

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Masalah kesehatan mental merupakan salah satu isu yang mendapat perhatian serius secara global. Salah satu isu yang paling menonjol adalah ide bunuh diri, yaitu munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup. Menurut *World Health Organization* (WHO), setiap tahun terdapat lebih dari 700.000 orang di dunia meninggal akibat bunuh diri, dan jumlah orang yang mengalami ide bunuh diri diperkirakan jauh lebih besar. Data dari WHO juga menunjukkan bahwa bunuh diri kini menjadi penyebab kematian kedua pada kelompok usia produktif 15–29 tahun, yang mayoritas adalah mahasiswa atau individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi (WHO, 2021, 2023). Data dari *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC, 2022) menunjukkan bahwa hampir 46% individu yang meninggal karena bunuh diri memiliki diagnosis gangguan mood, terutama depresi, yang menegaskan eratnya hubungan antara depresi dengan ide bunuh diri.

Secara global, prevalensi ide bunuh diri pada populasi umum berada pada kisaran 9-10,6%, sementara prevalensi dalam 12 bulan terakhir mencapai 5,8% (Borges *et al.*, 2022). Hal ini menandakan hampir 1 dari 10 orang di dunia pernah mengalami ide bunuh diri atau pikiran untuk mengakhiri hidup. Temuan ini sejalan dengan hasil meta-analisis yang melibatkan mahasiswa kedokteran dari 47 negara, yang menunjukkan

prevalensi ide bunuh diri sebesar 11,1% (95% CI: 9,0–13,7%) (Rotenstein *et al.*, 2016). Penelitian lain di Jerman melaporkan angka yang hampir sama, yaitu 11,6% mahasiswa melaporkan adanya ide bunuh diri (Kuhn *et al.*, 2023). Konsistensi angka tersebut di berbagai penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran merupakan kelompok yang berisiko tinggi mengalami masalah kesehatan mental, terutama depresi dan ide bunuh diri.

Fenomena ide bunuh diri bukan hanya terjadi secara global, melainkan juga menjadi isu yang serius di kawasan Asia. Di Asia, prevalensi ide bunuh diri juga tinggi berkisar antara 7-20% pada remaja dan mahasiswa (Chen *et al.*, 2020). Menurut laporan *Asia Suicide Prevention Initiative* (ASPI, 2020), sekitar 60% kasus bunuh diri di dunia terjadi di Asia, dengan kawasan Asia Tenggara menyumbang sekitar 39% dari seluruh kematian akibat bunuh diri di dunia, dengan angka rata-rata 13,4 per 100.000 penduduk (WHO, 2019). Sebuah studi di Tiongkok menunjukkan prevalensi ide bunuh diri pada mahasiswa sebesar 7,5% (Li *et al.*, 2019), sedangkan penelitian di Korea Selatan melaporkan angka yang lebih tinggi, yakni sekitar 9–12% (Park *et al.*, 2020). Data ini memperlihatkan bahwa mahasiswa di Asia menghadapi beban kesehatan mental yang serius dan tidak bisa diabaikan.

Tekanan akademik, perubahan lingkungan sosial, serta keterbatasan dukungan emosional merupakan faktor yang sering berkontribusi terhadap munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup pada kelompok usia muda, termasuk mahasiswa (Jordans *et al.*, 2020). Penelitian lintas negara yang

dilakukan di enam negara ASEAN, yaitu Kamboja, Indonesia, Malaysia, Myanmar, Thailand, dan Vietnam terhadap 4.675 mahasiswa, menunjukkan bahwa sekitar 11,7% mahasiswa pernah memiliki ide bunuh diri (Pengpid & Peltzer, 2017). Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari satu dari sepuluh mahasiswa di kawasan ASEAN pernah mengalami pikiran untuk bunuh diri, menandakan adanya beban psikologis yang signifikan di kalangan mahasiswa. Tinjauan sistematis lain yang dilakukan oleh Rahman *et al.* (2022) terhadap berbagai penelitian di negara-negara Asia Tenggara melaporkan bahwa prevalensi ide bunuh diri pada mahasiswa berkisar antara 0,9% hingga 16,3% untuk prevalensi seumur hidup (lifetime), dan 3,9% hingga 8,7% untuk prevalensi dalam 12 bulan terakhir.

Ide bunuh diri (*suicidal ideation*) merupakan tahap awal dalam spektrum perilaku bunuh diri yang penting untuk diidentifikasi sejak dini. Menurut Beck, Steer, dan Ranieri (1988), ide bunuh diri dapat berupa pikiran pasif seperti keinginan untuk mati tanpa adanya rencana konkret, maupun pikiran aktif yang disertai rencana atau persiapan untuk mengakhiri hidup. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa ide bunuh diri memiliki beberapa dimensi penting, seperti frekuensi munculnya pikiran, intensitas dorongan untuk mati, durasi atau lamanya pikiran tersebut bertahan, serta tingkat kesiapan atau rencana yang dimiliki individu untuk melakukan tindakan bunuh diri (Joiner *et al.*, 2005; Nock *et al.*, 2008).

Dimensi ini membantu peneliti dan praktisi klinis menilai tingkat keparahan risiko bunuh diri pada seseorang.

Selanjutnya, ide bunuh diri dapat berkembang menjadi bentuk perilaku yang lebih nyata, seperti rencana bunuh diri (suicidal planning), percobaan bunuh diri (suicidal attempt), hingga tindakan bunuh diri yang selesai (completed suicide) apabila tidak ada intervensi yang memadai (*World Health Organization*, 2021). Oleh karena itu, penting untuk mengenali ide bunuh diri pada tahap awal agar dapat dilakukan pencegahan dan penanganan yang tepat.

Munculnya ide bunuh diri ini semakin kompleks apabila dikaitkan dengan status mahasiswa kedokteran sebagai perantau. Meskipun terdapat anggapan bahwa mahasiswa non-kedokteran juga memiliki tekanan akademik yang lebih tinggi, namun hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki prevalensi stres sedang hingga berat yang lebih tinggi dibanding mahasiswa non-kedokteran seperti meta-analisis global menemukan bahwa prevalensi kecemasan dan depresi di kalangan mahasiswa kedokteran jauh di atas rata-rata populasi mahasiswa umum (Quek et al., 2019)

Hal ini disebabkan oleh tingginya tuntutan akademik, lamanya masa studi, tekanan ujian, beban praktik klinik, serta ekspektasi dari keluarga dan masyarakat. Menurut penelitian Vidya (2024) kemunculan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau didapatkan ide bunuh diri sebanyak 3,8%.

Penelitian Rahayu *et al.*, (2021) menyatakan bahwa 68,4% mahasiswa yang tinggal di kos selama perkuliahan mengalami depresi berat.

Depresi merupakan gangguan mood yang ditandai dengan perasaan sedih yang terjadi terus menerus dalam jangka panjang yang dapat mengganggu kondisi fisik dan kehidupan sosial. Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian depresi tertinggi berada di kawasan Asia Tenggara yaitu sebanyak 86,94 (27%) dari 322 miliar individu. Indonesia sendiri berada di urutan ke-lima dengan kejadian depresi sebesar 3,7%. Depresi dianggap sebagai salah satu prediktor paling konsisten dari timbulnya ide bunuh diri. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa gejala-gejala seperti keputusasaan dan pikiran-pikiran kritis terhadap diri sendiri sangat berkaitan dengan munculnya ide bunuh diri (Riera-Serra *et al.*, 2024). Berdasarkan penelitian Jatmiko *et al.*, (2021), depresi termasuk faktor psikologis yang dapat menjadi penyebab ide bunuh diri. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Baiden *et Tadeo* (2020) yang menunjukkan bahwa depresi menjadi faktor risiko kedua terbesar untuk ide bunuh diri, dengan peningkatan risiko sebesar 10,54 kali (Jatmiko *et al.*, 2021).

Depresi pada mahasiswa kedokteran dipicu oleh stressor negatif yang tidak teratasi dalam jangka panjang sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari (Amaranggani *et al.*, 2021). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa, terutama mahasiswa kedokteran, memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres, kecemasan, dan depresi dibandingkan mahasiswa non-kedokteran. Dalam perguruan tinggi, mahasiswa kedokteran sangat rentan

memiliki ide dan perencanaan hingga upaya bunuh diri karena tuntutan akademik dan emosional yang tinggi yang melekat dalam proses pendidikan mereka sebagai mahasiswa kedokteran (Bergmann *et al.*, 2019).

Dalam penelitian Ashal *et al.*, (2022) dan Desalegn *et al.*, (2020) menjelaskan bahwa adanya kecenderungan kuat terhadap resiko bunuh diri di kalangan mahasiswa kedokteran sebesar 25,2% dan 21,4% yang mengindikasikan perlunya perhatian serius terhadap kesehatan mental mahasiswa di program studi kedokteran (Ashal *et al.*, 2022). Mahasiswa kedokteran juga secara signifikan memiliki prevalensi gejala depresi lebih tinggi, yang berkorelasi dengan meningkatnya ide bunuh diri (Dyrbye *et al.*, 2018).

Penelitian-penelitian terkini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa, hasilnya menunjukkan bahwa mahasiswa dengan depresi sedang hingga berat memiliki risiko tiga kali lipat lebih besar mengalami ide bunuh diri (Mortier *et al.*, 2021).

Namun, sebagian penelitian masih bersifat umum dan jarang menyoroti kelompok mahasiswa rantau, khususnya pada program studi kedokteran yang diketahui memiliki tingkat stress akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan program studi lain.

Berdasarkan hasil penelitian tentang perbedaan antara mahasiswa rantau dan lokal menunjukkan adanya perbedaan dalam aspek penyesuaian diri sehingga diperlukan kemampuan beradaptasi untuk menghadapi

situasi tersebut (Salsabilla, 2023). Kesulitan dalam beradaptasi seringkali menimbulkan respons emosional yang kompleks sehingga jika tidak dikontrol dengan baik dapat beresiko menimbulkan tindakan impulsif seperti bunuh diri (Adinda *et Prastuti*, 2021).

Penelitian terkini menunjukkan bahwa kemampuan penyesuaian sosiokultural memiliki peran penting terhadap kesehatan mental mahasiswa perantau. Studi oleh Šimkutė *et al.* (2022) pada mahasiswa yang menjalani pendidikan jauh dari daerah asalnya menemukan bahwa penyesuaian sosiokultural yang buruk merupakan prediktor signifikan munculnya gejala depresi, bahkan lebih kuat dibandingkan faktor dukungan sosial. Selain itu, mahasiswa perantau juga rentan mengalami stres akulturatif, yaitu stres yang muncul akibat kesulitan menyesuaikan diri dengan norma, nilai, dan budaya lingkungan baru. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa stres akulturatif pada mahasiswa perantau berkaitan dengan meningkatnya tingkat stres, kesepian, dan gangguan psikologis lainnya (Putri & Sari, 2021).

Kesulitan penyesuaian diri juga berdampak pada aspek akademik. Mahasiswa perantau harus menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran, tuntutan akademik, serta lingkungan sosial kampus secara bersamaan. Penelitian oleh Rahmadani *et al.* (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa perantau memiliki tingkat stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lokal, terutama pada tahun-tahun awal perkuliahan.

Pada mahasiswa program studi kedokteran, tantangan tersebut menjadi lebih kompleks. Pendidikan kedokteran dikenal memiliki beban akademik yang tinggi, jadwal yang padat, serta tuntutan pencapaian yang besar. Meta-analisis oleh Rotenstein et al. (2016) menunjukkan bahwa sekitar 27,2% mahasiswa kedokteran mengalami depresi dan 11,1% memiliki ide bunuh diri, yang menggambarkan tingginya kerentanan kesehatan mental pada populasi ini. Kombinasi antara tekanan akademik pendidikan kedokteran dan tuntutan penyesuaian diri sebagai mahasiswa perantau menjadikan kelompok ini semakin rentan mengalami depresi dan ide bunuh diri.

Untuk memperkuat dalam memahami fenomena yang akan diteliti, peneliti melakukan studi pendahuluan melalui wawancara terhadap 12 mahasiswa rantau kedokteran Universitas Andalas yang berasal dari berbagai macam daerah. Pertanyaan wawancara disusun dengan mengacu pada beberapa item dalam kuesioner *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) dan *Revised-Suicide Ideation Scale* (R-SIS).

Berdasarkan hasil wawancara, 9 dari 12 mahasiswa menyatakan mengalami kesulitan tidur, seperti sulit memulai tidur, sering terbangun di malam hari, atau tidur tidak nyenyak. Kemudian, 8 dari 12 mahasiswa mengungkapkan sering merasa lelah atau kehabisan energi meskipun aktivitas yang dilakukan tidak terlalu berat. Selain itu, 7 dari 12 mahasiswa menyatakan mengalami penurunan minat atau kesenangan terhadap aktivitas sehari-hari, terutama kegiatan nongkrong bersama

teman. Selanjutnya, 6 dari 12 mahasiswa menyampaikan sering merasa sedih, tertekan, atau murung dalam beberapa hari terakhir. 5 dari 12 mahasiswa mengaku mengalami kesulitan berkonsentrasi, terutama saat belajar atau mengikuti perkuliahan. Selanjutnya, sisanya yaitu 7 mahasiswa juga menyebutkan adanya perasaan kurang percaya diri terhadap kemampuan akademiknya.

Pada aspek ide bunuh diri, 6 dari 12 mahasiswa menyatakan pernah memiliki pikiran pasif terkait kematian, seperti keinginan untuk menghilang atau berharap dapat terbebas dari tekanan yang dirasakan. 3 dari 12 mahasiswa mengungkapkan bahwa pikiran tersebut muncul berulang dalam beberapa hari, namun tidak disertai dengan niat atau rencana untuk menyakiti diri sendiri. Sementara itu, 1 dari 12 mahasiswa menyatakan pernah terpikir untuk menyakiti diri, namun tidak pernah melakukan tindakan tersebut. Selanjutnya, 6 dari 12 mahasiswa yang bisa dikatan sebagian mahasiswa yang diwawancarai menyatakan bahwa pikiran-pikiran tersebut umumnya muncul saat mengalami kelelahan akademik, tekanan ujian, atau ketika merasa tidak memiliki tempat untuk berbagi cerita mengenai masalah yang dihadapi.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti merasa penting untuk mengetahui arah kekuatan hubungan antara gejala depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui hubungan antara

gejala depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan gejala depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran Universitas Andalas?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara gejala depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.

### **2. Tujuan Khusus**

1. Mengetahui skor rata-rata gejala depresi pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.
2. Mengetahui skor rata-rata ide bunuh diri pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.
3. Mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara gejala depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Bagi Peneliti**

Memberikan informasi mengenai hubungan gejala depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau di Program Studi Kedokteran Universitas Andalas.

## **2. Manfaat Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu acuan untuk referensi dan menambah pengetahuan tentang hubungan gejala depresi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau.

## **3. Manfaat Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya informasi bagi masyarakat, keluarga, dan mahasiswa terkait hubungan gejala depresi dengan ide bunuh diri dan diharapkan kedepannya dapat mencegah dan menekan gejala depresi serta munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa rantau sehingga tidak berkembang menjadi percobaan bunuh diri.

## **4. Manfaat Bagi Penelitian Selanjutnya**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dan referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai hubungan gejala depresi dengan ide bunuh diri, baik dengan memperluas variabel yang diteliti, menggunakan metode penelitian yang berbeda, maupun pada populasi mahasiswa dengan karakteristik yang lain.

