

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Data WHO menunjukkan bahwa bunuh diri menjadi penyebab kematian nomor dua terbesar setelah kecelakaan di kalangan remaja berusia 15 hingga 29 tahun, menyebabkan sekitar 4.600 kematian setiap tahun. Menurut data dari *suicide rates* tahun 2019 survei 55%, angka kematian akibat bunuh diri di Indonesia sekitar 1,12 per 100.000 penduduk. Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2019 menurut bank dunia adalah 265 juta jiwa. Ini menunjukkan bahwa pada tahun tersebut terjadi 2.990 kematian akibat bunuh diri (Sri Wahyuni et al., 2023).

Menurut WHO pada tahun 2022, jumlah populasi remaja di seluruh dunia mencapai 1,2 miliar individu, yang setara dengan 18% dari jumlah total penduduk global. Sedangkan, berdasarkan hasil sensus penduduk tahun 2020 yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS,2020) Nasional Indonesia, data populasi Indonesia pada bulan September 2020 mencapai 270,20 juta jiwa. Dari jumlah tersebut, prevalensi remaja dalam rentang usia 10-23 tahun mencapai 27,94%.

Populasi di Provinsi Sumatera Barat, mencapai 5.534.472 juta jiwa, dengan 14,93% di antaranya berada dalam kelompok usia 10-23 tahun. Sementara di Kota Padang, sebanyak 31,73% dari total penduduk Kota

Padang termasuk dalam kelompok usia 10-23 tahun (Statistik Indonesia., 2020).

Remaja adalah masa yang penuh dengan keindahan kehidupan dan harapan. Masa remaja tidak hanya dipenuhi dengan mimpi-mimpi besar, tetapi juga dedikasi diri yang luar biasa. Remaja, atau *adolescence*, adalah masa transisi antara kanak-kanak dan dewasa. Mereka tidak dapat disebut sudah dewasa tetapi juga tidak dapat disebut anak-anak (Ameliana et al., 2023).

Remaja sering dianggap rentan dan labil karena mengalami berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik maupun psikologis, terutama dalam hal perubahan emosional. Pada fase ini, mereka menghadapi stres dan konflik yang intens, memerlukan penyesuaian diri, pencarian identitas, dan persiapan untuk mencapai kematangan fisik dan mental. Banyak remaja mengalami tantangan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut, yang dapat menyebabkan beberapa di antara mereka mengalami stres (Mandasari et al., 2020)

Stres adalah keadaan psikologis yang dapat dirasakan oleh setiap individu. Stres mengacu pada tekanan atau tuntutan yang ditempatkan pada organisme untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri. Setiap orang pernah mengalami stres, yang dapat berdampak pada kondisi fisik, psikologis, dan bahkan mengancam keseimbangan fisiologis. Salah faktor yang dapat memicu stres pada siswa SMA adalah tuntutan akademik (Fitria & Putri, 2021).

Tuntutan akademik yang dihadapi oleh siswa dapat menyebabkan timbulnya stres akademik. Stres diartikan sebagai respons terhadap suatu peristiwa umum dan muncul ketika otak menghadapi ancaman tertentu. Stres akademik merujuk pada tekanan atau tuntutan yang dihadapi oleh individu, yang bersumber dari lingkup akademik (Fitria & Putri, 2021).

Proses pembelajaran di SMA bertujuan untuk membimbing peserta didik dalam mengaktifkan potensi diri mereka sendiri dan menjalankan tanggung jawab perkembangan yang dihadapinya. Namun, kesulitan yang mungkin dialami peserta didik dalam beradaptasi dengan program dan aturan kurikulum yang telah ditetapkan juga dapat menciptakan tingkat kecemasan yang lebih tinggi yang berujung mengalami stres akademik. Mereka merasa terbebani oleh berbagai tekanan, seperti menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam persaingan akademik yang semakin ketat (Ameliana et al., 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gusella (2020) menunjukkan sebanyak 81,6% siswa SMA yang ada di Indonesia mengalami tingkat stres akademik tinggi dan sebanyak 18,4% lainnya mengalami tingkat stres akademik rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusuf (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 92,9% dari 71 siswa yang mengalami tingkat stres akademik tinggi. Hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Juniar (2021) juga menunjukkan dari 32 responden sebanyak 86,47% mengalami stres akademik tingkat tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

oleh Siska et al (2022) yang menunjukkan sebanyak 70% dari 161 siswa mengalami stres akademik tingkat tinggi. (Damayanti et al., 2022).

Stres akademik juga memiliki berbagai dampak terutama pada kinerja dalam hal akademik. Stres akademik dapat berdampak negatif dalam memprediksi motivasi, strategi metakognitif, pemikiran kritis, dan kinerja akademik (Trigueros et al., 2020). Selain itu, akan berpengaruh pula pada kesehatan mental individu yang menjadi buruk. Menunjukkan hasil mengenai stres akademik dapat memengaruhi siswa maupun mahasiswa secara mental, fisik, dan emosional. Siswa menghadapi kecemasan dan masuk ke dalam depresi yang kemudian mengarah pada munculnya ide bunuh diri (Fitria & Putri, 2021)

Ide bunuh diri dapat diartikan sebagai suatu rencana yang bertujuan untuk mengakhiri hidup seseorang dengan cepat. Ide bunuh diri sering dikaitkan dengan peningkatan risiko percobaan bunuh diri di masa yang akan datang. Munculnya ide bunuh diri sendiri merupakan tanda penting akibat tekanan psikologis dan memerlukan perhatian khusus dalam evaluasi klinis. Namun, jika tidak segera ditangani, hal ini bisa memicu perilaku percobaan bunuh diri (Amaral et al., 2020).

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Global berbasis sekolah yang dilakukan pada pelajar SMP dan SMA dengan rentang usia 13-17 tahun di Indonesia pada tahun 2019, terdapat 5,14% siswa yang mengikuti survei menyatakan pernah memiliki ide untuk bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, dengan angka pada siswa perempuan (5,90%) lebih tinggi dibandingkan

siswa laki-laki (4,33%). Munculnya ide untuk bunuh diri tampak paling sering terjadi di kalangan siswa SMA yang berusia 16-17 tahun (UNICEF, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Barseli et al., 2020) menunjukkan bahwa pada umumnya kondisi stres akademik siswa SMAN 10 Padang berada pada kategori sedang dengan persentase 41,1%. Meskipun pada umumnya kondisi stres akademik siswa berada pada kategori sedang, namun beberapa siswa berada pada kategori stres akademik tinggi dengan persentase 28,8%. Hal ini berarti bahwa siswa tidak luput dari kondisi stres akademik. Kondisi ini disebabkan oleh berbagai tuntutan akademik seperti harus menyelesaikan tugas yang cukup banyak dengan tenggat waktu pengumpulan yang tergolong singkat. Siswa yang menilai tuntutan akademik sebagai hal yang sangat menekan, akan menunjukkan tingkat stres yang tinggi.

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diketahui bahwa stres akademik merupakan salah satu gangguan mental yang terjadi pada remaja dan merupakan faktor resiko munculnya ide bunuh diri. Apabila pikiran tentang ide bunuh diri berlangsung dalam jangka panjang, maka akan berlanjut pada percobaan bunuh diri yang tentunya dapat mengancam kehidupan remaja. Dengan tingginya tingkat stres akademik di SMAN 10 Padang, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Stres Akademik dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja di SMAN 10 Padang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan stres akademik dengan ide bunuh diri pada remaja di SMAN 10 Padang?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan stres akademik dengan ide bunuh diri pada remaja di SMAN 10 Padang.

### **2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik demografi siswa SMA 10 Padang berupa usia dan jenis kelamin subjek penelitian
- b. Mengetahui distribusi frekuensi stres akademik pada subjek penelitian
- c. Mengetahui distribusi frekuensi ide bunuh diri pada subjek penelitian
- d. Mengetahui hubungan antara stres akademik dengan ide bunuh diri pada subjek penelitian

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1 Manfaat Bagi Pendidikan Keperawatan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam penelitian yang akan datang serta dapat menambah wawasan dalam bidang ilmu keperawatan anak, jiwa maupun komunitas. Serta

diharapkan dapat menambah teori yang sudah ada mengenai hubungan stres akademik dengan ide bunuh diri pada remaja.

## **2 Manfaat Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan menambah pengetahuan tentang hubungan stres akademik dengan ide bunuh diri pada remaja. Serta diharapkan bagi guru bimbingan konseling untuk dapat membantu dan memberi pengarahan serta bimbingan kepada siswa agar dapat mengatasi gejala stres akademik sehingga ide bunuh diri dapat dihindari.

## **3 Manfaat Bagi Responden**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya informasi bagi remaja dan siswa khususnya terkait hubungan stres akademik dengan ide bunuh diri dan diharapkan kedepannya dapat mencegah dan menekan gejala stres serta munculnya ide bunuh diri pada remaja sehingga tidak berkembang menjadi percobaan bunuh diri.

## **4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dalam konteks keilmuan dan metodologi penelitian yang baik dan benar, serta memberikan pengalaman yang berharga sebagai peneliti pemula. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan untuk penelitian yang akan datang.