

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil

##### 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Unjaya kampus II berada di Jl. Ringroad Barat, Gamping, Sleman Yogyakarta. Fkes Unjaya terdiri dari 8 Prodi meliputi Prodi Pendidikan Ners, Prodi Keperawatan S1, Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Prodi Kebidanan S1, Prodi Kebidanan D3, Prodi Farmasi S1, Prodi Teknologi Bank Darah D3, Prodi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan D3.

Hasil identifikasi proses belajar mengajar di program studi berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Prodi atau Sekretaris Prodi adalah sebagai berikut :

**Tabel 4. 1 Survei KBM**

Prodi	Jumlah Sistem Kredit Semester (SKS)	Rentang Hari Pembelajaran	Jam Pembelajaran	Mekanisme Praktik Kerja Lapangan (PKL)	Survei Beban Belajar
Profesi Ners	38 SKS	Full kegiatan di lahan praktik	Full kegiatan di lahan praktik	Praktik dilaksanakan selama 1 tahun (2 semester), sebanyak 110 stase dan KIAN	Belum
Keperawatan S1	144 SKS	Senin-Jumat	08.00-16.50	PKL dilaksanakan pada semester 2, 4, 5, 7	Belum
Profesi Bidan	38 SKS	Full kegiatan di lahan praktik	Full kegiatan di lahan praktik	Praktik dilaksanakan kurang lebih sekitar 36 minggu di beberapa tempat dan dengan rentang waktu yang berbeda-beda	Belum
Kebidanan S1	148 SKS	Senin-Jumat	08.00-17.00	PKL dilaksanakan pada semester 5 dan 7	Belum
Kebidanan D3	115 SKS	Senin – Jumat	08.00-16.00	PKL dilaksanakan pada semester 2, 4, 5, 6	Belum

Farmasi S1	Sem	2,4,6	Senin – Sabtu	08.00-16.00	-	Belum
	(Kurikulum baru 2022)	146				
	SKS. Semester	8				
	(Kurikulum lama 2017)	144				
	SKS					
Teknologi Darah D3	Bank	112 SKS	Senin-Jumat	08.00-16.00	PKL kurikulum baru dilaksanakan pada saat semester 6	Belum
Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan D3		112 SKS	Senin – Sabtu	08.00-18.00	PKL dilaksanakan selama 3 minggu pada semester 2, 4, 5 dan selama 1 bulan pada semester 6	Belum

Sesuai dengan tabel 4.1 dapat tergambar, bahwa prodi profesi memiliki jumlah sks lebih sedikit dibandingkan S1 dan D3, namun proses belajar lebih banyak dilakukan dilahan praktik. Sedangkan program studi dengan sks paling banyak, terdapat pada prodi S1 Kebidanan (148 sks)

## 2. Analisis Hasil Penelitian

Data dianalisis sesuai dengan besar responden yang diharapkan dalam penelitian ini yaitu sebesar 400 responden. Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan presentase sebagai berikut :

### a. Karakteristik Responden

Gambaran subjek penelitian yang akan dijelaskan berdasarkan jenis kelamin, prodi, dan tempat tinggal, pada table berikut :

**Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Mahasiswa Fkes (n=400)**

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki - Laki	40	10.0
Perempuan	360	90.0
<b>Total</b>	<b>400</b>	<b>100</b>
Program Studi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Profesi Ners	23	5.8

S1 Keperawatan	99	24.8
Profesi Bidan	17	4.3
S1 Kebidanan	50	12.5
D3 Kebidanan	17	4.3
S1 Farmasi	107	26.8
D3 Teknologi Bank Darah	25	6.3
D3 Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan	62	15.5
<b>Total</b>	<b>400</b>	<b>100</b>
<b>Tempat Tinggal</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Asrama Unjaya	40	10.0
Kost	257	64.3
Rumah Pribadi	96	24.0
Lainnya	7	1.8
<b>Total</b>	<b>400</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjadi responden penelitian ini rata-rata berjenis kelamin Perempuan sebanyak 360 dengan persentase (90.0%). Berdasarkan program studi mahasiswa terbanyak yaitu prodi farmasi sebanyak 107 mahasiswa (26, 8%). Sedangkan berdasarkan status tempat tinggal mayoritas responden tinggal di kos sebanyak 257 (64.3%)

b. Gambaran Ide Bunuh Diri

Ide bunuh diri diperoleh dengan menyebarkan kuesioner melalui perwakilan kelas kepada masing-masing semester dan prodi, diperoleh 633 responden yang mengembalikan kuesioner dengan lengkap, kemudian peneliti melakukan pemilihan sampel secara acak kepada 400 responden dan diperoleh Gambaran ide bunuh diri sebagai berikut :

**Tabel 4. 3 Kategori Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa Fkes Unjaya (n=400)**

<b>Ide Bunuh Diri</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Tidak beresiko	381	95.3
Resiko Bunuh Diri Ringan	13	3.3
Resiko Bunuh Diri Sedang	3	0.8
Resiko Bunuh Diri Berat	3	0.8
<b>Total</b>	<b>400</b>	<b>100</b>

Penelitian menunjukkan bahwa Gambaran ide bunuh diri sebagian besar responden termasuk dalam kategori resiko bunuh diri ringan sebanyak 386 (96.5%). Selanjutnya responden yang

termasuk dalam resiko bunuh diri sedang sebanyak 9 (2.3%), diikuti responden yang termasuk dalam resiko bunuh diri berat sebanyak 5 (1, 3%). Peneliti selanjutnya melakukan analisis ide bunuh diri berdasarkan dimensi rencana dan keinginan, dan tanggapan dan aspek terhadap orang lain

### 3. Gambaran ide bunuh diri pada dimensi rencana dan keinginan

Gambaran ide bunuh diri berdasarkan dimensi rencana dan keinginan, dianalisis pada item nomor 1 – 20 dan 25. Data hasil analisis jawaban responden, disajikan sebagai berikut :

- a. Sebanyak 94.8% responden memilih jawaban 0, responden tidak pernah menuliskan pesan bunuh diri
- b. Sebanyak 24.3% responden memilih jawaban 1, responden pernah berfikir lebih baik jika ia tidak hidup, namun pemikiran tersebut tidak muncul dalam 1 bulan terakhir
- c. Sebanyak 5.8% responden memilih jawaban 2, yang artinya dalam 1 bulan terakhir responden pernah berfikir bahwa ia akan mengalami hal buruk
- d. Sebanyak 2.0% responden memilih jawaban 3, yang artinya dalam 3 minggu terakhir responden pernah berfikir ia akan mengalami hal buruk
- e. Sebanyak 1.8% responden memilih jawaban 4, yang artinya dalam 2 minggu terakhir responden pernah berfikir ia akan mengalami hal buruk
- f. Sebanyak 1.0 responden memilih jawaban 5, yang artinya dalam 1 minggu terakhir responden pernah berfikir untuk memberi tau kepada orang lain tentang keinginan untuk bunuh diri, bagaimana perasaan orang lain jika ia melakukan tindakan bunuh diri, bunuh diri namun tidak akan melakukan, dan memikirkan bahwa hidup ini tidak berharga untuk dijalani
- g. Sebanyak 2.8% responden memilih jawaban 6, yang artinya responden berfikir hampir setiap hari akan mengalami hal buruk

#### 4. Gambaran ide bunuh diri pada dimensi tanggapan dan aspek terhadap orang lain

Gambaran ide bunuh diri berdasarkan dimensi tanggapan dan aspek terhadap orang lain, dianalisis pada instrument kuesioner nomor 21-24. Data hasil analisis jawaban responden, disajikan sebagai berikut :

- a. Sebanyak 88.8% responden memilih jawaban 0, responden tidak pernah memikirkan, bahwa bunuh diri merupakan satu-satunya jalan untuk mendapat perhatian
- b. Sebanyak 17.0% responden memilih jawaban 1, responden pernah berfikir bahwa tidak ada seorangpun yang peduli jika ia hidup, namun pemikiran tersebut tidak dalam 1 bulan terakhir
- c. Sebanyak 2.3% responden memilih jawaban 2, yang artinya dalam 1 bulan terakhir responden pernah berfikir bahwa dengan bunuh diri orang lain akan menyadari bahwa ia berharga
- d. Sebanyak 1.3% responden memilih jawaban 3, yang artinya dalam 3 minggu terakhir responden pernah berfikir bunuh diri merupakan satu-satunya jalan untuk mendapatkan perhatian dan dengan bunuh diri oranglain akan menyadari bahwa ia berharga
- e. Tidak ada satupun responden yang memilih jawaban nomor 4
- f. Sebanyak 0.8% responden memilih jawaban 5, yang artinya dalam 1 minggu terakhir ia pernah berfikir untuk membunuh dirinya sendiri
- g. Sebanyak 1.3% responden memilih jawaban 6, yang artinya responden berfikir hampir setiap hari untuk bunuh diri. Dengan bunuh diri orang lain akan menyadari bahwa ia berharga

#### 5. Gambaran ide bunuh diri berdasarkan jenis kelamin

Tabulasi silang antara kategori ide bunuh diri dengan jenis kelamin, sebagai berikut :

**Tabel 4. 4 Gambaran Ide bunuh Diri Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Kategori Ide Bunuh Diri									
	Tidak Beresiko		Ringan		Sedang		Berat		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Laki – laki	37	92.5	3	7.5	0	0.0	0	0.0	40	100
Perempuan	344	95.6	10	2.8	3	0.8	3	0.8	360	100
Total	381	95.3	13	3.3	3	0.8	3	0.8	400	100

Hasil analisis kategori IBD berdasarkan jenis kelamin, diketahui pada laki-laki sebanyak 7.5% berpotensi untuk bunuh diri dengan kategori ringa, tidak ada yang berfikir untuk bunuh diri sedang atau berat. Sedangkan pada Perempuan, sebanyak 2.8% jarang memiliki ide bunuh diri, 0.8% sering memiliki ide bunuh diri dan 0.8% setiap hari memiliki ide untuk bunuh diri

## 6. Gambaran ide bunuh diri berdasarkan program studi

Tabulasi silang antara kategori ide bunuh diri dengan program studi, sebagai berikut :

**Tabel 4. 5 Gambaran Ide Bunuh Diri Berdasarkan Program Studi**

Program Studi	Kategori Ide Bunuh Diri									
	Tidak Beresiko		Ringan		Sedang		Berat		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Profesi Ners	23	100	0	0.0	0	0.0	0	0.0	23	100
Keperawatan S1	95	96.0	2	2.0	1	1.0	1	1.0	99	100
Profesi Bidan	16	94.1	0	0.0	1	5.9	0	0.0	17	100
Kebidanan S1	48	96.0	1	2.0	0	0.0	1	2.0	50	100
Kebidanan D3	15	88.2	1	5.9	0	0.0	1	5.9	17	100
Farmasi S1	103	96.3	3	2.8	1	0.9	0	0.0	107	100
Teknologi Bank Darah D3	23	92.0	2	8.0	0	0.0	0	0.0	25	100

Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan D3	58	93.5	4	6.5	0	0.0	0	0.0	62	100
Total	381	95.3	13	3.3	3	0.8	3	0.8	400	100

Hasil identifikasi mahasiswa yang memiliki resiko bunuh diri berat berasal dari Prodi kebidanan d3 (5.9%), selanjutnya pada kategori resiko bunuh diri sedang, terdapat pada mahasiswa prodi profesi bidan (5.9%), dan pada mahasiswa profesi ners, tidak ada satupun mahasiswa yang memiliki resiko bunuh diri.

#### 7. Gambaran ide bunuh diri berdasarkan tempat tinggal

Tabulasi silang antara kategori ide bunuh diri dengan tempat tinggal, sebagai berikut :

**Tabel 4. 6 Gambaran Ide Bunuh Diri Berdasarkan Tempat Tinggal**

Tempat tinggal	Kategori Ide Bunuh Diri									
	Tidak Beresiko		Ringan		Sedang		Berat		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Asrama unjaya	39	97.5	1	2.5	0	0.0	0	0.0	40	100
Kost	245	95.3	8	3.1	3	1.2	1	0.4	257	100
Rumah pribadi	90	93.8	4	4.2	0	0.0	2	2.1	96	100
Lainnya	7	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	7	100
	381	95.3	13	3.3	3	0.8	3	0.8	400	100

Hasil identifikasi mahasiswa yang memiliki resiko bunuh diri berat berasal dari tempat tinggal di rumah pribadi (2,1%). Pada kategori resiko bunuh diri sedang berasal dari mahasiswa tinggal di kost (1.2%), dan tidak ada satupun mahasiswa yang tinggal dikontrakan memiliki resiko untuk bunuh diri.

## B. Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Gambaran ide bunuh diri berdasarkan jenis kelamin

Pada hasil pengisian lebih banyak mahasiswa perempuan sebanyak (90.0%) dibandingkan jenis kelamin laki-laki sebanyak (10.0 %). Berdasarkan harian Kompas edisi 23 September 2014 menuliskan bahwa jumlah penduduk perempuan di Indonesia lebih banyak, sekitar 50.88 persen dibandingkan dengan jumlah laki-laki sebesar 49.12 persen. Populasi perempuan merupakan hal yang perlu diamati, mengingat perempuan salah satunya menentukan perkembangan populasi manusia dimasa depan, karena tanpa peran tersebut, populasi tidak dapat berkembang. Sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan jumlah 101 responden, partisipan jenis kelamin perempuan cenderung lebih banyak dibanding jenis kelamin laki-laki (Amiroh et al., 2024). Hasil dalam penelitian ini kategori resiko bunuh diri berat, perempuan yang paling tinggi (1,3%) dan mendukung penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak mengalami kesehatan mental seperti depresi karna disebabkan oleh perubahan hormon (Laili et al., 2024).

Wanita memilih metode yang mungkin memberi mereka kesempatan untuk bertahan hidup biasanya lebih dekat dengan teman dan keluarga, dukungan sosial yang kuat menjadi faktor pelindung yang berpengaruh terhadap ide bunuh diri (Putra et al., 2023). Penelitian sebelumnya menunjukkan, perempuan lebih memiliki perasan emosional, berpikir halus, peka dan perubahan suasana hati yang berlebih. Tingginya ide bunuh diri pada perempuan dapat disebabkan oleh factor biologis, hormone estrogen dan biospikososial yaitu ketidaksetaraan gender. Perempuan lebih cenderung menghayati kesulitan yang dialami dibanding laki-laki (Mauliani & Abdullah, 2024)

Hasil pada kategori sedang, laki-laki paling besar (5.0%) statistik menunjukkan pria cenderung memilih dengan cara yang fatal (Putra et al., 2023). Hasil riset WHO mengatakan (80%) pria melakukan bunuh diri di Amerika atau (2,9%) orang dari 100.000 orang melakukan bunuh diri atau dengan kata lain laki-laki mendominasi angka tersebut, hal ini disebabkan karna rasa ketidakmampuan laki-laki dalam menjalani peran sosial sebagai seorang laki-laki yang dibebankan oleh orang lain kepadanya. Sifat lelaki lebih implusif membuat dorongan emosional dalam melakukan tindakan mengakhiri hidup (Novalina et al., 2021). Mengingat karakteristik laki-laki implusif, lebih banyak merealisasikan tindakan bunuh diri dibandingkan perempuan (Purwaningsih et al., 2022) Perbedaan gender membuat mekanisme coping stress berbeda antara satu dengan yang lain, Perempuan saat menghadapi masalah lebih mendahulukan perasaan dibandingkan akal, dan sebaliknya laki-laki menanggapi suatu masalah akan mendahulukan akal dan tetap tenang seperti tidak ada masalah (Pratiwi et al., 2022)

b. Gambaran ide bunuh diri berdasarkan program studi

Pada prodi profesi ners, semua responden termasuk dalam kategori tidak beresiko, dan sebegini besar responden dari seluruh program studi masuk pada kategori tidak beresiko (95.3%), namun berdasarkan tabel 4.7 didapatkan bahwa terdapat responden termasuk dalam kategori berat (5.9%) pada program studi Kebidanan D3, hal- ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa kebidanan seperti faktor umum yang dapat mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa kebidanan adalah berupa beban akademik, tuntutan klinis, tantangan, ketidakpastian karir, ketidakpastian tentang peluang pekerjaan, persaingan di lapangan kerja, atau persyaratan sertifikasi dapat meningkatkan tingkat kecemasan (Stellata, 2023)

Sress akademik dapat memicu gangguan seperti kehilangan nafsu makan, sakit kepala, gangguan tidur, dan meningkatnya denyut jantung. Hal tersebut dapat mempengaruhi siswa untuk fokus dalam belajar,

interaksi, juga aktifitas kesehatannya. Stress akademik bisa jadi penyebab untuk berbagai masalah, seperti halnya kecemasan, depresi dan pemikiran untuk bunuh diri (Nurhasanah et al., 2024). Tingkat stress juga beragam didasari minat dan kemampuan pribadi mahasiswa. Apabila seseorang memiliki minat dan bakat yang sesuai dengan prodi yang dijalani, mungkin mereka mengalami tingkat stress yang lebih rendah karena merasa termotivasi dalam proses pembelajaran (Putra Eka & Fernandes, 2023).

Stress akademik akan mempengaruhi tingkat depresi mahasiswa, dengan meningkatnya depresi mahasiswa, pencapaian akademik pasti akan terganggu, kausalitas pada lingkaran ini jika terus berkembang akan berdampak buruk, seperti depresi ekstrem, gangguan pada kemampuan sosial juga terjadinya bunuh diri (Meilani et al., 2024). Stress yang dirasakan pada beberapa mahasiswa merupakan bentuk respon terhadap tekanan yang dihadapi. Stress yang dialami dapat memberikan efek positif maupun negative pada seseorang. Dampak dari stress negative ini dapat mempengaruhi salah satunya perilaku dan sosial, semakin meningkatnya stress yang dialami artinya mahasiswa tidak dapat mengontrol stressornya dengan baik dan salah memilih koping seperti narkoba, alkohol bahkan bunuh diri. Oleh sebab itu mahasiswa harus mengontrol stress dengan baik seperti berkegiatan yang positif, mencari dukungan sosial dari teman, keluarga bahkan mengikuti konseling (Lalenoh et al., 2021). Bagaimanapun orang yang pernah berpikir untuk bunuh diri, tentu akan lebih berpotensi merealisasikan ide bunuh diri, hal ini semakin penting untuk selalu waspada karena hal ini terjadi pada mahasiswa yang mempunyai Tingkat intelektual diatas rata-rata Masyarakat Indonesia (Fasihullisan et al., 2024).

Beberapa penyebab seorang mahasiswa memiliki perilaku bunuh diri karena terdapat masalah pada akademiknya seperti ekspektasi dari orang tua untuk menjadi mahasiswa berprestasi, hasil IPK yang tidak

sesuai harapan, banyaknya tuntutan mata kuliah yang diterima (Karel & Reagen, 2022). Banyak pandangan tentang kehidupan kampus seolah tidak relevan apabila dihubungkan dengan masalah psikologis, kegiatan dikampus selama ini dipandang sebagai aktivitas akademik yang mengunggah aspek kognitif. Perguruan tinggi merupakan Lembaga yang memiliki tujuan sesuai dengan perintah Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, yang bertujuan untuk menghasilkan kualitas dan dapat mmemenuhi target pasar, lulusan tidak hanya perlu menguasai teknologi, ilmu pengetahuan, atau bidang tertentu, namun perlu memiliki softskill supaya dapat memiliki karakter yang kuat, dipengaruhi dengan kualitas kesejahteraan psikologis atau mental health (Fatria et al., 2023)

c. Gambaran ide bunuh diri berdasarkan tempat tinggal

Pada hasil pengisian kuesioner, berdasarkan tempat tinggal sebagian besar responden tinggal dikost sebanyak 257 (64.3%), selanjutnya tinggal dirumah pribadi sebanyak 96 (24.0%), kemudian tinggal diasrama unjaya sebanyak 40 (10.0%) dan tinggal ditempat lainnya (kontrakan) sebanyak 7 (1.8%). Hasil penelitian ini yang memiliki resiko bunuh diri berat berasal dari tempat tinggal di rumah pribadi (2,1%). Pada kategori resiko bunuh diri ringan berasal dari mahasiswa tinggal di kost (2,7%). Rumah mempunyai peran penting dalam kehidupan manusia, bukan hanya menjadi tempat tinggal, tetapi sebagai tempat berlindung, berkumpul bersama keluarga, dan membangun rasa aman dan nyaman (Nufuz, 2024)

Lingkungan sosial yang kuat, baik itu diantara keluarga, teman atau lingkungan sekitar, akan memberikan dampak yang baik dan membantu untuk menurunkan risiko pemikiran untuk bunuh diri dikalangan mahasiswa yang tinggal di rumah kos atau kontrak. Rasa kepedulian satu sama lain, juga dukungan praktis dari lingkup sosial yang kuat dapat mempengaruhi kemungkinan memiliki pemikiran untuk bunuh diri (Putra et all., 2023).

Dari hasil penelitian menunjukkan (1.2%) termasuk dalam kategori sedang, dengan kata lain tidak semua mahasiswa perantau memiliki ide bunuh diri tinggi. Setiap orang memiliki pengalaman dan tantangan yang unik dalam hidupnya, termasuk mahasiswa rantau. Meskipun beberapa asiswa mungkin mengalami stress dan tekanan lebih besar akibat kondisi tersebut (Putra et al., 2023). Pada penelitian sebelumnya menjelaskan responden dengan status tempat tinggal dikost atau kontrakan dapat dipengaruhi oleh persahabatan, karena dengan memiliki teman seperjuangan dapat memfasilitasi mahasiswa dengan kehidupan kampus dan meningkatkan hubungan kinerja dalam menjalankan tugas akademik serta membantu menurunkan Tingkat stress dan mencegah terjadinya ide bunuh diri. Ketika mahasiswa tinggal sendiri, mereka memiliki kebebasan untuk mengambil Keputusan, mengatur hidup mereka sendiri, juga menjalani rutinitas kesehariannya dengan preferensi sendiri, tanpa adanya paksaan atau tekanan dari orang tua. Disisi lain mereka dapat eksplor tujuan, minat secara lebih bebas, dan dapat mengurangi tingkat stress atau tekanan dari ekspektasi orangtua (Putra & Fernandes, 2023)

Dari hasil penelitian menunjukkan (2.1%) termasuk kategori berat, penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mental health commission of Canada (2015), menjelaskan bahwa niat, pikiran. dan upaya bunuh diri semuanya berkaitan dengan depresi, mungkin saja beberapa mahasiswa yang tinggal Bersama keluarganya akan menghadapi stress, kemudian jika beberapa orang tua mereka bersikap sombong akan membuat mereka sangat tertekan dirumah, disisi lain jika lingkungan rumah yang tidak mendukung saat kuliah (Putra & Fernandes, 2023). Banyak faktor lain yang mempengaruhi seperti Kesehatan mental mereka, termasuk dukungan orang tua seperti finansial yaitu kebutuhan sehari-hari, biaya kendaraan, biaya kuliah yang sangat diperlukan oleh mahasiswa perantau. Jika dukungan ini memadai dan konsisten dapat membantu mahasiswa focus pada studi yang dijalani. Orang tua dapat

memberikan saran, informasi, pengalaman serta pengarahan untuk mahasiswa mencari sumber daya yang tepat jika menghadapi tantangan tertentu (Putra et al., 2023)

d. Gambaran ide bunuh diri berdasarkan kategori

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran ide bunuh diri kategori tidak beresiko lebih banyak dibanding resiko bunuh diri berat. Hal ini menunjukkan karena pemikiran tersebut muncul tidak dalam satu bulan terakhir namun disisi lain beberapa individu tersebut memiliki minimal satu kali pemikiran pada satu tahun terakhir tentang hal yang berkaitan dengan bunuh diri (Alitani, 2023). Penelitian sebelumnya Putra, et al (2023) menunjukkan hasil dengan 379 responden, sebagian besar responden berada dalam kategori ide bunuh diri rendah atau tidak beresiko sebanyak 267 (70, 4%). Beck et al (1979) mengatakan ide bunuh diri dalam kategori rendah dapat diartikan bahwa individu dapat mengontrol dirinya untuk memikirkan ide bunuh diri (Mauliza et al., 2022)

Dewasa awal bagi mahasiswa merupakan masa pada tahap perkembangan antara rentang usia 18 – 25 tahun. Pada tahap ini dapat diartikan sebagai masa akhir remaja hingga masa dewasa awal dari perspektif perkembangan dan tugas perkembangan pada usia ini, bagi mahasiswa sebagai mepantapan pendirian hidup. Hurlock (1980) menjelaskan dewasa awal merupakan tahap penyesuaian diri terhadap liku-liku kehidupan baru dan harapan baru, maka dari itu orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhan dan siap menerima kedudukan didalam masyarakat bersama orang dewasa yang lain (Nufuz, 2024). Masa dewasa awal merupakan periode transisi yang penuh perubahan, dimana individu beranjak dari ketergantungan menjadi seorang yang mandiri. Memiliki tantangan dalam membangun kemandirian ekonomi, merencanakan masa depan dan mengambil keputusan (Papatungan, 2023)

Rendahnya angka ide bunuh diri pada mahasiswa tinggal secara mandiri dipengaruhi oleh fungsi tahap pendewasaan dari kepribadian anak yang dilakukan keluarga. Marris (2000) dalam penelitian Fitri et al (2023), beberapa mahasiswa memiliki resiko tinggi pada pemikiran bunuh diri. Mahasiswa rentan untuk melakukan bunuh diri dapat disebabkan karena memiliki gangguan mood berupa depresi. Depresi adalah kondisi individu yang mengalami kesedihan mendalam seperti hilang harapan, gangguan tidur, makan, juga tidak memiliki pendirian untuk menyelesaikan permasalahan secara adekuat.

## 2. Gambaran Ide Bunuh Berdasarkan Dimensi Rencana Dan Keinginan

Dari hasil penelitian, Sebagian besar pernyataan 18 mendominasi pada dimensi ini, sebagian besar responden mengatakan bahwa “ia akan mengalami hal yang buruk” seperti rasa gagal, dan kecewa menguasai pemikiran mereka dan bunuh diri dilakukan sebagai sarana dalam meluapkan emosi negative pada orang lain yang dialaminya (Setiawan et al, 2023). Reynold (1991) menjelaskan rata-rata keinginan bunuh diri yang dialami mahasiswa lebih tinggi dibandingkan dengan yang dialami orang dewasa muda seusianya di Masyarakat. Beck et al., (1997). Idgham (2019) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki Tingkat kecenderungan ide dan upaya bunuh diri yang tinggi yaitu sebanyak (58.1%). Ide bunuh diri yang saat ini memiliki rencana dan keinginan untuk melakukan bunuh diri, namun belum disertai perilaku secara nyata baru-baru ini (Atqiya & Coralia, 2023)

Ide bunuh diri merupakan semua pikiran, gambaran atau pemikiran tentang keinginan mengakhiri hidup, walaupun masih sebatas ide, perlu diperhatikan menjadi potensi beralihnya menjadi bunuh diri tetaplah menjanjikan. Hal ini muncul karena seseorang telah mempunyai pemikiran untuk melakukan bunuh diri, yang pada waktu-waktu tertentu dapat muncul dalam beberapa kondisi dan memicu melakukan bunuh diri, maka tentu tidak mengherankan jika perilaku bunuh diri juga dapat terjadi hanya dengan sedikit dorongan dari ide. Wirawan (2012) dalam penelitiannya

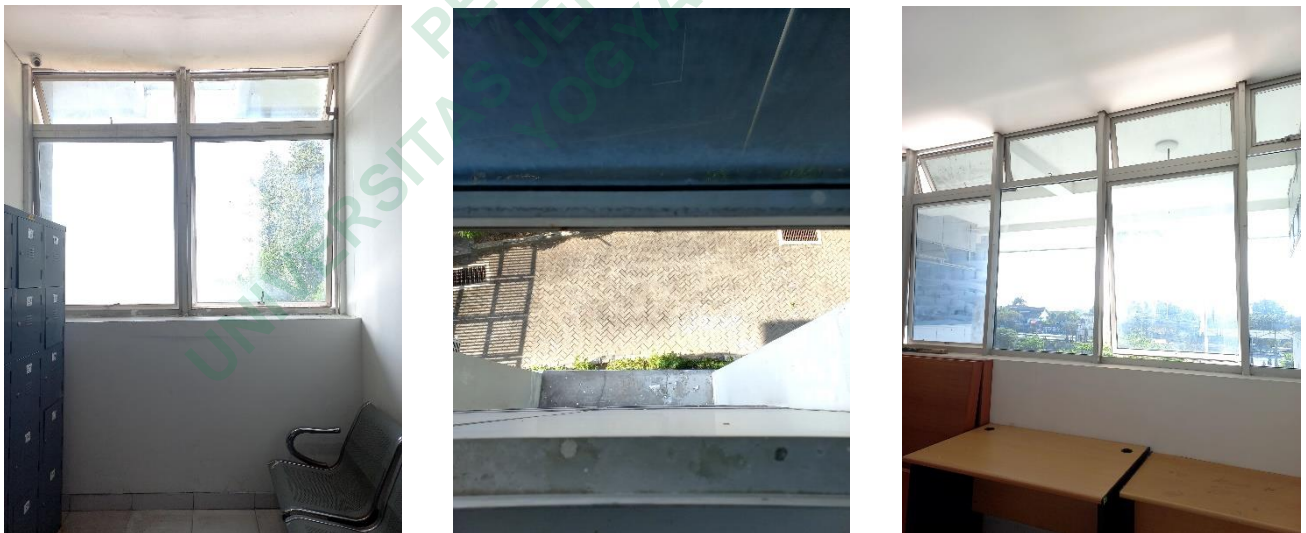
mengenai bunuh diri, salah seorang teori Bernama Emile Durkheim meyakini kasus bunuh diri harus dikaji dari pandangan struktur sosial dan Masyarakat yang ada disuatau negara, karena hal ini dapat dilihat dari banyaknya kasus yang terjadi di Indonesia yang justru diatas rata-rata dan bukan karena masalah sosial, melainkan percintaan, pertemanan, pekerjaan ataupun perkuliahan (Mawaddah et al., 2024).

Pada kasus bunuh diri mahasiswa salah satu penyebab karakteristik generasi muda saat ini terbiasa menggunakan handphone dalam menghabiskan waktu. Kebiasaan ini memberikan dampak yang besar pada mahasiswa yang dilanda stress, dan cenderung menutup diri. Dan tidak memiliki ruang untuk berbagi keluh kesah. Hal tersebut menyebabkan mereka gampang terpengaruh konten negative di media sosial kemudian muncul keadaan yang senasib, bahkan mencontoh aktifitas tersebut, seperti bunuh diri (Oktavia & Hanifah, 2024). Dalam pemikiran Albert Ellis, keterkaitan antara pemikiran dan perasaan sangat penting, masalah seperti bunuh diri merupakan salah satu konteks utama dalam psikologis, Ellis meyakini pemikiran tidak rasional atau irasional dapat menjadi pemicu perasaan negative, yang dapat mengarah pada perilaku merugikan (Da'te, 2023).

Rasa sakit dan keputusasaan apabila lebih dominan jika dibandingkan dengan hubungan antara individu dan sosial, maka pemikiran ide bunuh diri dan keinginan aktif untuk mengakiri hidup akan dirasakan pada individu tersebut. Selain penekanan pada keputusasaan, rasa sakit dan keterhubungan, faktor lain seperti pikiran, kepribadian, depresi juga berhubungan dan mempengaruhi perkembangan ide bunuh diri (Karisma & Fridari, 2021). Setiap kehidupan individu pasti mengalami masalah atau kegagalan dalam hidupnya, respon terhadap masalah tersebut sering kali ditanggapi dengan respon negative, seperti depresi, putus harapan, dan kemudian mengarah pada perilaku bunuh diri. Tindakan tersebut tidak lepas dari tinggi rendahnya penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri (Mailita et al., 2022)

Stuart (2016) mengatakan bunuh diri adalah upaya tindakan mandiri yang diambil oleh individu terhadap dirinya dengan berbagai cara yang akan menyebabkan kematian jika tidak dihentikan. Situasi atau kondisi yang menekan yang terjadi pada kehidupan individu dapat memunculkan reaksi emosi baik positif maupun negative dapat menyebabkan individu mengalami tekanan berat dan mengarah pada hal yang membahayakan dirinya (Nafsiroh & Subhi, 2024). Detik.com dalam pemberitaannya menuliskan dengan jelas aktivitas apa saja yang menjadi penyebab dalam aksi bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa periode 2023 sampai 2024, salah satu dari tiga kegiatan terbanyak adalah melompat dari ketinggian dengan presentase (35%). Pada aktivitas melompat dilakukan mulai dari gedung, Menara BTS, gedung didalam kampus hingga jembatan (Nugroho & Atmaja, 2024). Unjaya pada fakultas kesehatan memiliki beberapa jendela yang sangat lebar dan tidak menggunakan tralis, juga pada asrama tralis berada diluar jendela atau terdapat sedikit celah.

**Gambar 4. 1 Jendela Lobby Fkes**



Pada penelitian sebelumnya “L.S” mahasiswa perguruan tinggi di Sumatra Utara mengalami ide bunuh diri aktif Dimana ia memiliki keinginan kuat untuk melompat dari lantai 3 balkon kamarnya. Faktor pemicu ide bunuh diri terbesar adalah depresi, apabila seseorang sudah pada

tahap depresi memiliki kemungkinan besar bunuh diri bahkan sampai melakukannya. Riset Kesehatan Dasar Kemenkes RI tahun 2018 mencatat kelompok usia lebih dari 15 tahun angka prevalensi depresi di Indonesia sebesar 6,1% atau sekitar 11.315.500 orang. Menurut ahli sosiolog sebanyak 6,9% mahasiswa Indonesia memiliki niatan untuk bunuh diri, sedangkan 3% lainnya pernah melakukan percobaan bunuh diri (Hasugian, 2023). Detik.com dalam pemberitaannya menjelaskan unsur penyebab terbesar aksi bunuh diri adalah depresi, sebanyak 16 dari 45 berita atau 35,2% menyebutkan hal ini menjadi penyebab dilakukannya aksi tersebut. Tingginya angka depresi merupakan pemicu tindakan bunuh diri dikalangan mahasiswa yang relevan dengan posisi mereka sebagai generasi Z (Nugroho & Atmaja, 2024)

Terdapat terapi yang dapat dilakukan secara mandiri hanya dengan memerlukan alat tulis & buku harian sebagai sasarannya. Hasil penelitian menunjukkan menulis dalam bentuk narasi dapat dijadikan sebagai bentuk terapi yang dinilai efektif & ampuh dalam menjaga kesehatan mental, mengurangi stress dan depresi (Ahmad et al., 2022). Hal sederhana tentang memahami rasa syukur, memberikan dampak luar biasa dan dapat dijadikan salah satu solusi untuk meminimalisir depresi, rasa Syukur yang semakin tinggi pada mahasiswa akan mengurangi gejala depresi yang dirasakan (Andeslan & Uyun, 2023)

Tindakan pencegahan bunuh diri dapat dimulai dari diri sendiri, caranya seperti mempertahankan semangat hidup dengan mengedepankan tujuan hidup, kemudian menghindari pikiran negative, saat menghadapi masalah tetap bersikap tenang dan berfikir jernih, juga mendekatkan diri kepada Tuhan, karena semua itu dikendalikan oleh pemikiran dan keyakinan diri sendiri (Da'te, 2023). Pencegahan bunuh diri, secara garis besar berfokus pada kognitif atau berkaitan dengan ide bunuh diri. Hal tersebut mengingatkan kesadaran pentingnya coping masalah yang adekuat, juga perbedaan individu saat menghadapi masalah. Dihubungkan dengan aspek emosi dimana dapat memberikan ruang bagi mahasiswa untuk

mengekspresikan emosi seperti dosen, pembimbing konseling, teman sebaya dalam bermepati untuk memahami kondisi mahasiswa yang beresiko ide bunuh diri. Disisi lain aspek perilaku yang diharapkan seperti pemberian dukungan dan bantuan secara langsung kepada seluruh mahasiswa dan mengupayakan agar dapat memiliki koping yang berfokus dalam penyelesaian masalah, juga mengarahkan untuk meminta pertolongan apabila menghadapi masalah, serta muncul ide bunuh diri dan melakukan percobaan bunuh diri. Dengan adanya upaya pencegahan yang tersistem akan memudahkan dalam identifikasi, tindakan pencegahan bahkan penanganan kasus bunuh diri dalam lingkup universitas (Fitri et al., 2023). Salsabilla dan Panjaitan (2019) dalam Hanum (2024) upaya pencegahan dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti, melakukan skrining kesehatan mental, meningkatkan dukungan sosial dari keluarga maupun teman. Dukungan peran dari keluarga sangat penting, karena keluarga adalah peran utama dalam menjaga hubungan jangka Panjang dengan individu. Selain itu peran teman juga penting dalam pencegahan bunuh diri karena mereka seringkali berada pada tahap pertumbuhan yang sama untuk memberikan dukungan emosional seperti berbagi cerita dan berkeluh kesah sehingga dapat meringankan beban emosional dan mengurangi terjadinya perilaku bunuh diri.

### 3. Gambaran Ide Bunuh Diri Berdasarkan Dimensi Aspek Dan Tanggapan Terhadap Orang Lain

Dari hasil penelitian, Sebagian besar pernyataan 22 dan 23 mendominasi pada dimensi ini, sebagian besar responden berfikir bahwa “Saya pikir bahwa tidak ada seorangpun yang peduli jika saya hidup”. Reynold (1991) dalam Karisma dan Fridari (2021) Dimensi ini dapat diartikan seperti pemikiran khusus dan terkait dengan reaksi orang lain, seperti persepsi orang lain terhadap harga diri seseorang yang telah mengalami kematian. Pada hasil penelitian sebelumnya, berdasarkan dimensi ini orang lain disekitar mereka hanya akan memberikan reaksi rasa sedih atas kematian orang lain dan bersifat sementara bahkan sering kali

mereka tidak diperdulikan oleh orang di sekitarnya, hanya beberapa orang yang akan peduli karena eksistensinya mudah tergantikan, atau ada juga yang menyalahkan subjek saat ia melakukan ide bunuh diri (Putri & Satwika, 2024)

Berdasarkan stigma masyarakat dampak negative yang akan diterima seperti rasa malu, dan takut terkena pengaruh pada mereka yang memiliki kecenderungan bunuh diri tersebut. Adapun dampak berkaitan dengan proses mengatasi psikologis, merasa terisolasi dari lingkungan disekitarnya, dikarenakan tidak jarang mereka merasa dijauhi oleh orang-orang sekitar mereka, bahkan dihakimi serta mereka merasa semakin malu dengan diri sendiri karna penghakiman dari orang-orang sekitar. Karena hal tersebut membuat mereka juga tidak mendapatkan dukungan sosial yang seharusnya mereka dapatkan dan pada akhirnya proses penyelesaian masalah psikologis yang mereka hadapi semakin lambat dan bertambah juga beban psikologis yang mereka rasakan (Nafsiroh & Subhi, 2024). Mirisnya persepsi masyarakat mengenai fenomena bunuh diri yang terjadi dianggap semacam kecelakaan atau musibah yang lazim dialami sehari-hari (Asih, 2020). Elihu Catz (1930) dalam Pratiwi (Pratiwi et al., 2022) mengatakan bahwa masyarakat Indonesia memandang pemikiran dan perilaku mengakhiri hidup merupakan dampak keputusasaan, putus asa dan hal ini tidak terlepas dari media sosial saat memberikan berita mengenai bunuh diri, karena media sangat cepat dan langsung memiliki efek yang kuat terhadap komunikasi.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

#### **1. Kesulitan**

Penelitian ini dilakukan secara online melalui gform bertepatan dengan libur pergantian semester genap, terdapat perwakilan mahasiswa yang sulit dihubungi karena berganti nomor

#### **2. Kelemahan**

Kelemahan dalam penelitian ini yaitu peneliti hanya menilai ide bunuh diri dalam 1 bulan terakhir. Sedangkan keinginan bunuh diri mungkin saja terjadi dalam rentang 6 bulan lalu, 6 bulan kedepan, atau lain waktu yang tidak bisa diprediksi. Kelemahan lainnya dari penelitian ini adalah hasil penelitian tidak bisa menggambarkan secara detail mengenai keinginan bunuh diri yang sebenarnya.