

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia tidak pernah luput dari permasalahan dalam kehidupan sehari-hari. Relasi dengan lingkungan, beban yang didapatkan dari tugas-tugas, serta kendala dalam pemenuhan kebutuhan merupakan gambaran umum dari permasalahan yang dialami individu. Masalah-masalah yang dialami tersebut bisa menyebabkan tekanan dan membuat individu mengalami stres. Tekanan-tekanan itu menimbulkan penderitaan yang terkadang membuat individu memilih untuk melakukan jalan pintas seperti pemikiran untuk bunuh diri yang dianggap mampu mengakhiri penderitaan dari permasalahan yang dihadapi (Pratiwi & Undarwati, 2014).

Kasus bunuh diri itu sendiri cukup mendapat perhatian dunia. Bunuh diri menjadi penyebab kematian nomor dua pada usia produktif antara 15-29 tahun dan 800.000 orang meninggal karena bunuh diri setiap tahunnya (WHO, 2016). Di Indonesia, kasus bunuh diri berada pada rasio 3.7 per 100.000 orang berdasarkan data WHO pada tahun 2016. Sedangkan menurut data BPS tahun 2015, terdapat setidaknya 812 kasus bunuh diri di Indonesia. Data ini merupakan angka dari kepolisian. Data lapangan kemungkinan bisa lebih banyak dari angka tersebut. Hal ini bisa disebabkan stigma yang melekat di masyarakat.

Menurut Ahmed, Hossain, Aftab, Soron, Alam, Chowdhury, dan Uddin (2017) mengemukakan bahwa di Asia Tenggara orang-orang yang mengalami gangguan mental dan bunuh diri mendapatkan stigma secara sosial dan budaya.

Stigma ini membuat individu sulit untuk mencari bantuan. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan penderita depresi di Indonesia berada pada prevalensi 6.1 dengan hanya 9% yang menjalani pengobatan medis. Hal ini bisa berkaitan dengan stigma masyarakat terkait dengan individu yang mengalami gangguan mental. Depresi dapat dikaitkan dengan perasaan putus asa, tidak berdaya, kurangnya dukungan sosial serta kemampuan coping ketika individu menghadapi kesulitan dan hal yang membuat stress (Ibrahim, Amit, & Suen, 2014). Depresi yang dibiarkan tanpa penanganan bisa berujung pada ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri (Oladele & Oladele, 2016).

Bunuh diri bukan merupakan suatu kejadian yang tiba-tiba. Ada serangkaian proses yang dilalui individu sebelum mencapai tindakan bunuh diri. Menurut *three step theory of suicide* yang dikemukakan Klonsky, May, & Saffer (2016) terdapat tiga tahapan yang menentukan munculnya bunuh diri. Pertama, berkembangnya ide bunuh diri. Ide bunuh diri merupakan suatu pikiran, pertimbangan, atau perencanaan untuk melakukan bunuh diri (Klonsky, dkk. 2016).

Menurut Klonsky, dkk (2016) ide bunuh diri dapat muncul karena adanya penderitaan (*pain*) dan keputusasaan (*hopelessness*). Penderitaan yang dimaksud adalah segala sesuatu yang mampu mengurangi keinginan untuk hidup. Salah satu hal yang bisa menimbulkan penderitaan pada individu ialah kondisi sakit fisik. Penelitian Radcliffe, Enns, Belik, dan Sareen (2008) mengemukakan adanya hubungan antara penyakit kronis dengan ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri. Selain itu, rasa sakit psikologis juga bisa memunculkan ide bunuh diri. Joiner

(2006) mengungkapkan bahwa sakit psikologis atau *psychological pain* dapat terjadi karena individu mengalami *perceived burdensomeness* atau mempersepsikan dirinya sebagai beban bagi orang lain ataupun lingkungannya. *Hopelessness* atau keputusasaan juga berkaitan dengan ide bunuh diri. McCall dan Black (2013) mengemukakan bahwa keputusasaan menjadi faktor resiko terhadap bunuh diri. Individu yang merasa tidak ada harapan akan masa depannya akan mempertimbangkan untuk melakukan bunuh diri (Klonsky, dkk., 2016)

Kedua, ide bunuh diri bisa menjadi kuat ketika penderitaan yang dirasakan individu lebih besar daripada keterhubungan (*connectedness*) individu tersebut dengan lingkungan sehingga berpotensi melakukan perilaku bunuh diri. Keterhubungan individu bisa mencakup hubungan dengan hal-hal yang membuat individu berkeinginan untuk melanjutkan hidup. Ketiga, perkembangan dari ide menjadi percobaan bunuh diri dimana individu yang telah memiliki ide bunuh diri yang kuat akan melakukan percobaan bunuh diri apabila telah memiliki atau mengembangkan kapasitas untuk melakukan bunuh diri. Yang, Tsai, Yang, Shia, Fuh, Wang, Peng, dan Huang (2012) mengemukakan adanya hubungan bunuh diri dengan pemberitaan media terkait kejadian tentang bunuh diri. Hal ini disebabkan karena adanya peniruan perilaku yang dilakukan individu terhadap metode untuk bunuh diri.

Bunuh diri dapat terjadi diberbagai kalangan. Kalangan masyarakat yang melakukan bunuh diri salah satunya yaitu kalangan mahasiswa. Penelitian Eskin, Sun, Abuidhail, Yoshimasu, Kujan, Janghorbani, Flood, Carta, Tran, Mechri, Hamdan, Poyrazli, Aidouidi, Bakhshi, Harlak, Moro, Nawafleh, Philips, Shaheen,

Taifour, Tsuno dan Voracek (2016) menemukan bahwa terdapat hampir 29% dari sampel mahasiswa yang berasal dari 12 negara memiliki ide bunuh diri dan 7% pernah melakukan percobaan bunuh diri. Sedangkan pada penelitian Peltzer, Yi, Pengpid (2017) pada mahasiswa di enam negara anggota ASEAN ditemukan bahwa sekitar 11,7% dari sampel memiliki ide bunuh diri dan 2,4% pernah mencoba untuk bunuh diri.

Ide bunuh diri juga bisa disebabkan berbagai hal. Menurut Santos, Marcon, Espinosa, Baptista, dan Paulo (2017) terdapat beberapa faktor yang diasosiasikan dengan ide bunuh diri pada mahasiswa, yaitu: tingkat sosioekonomi yang rendah, mahasiswa dengan orientasi seksual homoseksual dan biseksual, mahasiswa yang jarang beribadah, riwayat kasus percobaan bunuh diri yang terjadi pada keluarga ataupun teman, penggunaan alkohol, serta mahasiswa yang mengalami simtom depresi. Yang dan Clum (1994) yang meneliti mahasiswa Asia di Amerika menemukan bahwa kemampuan pemecahan masalah, dukungan sosial dan stres secara tidak langsung memiliki pengaruh yang signifikan terhadap gejala depresi yang mana berkaitan dengan ide bunuh diri. Selain itu, Wester, Ivers, Villalba, Trepal, Henson (2016) yang meneliti mahasiswa menemukan bahwa terdapat hubungan antara perilaku menyakiti diri sendiri dengan ide bunuh diri.

Benton, Robertson, Tseng, Newton, dan Benton (2003) menuliskan bahwa terjadi peningkatan tren permasalahan yang dialami mahasiswa selama satu dekade terakhir yaitu terkait dengan masalah perkembangan, depresi, kemampuan akademik, rasa berduka, penggunaan obat, stress atau kecemasan, masalah keluarga, masalah hubungan, masalah fisik, gangguan kepribadian, kekerasan



seksual. Xiao, Carney, Youn, Janis, Castonguay, Hayes, dan Locke (2017) juga mengungkapkan bahwa mahasiswa zaman sekarang mengalami krisis masalah kesehatan mental. Menurut Nock, Hwang, Sampson dan Kessler (2010) berpendapat bahwa gangguan mental menjadi salah satu faktor resiko untuk ide bunuh diri, percobaan bunuh diri hingga kematian akibat bunuh diri.

Untuk itu peneliti melakukan wawancara kepada mahasiswa untuk melihat mengenai fenomena ide bunuh diri di kalangan mahasiswa. Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa berinisial AA (21 tahun):

*“Saya dulu pernah rasanya ketika sekolah gitu kan, pernah dengar sahabat nabi gitu. Sahabat nabi ini karena meskipun dia sholeh gitu kan, kalau gak salah sahabat nabinya Umar bin Khatab pernah bilang gitu kan. Seandainya aku ini terlahir sebagai batu atau sebagai hewan, mungkin aku tidak merasakan beban sebagai manusia. Dan itu kata-kata tu terngiang sampai sekarang. Saya kadang juga terpikir seperti itu gitu”.*

Menurut Joiner (2005) salah satu hal yang membuat individu memiliki ide bunuh diri karena adanya perasaan terbebani dengan kehidupan yang dijalani sehingga merasa bahwa kematiannya akan menjadi lebih berharga dibanding kehidupannya. Beban yang dialami tidak akan menjadi masalah apabila bisa diatasi. Responden AA belum menunjukkan adanya ide bunuh diri secara terbuka namun memiliki kecemasan di masa yang akan datang apabila dirinya tidak mampu mengendalikan dirinya seperti pada wawancara berikut:

*“Tapi kadang juga ketika membuka hiburan misalnya media sosial gitu kan, di media sosial pun juga kadang terjadi juga misalnya teman media sosial tu yang memosting tentang dia ingin menyakiti dirinya sendiri gitu. Kadang saya terpikir juga seperti itu apakah saya akan seperti ini juga nanti gitu. Kalau saya tidak bisa, kalau misalnya saya di masa depan, kalau saya tidak punya kontrol diri mungkin apakah saya akan seperti ini juga nanti? kadang karena ada melihat teman di media sosial seperti itu kadang saya juga terpikir juga pada diri sendiri gitu”.*

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan mahasiswi berinisial AP (19 tahun):

*“Pertama di kuliah juga lagi panitia segala macam gitu, ya ada aja kegiatan jadinya sering menung-menung sendiri di kamar. I have suicidal thoughts, dapat obat-obat juga, obat cemas, obat tidur sama obat saraf ya.”*

Responden mengakui bahwa dirinya memiliki ide bunuh diri. Responden AP juga melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Hal tersebut juga terbukti pada wawancara berikut:

*“Silet-silet, cutting jari terus mencoba menabrakkan diri kendaraan lain”*

Ide bunuh diri dapat dimaknakan sebagai pesan untuk meminta bantuan (Pramana dan Puspitadewi, 2014). Pada penelitian Wasserman, Thanh, Minh, Goldstein, Nordenskiold, dan Wasserman (2008) melakukan penelitian kualitatif pada 19 remaja memperlihatkan bahwa lebih dari separuh responden menggunakan komunikasi tidak langsung sebagai pesan untuk melakukan percobaan bunuh diri dan hanya tiga yang menggunakan komunikasi bunuh diri secara langsung. Pada wawancara yang dilakukan pada 2 Agustus 2018, AP mengungkapkan bahwa ia mencari bantuan dengan melakukan konsultasi ke psikolog sebelum pergi ke psikiater untuk mendapat obat-obatan. AP didiagnosis terkena depresi sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian Oladele dan Oladele (2016) yang mengatakan bahwa depresi dapat menyebabkan ide hingga percobaan bunuh diri.

Individu yang tidak sampai pada tahap melakukan bunuh diri bisa disebabkan karena beberapa faktor protektif. Klonsky, dkk. menyebutkan bahwa keputusan dapat menimbulkan pemikiran untuk bunuh diri, maka pikiran

optimis terkait masa depan bisa meminimalisir hal tersebut. Hasil penelitian yang dilakukan Hirsch, Conner, & Duberstein (2007) menunjukkan bahwa rasa optimisme berhubungan negatif dengan ide bunuh diri.

Selain itu faktor keterhubungan dengan lingkungan seperti yang dikemukakan oleh Klonsky, dkk juga bisa menjadi faktor protektif untuk ide bunuh diri. Wong, Brownson, dan Schwing (2011) menyatakan bahwa tinggal bersama anggota keluarga atau pasangan serta memiliki afiliasi terhadap suatu agama berhubungan dengan rendahnya kemungkinan untuk memunculkan pikiran bunuh diri. Menurut Ploskonka dan Servaty-Seib (2015) bahwa *belongingness* atau rasa kepemilikan yang mana mencakup teman sebaya, institusi akademik memiliki hubungan yang negatif dengan ide bunuh diri, terutama *belongingness* pada keluarga yang memberikan kontribusi yang signifikan terhadap rendahnya tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa. Penelitian Harris dan Molock (2000) pada mahasiswa Afrika-Amerika menemukan bahwa kohesi keluarga dan dukungan keluarga memiliki hubungan yang berlawanan dengan depresi dan ide bunuh diri.

Pada wawancara yang dilakukan dengan AP juga ditemukan bahwa ada hal yang membuat AP mampu menekan atau mengurangi keinginan untuk bunuh diri seperti pada wawancara berikut:

*“Sekarang, Alhamdulillah. Emang gak nerusin pengobatan lagi, cuma somehow dari saya juga, disini ketemu orang orang baik. Sekarang juga lagi training barista. Ada alasan untuk I’m good at this, I can do this, walaupun gak mengubur sepenuhnya keinginan untuk bunuh diri, tapi it helps a lot.”*

Dari wawancara di atas terlihat bahwa AP menemukan hal yang mampu membuat dirinya berharga. Menurut penelitian yang dilakukan Chioqueta dan Stiles (2007)

pada mahasiswa mengungkapkan bahwa *self-esteem* atau harga diri dan persepsi terhadap dukungan sosial pada individu memiliki kontribusi secara signifikan terhadap rendahnya tingkat ide bunuh diri pada individu.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, terdapat adanya kecenderungan ide bunuh diri pada mahasiswa, namun tidak semuanya yang sampai pada tahap melakukan bunuh diri. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti “Gambaran Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa”. Peneliti ingin melihat lebih jauh seperti apa gambaran ide bunuh diri pada mahasiswa serta faktor protektif yang membuat individu tidak sampai melakukan tindakan bunuh diri.

## 1.2 Pertanyaan Penelitian

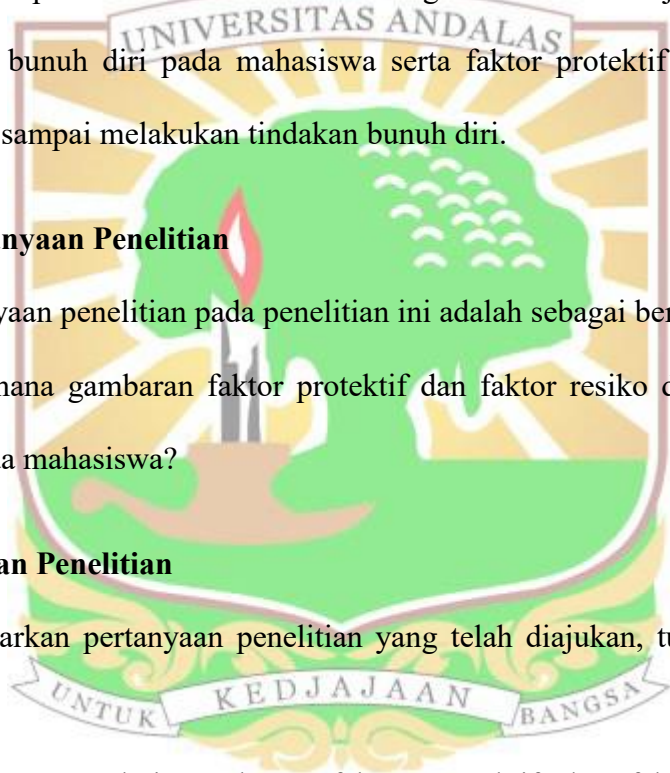
Pertanyaan penelitian pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagaimana gambaran faktor protektif dan faktor resiko dari tahapan ide bunuh diri pada mahasiswa?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian yang telah diajukan, tujuan penelitian ini ialah:

Untuk mengetahui gambaran faktor protektif dan faktor resiko dari tahapan ide bunuh diri pada mahasiswa.





## 1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat secara teoritis dan praktis, diantaranya:

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan mampu memberikan perkembangan pada bidang keilmuan psikologi dan menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti terkait dengan topik penelitian ini.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan manfaat praktis bagi beberapa pihak, yaitu:

#### a. Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan penjelasan mengenai ide bunuh diri beserta faktor protektif ide bunuh diri pada mahasiswa agar bisa terhindar dan terlepas dari perilaku menyakiti diri sendiri atau perilaku bunuh diri.

#### b. Universitas Andalas

Menjadi sumber informasi dan perhatian bagi pihak kampus mengenai berkembangnya ide bunuh diri pada mahasiswa sehingga bisa menjadi acuan untuk membuat kebijakan maupun program pencegahan.

## 1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

### BAB I : PENDAHULUAN

Pada bab ini terdapat uraian latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan penelitian.

## BAB II: LANDASAN TEORI

Pada bab ini berisi teori-teori yang digunakan sebagai dasar dalam penelitian, yaitu definisi ide bunuh diri, tahapan bunuh diri, faktor resiko bunuh diri, dan istilah-istilah perilaku bunuh diri.

## BAB III: METODE PENELITIAN

Pada bab ini berisi pemaparan mengenai metode penelitian yang menjelaskan tentang metode penelitian kualitatif, informan penelitian, metode pengambilan data, dan prosedur penelitian.

## BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan diuraikan mengenai hasil analisis data serta pembahasan temuan penelitian pada masing-masing partisipan. temuan penelitian nantinya berisikan deskripsi umum partisipan penelitian, tema-tema yang ditemukan, dinamika gambaran ide bunuh diri pada partisipan, dan pembahasan yang dihubungkan dengan penelitian sebelumnya serta teori-teori mengenai ide bunuh diri.

## BAB V: PENUTUP

Pada bab ini akan ditulis mengenai kesimpulan dari hasil penelitian beserta saran metodologis dan saran praktis untuk pihak-pihak yang terkait dengan penelitian.