

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Bunuh diri merupakan masalah yang mengkhawatirkan dan krusial untuk ditanggulangi di seluruh belahan dunia. Menurut *World Health Organization*, kematian yang diakibatkan oleh bunuh diri setiap 40 detik memakan hampir 800.000 korban setiap harinya (Idham *et al.*, 2019). Dari kematian-kematian tersebut, diperkirakan terdapat 25 orang lainnya yang melakukan percobaan bunuh diri (Nurchayanti, 2019). Per September 2024, Data Pusat Informasi Kriminal Nasional Kepolisian RI telah mendokumentasikan setidaknya 1.000 kematian akibat bunuh diri (Yandwiputra, 2024). Indonesia sendiri berada pada urutan kedelapan dalam tingkat bunuh diri di antara negara-negara di Asia Tenggara.

Bunuh diri menjadi penyebab utama kematian pada mahasiswa (Sullivan *et al.*, 2015). Sebanyak 2.112 mahasiswa (4,2%) melaporkan pernah melakukan percobaan bunuh diri. 0,4% di antaranya mengaku pernah melakukan percobaan bunuh diri dalam kurun setahun terakhir (Sivertsen *et al.*, 2019). Penelitian oleh Peltzer *et al.* (2017) menemukan sejumlah 2,4% mahasiswa di Indonesia pernah melakukan percobaan bunuh diri.

Umumnya, tindakan bunuh diri tidak terjadi secara spontan, namun didahului oleh pemikiran untuk mengakhiri hidup atau yang dikenal juga sebagai ide bunuh diri. Ide bunuh diri mencakup pemikiran, pertimbangan, ataupun perencanaan untuk melakukan bunuh diri (Klonsky *et al.*, 2016). Menurut Klonsky *et al.* (2016), bunuh diri diawali dengan pengembangan ide bunuh diri, dilanjutkan dengan pemikiran bunuh diri yang kuat sampai akhirnya berkembang menjadi upaya bunuh diri. Penting untuk mengurangi risiko ide

bunuh diri agar pemikiran awal yang melandasi tindakan bunuh diri dapat dihilangkan.

Hasil dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Adinda dan Prastuti (2021) menemukan bahwa 136 mahasiswa memiliki pemikiran bunuh diri pada tingkat sedang. Yang dimaksud dengan pemikiran bunuh diri tingkat sedang adalah ketidakmampuan seseorang untuk bercerita mengenai rasa sakit yang ia alami kepada orang yang berhubungan dengannya. Temuan lain dari penelitian oleh Atqiya & Coralia (2023) mengungkapkan bahwa sebanyak 61 mahasiswa di Kota Bandung berisiko rendah untuk memiliki ide bunuh diri. 24 responden dalam penelitian yang sama berisiko sedang untuk memiliki ide bunuh diri, sedangkan 4 responden lainnya memiliki risiko tinggi. Pada riset yang dilakukan oleh Peltzer *et al.* (2016) di enam negara ASEAN, sekitar 22,4% mahasiswa Indonesia dilaporkan memiliki ide bunuh diri. Beberapa data empiris tersebut kembali menegaskan maraknya fenomena bunuh diri yang terjadi, khususnya pada kalangan mahasiswa yang harus segera ditangani.

Mahasiswa berada pada masa *emerging adulthood*, sebuah masa peralihan dari fase remaja menuju fase dewasa awal yang dimulai dari usia 18-25 tahun (Arnett, 2000). Pada masa ini, individu dalam masa *emerging adulthood* berhadapan dengan berbagai tantangan dan pengalaman baru tanpa pengetahuan sebelumnya dan sebagian besar mungkin tanpa panduan yang layak (Kaligis *et al.*, 2021). Karena perubahan-perubahan yang terjadi, banyak hal yang dapat menjadi tantangan pada anak muda secara psikologis. Ketika mereka menghadapi kesulitan, hal tersebut dapat berdampak kepada kesehatan mental mereka (Kaligis *et al.*, 2021).

Dalam penelitian yang dilangsungkan oleh Rodriguez dan Huertas (2013) pada mahasiswa di Puerto Rico, mahasiswa menganggap universitas sebagai tempat yang membangkitkan kompetisi yang secara langsung maupun tidak langsung menghalangi mahasiswa untuk menunjukkan kelemahannya. Kultur kompetisi tersebut dapat memunculkan stres dan kecemasan. Stres

akademik menjadi faktor yang mampu meningkatkan risiko kemunculan ide bunuh diri (Lalenoh *et al.* 2021). Beban kerja, ujian, dan tuntutan untuk berhasil dapat menyebabkan mahasiswa merasa kewalahan. Selain itu, mahasiswa dengan tingkat kecemasan dan kesadaran diri yang tinggi melaporkan peningkatan ide bunuh diri (Miranda *et al.*, 2024). Religiusitas, penggunaan alkohol, riwayat bunuh diri dalam keluarga, dan orientasi seksual turut menjadi faktor ide bunuh diri pada mahasiswa. Pada aspek hubungan interpersonal, dukungan sosial, dukungan keluarga, serta *social connectedness* berkontribusi terhadap kemunculan ide bunuh diri pada seseorang (Reyes *et al.*, 2020; Pajarsari & Wilani, 2020; Stone *et al.*, 2015). Masalah kesehatan mental seperti gangguan kecemasan dan gejala depresi juga memiliki hubungan yang kuat dengan ide bunuh diri (Santos *et al.*, 2017).

Beberapa peneliti telah mengembangkan berbagai gagasan mengenai ide bunuh diri menggunakan berbagai *framework* yang berbeda, salah satunya adalah Thomas Joiner dengan Teori Interpersonal yang ia terbitkan dalam buku *Why People Die by Suicide*. Dalam teorinya, Joiner (2005) berpendapat bahwa ide bunuh diri muncul karena dua faktor utama, yakni *perceived burdensomeness* dan *thwarted belongingness*. *Perceived burdensomeness* didefinisikan sebagai persepsi seseorang bahwa dirinya menjadi beban bagi orang lain. Perasaan tersebut seringkali menimbulkan pemikiran “akan lebih baik jika saya menghilang dari dunia.”

Thwarted belongingness secara harfiah berarti kegagalan rasa memiliki. Keadaan ini muncul ketika seseorang gagal untuk memenuhi kebutuhannya untuk terhubung dengan orang lain sehingga ia merasa terasingkan oleh lingkungan sosialnya. Selain itu, Klonsky dan May (2015) menyebutkan dalam teorinya bahwa keterhubungan (*connectedness*) berkontribusi dalam faktor-faktor yang memunculkan ide bunuh diri. Mahasiswa berada pada masa dewasa awal dengan tugas perkembangan membangun hubungan dekat dengan orang lain (Papalia *et al.*, 2009).

Menurut Erikson (1963), fase yang dilalui pada masa dewasa awal adalah keintiman vs isolasi. Jika seseorang tidak mampu memenuhi kebutuhan intimasi, maka orang tersebut akan merasakan keterasingan. Individu pada masa dewasa awal yang memiliki kesadaran diri yang kuat telah siap untuk berhubungan dekat dengan orang lain (Papalia et al., 2009).

Kebutuhan akan intimasi pada masa dewasa awal berhubungan dengan *social connectedness* atau yang diterjemahkan secara harfiah sebagai keterhubungan sosial. Orang dengan tingkat *social connectedness* yang tinggi cenderung merasakan kedekatan dengan orang lain, berpartisipasi di dalam kelompok sosial, dan dapat bergaul dengan orang lain (Lee et al., dalam Malaquias et al., 2014). Rendahnya tingkat *social connectedness* meningkatkan risiko kecemasan, depresi, dan tingkat *self-esteem* yang rendah. Jika dibandingkan dengan faktor protektif lain akan ide bunuh diri yang berbentuk hubungan interpersonal seperti dukungan sosial, *social connectedness* memiliki hubungan yang lebih besar dengan ide bunuh diri (Reyes et al., 2020) sehingga variabel *social connectedness* dipilih menjadi fokus pada penelitian ini.

Mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Cui et al. (2022) responden yang memiliki ide bunuh diri dan pernah melakukan percobaan bunuh diri menunjukkan tingkat *perceived social connectedness* yang lebih rendah dan fungsi eksekutif yang lebih buruk daripada responden *non-suicidal* dan sehat. *Social connectedness* memiliki korelasi negatif yang kuat dengan ide bunuh diri yang mengimplikasikan peningkatan *social connectedness* dapat mengurangi risiko munculnya ide bunuh diri (Yeschin, 2024). Dengan kata lain, tingkat *social connectedness* yang adekuat dapat mengurangi risiko ide bunuh diri pada mahasiswa.

Berkebalikan dari *social connectedness* yang dapat memberikan faktor proteksi terhadap ide bunuh diri, gejala depresi menjadi faktor determinan paling signifikan dalam memprediksi ide bunuh diri. Dibandingkan dengan penggunaan alkohol dan keputusan yang juga berkontribusi terhadap

pengembangan ide bunuh diri, gejala depresi menjadi faktor yang paling determinan dalam mempengaruhi ide bunuh diri pada mahasiswa (Lamis *et al.*, 2016). Gejala depresi juga termasuk prediktor ide bunuh diri terkuat di samping faktor lain seperti riwayat bunuh diri pada keluarga dan orientasi seksual (Santos *et al.*, 2017). Keberadaan gejala depresi menjadi hal yang penting karena pada mahasiswa yang mengalami gejala depresi, 21% di antaranya menyatakan keinginan untuk mengakhiri hidup dalam 30 hari terakhir. Hal ini menjadikan gejala depresi sebagai variabel yang paling kuat hubungannya dengan ide bunuh diri pada mahasiswa (Santos *et al.*, 2017).

Penelitian-penelitian terdahulu membuktikan depresi sebagai faktor risiko dari bunuh diri (Ribeiro *et al.*, 2018; Bradvik, 2018). Masalah tidak terselesaikan yang kemudian menimbulkan stres dan depresi mengakibatkan meningkatnya angka kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa (Wusqa & Novitayani, 2022). Peningkatan depresi juga mengarah pada meningkatnya ide bunuh diri pada mahasiswa (Mustafa *et al.*, 2013).

Berdasarkan data Riskedas (2018) 6,1% masyarakat Indonesia usia ≥ 15 tahun mengalami depresi dan hanya 9% penderita depresi yang mendapatkan perawatan medis. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 melaporkan kelompok usia 15-24 tahun sebagai kelompok dengan gangguan depresi tertinggi, yaitu sebesar 2%. Daerah dengan prevalensi gangguan depresi ditempati oleh Provinsi Jawa Barat. Berdasarkan temuan yang juga tercantum dalam SKI 2023, responden yang mengalami gangguan depresi memiliki proporsi lebih besar untuk memiliki ide bunuh diri dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami gangguan depresi. 61% responden usia 15-24 tahun mengaku pernah berpikir untuk mengakhiri hidup, sedangkan hanya 1,7% di antaranya yang memiliki ide bunuh diri tanpa mengalami gangguan depresi. Data empiris di atas menunjukkan bahwa depresi bersifat determinan dalam kemunculan ide bunuh diri.

Gejala depresi yang dialami mahasiswa menjadi fokus utama dalam penelitian ini dibandingkan depresi. Penekanan ini diperlukan karena gejala depresi masih memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan mental dan perilaku mahasiswa, termasuk pembentukan ide bunuh diri meskipun gejala tersebut mungkin belum berkembang sampai pada tahap yang memerlukan diagnosis dari pihak profesional.

Terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang telah menunjukkan hubungan antara gejala depresi dan ide bunuh diri. Berdasarkan hasil penelitian oleh Riziana *et al.* (2023), gejala depresi memiliki hubungan yang signifikan dengan ide bunuh diri. Responden yang mengalami gejala depresi sedang berisiko 4,22 kali lebih besar untuk berpikir untuk mengakhiri hidupnya ketimbang responden yang tidak mengalami gejala depresi. Sementara itu, responden yang mengalami gejala depresi berat berisiko 26,59 kali lebih besar untuk berpikir untuk mengakhiri hidupnya ketimbang responden yang tidak mengalami gejala depresi. Depresi dan ide bunuh diri memiliki korelasi positif di mana semakin rendah tingkat depresi semakin rendah pula ide bunuh diri pada dewasa awal (Omnia *et al.*, 2023).

Selain berhubungan dengan ide bunuh diri, depresi secara konsisten menunjukkan korelasi negatif dengan *social connectedness* pada berbagai penelitian (Malaquias *et al.*, 2014; Baumgratner *et al.*, 2023; Humphrey *et al.*, 2022). Ketika *social connectedness* meningkat, gejala depresi akan berkurang (Hameed *et al.*, 2023). *Social connectedness* memiliki hubungan lebih kuat dengan gejala depresi dibandingkan kecemasan (Yeschin, 2024). Dapat dikatakan tingginya tingkat *connectedness* dapat mengurangi probabilitas munculnya ide bunuh diri karena mereka dapat lebih mudah mencari pertolongan kepada orang tua atau keluarganya (Nguyen *et al.*, 2021). Tingkat *family connectedness* yang tinggi diasosiasikan dengan tingkat depresi yang lebih rendah pada laki-laki dibanding perempuan (Arango *et al.*, 2019). *Family connectedness* menjadi faktor protektif dari ide dan perilaku bunuh diri

(Resnick et al. dalam Arango et al., 2019) serta memprediksi lebih sedikit gejala depresi pada anak muda (Borowsky et al. dalam Arango et al., 2019). *School connectedness* juga menjadi faktor protektif dari ide bunuh diri dan depresi (Arango et al., 2019). Anak dengan tingkat *school connectedness* yang tinggi akan merasa lebih nyaman untuk meminta bantuan pada pihak sekolah ketika ia merasa kesulitan atau tidak aman di lingkungan sekolah. Tingkat *community connectedness* yang tinggi juga diasosiasikan dengan tingkat ide bunuh diri yang lebih rendah (Arango et al., 2019).

Sudah cukup banyak penelitian yang membahas hubungan antara *social connectedness*, ide bunuh diri, dan gejala depresi. Akan tetapi, penulis belum menemukan penelitian yang mengaitkan tiga variabel ini secara bersamaan. Sebagian besar penelitian yang penulis temukan menggunakan variabel depresi, bukan gejala depresi. Selain itu, penulis belum menemukan penelitian yang membahas mengenai apakah tingkat gejala depresi dapat menjadi jembatan pengaruh *social connectedness* terhadap ide bunuh diri.

Alasan lain yang membuat penulis beranggapan bahwa penelitian ini penting untuk dilangsungkan adalah karena penulis belum menemukan penelitian terkait gejala depresi, ide bunuh diri, dan *social connectedness* dengan fokus subjek mahasiswa. Kebanyakan penelitian mengenai hubungan antara ide bunuh diri dan *social connectedness* yang penulis temukan menggunakan remaja sebagai subjeknya, seperti penelitian oleh He et al. (2015) tentang hubungan antara *connectedness* dan ide bunuh diri pada remaja yang terlibat dalam masalah kesejahteraan anak, *connectedness* pada remaja yang rentan secara sosial oleh Foster et al. (2017), juga pencegahan bunuh diri dan *connectedness* pada remaja oleh Whitlock et al. (2014). Untuk mengisi *gap* penelitian tersebut, penulis tertarik untuk meneliti tentang pengaruh *social connectedness* terhadap ide bunuh diri yang dimediasi oleh gejala depresi pada mahasiswa di Kota Bandung.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis jabarkan sebelumnya, pertanyaan dari penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *social connectedness* terhadap ide bunuh diri yang dimediasi oleh gejala depresi pada mahasiswa di Kota Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *social connectedness* terhadap ide bunuh diri yang dimediasi oleh gejala depresi pada mahasiswa di Kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis:

- a. Memperdalam kajian bunuh diri yang terjadi pada kalangan mahasiswa dalam perspektif psikologi
- b. Memperkaya literatur mengenai topik bunuh diri dan faktor-faktor yang mempengaruhinya
- c. Mengisi gap penelitian mengenai pengaruh *social connectedness* terhadap ide bunuh diri yang dimediasi oleh gejala depresi
- d. Menjadi masukan untuk pengembangan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis:

- a. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai faktor penyebab dan pelindung dari ide bunuh diri yang kerap terjadi di kalangan mahasiswa
- b. Bagi institut pendidikan, penelitian ini dapat menjadi referensi dalam pengembangan program intervensi bunuh diri di kampus yang dapat diberikan pada mahasiswa
- c. Bagi tenaga profesional yang bergerak di bidang kesehatan mental, penelitian ini dapat menjadi acuan dalam melakukan asesmen dan intervensi

- d. Bagi masyarakat umum, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya isu ide bunuh diri.