

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Universitas merupakan institusi pendidikan tinggi yang memberikan pembelajaran, penelitian dan melaksanakan pengabdian kepada masyarakat untuk menunjang perkembangan mahasiswa (Shils,2008). Senada dengan penelitian Siswoyo (2007) mahasiswa sendiri dapat dipahami sebagai individu yang sedang menempuh pendidikan di jenjang perguruan tinggi, baik di universitas negeri, swasta, maupun lembaga lain yang setara. Berdasarkan data dari Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (2025) yang dikelola oleh Kemendikbudristek mencatat bahwa jumlah mahasiswa aktif di Indonesia pada awal tahun akademik 2025 mencapai 9.967.487 orang.

Berdasarkan penelitian Wurinanda (dalam Mukaromah & Nuryanti, 2020) bagi beberapa individu, perubahan ke universitas dapat menimbulkan permasalahan, umumnya permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa yaitu perekonomian, kurangnya relasi dengan dosen, permasalahan akademis, hubungan dengan teman, hubungan percintaan dan gangguan kesehatan. Sejalan dengan penelitian Beiter dkk., (2015) berbagai masalah yang dihadapi oleh mahasiswa seperti kesulitan dalam menyelesaikan skripsi, tekanan untuk mendapatkan nilai tinggi, serta ekspektasi yang tinggi dari keluarga dan masyarakat dapat menyebabkan tingkat *stress* yang sangat tinggi. Senada dengan penelitian Dyson &

Renk (2006) mahasiswa pada periode ini akan mudah untuk *stress* dikarenakan harus mengeksplorasi identitas diri, mencari keterampilan baru, kurangnya dukungan sosial yang memadai dan mendapat tuntutan untuk meningkatkan keahlian dalam bidang akademis. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karisma dan Fridari (2021) individu yang mengalami berbagai kombinasi peristiwa negatif dalam kehidupannya cenderung memiliki potensi yang lebih tinggi untuk melakukan upaya bunuh diri.

Menurut penelitian Bazrafshan, Jahangir, Mansouri, dan Kashfi (2014) ketika mahasiswa dihadapkan pada situasi yang memunculkan emosi negatif, sebagian individu bisa mengatasinya untuk tidak mengarah pada perilaku bunuh diri, akan tetapi bagi beberapa individu ketika tidak dapat meregulasi emosinya akan mengarah pada pemikiran untuk bunuh diri. Senada dengan penelitian Wu, Zhu, Wang, dan Jiang (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa menganggap bunuh diri merupakan salah satu cara untuk mengakhiri ataupun menghindari masalah.

Menurut Rudd (1989) ide bunuh diri merupakan pemikiran individu untuk mengakhiri hidupnya, baik itu hanya sekadar niat, rencana, atau bahkan sampai benar-benar mencoba melakukan tindakan bunuh diri yang sebenarnya. Senada dengan penelitian Wenzel, Brown dan Beck (2009) mendefinisikan ide bunuh diri sebagai pemikiran individu untuk mengakhiri hidup, yang dapat bervariasi dari pikiran sekilas hingga rencana rinci untuk melakukan tindakan bunuh diri. Ide bunuh diri pada mahasiswa bisa muncul ketika mengalami *stress* akademik, adanya tekanan dari keluarga ataupun adanya masalah personal yang menjadikan beban

secara emosional sehingga ide bunuh diri muncul sebagai salah satu cara untuk mengakhiri rasa sakit mengenai beban yang didapatkan dan bukan karena keinginan untuk mati (Shneidman, 1993).

Menurut Luxton, Rudd, Reger dan Gahm (2011) terdapat dua aspek ide bunuh diri yakni; 1) *Suicidal desire (covert)*; aspek ini menggambarkan kondisi di mana seseorang memiliki pemikiran bunuh diri secara tersirat atau tidak langsung. Individu mungkin merasa ingin menyerah, merasa hidupnya tidak berarti, atau merasa menjadi beban bagi orang-orang di sekitarnya. Keinginan untuk mengakhiri hidup muncul, tetapi belum diungkapkan secara terbuka; 2) *Resolved plans and preparation (overt)*; aspek ini menunjukkan bahwa individu sudah mulai memikirkan dan merencanakan tindakan bunuh diri secara sadar dan terbuka; Hal ini bisa terlihat dari adanya riwayat percobaan bunuh diri atau keinginan yang kuat untuk mengakhiri hidup, kepercayaan bahwa bunuh diri adalah jalan keluar dari masalah, serta adanya rencana yang jelas dan komunikasi kepada orang lain mengenai niat untuk bunuh diri.

Berdasarkan data *World Health Organization* (2023) setidaknya ada 746.000 orang di seluruh dunia yang meninggal karena bunuh diri yang menjadi penyebab kematian ke-21 terbesar diseluruh dunia. Menurut Edhistry & Abdullah (2025) data *World Health Organization* menunjukkan bahwa setiap 40 detik ada satu orang yang meninggal diakibatkan oleh bunuh diri di seluruh dunia. Berdasarkan penelitian *World Health Organization* (2024) menyatakan bahwa kasus bunuh diri terjadi paling banyak pada penduduk berusia 15-29 tahun. Berdasarkan pada

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2023) mencatat jumlah kasus bunuh diri di Indonesia terjadi sebanyak 1.350 orang meninggal dunia karena bunuh diri, adanya peningkatan dari 826 kasus pada tahun 2022. Menurut *World Health Organization* (dalam Salsabhila & Panjaitan, 2019) menyatakan bahwa Indonesia menempati urutan ke 8 diantara negara ASEAN sebagai negara dengan tingkat bunuh diri yang tinggi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurandhita (2017) mengenai ide bunuh diri di kalangan mahasiswa terhadap 303 responden mahasiswa mengungkapkan bahwa sebanyak 251 responden mengalami pemikiran bunuh diri. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniyanti dan Dwityanto (2024) dengan subjek penelitian 150 mahasiswa, subjeknya memiliki ide bunuh diri dengan memberikan beberapa alasan yang mendorong subjek memiliki ide bunuh diri hal yang paling utama karena kurangnya dukungan dari keluarga atau dari lingkungan, dan merasa sudah tidak memiliki tujuan hidup ditengah masalah yang sedang dihadapi atau merasakan keputusasaan. Pada penelitian berbeda dilakukan oleh Harani (2024) menyatakan dari 139 subjek mahasiswa, sebesar 63,3% (88 subjek) merasakan keputusasaan dan sebanyak 63,3% (88 subjek) memiliki ide bunuh diri.

Pernyataan diatas diperkuat lagi dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 5-22 April 2025 dengan 10 mahasiswa yang memiliki ide bunuh diri, sembilan diantaranya memberikan pengakuan bahwa para subjek memiliki ide bunuh diri. Delapan diantaranya responden mengatakan mempunyai perasaan ingin menyerah, dan merasa menjadi beban untuk orang disekitar nya. Enam diantaranya

pernah bercerita atau menyampaikan maksudnya secara sadar untuk mengakhiri hidup pada orang disekitarnya seperti teman atau pasangan. Alasan yang mendorong pikiran untuk bunuh diri para subjek ini adalah karena tingginya tekanan dan tugas akademik, kurangnya dukungan dari keluarga dan teman sebaya, konflik dengan pasangan dan sahabat, adanya perasan putus asa (*hopelessness*) dan tidak punya jalan keluar ditengah masalah yang sedang dihadapi sehingga munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup sebagai jalan pintas dari masalah tersebut. Secara keseluruhan, wawancara ini mengacu pada aspek-aspek ide bunuh diri yang dikemukakan oleh Luxton, Rudd, Reger dan Gahm (2011).

Menurut Joiner (2005) menyatakan bahwa bila keterikatan sosial terpenuhi dan perasaan menjadi beban rendah, maka secara ideal tingkat bunuh diri pada mahasiswa seharusnya rendah, dan kalimat ini berbanding terbalik dengan pernyataan dari fakta-fakta yang telah dijelaskan diatas, jika mengacu pada pernyataan dari Grotberg (1995) bahwa setiap anak memiliki resiliensi atau ketangguhan sebagai kapasitas dasar dari seorang manusia. Menurut Harahap, Harahap dan Harahap, (2020) menyatakan bahwa mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi akan selalu berpikiran optimis serta berpikiran positif setiap menghadapi kesulitan dalam bidang akademik dan dapat mencari jalan keluar atas permasalahan yang sedang dihadapi. Selaras dengan pernyataan Siswoyo (2007) mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu didalam tingkat perguruan tinggi, sehingga dilihat sebagai individu yang memiliki intelektual tinggi, memiliki kecerdasan, dan mempunyai pikiran kritis dalam setiap tindakan yang akan dilakukan.

Menurut Klonsky dan May (2015) menyatakan bahwa ide bunuh diri memberikan dampak yang signifikan terhadap psikologis individu, sehingga membuat munculnya gangguan mental. Selaras dengan penelitian Joiner (2005) individu yang memiliki ide bunuh diri cenderung akan menarik diri dari lingkungan sosial dan keluarga yang menyebabkan merasa kurangnya dukungan sosial pada individu tersebut, serta dapat menimbulkan perasaan bersalah pada orang terdekat. Berdasarkan penelitian Heeringen dan Man (2014) menyebutkan bahwa ide bunuh diri memberikan dampak terhadap gangguan regulasi emosi dan terhadap fungsi otak individu, adanya hal tersebut akan berhubungan dengan cara individu dalam mengambil suatu keputusan dan emosinya tidak stabil.

Menurut Biroli (2018) hal yang menjadi latar belakang mahasiswa memiliki ide bunuh diri tentunya didasarkan adanya proses sosial dan pengalaman psikologis yang dihadapi serta pemicunya juga beragam. Senada dengan penelitian Hulukati & Djibran (2018) pada tahap ini, mahasiswa dihadapkan pada tanggungjawab untuk mengelola perkembangan diri, termasuk mempersiapkan diri menghadapi kehidupan masa dewasa. Selain dampak-dampak tersebut penelitian yang dilakukan oleh Klonsky dan May (2015) juga menjelaskan kembali dampak lainnya dari ide bunuh diri jika muncul terus menerus dan tidak segera ditangani secara tepat akan menjadi berkembang pada percobaan bunuh diri yang menyebabkan luka serius ataupun kematian. Seseorang yang mempunyai ide bunuh diri akan berdampak terhadap kesehatan mentalnya, sehingga berisiko mengalami peningkatan gangguan psikologis (Nock dkk., 2008). Menurut Joiner (2005)

munculnya ide bunuh diri juga dapat membuat individu mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan sosial dan menurunnya prestasi akademik.

Menurut Utomo & Rahmasari (2024) ide bunuh diri pada mahasiswa akan muncul sebagai cara untuk mengakhiri penderitaan psikologis atau emosional yang dialami mahasiswa. Senada dengan penelitian Shneidman (1993) menjelaskan bahwa tujuan dari ide bunuh diri yaitu untuk menghindari dari situasi yang tidak dapat dikendalikan, seperti adanya konflik dalam keluarga, kegagalan dalam akademik, dan permasalahan ekonomi. Berdasarkan penelitian Beck, Kovacs, & Weissman (1975) ketika individu dihadapkan dengan perasaan bahwa masalah dalam hidupnya tidak dapat diatasi atau merasa tidak dapat diubah, ide bunuh diri akan muncul sebagai salah satu jalan pintas yang akan diambil oleh individu. Menurut Shneidman (dalam Leenaars, 2010) penyebab munculnya ide bunuh diri yaitu mengalami rasa sakit secara psikologis yang tidak dapat ditahan atau disebut dengan *psychache* yang menunjukkan rasa sakit secara psikologis dalam jiwa maupun pikiran, perasaan sedih, perasaan malu, merasa bersalah, pernah dihina, kecemasan dan ketakutan.

Menurut Kumar (2017) menjelaskan terdapat tujuh faktor ide bunuh diri, dan salah satu dari faktor tersebut adalah keputusasaan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vilhjalmsson, Kristjansdottir dan Sveinbjarnardottir (1998) menyatakan bahwa *hopelessness* merupakan salah satu penyebab utama munculnya ide bunuh diri pada seseorang. Sama halnya dengan pendapat yang disebutkan oleh Beck, Kovacs dan Weissman (1975) mengatakan bahwa keputusasaan merupakan

faktor kunci dalam upaya bunuh diri yang serius dan ide bunuh diri, kemungkinan merupakan gejala depresi keputusasaan.

Menurut Beck, Weissman, Lester dan Trexler, (1974) *hopelessness* merupakan keyakinan seseorang tentang kejadian-kejadian yang baik tidak akan terjadi padanya namun kejadian buruklah yang akan terjadi padanya, dan tidak memiliki kekuatan atau kendali untuk mengubah situasi tersebut. Semakin tinggi *hope* atau harapan pada individu maka ide bunuh diri akan semakin rendah, sedangkan semakin tinggi *hopelessness* atau keputusasaan maka akan semakin tinggi ide bunuh diri yang dimiliki individu (Huen, Ip, Ho & Yip, 2015). Menurut Beck, Weissman, Lester dan Trexler, (1974) menjelaskan ada beberapa aspek dari *hopelessness* yaitu *feeling about the future* yang merupakan perasaan tentang masa depan, *loss of motivation* yang merupakan kehilangan motivasi dan *future expectation* memandang masa depannya tidak dapat diubah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Harani (2024) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *hopelessness* yang dirasakan oleh mahasiswa, maka semakin besar kemungkinan mahasiswa memiliki ide untuk bunuh diri. Selain itu dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Chochinov, Wilson, Enns dan Lander (1998) mengungkapkan bahwa *hopelessness* berperan besar dalam mendorong munculnya ide bunuh diri. Sejalan dengan pendapat tersebut menurut Beck dkk., (dalam Weishaar & Beck, 1992) juga menyatakan bahwa *hopelessness* memiliki pengaruh yang kuat terhadap munculnya ide bunuh diri, baik pada individu yang baru memiliki pikiran untuk bunuh diri maupun yang sudah pernah melakukan

percobaan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sukma dan Puspitasari (2023) menyatakan bahwa faktor psikologis, terutama *hopelessness*, merupakan penyebab utama munculnya ide bunuh diri. Senada dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Sulistiyono dan Savira (2024) juga menegaskan bahwa *hopelessness* memberikan pengaruh besar terhadap timbulnya pikiran untuk bunuh diri. Selain itu, pada penelitian Utomo dan Rahmasari (2024) juga mendukung hal tersebut dengan menunjukkan bahwa perasaan putus asa dapat memengaruhi cara mahasiswa memandang masa depan sehingga, berisiko menimbulkan pikiran untuk mengakhiri hidup.

Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara *hopelessness* dengan ide bunuh diri pada mahasiswa. Maka dari itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan *hopelessness* terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa?

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *hopelessness* dengan ide bunuh diri pada mahasiswa.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan di bidang psikologi dan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa lainnya yang ingin

melakukan penelitian dengan hubungan *hopelessness* dengan ide bunuh diri pada mahasiswa.

3. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memperdalam pemahaman, pengetahuan, memberi informasi, tentang hubungan antara *hopelessness* dengan ide bunuh diri pada mahasiswa.

