwal Ekonomi (IDEAS) merupakan sebuah institut penyelidikan bukan berasaskan keuntungan, mengkhususkan kepada mempromosikan penyelesaian terhadap cabaran dasar awam, menumpukan kepada tiga misi menyeluruh - memajukan sebuah ekonomi yang kompetitif, memastikan keyakinan dalam institusi, dan mempromosikan sebuah negara Malaysia yang merangkumi semua. IDEAS merupakan badan pemikir bebas pertama Malaysia, tanpa kepentingan peribadi serta pengaruh berpihak. Untuk maklumat lanjut, lawati www.ideas.org.my.

Untuk pertanyaan, sila hubungi:

Zokhri Idris, Ph.D

Pengarah, Perhubungan Luar

zokhri@ideas.org.my

Mengenai Relate Mental Health Malaysia

Relate Mental Health Malaysia merupakan satu organisasi bukan berasaskan keuntungan yang ditubuhkan untuk meningkatkan kesedaran dan tahap celik kesihatan mental; mempromosi pencegahan dan pengantaraan awal melalui penyelidikan, bantuan dan saranan dasar; dan membangunkan pengantaraan yang berkesan, mudah dicapai dan berasaskan bukti. Diasaskan oleh ahli psikologi klinikal dan sarjana pelawat Harvard, Dr. Chua Sook Ning, Relate Malaysia berusaha agar seluruh rakyat Malaysia mempunyai peluang yang saksama untuk menikmati hak asasi manusia yang menepati piawaian tertinggi kesihatan mental. Untuk maklumat lanjut, layari www.relate.com.my.

Untuk pertanyaan, sila hubungi:

Dr Chua Sook Ning

Pengasas, Pengarah Klinikal

sookning@relate.com.my