

BAB I : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (2018), bunuh diri adalah masalah kesehatan masyarakat serius yang menjadi perhatian dunia, bunuh diri merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia dengan jumlah kematian sekitar 800,000 orang setiap tahunnya. WHO 2019 menyatakan bahwa tingkat kematian bunuh diri secara global adalah 9,2 per 100,000 penduduk.⁽¹⁾ Bunuh diri menjadi penyebab kematian terbesar keempat bagi kelompok usia 15-29 tahun, baik laki-laki maupun perempuan, dengan 77% kasus terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah.⁽²⁾

WHO menyatakan tingkat bunuh diri di Indonesia mencapai 2,4 per 100,000 penduduk, artinya terdapat 2 orang yang melakukan tindakan bunuh diri setiap 100,000 penduduk Indonesia.⁽²⁾ Berdasarkan data dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Kepolisian RI (Polri) jumlah kasus bunuh diri di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 971 kasus, angka ini meningkat dari tahun 2022 sebanyak 826 kasus, dan pada bulan Januari-Maret tahun 2024 telah ditemukan kasus bunuh diri sebanyak 287 kasus.⁽³⁾

Mahasiswa adalah individu yang mengejar pendidikan di tingkat perguruan tinggi, baik itu di institusi negeri, swasta, atau lembaga pendidikan setara lainnya. Mereka dianggap memiliki kecerdasan tinggi, baik dalam hal berpikir maupun perencanaan. Kualitas berpikir kritis, serta kemampuan bertindak cepat dan tepat, merupakan ciri khas yang melekat pada mahasiswa, yang mencerminkan prinsip-prinsip yang saling melengkapi. Mahasiswa umumnya berada dalam rentang usia dewasa 18-29 tahun. Pada periode ini,

mereka memiliki tanggung jawab besar terhadap perkembangan diri mereka, termasuk dalam aspek akademis. Semakin tinggi jenjang pendidikan yang mereka tempuh, semakin besar pula tanggung jawab yang harus mereka emban. ⁽⁴⁻⁶⁾

Stres adalah salah satu faktor yang mempengaruhi proses pendidikan dan kesejahteraan mahasiswa. Stres akademik menjadi elemen penting dalam perkembangan stres tersebut. ^(7,8) Bagi sebagian individu, peralihan ke kehidupan universitas dapat menyebabkan stres dan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental. Salah satu aspek terpenting dari hal ini adalah mengatasi meningkatnya stres psikososial dan tekanan akademis dari lingkungan baru dan asing. ⁽⁹⁾ Mahasiswa menghadapi tuntutan baru dalam transisi dari siswa sekolah menengah atas menjadi mahasiswa. Tuntutan tersebut mencakup kemandirian dalam belajar, peningkatan kemampuan berpikir analitis, dan lingkungan pembelajaran yang berbeda. ⁽¹⁰⁾

Mahasiswa dituntut untuk berkewajiban menyelesaikan semua tugas tepat pada waktunya, mencapai hasil yang optimal disetiap mata kuliah yang diambil, menyelesaikan semua mata kuliah yang dibebankan, tak hanya itu, mahasiswa juga dituntut untuk bisa mengatur waktu antara belajar, keluarga ataupun teman, mengatur kebutuhan diri sendiri dengan kebutuhan di kampus, serta dituntut juga untuk dapat membiasakan diri dengan jadwal yang padat dan mampu bekerja sama dengan teman-teman sekelompok. ⁽¹¹⁾

Stres akademik adalah kondisi di mana siswa mengalami kesulitan dalam menghadapi tuntutan akademik dan menganggapnya sebagai gangguan. Stres akademik disebabkan oleh *academic stressor*, yaitu tekanan yang berkaitan dengan proses belajar seperti tekanan untuk naik kelas, jam belajar

yang panjang, tindakan tidak jujur, beban tugas yang banyak, ujian, administrasi, pencapaian beasiswa, pengambilan keputusan terkait jurusan dan karir, serta kecemasan terkait ujian dan manajemen waktu ⁽¹²⁾

Mahasiswa yang merasakan stres akademik membawa dampak positif atau negatif. Peningkatan tingkat stres akademik dapat mengurangi kemampuan akademik yang berdampak pada pencapaian indeks prestasi. Beban stres yang terlalu berat dapat menyebabkan gangguan pada memori, konsentrasi, kemampuan menyelesaikan masalah, dan kemampuan akademik secara umum. Selain itu, tingkat stres yang tinggi juga dapat menyebabkan munculnya masalah kesehatan seperti depresi dan kecemasan yang berlebihan. Ketidakmampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan dapat berkontribusi terhadap masalah kesehatan mental, termasuk risiko munculnya pemikiran untuk bunuh diri. ⁽¹³⁻¹⁵⁾

Di kalangan mahasiswa, pemikiran untuk bunuh diri nyatanya bukanlah sebuah peristiwa yang baru, bahkan akhir-akhir ini semakin meningkat. Sebanyak 77% mahasiswa mempunyai risiko minimal ide bunuh diri ⁽¹⁶⁾. Menurut penelitian Fuad dkk (2019) didapatkan 58,1% dari mahasiswa cenderung memiliki pemikiran dan upaya bunuh diri yang tinggi, pada penelitian Peltzer dkk (2019) Dalam enam negara anggota ASEAN, ditemukan bahwa 11,7% dari mahasiswa memiliki pikiran untuk bunuh diri atau mencoba untuk bunuh diri. ^(17,18)

Hasil penelusuran Wicaksono (2023) mengungkapkan dalam tempo.com bahwa seorang mahasiswi berusia 18 tahun dengan inisial SM, yang merupakan mahasiswi UMY, ditemukan meninggal setelah jatuh dari lantai empat asrama putri University Residence UMY di Bantul, Yogyakarta,

pada Senin, 2 Oktober 2023, sekitar pukul 06.15 WIB. Sebelum kejadian tersebut, korban diduga telah mengonsumsi 20 butir obat sakit kepala secara bersamaan pada malam sebelumnya, pada tanggal 1 Oktober 2023, korban diduga mengalami depresi sehingga memilih untuk mengakhiri hidupnya.⁽¹⁹⁾

Hasil penelusuran Maya (2023) melaporkan dalam kompas.com seorang mahasiswa di Palangkaraya ditemukan tewas tergantung dibelakang kamar Indekosnya pada Selasa, 02 Januari 2024, korban memilih mengakhiri hidupnya karena mengalami stres tugas kuliah, satu hari sebelum kejadian, korban meminta tolong kepada adiknya untuk membantunya mengerjakan tugas kuliah.⁽²⁰⁾ Selain itu, seorang mahasiswa juga ditemukan meninggal dunia di kamar kosnya di Kelurahan Caturtunggal pada Kamis 21 Oktober 2021, korban ditemukan dalam kondisi tidak sadar, lemas, dengan mulut mengeluarkan busa putih, menurut keterangan polisi korban mengakhiri hidupnya dengan cara meminum racun, korban diduga mengalami tertekan dengan tuntutan kuliah dan stres dengan tugas dan mata kuliah yang berat.⁽²¹⁾ Kejadian serupa juga ditemukan di Makasar, seorang mahasiswa mengakhiri hidupnya dengan menggantung diri di rumah kosong pada 14 November 2022, korban diduga mengakhiri hidupnya karena tugas yang menumpuk, korban mengeluhkan padatnya aktivitas dan banyaknya tugas yang menumpuk.⁽²²⁾

Pada tanggal 16 November 2023, dilaporkan kasus bunuh diri terjadi pada mahasiswa di Kota Padang, seorang mahasiswa kedokteran Universitas Andalas ditemukan gantung diri di kamar indokosnya di daerah Jati Kecamatan Padang Timur.⁽²³⁾ Seorang mahasiswa juga ditemukan gantung diri di kamar indokosnya pada Senin Maret 2024, temuan ini berasal dari kecurigaan saksi yang tidak melihat korban keluar kamar selama dua hari. Kejadian serupa juga

ditemukan di Nanggalo, seorang mahasiswa dari Perguruan Tinggi Negeri nekat mengakhiri hidupnya dengan menggantung diri pada pukul 02.00, 06 Februari 2022.⁽²⁴⁾

Bunuh diri (*suicide*) serta percobaan bunuh diri (*suicide attempt*) adalah dua konsep yang tak sama tetapi terkait erat dalam konteks niat bunuh diri (*suicide intent*). *Suicide plan* (rencana bunuh diri) serta *suicide ideation* (ide bunuh diri) juga menjadi bagian dari perilaku bunuh diri (*suicidality*), yang sering kali disebut sebagai perilaku atau tindakan bunuh diri. Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit mendefinisikan bunuh diri adalah kematian yang terjadi akibat perilaku merugikan yang ditujukan kepada diri sendiri dengan niat untuk mengakhiri hidup sebagai hasil dari perilaku tersebut, upaya bunuh diri adalah perilaku yang tidak mengakibatkan kematian, dilakukan pada diri sendiri, dan memiliki potensi untuk menyebabkan cedera serius dengan niat untuk mengakhiri hidup sebagai hasil dari perilaku tersebut dan ide bunuh diri didefinisikan sebagai proses memikirkan, mempertimbangkan, atau merencanakan untuk melakukan bunuh diri.⁽²⁵⁻²⁷⁾

Penyebab timbulnya ide bunuh diri tersusun atas dua faktor yakni faktor eksternal serta faktor internal. Faktor eksternal mencakup faktor teknologi dan pendidikan, faktor pertemanan, faktor ekonomi, faktor keluarga, serta pengalaman hidup yang negatif. Faktor internal mencakup gaya hidup, perilaku menyimpang, faktor psikologi, faktor demografi, serta faktor biologis.⁽²⁸⁾

Faktor psikologis yang dapat memberikan peningkatan potensi ide unuh diri meliputi kecemasan, depresi, rasa putus asa, stres, riwayat bunuh diri sebelumnya, koping keagamaan yang negatif, mimpi buruk, gangguan tidur,

serta kesendirian. salah satu faktor internal yang paling berpengaruh dalam munculnya ide bunuh diri adalah depresi, depresi meningkatkan ide bunuh diri sebanyak 10,41 kali dengan *P-value* 0,001. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chen (2010), depresi tingkat tinggi menjadi sebuah faktor utama yang memberi pengaruh seseorang memiliki ide bunuh diri. Tak hanya hanya depresi tingkat tinggi saja yang berpotensi meningkatkan kemungkinan seseorang memiliki ide bunuh diri, tetapi juga depresi tingkat sedang menunjukkan hubungan positif dengan ide bunuh diri pada mahasiswa. ⁽²⁹⁾

Faktor lain yang berpengaruh dalam munculnya ide bunuh diri adalah stres akademik, penelitian yang dilakukan Okechukwu, dkk (2022) menemukan bahwa stres akademik berkorelasi positif dengan munculnya pemikiran bunuh diri pada mahasiswa.⁽³⁰⁾ Hasil ini didukung oleh penelitian Putra, dkk (2023) terdapat hubungan antara stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa yang signifikan dengan *P-value* 0.048 dengan mayoritas responden penelitian adalah mahasiswa tingkat satu 50,4% dan tingkat dua 49,6%, berusia 19 tahun 76.8% dan didominasi oleh gender perempuan 72,4%. ⁽³¹⁾

Hasil survei awal penelitian yang dilakukan peneliti kepada 24 mahasiswa di 15 fakultas Universitas Andalas yang memakai kuesioner *Perception of Academic Stres Scale* (PAS) dengan 18 item pertanyaan didapatkan 24 mahasiswa tersebut mengalami tekanan akademik dikarenakan tugas-tugas kuliah yang menumpuk, tidak bisa mengimbangi pembelajaran yang diberikan, sulitnya soal ujian yang diberikan dan harapan dari orangtua yang tidak wajar. Survei awal mengenai depresi menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stres Scale* version (DASS-21) dengan 7 item pertanyaan

didapatkan 21 mahasiswa dari 24 mengalami depresi, 2 orang mengalami depresi sangat berat, 2 orang mengalami depresi berat, 2 orang mengalami depresi sedang dan 12 orang mengalami depresi ringan. Hasil survey awal mengenai ide bunuh diri yang menggunakan kuesioner *Back Scale For Suicide Idetion* (BSS) didapatkan sebanyak 12 dari 24 mahasiswa memiliki ide bunuh diri.

1.2 Rumusan Masalah

Hasil studi literatur yang dilakukan mengungkapkan bahwa depresi dan stres akademik dapat meningkatkan munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa. Hasil studi awal yang dilakukan pada 24 mahasiswa didapatkan 24 mahasiswa Universitas Andalas mengalami stres akademik dan 18 mahasiswa mengalami depresi dan 12 mahasiswa memiliki ide bunuh diri. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian mengenai “Hubungan Depresi dan Stres Akademik dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Universitas Andalas Tahun 2024”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk melakukan analisis hubungan antara depresi dan stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa Universitas Andalas tahun 2024

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi distribusi frekuensi karakteristik responden pada mahasiswa Universitas Andalas Tahun 2024
2. Mengidentifikasi distribusi frekuensi ide bunuh pada mahasiswa Universitas Andalas Tahun 2024
3. Mengidentifikasi distribusi frekuensi depresi pada mahasiswa Universitas Andalas Tahun 2024

4. Mengidentifikasi distribusi frekuensi stres akademik pada mahasiswa Universitas Andalas Tahun 2024
5. Mengidentifikasi hubungan depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa Universitas Andalas Tahun 2024
6. Mengidentifikasi hubungan stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa Universitas Andalas Tahun 2024

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat berfungsi sebagai sumber informasi dan masukan tambahan mengenai hubungan antara depresi, stres akademik dan ide bunuh diri. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber belajar dan referensi bagi peneliti-peneliti selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Akademis

Manfaat akademis dari penelitian ini diharapkan agar hasilnya dapat dimanfaatkan sebagai materi pembelajaran bagi akademisi dan sebagai sumber informasi tentang hubungan antara depresi, stres akademik, dan ide bunuh diri pada mahasiswa Universitas Andalas

1.4.3 Manfaat

- 1) Bagi Universitas Andalas

Hasil penelitian ini bisa dipakai dalam mendeteksi risiko bunuh diri lebih awal, merancang program kesehatan mental yang menyesuaikan pada lingkungan akademik, memberikan peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kesehatan mental, serta membantu individu merencanakan tindakan pribadi untuk mengatasi masalah kesehatan mental.

2) Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan sebagai bahan literatur bacaan serta rujukan bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat serta untuk pengembangan ilmu kesehatan masyarakat mengenai depresi dan stres akademik pada ide bunuh diri pada mahasiswa Universitas Andalas.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang berharga, meningkatkan pemahaman, serta memberikan solusi bagi peneliti selanjutnya yang mempelajari hubungan stres akademik, depresi, serta ide bunuh diri pada mahasiswa Universitas Andalas.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan desain *cross sectional* dengan tujuan untuk melihat hubungan depresi dan stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa di Universitas Andalas tahun 2024. Dilakukan pada bulan Juli-Agustus 2024. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif S1 angkatan 2017-2023 sebanyak 28.488 mahasiswa. Penelitian dilakukan di 5 fakultas yang terdiri dari fakultas farmasi, kedokteran, teknik, matematika dan peternakan. Jumlah keseluruhan sampel pada penelitian ini sebanyak 70 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *non probability sampling* dengan metode *accidental sampling*. Variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah variabel independen yang terdiri dari depresi, stress akademik dan variabel dependen adalah ide bunuh diri.