

For immediate release

MEDIA STATEMENT

IDEAS and Relate Mental Health Malaysia: Urgent Action Needed to Stem Rise of Youth Suicide in Malaysia

Kuala Lumpur, 24 February 2021 - Suicide is the leading cause of death among young people in Malaysia, with the economic cost of suicide estimated to be RM 346.2 million in 2019, according to a new report, *Youth Suicide in Malaysia*.

The report was published by Relate Mental Health Malaysia in association with the Institute of Democracy and Economic Affairs (IDEAS), co-authored by Dr Chua Sook Ning and Vaisnavi Rao.

Despite the high emotional and economic costs, suicide still remains a criminal act in Malaysia under section 309 of the Penal code. Evidence shows that the criminalisation of suicide reduces help-seeking behaviour, hinders the collection of accurate data, and restricts the development and implementation of effective suicide prevention strategies.

An interrelated set of factors increases the risk of suicide, including age, gender, ethnicity, mental health issues and unemployment, emphasising the need for prevention strategies to adopt a holistic social and public health approach.

The COVID-19 pandemic and its effects on Malaysia's socio-economic landscape have been drastic. Lockdowns, physical distancing measures, economic breakdown, the surge in job losses and education-related changes for children and young people have increased the level of distress amongst Malaysians, evident through the rise in suicide cases since March 2020. The challenge of youth suicide has also been highlighted by the Ministry of Health.

IDEAS and Relate Malaysia call on relevant stakeholders to urgently implement practical measures to address this public health crisis. Some key policy recommendations provided in the report include:

- The government should build on the existing Guidelines for Suicide Prevention, with the development of a suicide prevention guideline or strategy specific to youths should be a collaborative effort between key stakeholders including Ministry of Education, Ministry of Human Resources, and Ministry of Women, Family and Community Development, as well as non-governmental organisations, with Ministry of Health as the lead
- The National Suicide Registry should be resumed and information on age, gender, ethnicity, state, and methods of suicide should be included.
- A comprehensive needs assessment on the availability and gaps in suicide prevention and treatment services should be conducted.
- Implement regulations to limit access to means of suicide, such as toxic substances.

- Assess the accessibility and effectiveness of existing mental health services available to youths, such as counselling in educational settings.
- Awareness campaigns should equip individuals with practical and useful resources. Regular evaluations of the effectiveness of programs should also be carried out.
- Guidelines for media reporting should be strengthened and more strictly enforced in close collaboration with regional and national media as well as psychosocial experts (e.g. psychologists, social workers) to increase “buy-in” and implementation of the guidelines.

The uncertainties of this global crisis are far from over, comprehensive prevention strategies are needed to safeguard the wellbeing of the young people in our country and curb the rising silent epidemic of suicides.

Relate Malaysia founder and clinical psychologist, Dr. Chua Sook Ning, said, “The rising trend of suicide among young people in Malaysia has made it a moral imperative for the country’s policymakers to take swift action and address this crisis.

“Given that Malaysia is an ageing population, we must provide quality support and services that provide much-needed assistance to young people who are struggling - and this includes the decriminalisation of suicide. Current laws are preventing people from seeking the help they need for fear of being shamed and charged with a crime.

“Policymakers and the mental health community must work together to ensure much-needed changes are made. Raising awareness is not enough - we need to take urgent action if we hope to reverse this worrying trend.”

IDEAS CEO Tricia Yeoh added, “It is our fervent hope that our policymakers will recognise the urgency of the phenomenon of youth suicide in Malaysia and take seriously the recommendations that our paper puts forward, including the need to decriminalise suicide. This is becoming even more crucial given the isolation and stress related to COVID-19. We also look forward to IDEAS contributing towards public policy on mental health more generally in the near future.”

The policy report can be downloaded at <http://www.relate.com.my/youth-suicide-in-malaysia> or <http://bit.ly/youthsuicidemsia>.

--- 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:

Amir Ridzuan Jamaludin
Assistant Manager, External Relations
+603 2070 8881/8882
amir@ideas.org.my

Vaisnavi Mogan Rao
Senior Executive, Social Policy
+60142678700
Vaisnavi@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
+65 8319 0635
sookning@relate.com.my

Untuk siaran segera

Kenyataan Media

IDEAS dan Relate Mental Health Malaysia: Tindakan segera perlu untuk hentikan peningkatan kes bunuh diri dalam kalangan belia di Malaysia

Kuala Lumpur, 24 Februari 2021 - Bunuh diri merupakan punca kematian tertinggi dalam kalangan belia di Malaysia, dengan kos ekonomi akibat bunuh diri dianggarkan berjumlah RM 346.2 juta pada tahun 2019, menurut satu laporan baharu, *Youth Suicide in Malaysia*.

Laporan ini diterbitkan oleh Relate Mental Health Malaysia, dengan kerjasama Institut Demokrasi dan Hal Ehwal Ekonomi (IDEAS), ditulis secara bersama oleh Dr. Chua Sook Ning dan Vaisnavi Rao.

Walaupun dengan kos ekonomi dan kos emosi yang tinggi, bunuh diri masih lagi dikategorikan sebagai satu perlakuan jenayah di Malaysia di bawah Seksyen 309 Kanun Keseksaan. Bukti menunjukkan bahawa penjenayahan bunuh diri mengurangkan tingkah laku mendapatkan bantuan, menghalang pengumpulan data yang tepat, dan menyekat pembangunan serta pelaksanaan strategi-strategi pencegahan bunuh diri yang berkesan.

Pelbagai faktor yang berhubung kait meningkatkan risiko bunuh diri, termasuk umur, jantina, etnik, isu kesihatan mental, dan pengangguran memberikan penekanan bahawa strategi pencegahan diperlukan untuk mengguna pakai satu pendekatan sosial dan kesihatan awam yang menyeluruh.

Wabak COVID-19 dan kesannya kepada lanskap sosio-ekonomi Malaysia sangat mendadak. Sekatan pergerakan, langkah-langkah penjarakan fizikal, keruntuhan ekonomi, peningkatan kes hilang pekerjaan, dan perubahan berkaitan pelajaran bagi kanak-kanak dan belia telah meningkatkan tahap tekanan dalam kalangan rakyat Malaysia, terbukti melalui peningkatan kes bunuh diri sejak Mac 2020. Cabaran terhadap bunuh diri belia juga telah ditekankan oleh Kementerian Kesihatan.

IDEAS dan Relate Malaysia menyeru kepada pemegang-pemegang taruh yang berkenaan supaya dengan segera melaksanakan langkah-langkah praktikal untuk menangani krisis kesihatan awam ini. Beberapa saranan dasar penting telah diberikan di dalam laporan ini termasuk:

- Pihak kerajaan perlu meneruskan Garis Panduan Pencegahan Bunuh Diri sedia ada, manakala perancangan satu garis panduan atau strategi pencegahan bunuh diri khusus kepada belia perlu menjadi satu usaha kerjasama antara pemegang taruh utama termasuk Kementerian Pendidikan, Kementerian Sumber Manusia, Kementerian

Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat serta organisasi-organisasi bukan kerajaan, diterajui oleh Kementerian Kesihatan.

- Daftar Bunuh Diri Kebangsaan perlu diteruskan dan maklumat mengenai umur, jantina, etnik, negeri, dan kaedah bunuh diri perlu disertakan.
- Satu penilaian keperluan menyeluruh mengenai kebolehdapatan dan jurang-jurang pencegahan bunuh diri serta perkhidmatan rawatan perlu dijalankan.
- Melaksanakan kawal atur untuk mengehadkan capaian kepada pelbagai kaedah bunuh diri, seperti bahan-bahan beracun.
- Menilai kebolehcapaian dan keberkesanan perkhidmatan kesihatan mental sedia ada untuk para belia, seperti runding cara dalam persekitaran pendidikan.
- Kempen-kempen kesedaran demi melengkapkan individu-individu dengan pelbagai sumber praktikal dan berguna. Penilaian keberkesanan program secara berkala juga perlu dilakukan.
- Garis panduan untuk laporan media perlu diperkukuhkan dan dikuatkuasakan dengan lebih tegas dengan kerjasama rapat bersama media nasional dan serantau serta pakar psikososial (ahli psikologi, pekerja sosial) untuk meningkatkan sokongan dan pelaksanaan garis panduan.

Ketidaktentuan krisis dunia ini masih belum berakhir, strategi pencegahan menyeluruh diperlukan untuk melindungi kesejahteraan golongan belia dalam negara kita dan mengekang peningkatan wabak senyap bunuh diri ini.

Pengasas Relate Malaysia dan ahli psikologi klinikal, Dr. Chua Sook Ning berkata, “Peningkatan trend bunuh diri dalam kalangan belia di Malaysia telah menjadikannya satu keperluan moral untuk para pembuat dasar negara ini untuk mengambil tindakan pantas dan menangani krisis ini.

“Memandangkan Malaysia merupakan satu populasi yang sedang menua, kita harus menyediakan sokongan dan perkhidmatan berkualiti yang dapat memberikan bantuan sewajarnya kepada para belia yang sedang bergelut ini - hal ini termasuk nyah jenayah perbuatan bunuh diri. Undang-undang semasa menghalang rakyat dari mendapatkan bantuan yang diperlukan kerana takut dimalukan dan didakwa melakukan perbuatan jenayah.

“Para pembuat dasar serta komuniti kesihatan mental harus bekerjasama untuk memastikan perubahan yang diperlukan berjaya dilakukan. Sekadar meningkatkan kesedaran tidak mencukupi - kita perlu mengambil tindakan segera jika berharap untuk menterbalikkan trend yang membimbangkan ini.”

Ketua Pegawai Eksekutif IDEAS, Tricia Yeoh menambah, “Kami amat berharap pembuat dasar negara ini akan mengiktiraf sikap kesegeraan berkenaan fenomena bunuh diri dalam kalangan belia di Malaysia serta mengambil serius saranan yang kami kemukakan dalam kertas laporan ini, termasuk keperluan untuk nyah jenayah perbuatan bunuh diri. Hal ini menjadi semakin penting disebabkan pengasingan dan tekanan yang berhubung kait dengan COVID-19. Kami juga menantikan IDEAS untuk turut sama menyumbang dalam dasar awam berkenaan kesihatan mental secara amnya dalam masa terdekat.”

Kertas laporan dasar ini boleh dimuat turun di <http://www.relate.com.my/youth-suicide-in-malaysia> atau pautan ini <http://bit.ly/youthsuicidemia>.

--- 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:

Amir Ridzuan Jamaludin
Penolong Pengurus, Perhubungan Luar
+603 2070 8881/8882
amir@ideas.org.my

Vaisnavi Rao
Eksekutif Kanan, Dasar Sosial
+60142678700
Vaisnavi@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
+65 8319 0635
sookning@relate.com.my