

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa sangat mengkhawatirkan. Prevalensi ide bunuh diri di kalangan mahasiswa berkisar antara 1,3% hingga 32,7% di seluruh dunia (Chan & Ch'ng, 2022). Di Amerika Serikat, ditemukan 40.1% mahasiswa memiliki ide bunuh diri dan 26.7% mahasiswa pernah melakukan percobaan bunuh diri (Tubbs *et al.*, 2023). Data ini menunjukkan bahwa ide bunuh diri di kalangan mahasiswa merupakan masalah global yang memerlukan perhatian serius dan intervensi efektif.

Riset yang dilakukan di enam negara ASEAN, termasuk Indonesia ditemukan 22,7% mahasiswa memiliki ide bunuh diri dan 2,4% mencoba bunuh diri (Fitri *et al.*, 2023). Kasus bunuh diri di usia muda beberapa terjadi pada mahasiswa yang mana pada akhir tahun 2022 menjadi pemberitaan di beberapa media. Kasus bunuh diri tersebut antara lain di temukannya mahasiswa di Yogyakarta yang loncat dari lantai 11 (Rosa, 2022). Provinsi Sumatera Barat, Padang terdapat kasus seorang mahasiswa diduga bunuh diri dengan meminum racun pada 29 Agustus 2022 (Putra *et al.*, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa perlu adanya perhatian serius terhadap masalah bunuh diri.

Salah satu populasi yang memungkinkan terjadinya ide bunuh diri adalah mahasiswa. Mahasiswa dibebankan dengan banyak tugas akademik,

khususnya mahasiswa tingkat akhir yang harus menyelesaikan tugas akhir sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Emi Mulyati *et al.*, 2023). Hal ini yang menjadi salah satu faktor penyebab timbulnya ide bunuh diri pada mahasiswa. Beban akademik yang dirasakan oleh mahasiswa akan berubah menjadi stres akademik. Tahun terakhir kuliah sering dikaitkan dengan peningkatan tuntutan akademik, harapan yang lebih tinggi dari profesor dan keluarga, dan tekanan untuk mendapatkan pekerjaan setelah lulus (Ayu *et al.*, 2023). Dengan demikian, stres akademik merupakan masalah yang meluas di kalangan mahasiswa, terutama mereka yang berada di tahun terakhir studi.

Stres akademik yang berkepanjangan juga dapat berdampak negatif pada kesejahteraan fisik, emosional, dan mental mahasiswa. Stres akademik yang tidak terkendali dapat menghambat kemampuan belajar dan konsentrasi mahasiswa, serta berdampak negatif pada hasil akademik mereka (Fuadi *et al.*, 2023). Dampak lain dari stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir meliputi ketidakmampuan menyelesaikan tugas, hasil ujian yang kurang memuaskan, persaingan akademis antar mahasiswa, serta ketidakmampuan memenuhi ekspektasi orang tua (Karel & Reagen, 2022). Stres akademik juga dapat menyebabkan perubahan status gizi, masalah gastrointestinal, insomnia, dan penurunan prestasi belajar (Fiqih & Ratnawati, 2023). Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa dan institusi pendidikan untuk mengembangkan strategi efektif dalam mengelola dan mengurangi stres akademik.

Stres akademik yang dialami secara terus-menerus oleh mahasiswa akan mendorong kepada perilaku bunuh diri seperti membicarakan keinginan bunuh diri, membenci dan menghujat diri sendiri, serta mencari cara mematikan untuk bunuh diri (Karel & Reagen, 2022). Selain stres akademik, bunuh diri di kalangan mahasiswa juga dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks, seperti kontrol impuls yang buruk, kematian orang yang dicintai, bunuh diri di sekolah atau kelompok teman sebaya, kehilangan pacar, dipermalukan oleh anggota keluarga atau teman, riwayat percobaan bunuh diri dalam keluarga dan lain sebagainya (Mansur & Freska, 2024). Berdasarkan hal tersebut, jelas bahwa terdapat banyak faktor risiko yang dapat menyebabkan ide bunuh diri pada mahasiswa. \

Hasil penelitian yang dilakukan di Universitas Klabat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara hubungan stress akademik dengan perilaku ide bunuh diri pada mahasiswa (Karel & Reagen, 2022). Penelitian yang dilakukan di Universitas Andalas juga ditemukan bahwa ada hubungan signifikan antara depresi dan stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa (Putra *et al.*, 2023). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan di universitas Bangladesh yang menunjukkan bahwa tekanan akademis meningkatkan depresi di antara para mahasiswa, yang membuat mereka melakukan bunuh diri karena berada di bawah tekanan akademis (Urme *et al.*, 2022). Hasil-hasil penelitian ini menegaskan pentingnya upaya untuk mengelola stres akademik dan depresi di kalangan mahasiswa sebagai langkah pencegahan ide dan perilaku bunuh diri.

Kasus bunuh diri di Universitas Andalas mencakup seorang mahasiswi dari Jambi yang ditemukan gantung diri di rumah kos di Padang (Putra & Khairina, 2019). Pada tahun 2023, terjadi lagi kasus bunuh diri di salah satu fakultas dengan cara yang sama. Berdasarkan kejadian ini, peneliti memilih Universitas Andalas sebagai lokasi penelitian karena adanya kasus bunuh diri yang pernah terjadi. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 10 mahasiswa akhir didapatkan bahwa 8 dari 10 mahasiswa mengatakan mengalami stres akibat penyusunan skripsi dan 1 orang mengatakan pernah sekali memikirkan tentang bunuh diri.

Meskipun telah banyak penelitian yang menyoroti tentang bagaimana stres akademik mempengaruhi mahasiswa tingkat akhir dalam memikirkan ide bunuh diri, peneliti secara khusus ingin meneliti hubungan antara stres akademik dan ide bunuh diri pada mahasiswa akhir dengan populasi yang lebih besar. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada populasi mahasiswa umum, tanpa membedakan mahasiswa tingkat awal, tengah dan akhir.

Berdasarkan penjabaran diatas, peneliti menjadi tertarik untuk meneliti bagaimana stres akademik mempengaruhi ide bunuh diri pada mahasiswa akhir. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan dengan fokus khusus pada populasi mahasiswa akhir di Universitas Andalas.

## **B. Rumusan Masalah**

Perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa, khususnya ide bunuh diri, menjadi masalah serius di berbagai negara, termasuk Indonesia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres akademik, terutama pada mahasiswa tingkat akhir, merupakan faktor utama yang memicu ide bunuh diri. Stres ini disebabkan oleh beban akademik yang berat, seperti penyusunan skripsi, tekanan dari keluarga, dan tuntutan untuk segera lulus dan mendapatkan pekerjaan. Universitas Andalas sendiri, terdapat beberapa kasus bunuh diri yang menjadi latar belakang pemilihan lokasi penelitian ini. Berdasarkan studi pendahuluan, mayoritas mahasiswa akhir di Universitas Andalas mengalami stres akademik yang cukup tinggi, dan sebagian di antaranya pernah berpikir untuk bunuh diri.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu “Belum diketahui Hubungan Stres Akademik dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa Akhir di Universitas Andalas”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1) Tujuan Umum

Teranalisis hubungan antara stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa akhir di Universitas Andalas.

## 2) Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasi distribusi frekuensi ide bunuh diri pada mahasiswa akhir di Universitas Andalas.
- b. Teridentifikasi dan menyajikan distribusi frekuensi stres akademik pada mahasiswa akhir di Universitas Andalas.
- c. Tersimpulkan hubungan stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa akhir di Universitas Andalas.

## D. Manfaat Penelitian

### a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi ide bunuh diri pada mahasiswa, sehingga mahasiswa dapat mengetahui *coping* yang tepat untuk mencegah terjadinya perilaku bunuh diri pada mahasiswa.

### b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan bacaan dan menambah referensi perpustakaan dan penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai data yang mendukung atau bahan perbandingan penelitian selanjutnya.

### c. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan atau informasi bagi universitas andalas guna meminimalisir perilaku bunuh diri.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber pengetahuan bagi peneliti dan data dasar peneliti selanjutnya yang membahas tentang topik yang sama

