



IDE DAN UPAYA BUNUH DIRI PADA MAHASISWA

Azmul Fuady Idham^{1✉}, M. Arief Sumantri², Puji Rahayu³

^{1,3}Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia

²Independent Researcher, Surabaya (60286), Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima
20 September 2019
Disetujui 21 Oktober
2019
Dipublikasikan
29 November 2019

Keywords:

Suicide Ideas;
Suicide Attempts;
College students

Abstrak

Agar suatu kematian bisa disebut dengan bunuh diri (*suicide*), maka harus disertai dengan adanya niat untuk bunuh diri (*suicide intent*). Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi fenomena "*suicide*" pada mahasiswa, dengan melihat tingkat kecenderungan ide dan upaya bunuh diri (*suicide ideation and attempt*) dalam pikiran mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, memakai skala *The Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R)* ($\alpha = 0.760$). Data yang terhimpun dianalisis dengan analisis deskriptif dan regresi. Hasil penelitian menunjukkan, sebanyak 36 dari 62 mahasiswa memiliki tingkat ide (*suicide ideation*) dan upaya (*suicide attempt*) bunuh diri yang tinggi. Usia dalam penelitian ini terbukti memengaruhi ide dan upaya untuk melakukan bunuh diri ($p = .018$).

Abstract

In order for a death to be called suicide, it must be accompanied by suicide intent. This study aims to explore the phenomenon of "suicide" in college students, by looking at the level of propensity for ideas and suicide attempts in their minds. This research uses a quantitative approach, using the scale of the Suicidal Behavior Questionnaire-Revised (SBQ-R) ($\alpha = 0.760$). Data collected were analyzed by descriptive and regression analysis. The results showed that 36 out of 62 students had high rates of ideas and suicide attempts. Age in this study was proven to influence ideas and attempts to commit suicide ($p = .018$).

PENDAHULUAN

Penetapan “*Pencegahan bunuh diri*” oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai tema hari Kesehatan Mental Sedunia bukanlah tanpa sebab yang *urgent*. Mengutip data dari WHO, salah satu narasumber dalam acara simposium dan lokakarya “*Working Together to Prevent Suicide*” menyampaikan bahwa bunuh diri telah menyebabkan kematian pada hampir 800.000 individu tiap harinya, artinya setiap 40 detik ada satu makhluk bumi yang meninggal karena bunuh diri, dan untuk tiap makhluk yang meninggal karena hal tersebut, diperkirakan sebanyak 25 individu lainnya mencoba melakukan tindakan bunuh diri (Nurchayanti, 2019).

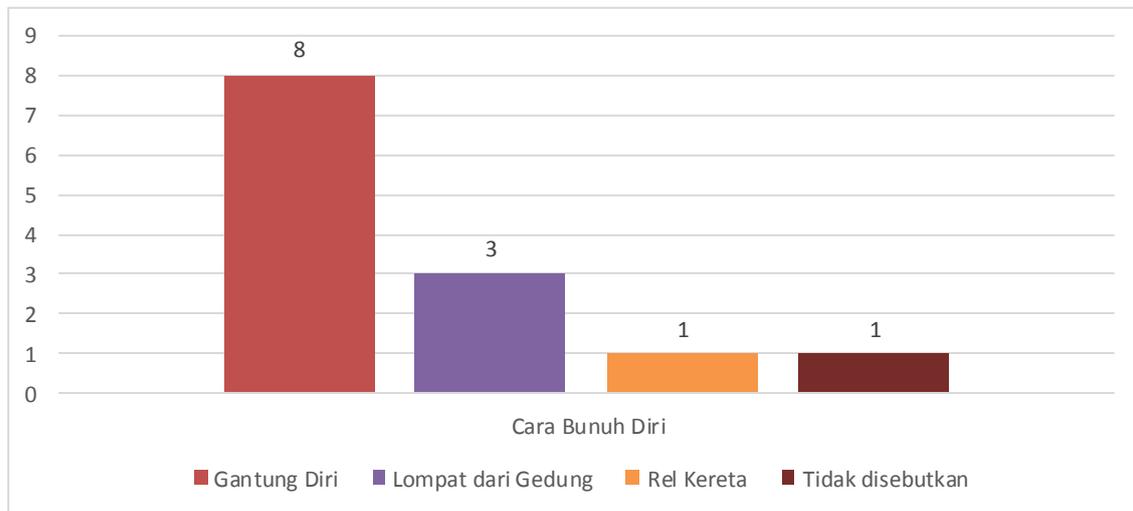
Istilah *suicide* atau dalam terjemahan bahasa Indonesia diartikan dengan “*bunuh diri*”, dalam sebuah literatur diperkenalkan pertama kali pada abad ke-17, berasal dari bahasa Latin *Sui* (diri sendiri) dan *Caedere* (untuk membunuh). Istilah tersebut diperkenalkan dalam buku yang berjudul *Religio Medici*, terbit pertama kali pada tahun 1643 oleh seorang *physician* sekaligus *philosopher* berkebangsaan Inggris bernama Sir Thomas Browne (De Leo, Burgis, Bertolote, Kerkhof, & Bille-Brahe, 2006). Istilah *suicide* mencerminkan perbedaan antara pembunuhan terhadap diri sendiri dan pembunuhan terhadap orang lain (Minois, 1999). *American Psychiatric Association* (APA) dalam *website* resminya mengartikan perilaku bunuh diri sebagai bentuk tindakan dari individu dengan cara membunuh dirinya sendiri dan paling sering terjadi diakibatkan oleh adanya tekanan depresi ataupun penyakit mental lainnya (APA, 2018). Secara global, bunuh diri (*suicide*) telah menjadi penyebab kematian nomor 2 di dunia dalam rentang usia 15 hingga 29 tahun di mana 79% dari bunuh diri terjadi pada negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2018).

Indonesia sendiri sebagai salah satu negara berkembang juga ikut terperosok dalam fenomena *suicide*. Data yang

terangkum dalam *website hallosehat.com* oleh Fenadania (2016) mencatatkan jumlah kasus bunuh diri ditahun 2005 angka mencapai 30.000 kasus, tahun 2010 sebanyak 5000 kasus, tahun 2012 sebanyak 10.000 kasus, dan 2013 sebanyak 840 kasus. Data-data tersebut diluar dari jumlah kasus bunuh diri yang tidak laporkan, dengan beberapa alasan semisal rasa malu ataupun untuk menjaga kehormatan dari pelaku bunuh diri. Kasus bunuh diri di Indonesia sendiri lebih banyak dilakukan dengan cara gantung diri, overdosis, atau menggunakan insektisida. Lebih lanjut berdasarkan gambar info grafik kasus bunuh diri, terlihat bahwa laki-laki 4 kali lebih banyak melakukan bunuh diri dibanding perempuan, sedangkan perempuan 4 kali lebih banyak melakukan percobaan bunuh diri dibanding laki-laki. Data dari info grafik juga memperlihatkan beberapa pemicu kasus bunuh diri, antara lain disebabkan oleh putus cinta, frustrasi ekonomi, keluarga tidak harmonis serta permasalahan pendidikan.

Tanggal 4 Oktober 2018, *citizen* dikagetkan oleh aksi seorang pemuda yang melakukan bunuh diri didepan halaman kampusnya, pemuda tersebut melompat dari ketinggian 22 meter dan diduga mengalami permasalahan mengenai perkuliahan (Kurniawan, 2018). Kasus bunuh diri pada mahasiswa tidak hanya sekali menimbulkan kehebohan dengan berbagai jenis motif. Berdasarkan data yang coba dihimpun peneliti mengenai bunuh diri pada mahasiswa dengan memanfaatkan situs berita *online*, menemukan sejumlah aksi bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa sepanjang tahun 2018, dimulai Bulan Januari hingga Oktober ditemukan sebanyak 11 kasus bunuh diri dan 2 percobaan bunuh diri. Dua kasus percobaan bunuh diri masing-masing dilakukan oleh laki-laki dan perempuan, sementara kasus bunuh diri dilakukan oleh 10 laki-laki dan seorang perempuan. Adapun untuk rentang usia, 6 individu berada pada rentang usia 20 hingga 22 tahun, 4 individu pada rentang usia 23

hingga 26 tahun, dan 2 individu tidak tertera. Sedangkan tata cara yang dipilih oleh para pelaku dapat terlihat pada tabel dibawah ini:



Bagan 1.
Cara Bunuh Diri

Percobaan bunuh diri (*suicide attempt*) dan bunuh diri (*suicide*) merupakan dua hal yang cukup berbeda namun memiliki hubungan yang kompleks; keduanya termasuk bagian dari *suicide intent* (niat bunuh diri). Perihal *suicide ideation* (ide bunuh diri), dan juga *suicide plan* (rencana bunuh diri); keduanya merupakan bagian dari *suicidality* atau biasa dikenal dengan istilah *suicidal behavior* (Chehil & Kutcher, 2012). Bridge, Goldstein, dan Brent (2006) berpendapat bahwa ide bunuh diri mengacu pada pikiran-pikiran tentang menyakiti atau membunuh diri sendiri. Salah satu ahli teori bunuh diri, Durkheim telah mengklasifikasikan jenis-jenis bunuh diri, yang terdiri dari *egoistic*, *anomic*, *altruistic*, & *fatalistic*. Selain itu dia juga berkeyakinan bahwa penyebab terbesar terjadinya bunuh diri (*suicide*) ialah akibat pengaruh dari integrasi sosial (Durkheim, 1987).

Perilaku bunuh diri (*suicidal behavior*) merupakan realitas sosial yang tentu saja menjadi salah satu fenomena yang wajib dialami. Melihat maraknya fenomena bunuh diri yang terjadi di kalangan

mahasiswa, maka penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi ide dan upaya (*ideation* dan *attempt*) bunuh diri pada mahasiswa. Pengukuran ide dan upaya bunuh diri bersifat lampau (*past*), artinya individu pernah berpikir/ berupaya untuk melakukan bunuh diri.

METODE

Tipe penelitian bersifat deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel memakai teknik *accidental sampling*. Responden terkumpul sebanyak 62 mahasiswa, berasal dari Fakultas Psikologi Universitas X di Kota Surabaya, dengan rentang usia 17 tahun keatas ($M= 22.27$; $SD= 3.795$). Skala penelitian menggunakan *The Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised* ($\alpha= 0.760$) dari Osman, Bagge, Gutierrez, Konick, Kopper, dan Barrios (2001). Skala SBQ-R digunakan dengan pertimbangan dapat dipakai untuk mengukur ide dan upaya (*ideation* dan *attempt*) bunuh diri yang pernah ingin dilakukan (*past suicidal behavior*) oleh mahasiswa.

HASIL

Tabel 1.
Demografi Responden

	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<i>Jenis Kelamin</i>	Male	9	14,5%
	Female	53	85,5%
<i>Total</i>		62	100%
<i>Rentang Usia</i>	17-19	11	17,8%
	20-22	22	35,5%
	23-25	22	35,5%
	26 Keatas	7	11,2%
<i>Total</i>		62	100%
<i>Relationship</i>	Memiliki Pasangan	15	24,2%
	Single	47	75,8%
<i>Total</i>		62	100%

Berdasarkan tabel analisis deskriptif, minimum 3,00 dan maksimum 16,00. diketahui untuk nilai rata-rata (*mean*) ide dan upaya bunuh diri sebesar 6,85, nilai tengah (*median*) sebesar 6,00, nilai *mode* 4,00, Pengelompokan kategorisasi menggunakan 2 kategori yaitu “Tinggi” dan “Rendah”.

Tabel 2.
Tingkat Ide dan Upaya Bunuh Diri

SBQR		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Val	Tinggi	36	58.1	58.1	58.1
id	Rendah	26	41.9	41.9	100.0
	Total	62	100.0	100.0	

Tabel di atas memperjelas bahwa lebih banyak dari total keseluruhan jumlah mahasiswa dengan tingkat kecenderungan ide dan upaya bunuh diri yang tinggi (58,1%) responden.

Tabel 3.
Ide dan Upaya Bunuh Diri ditinjau dari Demografi

	1	2	3	4
1. Ide & Upaya Bunuh Diri	-			
2. Usia	-.299*	-		
3. Jenis Kelamin	-0.32	-.055	-	
4. Relationship	-.116	.179	.330	-
Mean	6.85	22.27	1.85	1.24
Standard Deviation	3.303	3.795	.355	.432

$N= 62$, * $p < 0.05$, ** $p < 0,01$

Hasil analisis menunjukkan usia juga menunjukkan usia berpengaruh pada ide berkorelasi dengan ide dan upaya bunuh diri dan upaya bunuh diri ($\beta = -0.299$, $t = -2.426$, $p = 0.018$). Model regresi $p = .018 < .05$, $R^2 = 0.089$).

PEMBAHASAN

Hasil analisis tingkat kecenderungan ide dan upaya bunuh diri mahasiswa pada level 2 kategorisasi (Tinggi dan Rendah) menunjukkan 36 mahasiswa (58,1%) memiliki kecenderungan ide dan upaya bunuh diri yang tinggi. Pada beberapa individu terdapat jarak antara pikiran/ide bunuh diri terhadap tindakan bunuh diri. Ide bunuh diri biasanya telah dipikirkan terlebih dahulu dalam beberapa hari, minggu, ataupun tahun, tetapi pada beberapa individu mungkin tidak pernah memikirkannya sebelumnya, dengan kata lain sering terjadi secara impulsif (Woelandarie, 2017).

Meski masih sebatas ide, tetapi perlu untuk diperhatikan bahwa potensi untuk beralihnya menjadi bunuh diri (*suicide*) tetaplah menjanjikan. Hal ini dikarenakan individu telah memiliki pikiran untuk melakukan bunuh diri, yang sewaktu-waktu dapat kembali muncul dalam beberapa situasi dan memicu individu agar melakukan tindakan bunuh diri. Terlebih ide dan upaya untuk melakukan bunuh diri itu sendiri sering terjadi secara impulsif, maka tentu tidak mengherankan jika perilaku bunuh diri (*suicidal behavior*) juga dapat terjadi hanya dengan sedikit dorongan dari ide. Hadriami (2006) sendiri menyatakan bahwa tindakan bunuh diri akan selalu didahului oleh ide bunuh diri (*suicide ideation*). Sehingga, pencegahan dan penanganan yang serius sangat diperlukan, semisal gencar melakukan promosi dan edukasi pada mahasiswa perihal bunuh diri beserta dampak dari kesedihan yang akan ditimbulkan terhadap keluarga, sahabat, maupun orang-orang disekitarnya. Selain dukungan sosial (*social support*), literasi kesehatan mental (*mental health literacy*) juga menjadi *trend* wajib yang juga harus terus dipromosikan di lingkungan akademis, mengingat masih cukup maraknya mahasiswa di Indonesia yang cenderung masih memiliki tingkat *mental health literacy*

yang rendah (Idham, Rahayu, As-Sahih, Muhiddin, & Sumantri, 2019).

Hasil analisis regresi juga menunjukkan usia dapat memengaruhi ide dan upaya bunuh diri pada mahasiswa. Usia rata-rata mahasiswa dalam penelitian ini ialah 22 tahun, hal ini sejalan dengan hasil statistik dari Emory University tahun 2015 (Ermawati, Moediarso, & Soedarsono, 2018) yang melaporkan bunuh diri sangat rentan terjadi pada usia 18-24 tahun, bahkan ditemukan bahwa *suicide-related ideation* ditemukan lebih tinggi pada rentan usia 18-25 tahun. Selain usia, Penelitian King dan Merchant (2008) menunjukkan bahwa kesepian juga menjadi salah satu faktor interpersonal yang mengakibatkan resiko bunuh diri pada remaja. Hal tersebut juga dapat berlaku pada rentang usia lainnya, berdasarkan penelitian dari Kleiman dan Liu (2013) tentang faktor dukungan sosial terhadap bunuh diri (*suicide*). Brezo, Paris, dan Turecki (2005) juga menemukan bahwa ketidakberdayaan termasuk faktor yang paling berisiko.

Perihal bunuh diri, salah seorang ahli teori bunuh diri bernama Emile Durkheim meyakini bahwa kasus bunuh diri mesti dikaji dari pandangan struktur sosial dan masyarakat yang ada di suatu negara (Wirawan, 2012). Seperti yang dicontohkan dalam analisisnya tentang kasus bunuh diri, diyakini bahwa manusia bunuh diri bukanlah akibat dari penyakit jiwa, juga bukan akibat imitasi atau alkoholisme. Dari temuan yang didapatkan di lapangan, ternyata jumlah angka bunuh diri pada beberapa negara tertentu menunjukkan angka stabil (misalnya Prancis), dan pada negara dengan angka gangguan mental paling tinggi (Norwegia) justru tidak menunjukkan angka bunuh diri yang signifikan. Hal ini juga terlihat dari maraknya kasus bunuh diri yang terjadi di Indonesia yang justru diatas rata-rata bukan dilatarbelakangi oleh penyakit jiwa, melainkan karena adanya motif masalah sosial, entah permasalahan di bidang percintaan, pertemanan, keluarga, pekerjaan,

ataupun perkuliahan. Mengutip Suprato (Herlinda, 2017), dari aspek budaya juga bisa menjadi penyebab terjadinya bunuh diri, semisal kepercayaan terhadap pulung gantung di daerah Gunung Kidul. Kepercayaan yang berkembang di tengah kehidupan masyarakat ini sangat memungkinkan dapat mensugesti individu-individu yang sedang dilanda masalah untuk menempuh jalur bunuh diri.

Beberapa jenis bunuh diri yang telah diklasifikasikan Durkheim (1987; Wirawan, 2012) yaitu: (a) Bunuh diri *Egoistic*, adalah suatu tindak bunuh diri yang dilakukan seseorang karena merasa kepentingannya sendiri lebih besar daripada kepentingan kesatuan sosialnya. Seseorang yang tidak mampu memenuhi peranan yang diharapkan (*role expectation*) di dalam *role performance* (peranan dalam kehidupan sehari-hari), maka individu tersebut akan frustrasi dan melakukan bunuh diri; (b) Bunuh diri *Anomic*, bunuh diri yang terjadi ketika kekuatan regulasi masyarakat terganggu, di mana terjadi ketidakjelasan norma-norma yang mengatur cara berpikir, bertindak dan merasa pada anggota masyarakat. Menurut Durkheim, suatu keadaan anomik dapat dilihat dari indikator ekonomi maupun domestik. Analisis statistik yang dilakukan Durkheim memperlihatkan krisis ekonomi membuat individu kehilangan arah. Misalnya seseorang yang karena diberhentikan dari pekerjaannya kemudian memutuskan untuk bunuh diri; (c) Bunuh diri *Altruistic*, individu melakukan bunuh diri karena merasa dirinya sebagai beban dalam masyarakat; (d) Bunuh diri *Fatalisme*, adalah bunuh diri yang dilakukan karena rasa putus asa, tidak ada lagi semangat untuk melanjutkan hidup. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini hanya dikaitkan dengan beberapa variabel demografis, tidak dihubungkan secara mendalam dengan variabel-variabel psikologis lainnya.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 36 mahasiswa (58,1%) dari total 62 partisipan memiliki tingkat kecenderungan ide (*suicide ideation*) dan upaya (*suicide attempt*) bunuh diri yang tinggi. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa usia terbukti memengaruhi ide dan upaya bunuh diri pada mahasiswa ($p = 0.018$; $R^2 = .018$).

Peningkatan literasi kesehatan mental merupakan salah satu jalan untuk melakukan pencegahan dalam hal pengetahuan, keyakinan dan pengelolaan kesehatan mental, terutama pada mahasiswa untuk mencegah ide bunuh diri. Selain itu pada tahap penyembuhan, agar kampus menyediakan fasilitas yang lengkap atau menerapkan konseling sebaya pada mahasiswa untuk mengatasi dan melakukan deteksi dini gangguan mental yang beresiko dalam percobaan bunuh diri. Kemudian untuk peneliti selanjutnya agar menambahkan beberapa variabel demografis yang lebih beragam (misal: perbedaan keilmuan, suku, status ekonomi atau tingkat religiusitas) sebagai informasi tambahan dan sebagai dasar dalam melihat resiko ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri pada berbagai tingkatan.

DAFTAR PUSTAKA

- APA. (2018). *Suicide*. Retrieved from <https://www.apa.org/topics/suicide>.
- Brezo, J., Paris, J., & Turecki, G. (2006). Personality traits as correlates of suicidal ideation, suicide attempts, and suicide completions: A systematic review. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 113(3), 180-206.
- Bridge, J. A., Goldstein, T. R., & Brent, D. A. (2006). Adolescent suicide and suicidal behavior. *Journal of child psychology and psychiatry*, 47(3-4), 372-394.
- Chehil, S., & Kutcher, S. P. (2012). *Suicide risk management: A manual for health professionals*. Hoboken: John Wiley & Sons.

- De Leo, D., Burgis, S., Bertolote, J. M., Kerkhof, A. J., & Bille-Brahe, U. (2006). Definitions of suicidal behavior: Lessons learned from the WHO/EURO Multicentre Study. *Crisis*, 27(1), 4-15.
- Durkheim, E. (1987). *Suicide*. New York: The Free Press.
- Ermawati, Moediarso, & Soedarsono. (2018). Hubungan jenis kelamin, usia dan pekerjaan dengan kejadian asfiksia gantung diri di rsud dr soetomo tahun 2013-2016. *Indonesian Journal of Legal and Forensic Science*, 1, 12-30.
- Fenadania, R. (2016, 25 September). *Infografik: Data Kasus Bunuh Diri di Indonesia*. Retrieved from <https://hellosehat.com/hidup-sehat/psikologi/bunuh-diri-di-indonesia/>
- Hadriami, E. (2006). Pemaafan dalam konseling. *Jurnal Psikodimensia*, 5(1), 97-108.
- Herlinda, W. D. (2017, 24 Agustus). *Mengungkap fenomena bunuh diri dari kaca mata sosiologis*. Retrieved from <https://kabar24.bisnis.com/read/20170824/79/683394/mengungkap-fenomena-bunuh-diri-dari-kaca-mata-sosiologis>.
- Idham, A. F., Rahayu, P., As-Sahih, A. A., Muhiddin, S., Sumantri, M. A. (2019). Trend literasi kesehatan mental. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 12 – 20.
- King, C. A., & Merchant, C.R. (2008). Social and interpersonal factors relating to adolescent suicidality: a review of the literature. *Archives of Suicide Research*, 12(3), 181-196.
- Kleiman, E. M., & Liu, R. T. (2013). Social support as a protective factor in suicide: Finding from two nationally representative samples. *Journal of Affective Disorders*, 150(2), 540-545.
- Kurniawan, H. (2018, 04 Oktober). *Lompat dari Ketinggian 22 Meter, Mahasiswa Binus Tewas di Kampus*. Retrieved from <https://metro.sindonews.com/read/1343679/170/lompat-dari-ketinggian-22-meter-mahasiswa-binus-tewas-di-kampus-1538658028>.
- Minois, G. (1999). *History of suicide: Voluntary death in western culture*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Nurchayanti, C. A. (2019, 11 September). *Surabaya Suicide Update: Dalam 40 Detik ada Satu Orang yang Bunuh Diri*. Retrieved from <https://jatim.tribunnews.com/2019/09/05/surabaya-suicide-update-dalam-40-detik-ada-satu-orang-yang-bunuh-diri>
- Osman, A., Bagge, C. L., Gutierrez, P. M., Konick, L. C., Kopper, B. A., & Barrios, F. X. (2001). The suicidal behaviors questionnaire-revised (SBQ-R): validation with clinical and nonclinical samples. *Assessment*, 8(4), 443-454.
- WHO. (2018, 24 Agustus). *Suicide*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>.
- Wirawan. I.B. (2012). *Teori-teori tiga paradigma*. Jakarta: Prenadamedia group.
- Woelandarie, A. M. (2017). *Faktor yang mempengaruhi percobaan bunuh diri pada santri di pesantren x, Bogor* (Published Bachelor's Thesis, Faculty of Medicine and Health Sciences, UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, Indonesia. Retrieved from <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/37397/1/ALYA%20MASINTA%20WOELANDARIE-FKIK.pdf>