

**FENOMENA PERCOBAAN BUNUH DIRI SEBAGAI SOLUSI
MENGATASI PROBLEM SESAAT DI KALANGAN
MAHASISWI**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk
Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

REVIANA INTAN SARI

NIM: 1817101035

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Reviana Intan Sari
NIM : 1817101035
Jenjang : S1
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Judul Skripsi : Fenomena Percobaan Bunuh Diri Sebagai Solusi Mengatasi Problem Sesaat di Kalangan Mahasiswi

Menyatakan bahwa secara keseluruhan skripsi ini adalah hasil atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian tertentu yang digunakan sebagai bahan rujukan sumber penelitian.

Demikian pernyataan ini, apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan, maka saya siap mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 8 Januari 2024

Yang Menyatakan,



Reviana Intan Sari

NIM: 1817101035



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul


**FENOMENA PERCOBAAN BUNUH DIRI SEBAGAI SOLUSI
MENGATASI PROBLEM SESAAT DI KALANGAN MAHASISWI**

Yang disusun oleh Reviana Intan Sari NIM. 1817101035 Program Studi Bimbingan Konseling Islam Jurusan Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifudin Zuhri, telah diujikan pada hari Senin tanggal 15 Januari 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial dalam Bimbingan dan Konseling oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

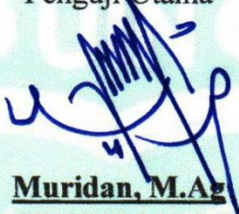
Ketua Sidang/Pembimbing

Sekretaris Sidang/Penguji II


Dr. Kholil Lur Rochman, S.Ag., M.S.I
NIP. 19791003 200901 1 013


Siti Nurmahyati M.S.I
NIP.

Penguji Utama


Muridan, M.Ag
NIP. 19740718 200501 1 006

Mengesahkan,

Purwokerto, 18 Januari 2024

Dekan,


Dr. Muskinul Fuad, M.Ag
NIP. 19741226 200003 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
di Purwokerto

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari dari:

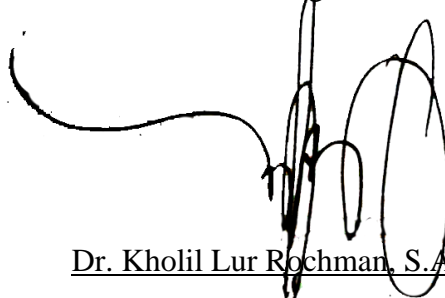
Nama : Reviana Intan Sari
NIM : 1817101035
Jenjang : S1
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Fenomena Percobaan Bunuh Diri Sebagai Solusi Mengatasi Problem Sesaat di Kalangan Mahasiswi

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut dapat diujikan kepada Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diuji dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Purwokerto, 8 Januari 2024

Dosen Pembimbing,



Dr. Kholil Lur Rochman, S.Ag., M. S. I

NIP. 19791005 2009001 1013

FENOMENA PERCOBAAN BUNUH DIRI SEBAGAI SOLUSI MENGATASI PROBLEM SESAAT DIKALANGAN MAHASISWI

Reviana Intan Sari

NIM. 1817101035

Bimbingan dan Konseling Islam. E-mail: revianaintans@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena percobaan bunuh diri di kalangan mahasiswi menjadi perhatian serius dalam konteks mengatasi masalah sesaat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab, dinamika psikologis, dan gambaran pemilihan bunuh diri sebagai solusi di kalangan mahasiswi. Dari tiga subjek penelitian, yaitu subjek A, M, dan R, yang pernah melakukan percobaan bunuh diri, metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif, dengan pengumpulan data melalui wawancara dan observasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa depresi menjadi salah satu faktor utama penyebab percobaan bunuh diri di kalangan mahasiswi. Mahasiswa memilih bunuh diri karena menganggap bahwa tindakan ini dapat menjadi solusi untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Dinamika psikologis yang muncul dalam proses pengambilan keputusan tersebut melibatkan konflik internal, perasaan putus asa, dan persepsi keberhasilan dalam menyelesaikan masalah. Penelitian ini berkontribusi dalam memahami fenomena percobaan bunuh diri di kalangan mahasiswi dan memberikan landasan bagi pengembangan strategi intervensi yang lebih efektif.

Implikasi praktis dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk merencanakan program kesejahteraan mahasiswa, meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental, dan memperkuat sistem dukungan sosial di lingkungan kampus.

Kata Kunci: Percobaan Bunuh Diri, Mahasiswi, Dinamika Psikologis dan Solusi

***THE PHENOMENON OF ATTEMPTED SUICIDE AS A SOLUTION TO
MOMENTARY PROBLEMS AMONG UNIVERSITY STUDENTS***

Reviana Intan Sari

NIM. 1817101035

Islamic Counseling and Guidance. E-mail: revianaintans@gmail.com

ABSTRACT

The phenomenon of suicide attempts among female college students is a serious concern in the context of overcoming momentary problems. This study aims to determine the causative factors, psychological dynamics, and description of the choice of suicide as a solution among female college students. From three research subjects, namely subjects A, M, and R, who had attempted suicide, the research method used was descriptive qualitative research, with data collection through interviews and observations.

The results showed that depression is one of the main factors causing suicide attempts among female college students. Students choose suicide because they think that this action can be a solution to solve the problems they face. The psychological dynamics that arise in the decision-making process involve internal conflict, feelings of hopelessness, and perceptions of success in solving the problem. This study contributes to understanding the phenomenon of suicide attempts among female students and provides a foundation for the development of more effective intervention strategies.

The practical implications of this study can be used as a basis for planning student welfare programmes, raising awareness of mental health, and strengthening social support systems in the campus environment.

Keywords: *Suicide Attempt, College Student, Psychological Dynamics and Solutions*

MOTTO

“...Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”¹

-QS. Al-Insyirah 94:6-

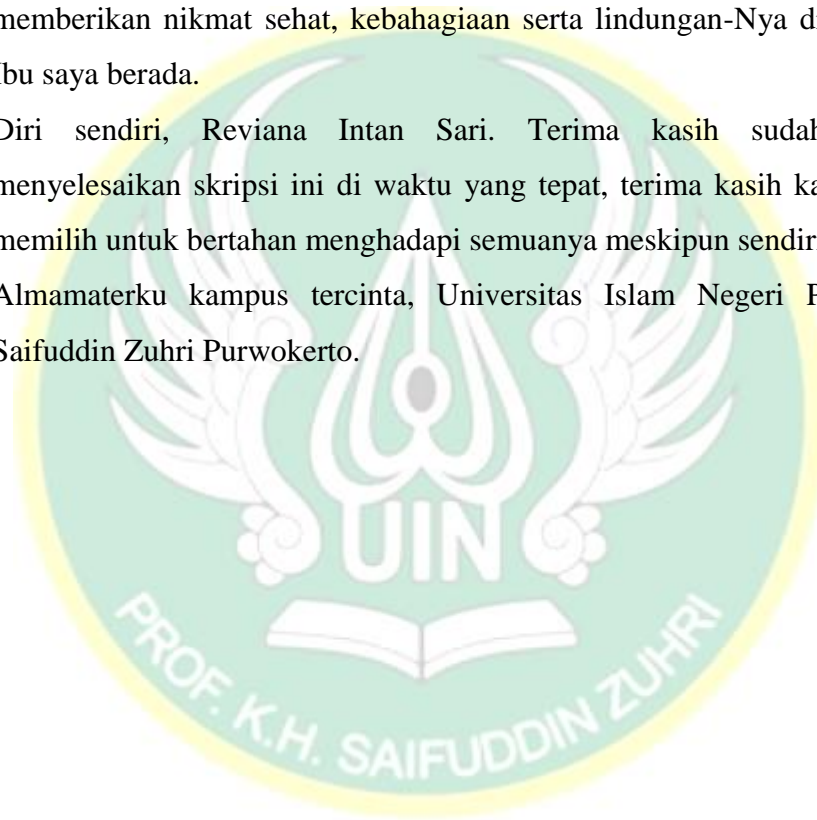


¹ Quran Kemenag, Q.S Al-Insyirah 94:6, <https://quran.kemenag.go.id/surah/94/6>

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil'alamin, puji syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat serta karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Ibu saya tercinta, yaitu mama Umi Sangadah yang selalu mendo'akan dan selalu memberi *support* serta semangat baik secara batin maupun materil sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga Allah SWT selalu memberikan nikmat sehat, kebahagiaan serta lindungan-Nya di manapun Ibu saya berada.
2. Diri sendiri, Reviana Intan Sari. Terima kasih sudah mampu menyelesaikan skripsi ini di waktu yang tepat, terima kasih karena tetap memilih untuk bertahan menghadapi semuanya meskipun sendirian.
3. Almamaterku kampus tercinta, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji syukur senantiasa dipanjatkan kepada Allah SWT, atas berkat, rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menuntut umatnya dari zaman jahiliah menuju jalan yang terang benderang ini. Semoga kita senantiasa mengikuti ajarannya dan kelak mendapatkan syafa'at di yaumul akhir.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, dorongan, semangat, serta bimbingan dari berbagai pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., Rektor Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. Suwito, M.Ag., Wakil Rektor I Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Prof. Dr. H. Sulkhan Chakim, M.Ag., Wakil Rektor II Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Prof. Dr. H. Sonhaji, M.Ag., Wakil Rektor III Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah.
6. Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si., Wakil Dekan I, Dr. Alief Budiyono, M.Pd., Wakil Dekan II dan Dr. Nawawi, M.Hum., Wakil Dekan III.
7. Nur Azizah, M.Si., Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat.
8. Lutfi Faishol, M.Pd, Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.
9. Dr. Kholil Lur Rochman, S.Ag.,M.S.I. Dosen pembimbing penulis. Terima kasih atas kesabaran Bapak dalam membimbing penulis dalam

menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas ilmu, kebaikannya, dukungan dan arahan yang telah diberikan kepada penulis.

10. Segenap dosen dan staff administrasi di Fakultas Dakwah Universitas Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto. Terima kasih atas segala ilmu yang telah bapak/ibu berikan kepada penulis, dan terima kasih telah membantu kelancaran administrasi penulis selama di Fakultas Dakwah.
11. Kepada ibu tercinta, Ibu Umi Sangadah serta kakak kandung penulis Ingrid Ros Afianti dan suami, Okta Ros Moch. Rizki serta adik kandung penulis Karina Nur Salsabila, yang selalu mendo'akan, memberi dukungan serta selalu memotivasi dalam penyelesaian studi ini.
12. Untuk sahabatku, Alzena Wahyu Kirana, Lina Listianingsih, Liza Yuliani, Lucida Firdaus, Safira Almadani dan Yuliana Enggar Palupi. Terima kasih sudah menjadi teman sekaligus sahabat yang baik, selalu memberi semangat, motivasi sekaligus tempat bertukar cerita penulis selama ini. Terima kasih karena selalu ada dan dapat diandalkan. Terima kasih banyak sudah mau menjadi sahabatku.
13. Kepada subjek penelitian, terima kasih banyak sudah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan bekerja sama dengan baik selama jalannya penelitian.
14. Teman seperjuangan BKI-A Angkatan 2018 yang sudah Bersama-sama berjuang hingga ditahap ini.
15. Kepada teman-teman yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih sudah mau berteman dengan peneliti.
16. Terakhir, untuk diriku sendiri Reviana Intan Sari. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih tetap memilih berusaha dan menyelesaikan skripsi sampai di titik ini, walau seringkali merasa putus asa dan apa yang diusahakan belum berhasil, namun tetap menjadi manusia yang mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Berbahagialah selalu di manapun berada, Reviana. Apapun kurang dan lebihmu mari rayakan diri sendiri.

Tidak ada kata yang dapat penulis ungkapkan untuk menyampaikan rasa terima kasih yang teramat dalam, melainkan doa semoga amal baik dan segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis mendapat imbalan lebih dari Allah SWT. Kritik dan saran yang bersifat membangun penulis harapkan untuk karya yang lebih baik di masa depan. Penulis berharap semoga skripsi ini memberikan manfaat untuk keilmuaan dan juga kehidupan. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Purwokerto, 6 Januari 2024
Yang Menyatakan



Revianna Intan Sari
NIM 1817101035



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah.....	7
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	9
F. Kajian Pustaka	11
G. Sistematika Pembahasan.....	17
BAB II : DESKRIPSI TENTANG PERCOBAAN BUNUH DIRI SEBAGAI SOLUSI	
A. Deskripsi tentang Bunuh Diri.....	19
1. Pengertian Bunuh Diri	19
2. Faktor Penyebab Bunuh Diri	21
3. Bentuk Bunuh Diri.....	25
4. Macam-macam Bunuh Diri	26
5. Upaya Pencegahan Bunuh Diri.....	28
B. Deskripsi tentang Tinjauan Kejiwaan Pelaku Bunuh Diri Teori Persepsi Komunikasi.....	30
C. Deskripsi tentang Percobaan Bunuh Diri dikalangan Mahasiswi	35

D. Deskripsi Tentang Pilihan Bunuh Diri Sebagai Solusi.....	43
BAB III : METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	49
C. Subjek dan Objek Penelitian.....	50
D. Data dan Sumber Data	52
E. Metode Pengumpulan Data.....	53
F. Teknik Analisis Data	55
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Subjek Penelitian	58
1. Identitas Subjek “A”	58
2. Identitas Subjek “M”	59
3. Identitas Subjek “R”	60
B. Temuan Lapangan.....	61
1. Faktor Penyebab Bunuh Diri	61
2. Bentuk Bunuh Diri.....	70
3. Macam-macam Bunuh Diri	73
4. Upaya Pencegahan Bunuh Diri.....	76
C. Deskripsi tentang Tinjauan Kejiwaan Pelaku Bunuh Diri....	77
D. Deskripsi tentang Percobaan Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswi	81
E. Deskripsi Tentang Pilihan Bunuh Diri Sebagai Solusi.....	85
F. Analisis dan Pembahasan.....	86
BAB V : PENUTUP	
A. Kesimpulan	96
B. Saran	97
C. Kata Penutup.....	97

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di Amerika Utara dan Eropa, bunuh diri termasuk di antara 10 penyebab utama kematian, menjadikannya salah satu penyebab utama kematian di seluruh dunia.² Bunuh diri menjadi salah satu penyebab kematian terbesar ketiga untuk anak perempuan berusia 15 hingga 19 tahun dan yang keempat pada orang berusia 15 hingga 29 tahun. Ini mempengaruhi orang dari berbagai latar belakang sosial ekonomi 77% kematian akibat bunuh diri banyak terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah.³ Dilaporkan pada laman resmi Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia (INASP), terdapat 670 jumlah kasus bunuh diri yang resmi dikabarkan. Selain itu, terdapat 303% kasus bunuh diri yang tidak dilaporkan, data diperoleh dari data kepolisian dan SRS.⁴

Jumlah kasus bunuh diri yang tidak tercatat tidak dimasukkan dalam data ini karena berbagai alasan, antara lain keluarga memilih untuk tidak mengungkapkan bunuh diri orang yang dicintai karena stigma dan dampak sosial yang mungkin terjadi, adanya permintaan dari pihak keluarga kepada dokter atau pihak kepolisian untuk tidak melaporkan tindakan bunuh diri dan data ini tidak tercatat karena Indonesia belum memiliki registrasi data kematian yang dapat diandalkan.

Di Indonesia, tren bunuh diri semakin memprihatinkan. Indonesia, negara yang menghargai tindakan kolektif, memiliki tingkat bunuh diri cukup tinggi. WHO memperkirakan bahwa pada tahun 2020, angka bunuh diri Indonesia mencapai 2,4% per 100.000 orang. Berdasarkan data yang dilansir dari laman Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia (INASP) ada empat

² Ilya Baryshnikov, Erkki Isometsa, Psychological Pain and Suicidal Behavior: A review, *Frontiers in Psychiatry*, (2022) doi: 10.3389/fpsy.2022.981353

³ WHO TEAM, *LIVE LIFE: An Implementation Guide for Suicide Prevention in Countries* (WHO: 2021), 15

⁴ Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia, Statistik Bunuh Diri, diakses pada tanggal 30 Desember 2022 pukul 11:36 WIB <https://www.inasp.id/suicide-statistics>

teknik bunuh diri paling populer di Indonesia di antaranya adalah gantung diri, meminum racun, melompat dari ketinggian, dan menyakiti diri sendiri menggunakan benda tajam.

Berdasarkan data yang dilansir dari laman Goodstats.id, provinsi dengan kasus bunuh diri terbanyak adalah Jawa Tengah, dengan 253 kasus yang terjadi pada 1 Januari-20 Juli 2023.⁵

Bunuh diri menemukan cara paling sederhana untuk mengakhiri kesulitan mereka dengan bunuh diri. Seolah-olah mereka tidak memiliki keinginan untuk melanjutkan perjuangan mereka dengan kehidupan atau prospek apa pun. Perilaku bunuh diri adalah respons umum terhadap depresi, dan kesalahpahaman serta perubahan budaya mungkin berkontribusi. Selain faktor budaya, faktor psikologis dan mental juga cukup penting. Skizofrenia dan depresi dipandang sebagai pemicu bunuh diri.⁶

Soetji Andari dalam Arfandiyah dan Hamidah menyatakan bahwa depresi jangka panjang dapat membuat seseorang lebih cenderung mempertimbangkan untuk bunuh diri karena bagi orang yang berpandangan sempit, hal itu tampak seperti jalan keluar. Naik turunnya emosi dapat mengungkapkan kepribadian. Banyak orang percaya bahwa bersenang-senang akan mencegah depresi; pada kenyataannya, bunuh diri dimotivasi oleh keyakinan ini. Tingginya rasa frustrasi seseorang terhadap masalah sosial, psikologis, dan ekonomi seringkali berujung pada bunuh diri.

⁵ Nada Naurah, Tren Kasus Bunuh Diri di Indonesia Meningkat, diakses pada 28 September 2023 pukul 14:28 WIB [https://goodstats.id/article/tren-kasus-bunuh-diri-di-indonesia-meningkat-ini-provinsi-dengan-jumlah-kasus-terbanyak-oR405#:~:text=Menurut%20Kepolisian%20Republik%20Indonesia%20\(Polri,kasus%20per%20Januari%20Juli%202023](https://goodstats.id/article/tren-kasus-bunuh-diri-di-indonesia-meningkat-ini-provinsi-dengan-jumlah-kasus-terbanyak-oR405#:~:text=Menurut%20Kepolisian%20Republik%20Indonesia%20(Polri,kasus%20per%20Januari%20Juli%202023)

⁶ Soetji Andari, Fenomena Bunuh Diri di Kabupaten Gunungkidul, *Jurnal Sosio Konsepsia*, Vol. 7, No. 01, (2017):93

Dalam Islam bunuh diri sangatlah dilarang. Firman Allah SWT yang berbunyi:

Q.S An-Nisa' 4:29

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُم بَيْنَكُم بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِّنْكُمْ
وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا

Terjemah :

“Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu memakan harta sesamamu dengan cara yang batil (tidak benar), kecuali berupa perniagaan atas dasar suka sama suka di antara kamu. Janganlah kamu membunuh dirimu. Sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu.”⁷

Tindakan bunuh diri sangat erat kaitannya dengan masalah kejiwaan, serta aspek sosial, biologis, budaya, dan lingkungan. Menurut WHO, penyebab utama bunuh diri ada tiga yaitu penyakit depresi, ketidaknyamanan mental, dan gangguan penggunaan alkohol. Dibandingkan dengan perempuan, laki-laki lebih mungkin untuk bunuh diri. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa banyak perempuan tidak menganggap serius upaya bunuh diri.

Siapa pun, kapan pun, dapat melakukan bunuh diri, tanpa memandang usia, jenis kelamin, kelas sosial, tingkat pendapatan, atau posisi mereka dalam kehidupan. Bunuh diri adalah salah satu metode kematian seseorang dengan berbagai masalah atau kesulitan dalam perjalanan hidupnya. Seringkali bunuh diri dianggap sebagai solusi untuk memecahkan permasalahan dalam hidup seseorang.

Dalam situasi yang tidak mudah ini, bunuh diri dianggap sebagai salah satu tindakan yang praktis. Agar sesuai dengan tingkat sosial, ekonomi, dan keterampilan mereka, pelaku bunuh diri akan mencari berbagai cara. Pelaku bunuh diri sering menggantung diri karena mereka merasa bahwa cara ini lebih dapat diterima secara moral, efisien, dan terjangkau. Pelaku bunuh diri

⁷ Quran Kemenag, Q.S An-Nisa' 4:29, <https://quran.kemenag.go.id/surah/4/29>

sering menggunakan teknik menggantung, melukai diri sendiri dengan alat tajam, dan menelan racun.⁸

Mahasiswa berada dalam fase perkembangan awal dewasa, yang mencakup kelompok usia 18 hingga 25 tahun, sebagai bagian dari fase kehidupan yang bukan lagi remaja namun belum sepenuhnya dewasa. Masa dewasa awal ini ditandai dengan tantangan dan perubahan perkembangan yang menyertainya. Transisi hidup dan tantangan sehari-hari dapat menyebabkan tingkat stres yang tinggi di kalangan mahasiswa, sering kali terkait dengan persaingan akademis dan pencapaian di kelas, dinamika hubungan interpersonal (terutama hubungan romantis), dan rasa ketidakpastian mengenai masa depan. Beberapa mahasiswa menganggap perubahan ini sebagai beban emosional yang sulit dihadapi, menciptakan keadaan yang memicu pertimbangan untuk memilih bunuh diri sebagai solusi terakhir.⁹

Sehubungan dengan tekanan sosial dan akademis yang beragam yang dihadapi oleh demografi ini, bunuh diri di kalangan mahasiswa mengakibatkan etiologi yang berbeda. Transisi dari lingkungan rumah ke lingkungan kampus membawa berbagai tekanan, termasuk tetapi tidak terbatas pada identitas diri yang sedang dicari, pembelajaran aspek-aspek baru, kurangnya dukungan sosial yang memadai, dan peningkatan beban kerja akademis yang harus dihadapi di dalam kelas. Hasrat untuk melakukan bunuh diri pada mahasiswa terhubung dengan pengalaman hidup yang menunjukkan dampak negatif, perasaan keputusasaan, gejala depresi, dan kurangnya keterlibatan sosial, bersamaan dengan perilaku merokok, mengonsumsi alkohol, dan menggunakan narkoba.¹⁰

Data awal yang diperoleh dari mahasiswa sebagai responden semakin menunjukkan urgensi penelitian ini. Informasi ini menggambarkan bahwa

⁸ Fitrianiatsany, M. Alhada Fuadillah Habib, Bunuh Diri Sosiopathik Sebuah Fenomena Sosial Keagamaan Hingga Sosial Ekonomi (Studi Kasus di Desa Wonorejo, Srengat, Blitar), *JISA: Jurnal Ilmiah Sosiologi Agama*, Vol. 5 No. 2 (Desember 2022): 103

⁹ Yane Febriana, R. Urip Purwono dan Achmad Djunaedi, *Perceived Stress, Self-Compassion, dan Suicidal Ideation Pada Mahasiswa*, *Jurnal Psikologi Ilmiah*, Vol. 13 No. 1 (2021): 61

¹⁰ Puput Mariyati, Retno D dan Hamidah, Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri, *Jurnal PIKES*, Vol. 4 No. 2 (Agustus: 2023): 41

ketika seseorang merasa tertekan dan menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan masalah, reaksi emosional yang intens mengikuti, dan dari situ, muncul pemikiran untuk mengakhiri tekanan, merasakan kesedihan, menanggung stres, dan mengekspresikan kemarahan. Kurangnya dukungan dari pasangan, keluarga, atau teman juga menjadi pendorong yang signifikan terhadap keinginan subjek untuk menyakiti diri sendiri atau bahkan mempertimbangkan untuk melakukan tindakan bunuh diri, termasuk percobaan bunuh diri.¹¹

Pikiran dan percobaan bunuh diri menunjukkan tanda-tanda yang dapat dianggap sebagai indikator yang dapat diandalkan terhadap tragedi bunuh diri. Beberapa faktor risiko yang secara konsisten teridentifikasi sebagai prediktor bunuh diri melibatkan kecanduan terhadap alkohol dan obat-obatan, kehadiran penyakit kronis, konflik dalam lingkup keluarga, isolasi sosial, pengalaman traumatis, sejumlah diagnosa gangguan mental (seperti depresi, bipolar, BPD, gangguan kecemasan, skizofrenia, dan gangguan perilaku), serta ketersediaan alat yang dapat digunakan untuk melaksanakan tindakan bunuh diri.¹²

Dilansir pada detik.com pada hari Rabu, 6 Desember 2023 seorang mahasiswa perguruan tinggi swasta di Yogyakarta ditemukan tewas gantung diri di tangga rumah kosnya di Depok, Sleman. Menurut Kapolsek Depok Timur Kompol Masnoto, korban adalah seorang mahasiswa salah satu perguruan tinggi swasta di Yogyakarta. Korban merupakan mahasiswa di salah satu kampus swasta di Jogja semester tujuh. Korban ditemukan gantung diri di tangga kost.¹³

CNN Indonesia juga melansir pada hari Senin, 10 Februari, seorang mahasiswa semester satu di sebuah perguruan tinggi swasta di Bantul, Yogyakarta, nekat bunuh diri dengan cara melompat dari lantai atas asrama

¹¹ Syafira Triesna Adinda dan Endang Prastuti, Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial: Sebagai Prediktor Ide Bunuh Diri Mahasiswa, *Jurnal An-Nafs*, Vol. 6 No. 1 (Juni: 2021), hlm. 138

¹² FA Nurdiyanto, Masih ada harapan: Eksplorasi Pengalaman Pemuda yang Menanggukkan Bunuh Diri, *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 9 No. 2 (Desember:2020):370

¹³ Detik Jogja, Seorang Mahasiswa Ditemukan Gantung Diri di Kos Condongcatur Sleman, diakses pada tanggal: 28 Desember 2023, <https://www.detik.com/jogja/berita/d-7074969/seorang-mahasiswa-ditemukan-gantung-diri-di-kos-condongcatur-sleman>

kampusnya. Mahasiswa tersebut adalah SM (19) asal Way Halim, Bandar Lampung. Pada pukul 06.15 WIB, ia ditemukan dalam kondisi tidak bernyawa. Korban diduga sedang bersedih karena pada malam sebelum kejadian, SM meminum obat sakit kepala sebanyak 20 butir sekaligus, sesuai dengan hasil pemeriksaan yang dilakukan oleh Polsek Kasihan dan Tim Inafis Polres Bantul.¹⁴

Hidup manusia tidak terlepas dari masalah. Masalah yang dihadapi manusia tentunya berbeda dengan manusia yang lainnya. Sebuah masalah biasanya memiliki situasi yang dapat memicu seseorang untuk mengatasinya, tetapi merasa tidak yakin dengan tindakan yang tepat. Menurut psikolog Gestalt, masalah adalah suatu keadaan di mana terdapat ketidaksesuaian atau ketidakselarasan antara representasi kognitif.¹⁵

Penelitian ini melibatkan subjek yang telah mengalami percobaan bunuh diri atau mendekati kejadian tersebut dan menjadikan bunuh diri sebagai penyelesaian masalah sesaat. Kriteria subjek yang akan diteliti merupakan mahasiswi di beberapa kampus di Purwokerto dengan rentang usia 19 tahun sampai 23 tahun yang memiliki tingkat resiko tertentu terkait percobaan bunuh diri, memilih bunuh diri sebagai solusi sesaat disaat ada masalah yang dapat berkontribusi pada perilaku percobaan bunuh diri, memiliki pengalaman percobaan bunuh diri sebagai penyelesaian masalah sesaat.

Alasan dilakukannya penelitian ini karena ingin mengetahui fenomena percobaan bunuh diri yang seringkali dijadikan sebagai penyelesaian *problem*/masalah sesaat saat sedang menghadapi masalah dilihat dari sudut pandang mahasiswi. Berdasarkan latarbelakang di atas, maka peneliti ingin meneliti mengenai “FENOMENA PERCOBAAN BUNUH DIRI SEBAGAI

¹⁴ CNN Indonesia, Mahasiswi Semester 1 Yogyakarta Diduga Bunuh Diri Lompat dari Lantai 4, diakses pada tanggal: 28 Desember 2023. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20231002134306-20-1006125/mahasiswi-semester-i-yogyakarta-diduga-bunuh-diri-lompat-dari-lantai-4>

¹⁵ Bambang Suteng Sulasamono, *Problem Solving: Signifikasi, Pengertian, dan Ragamnya*, Satya Widya, Vol. 28, No. 2 (Desember:2018): 156

SOLUSI MENGATASI PROBLEM SESAAT DI KALANGAN MAHASISWI”.

B. Penegasan Istilah

1. Bunuh Diri

Shneidman dalam Faizah Najlawati dan Indriyati Eko Purwaningsih mendefinisikan bunuh diri sebagai tindakan yang mengarah pada diri sendiri untuk merusak diri sendiri oleh individu yang percaya bahwa bunuh diri merupakan cara terbaik untuk memecahkan masalah.

Menninger dari aliran psikoanalisis menyatakan bahwa bunuh diri sama dengan pembunuhan (termasuk keinginan untuk membunuh dengan kemarahan atau kedengkian), membunuh diri sendiri (terkadang disertai dengan emosi bersalah atau keinginan untuk dibunuh), dan ingin mati.

Emile Durkheim (1858-1917), seorang sosiolog asal Prancis, dikenal sebagai pelopor dalam penyelidikan aspek sosiologis bunuh diri. Menurut pandangannya, terdapat dua alasan utama yang mendasari tindakan bunuh diri dalam konteks masyarakat, yaitu tingkat integrasi sosial yang berlebihan atau yang kurang.¹⁶

Tindakan yang disengaja untuk mengakhiri hidup sendiri dikenal sebagai bunuh diri. Keputusan, sebagai alasan yang umum mendasari tindakan bunuh diri, sering terkait dengan kondisi kesehatan mental seperti depresi, stres yang timbul dari masalah keuangan, penyakit bipolar, alkoholisme atau ketergantungan alkohol, penyalahgunaan zat, dan masalah hubungan interpersonal.¹⁷

Bunuh diri merupakan tindakan yang disengaja untuk menghilangkan nyawa sendiri. Bunuh diri yang dibahas dalam penelitian ini adalah melukai diri sendiri dengan cara menggores tangan dengan

¹⁶ Wahyu Budi Nugroho, Pemuda, Bunuh Diri dan Resiliensi: Penguatan Resiliensi sebagai Pereduksi Angka Bunuh Diri di Kalangan Pemuda Indonesia, *Jurnal Studi Pemuda*, Vol. 1 No. 1 (2021): 36

¹⁷ Imam Zarkasyi Mubhar, Bunuh Diri Dalam Al-Qur'an... hlm. 44

cutter atau silet. Bunuh diri menjadi suatu masalah kesehatan mental yang perlu mendapatkan perhatian dan upaya pencegahan yang serius.

2. Solusi

Menurut Robert L. Solso dalam Mawaddah pemikiran yang difokuskan untuk menentukan solusi atau jalan keluar dari kesulitan tertentu dikatakan sebagai pemecahan masalah.

Menurut Polya dalam Indrayanti solusi ialah upaya untuk mengatasi tantangan dan menyelesaikan tugas yang tidak dapat diselesaikan dengan segera.

Solusi adalah hasil akhir dari suatu masalah atau situasi yang dihadapi, yang dapat mengatasi atau memecahkan permasalahan tersebut. Solusi yang dimaksud dalam penelitian adalah individu menjadikan bunuh diri sebagai pemecahan masalah terhadap masalah yang dihadapi.

3. Problem/Masalah

Problematika berasal dari kata “*problematic*” dalam bahasa Inggris yang berarti masalah atau persoalan. Kamus Besar Bahasa Indonesia mengartikan problema sebagai hal yang belum dapat dipecahkan, maupun persoalan yang menimbulkan adanya permasalahan. Masalah merupakan hambatan atau kesulitan yang harus diselesaikan, dengan kata lain masalah merupakan ketidaksesuaian antara kenyataan dan harapan. Masalah dijumpai dengan solusi agar mendapatkan hasil yang baik.¹⁸

Masalah yang dimaksud penelitian ini merupakan masalah sesaat yang dialami mahasiswa sehingga memutuskan untuk melakukan percobaan bunuh diri karena dianggap sebagai solusi atau penyelesaian sesaat. Masalah yang dialami bisa berupa masalah percintaan maupun keluarga.

¹⁸ Abd. Muhith, Problematika Pembelajaran Tematik Terpadu di Min III Bondowoso, *Indonesian Journal of Islamic Teaching*, Vol. 1 No. 1 (Juni: 2018), hlm. 47

4. Mahasiswi

Mahasiswa adalah mereka yang bersekolah di perguruan tinggi seperti yang dijelaskan oleh Kamus Besar Bahasa Indonesia (KKBI). Mahasiswi juga disebut sebagai pelajar perempuan.

Mahasiswi yang dimaksud penelitian ini adalah mahasiswa wanita di perguruan tinggi yang melakukan percobaan bunuh diri saat adanya masalah sesaat dengan cara menyakiti diri sendiri menggunakan cutter.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana bentuk-bentuk problem atau masalah yang dialami oleh pelaku percobaan bunuh diri pada mahasiswi?
2. Apa saja faktor-faktor penyebab terjadinya percobaan bunuh diri pada mahasiswi?
3. Bagaimana pengambilan keputusan pada pelaku percobaan bunuh diri pada mahasiswi?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, berikut ini adalah tujuan penelitian:

1. Mengetahui bentuk-bentuk problem atau masalah yang dialami pelaku percobaan bunuh diri mahasiswi.
2. Mengetahui penyebab-penyebab terjadinya percobaan bunuh diri di kalangan mahasiswi.
3. Mengetahui proses pengambilan keputusan pada pelaku percobaan bunuh diri.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara langsung dan tidak langsung berdasarkan tujuan yang ingin dicapai. Berikut ini adalah manfaat dari penelitian ini:

1. Manfaat teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan, khususnya pada ranah psikologi dan bimbingan dan konseling, studi tentang bunuh diri dapat membantu memahami proses mental yang mendasar dalam perilaku bunuh diri, seperti depresi, kecemasan, dan masalah emosional lainnya bimbingan dan konseling. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan investigasi penelitian psikologi klinis mengenai dinamika psikologis.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi pelaku upaya bunuh diri, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk menyumbangkan informasi diskusi tentang upaya bunuh diri serta upaya meminimalisir bunuh diri, khususnya melalui langkah-langkah yang bersifat preventif (pencegahan) sekaligus kuratif (pengurangan).
- b. Bagi orang tua, hasil penelitian dapat membantu orang tua memahami dengan lebih baik kondisi kesehatan mental, perasaan, dan permasalahan yang dihadapi anak mereka, melalui hasil penelitian orang tua dapat memahami stress, tekanan atau masalah emosional hal ini dapat membantu memberikan dukungan secara emosional, dan penelitian mengenai bunuh diri dapat memberikan edukasi awal kepada orang tua mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi anak mereka.
- c. Bagi masyarakat, penelitian tentang bunuh diri dapat membantu mengidentifikasi factor resiko dan tanda awal percobaan bunuh diri dan memungkinkan pengembangan program pencegahan yang lebih efektif baik dalam bentuk dukungan mental maupun layanan kesehatan yang lebih baik, dan memberikan pengetahuan lebih mendalam kepada masyarakat mengenai kesehatan mental.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini juga dapat berfungsi sebagai panduan untuk penelitian lebih lanjut. Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bunuh diri, kita dapat

membangun intervensi yang efektif untuk membantu mencegah dan mengatasi masalah bunuh diri.

F. Kajian Pustaka

Peneliti perlu meninjau penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya untuk melengkapi pengembangan dan bahan referensi penelitian ini, dalam penelitian ini juga terdapat bahan perbandingan dan pertimbangan yang relevan dengan topik yang akan diteliti. Diantaranya, yaitu:

Penelitian pertama berasal dari Rannu Sandaran, Robby Marung, Hertina Kalo, dan Yosia Tasik Sirante yang berjudul “Fenomena Bunuh Diri Remaja Di Toraja Pada Masa Pandemi” yang diterbitkan pada tahun 2021. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada beberapa kasus bunuh diri atau beberapa upaya percobaan bunuh diri karena berbagai persoalan pribadi maupun masalah keluarga, perundungan, serta kesulitan ekonomi. Peristiwa percobaan bunuh diri dan bunuh diri yang terjadi di Toraja Utara umumnya terjadi pada pelajar tingkat SMA. Menurut informasi dari seorang perawat di salah satu Rumah Sakit swasta daerah Rantepao mereka sering kali merawat pasien kalangan remaja yang melakukan *tentamen suicide* atau percobaan bunuh diri. Terdapat 30 kasus bunuh diri yang dilaporkan pada tahun 2020, dengan rincian 14 kasus di kabupaten Tana Toraja dan 16 kasus di kabupaten Toraja Utara. Data tersebut belum termasuk percobaan bunuh diri, sementara di awal tahun 2021 dilaporkan terjadi 6 kasus bunuh diri.

Penelitian yang dilakukan di kabupaten Tana Toraja dan Toraja Utara menggunakan metode kualitatif untuk meneliti bunuh diri remaja pendekatan kualitatif-fenomenologis dipilih karena dapat menangani beberapa realitas dan dapat menyampaikan sifat interaksi antara peneliti dan informan secara langsung. Dengan memfokuskan pada gejala-gejala yang terjadi di kalangan remaja di Toraja, penelitian ini berupaya untuk menyelidiki faktor-faktor yang menyebabkan bunuh diri dan percobaan bunuh diri. Fenomena percobaan bunuh diri dan bunuh diri di kalangan remaja Tana Toraja dan Toraja Utara ini menjadi ancaman sosial khususnya untuk generasi muda Toraja. Hal tersebut

sangat penting untuk mendapat berbagai perhatian serta dukungan pelaksanaan dari berbagai pihak pemangku kepentingan untuk melakukan tindakan pencegahan.

Pokok penyebab percobaan bunuh diri dan bunuh diri di kabupaten Toraja adalah sebagai berikut, adanya masalah keluarga terutama orang tua, permasalahan berawal dari kurangnya komunikasi antara orang tua dan anak. Anak merasa kurang mendapatkan kasih sayang dari orang tua. Permasalahan ekonomi, kurangnya pemenuhan korban bunuh diri dalam pemenuhan kebutuhan keuangan. Tidak terpenuhinya keuangan remaja membuat mereka sulit mengontrol emosi dan amarah.

Karakter pelaku bunuh diri, cenderung pendiam dan tidak banyak bicara. Mereka lebih suka menyimpan masalah mereka sendiri dan tidak mendiskusikannya dengan orang lain. Remaja yang pendiam terkadang menyelesaikan masalah dan melepaskan diri dari masalah tersebut dengan berkhayal dan berfantasi.

Teknik kualitatif digunakan dalam penelitian bunuh diri remaja di wilayah Toraja (Kabupaten Tana Toraja dan Kabupaten Toraja Utara). Pendekatan kualitatif-fenomenologis dipilih karena dapat menangani banyak realitas dan dapat menyampaikan sifat interaksi antara peneliti dan informan secara langsung. Observasi, wawancara, dan analisis dokumen digunakan untuk memperoleh data. Metode historis dan analisis data kualitatif deskriptif diintegrasikan untuk analisis.¹⁹ Keterkaitan dengan penelitian ini adalah pembahasan mengenai fenomena bunuh diri sedangkan perbedaan penelitiannya terletak pada peneliti lebih berfokus pada fenomena percobaan bunuh diri yang dilakukan mahasiswi.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Yenny Aristia Nasution dari Universitas Riau, Pekanbaru yang berjudul “Fenomena Kasus Bunuh Diri Akibat *Ijime* pada Anak SMP di Jepang” yang diterbitkan pada tahun 2020.

¹⁹ Rannu Sanderan, Robby Marrung, Hertina Kalo dan Yosia T.S, “Fenomena Bunuh Diri Remaja Di Toraja Pada Masa Pandemi”, *Jurnal Pendidikan Kristen*, Vol. 2, No. 1 (Juni: 2021):31-46

Ijime adalah fenomena yang ditimbulkan oleh pelaku perundungan dan orang yang dirundung. Orang yang terkena dampak *Ijime* cenderung bertubuh lemah, mudah gelisah, kurang percaya diri, dan memiliki kemampuan sosialisasi yang buruk. Di sisi lain, mereka yang melakukan *ijime* memiliki kecenderungan untuk menjadi energik, impulsif, dan hiperaktif karena mereka memiliki rasa percaya diri yang kuat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi jenis-jenis bunuh diri yang disebabkan oleh *ijime* pada siswa sekolah menengah pertama di Jepang, serta menjelaskan penyebab perilaku *ijime* yang menyebabkan bunuh diri pada siswa sekolah menengah pertama di Jepang.

Sejak tahun 1970-an, *Ijime* telah menjadi masalah yang signifikan dalam pendidikan Jepang, dan penyebab utamanya adalah peningkatan jumlah anak usia sekolah yang bunuh diri. Hal ini terlihat dari tingkat kejadian kasus *ijime* setiap tahunnya dan juga dari frekuensi pemberitaan kasus *ijime* di sekolah yang dilaporkan ke media. Serangan fisik, kata-kata kotor, dan mengucilkan murid-murid tertentu adalah contoh-contoh *ijime*.

Kejadian pertama terjadi pada bulan Februari 1986 ketika Shikagawa Hirofumi, seorang siswa berusia 13 tahun di Sekolah Menengah Pertama Nakano Fujimi di Tokyo, menggantung dirinya sendiri di kamar kecil stasiun kereta api Morioka. Masalah *ijime* dalam lingkungan pendidikan memiliki potensi yang berdampak negatif terhadap hak-hak siswa untuk belajar dalam suasana aman dan iklim sekolah secara keseluruhan.²⁰ Keterkaitan dengan penelitian ini adalah pembahasan fenomena bunuh diri dan metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif, sedangkan perbedaannya terletak pada subjek yang diteliti. Pada penelitian sebelumnya subjeknya adalah anak Sekolah Menengah Pertama sedangkan dalam penelitian ini subjeknya merupakan mahasiswa.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Ni Wayan Dewi Putriny Asih dan Cokorda Bagus Jaya Lesamana yang diterbitkan pada tahun 2019 berjudul

²⁰ Yenny Aristia Nasution, "Fenomena Kasus Bunuh Diri Akibat *Ijime* pada Anak SMP di Jepang", *Jurnal Budaya, Bahasa dan Sastra*, Vol. 7 No. 2 (September: 2020), hlm. 83-101

“Gambaran Dinamika Percobaan Bunuh Diri: Analisis 234 Kasus Periode Tahun 2016-2018 di RSUP Sanglah Denpasar”, tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh pemahaman tentang dinamika perkembangan percobaan bunuh diri pada pasien dari tahun 2016 hingga 2018.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang dinamika percobaan bunuh diri pada kasus yang ditangani oleh Departemen/KSM Psikiatri di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar Bali. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang berharga bagi para praktisi kesehatan di RSUP Sanglah, sehingga dapat digunakan sebagai dasar untuk memberikan upaya pencegahan dan penanganan yang lebih optimal dan efektif terhadap pasien-pasien di RSUP Sanglah yang berisiko percobaan bunuh diri.

Metode studi kasus adalah metode utama pengumpulan data dalam penelitian ini, yang memiliki desain deskriptif. Data dari semua pasien yang melakukan percobaan bunuh diri dan tercatat dalam registrasi gawat darurat yang dikelola oleh Departemen/Kelompok Staf Medis (KSM) Psikiatri RSUP Sanglah antara tahun 2016 dan 2018 dikumpulkan untuk penelitian ini selama bulan Januari 2019. Gambaran umum tentang dinamika percobaan bunuh diri berdasarkan kasus-kasus yang ditemukan di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah akan dibahas dalam pembahasan penelitian ini. Dalam rangka menemukan makna baru, menjelaskan keadaan saat ini, menentukan frekuensi kemunculan item tertentu, dan mengkategorikan informasi yang ditemukan, peneliti akan mendeskripsikan secara akurat fenomena atau ciri-ciri orang, situasi, atau kelompok yang ada.

Metode studi kasus adalah strategi utama untuk mengumpulkan data dalam penelitian deskriptif ini. Data dikumpulkan dari semua orang yang pernah melakukan percobaan bunuh diri dan tercatat dalam registrasi gawat darurat yang dikontrol oleh Departemen/Kelompok Staf Medis (KSM) Psikiatri di Rumah Sakit Sanglah antara Januari 2019 dan Januari 2020 untuk penelitian ini. Data tersedia dari tahun 2016 hingga 2018. Berdasarkan kasus-

kasus yang terlihat di RSUP Sanglah, analisis pola dan dinamika percobaan bunuh diri akan diperjelas dalam pembahasan selanjutnya dari penelitian ini. Peneliti akan menjelaskan secara akurat fenomena atau karakteristik individual, situasi, atau kelompok yang ada, sehingga dapat menemukan makna baru, menjelaskan kondisi yang ada, mengidentifikasi frekuensi kemunculan hal-hal tertentu, dan mengkategorikan informasi yang ditemukan. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian RSUP Sanglah Denpasar, sehingga telah memenuhi aspek kepatuhan etik yang diperlukan.

Dalam penelitian ini, data dari Departemen Psikiatri Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah digunakan untuk menganalisis total 234 kasus percobaan bunuh diri yang terjadi selama tiga tahun terakhir. Di antara kasus-kasus tersebut, 156 (66,7%) melibatkan pasien perempuan. Usia rata-rata individu yang melakukan percobaan bunuh diri adalah $28,5 \pm 11,5$ tahun. Menilik latar belakang pendidikan pasien, jumlah percobaan bunuh diri tertinggi terjadi pada mereka yang berpendidikan SMA, yaitu sebanyak 125 kasus. Diikuti oleh sekolah menengah pertama dengan 49 kasus dan sekolah dasar dengan 27 kasus. Selain itu, terdapat 176 kasus di mana pasien tidak memiliki riwayat percobaan bunuh diri sebelumnya.²¹ Keterkaitan dengan penelitian ini adalah gambaran perilaku percobaan bunuh diri, sedangkan perbedaannya terletak pada desain penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Syafira Triesna Adinda dan Endang Prastuti yang diterbitkan pada tahun 2021 berjudul “Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial: Sebagai Prediktor Ide Bunuh Diri Mahasiswa”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui regulasi emosi dan dukungan social terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa. Subjek penelitian ini dipilih berdasarkan data awal yang menunjukkan prevalensi ide bunuh diri di kalangan mahasiswa. Sebanyak 210 mahasiswa di Universitas Negeri Malang berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kuantitatif

²¹ Ni Wayan Dewi Putriny Asih, Cokorda Bagus Jaya Lesmana, “Gambaran Dinamika Percobaan Bunuh Diri: Analisis 234 Kasus Periode 2016-2018 di RSUP Sanglah Denpasar”, *Jurnal Medicina* Vol. 50 No. 3 (2019), hlm. 527-530

dengan metode deskriptif-korelasional. Hasil temuan penelitian ini para partisipan mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak berdaya untuk menghadapi masalah dan perasaan yang begitu intens dirasakan saat mereka mengalami depresi. Partisipan seolah-olah mereka memiliki beban yang berat akibat masalah yang terjadi dalam hidup mereka, dan mereka ingin mengakhiri penderitaan tersebut yaitu adanya perasaan putus asa, khawatir dan marah dengan cara bunuh diri. Individu mengalami kurangnya dukungan dari orang-orang terdekat seperti keluarga, teman dan pasangan. Sehingga mereka memiliki keinginan untuk menyakiti diri sendiri maupun berfikir untuk melakukan percobaan bunuh diri bahkan bunuh diri.²² Persamaan dengan penelitian ini adalah subjeknya merupakan pelajar perguruan tinggi sedangkan perbedaannya terletak pada metodologi penelitian yang digunakan yaitu pada penelitian ini adalah kuantitatif.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Weni Mailita, Diana Arianti dan Amelia Susanti yang diterbitkan pada tahun 2022 dengan judul “Tinjauan Penatalaksanaan Kegawatdaruratan Pada Remaja Dengan Bunuh Diri di SMK Muhammadiyah Padang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran risiko bunuh diri pada remaja di SMK Muhammadiyah Kota Padang. Keinginan untuk bunuh diri, ancaman bunuh diri, percobaan dan tindakan bunuh diri memiliki tingkat yang berbeda. Penyakit kejiwaan, stressor psikososial, kesulitan kognitif, dan factor biologis merupakan faktor bunuh diri pada anak dan remaja. Perkembangan kognitif anak-anak dan remaja juga berdampak pada bunuh diri.

Dalam penelitian ini ditemukan faktor lingkungan, keluarga, dan psikologis dapat meningkatkan risiko seseorang untuk bunuh diri. Penelitian dilakukan di SMK Muhammadiyah Padang. Penelitian dilakukan pada tahun 2020 dari bulan Februari hingga Agustus. Siswa kelas IX yang menjadi

²² Syafira Triesna Adinda, Endang Prastuti, ”Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial: Sebagai Prediktor Ide Bunuh Diri Mahasiswa”, *Jurnal An-Nafs Kajian Penelitian Psikologi*, Vol. 6 No. 1 (2021), hlm. 136-137

populasi dalam penelitian yang berjumlah 40 orang dan dijadikan sampel.²³ Persamaan dengan penelitian ini yaitu membahas tentang bunuh diri sedangkan perbedaannya tertetak pada jenis penelitian yaitu kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional dan pendekatan *cross-sectional study*.

Keenam, penelitian yang dilakukan oleh Wawo Balbina Antonelda Marled, Bina Yoanita, dan Lette Rivat Arman pada tahun 2023 yang berjudul “Resiliensi Tinggi Remaja di Kupang Menurunkan Ide Bunuh Diri”. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan antara resiliensi dan pikiran untuk bunuh diri pada remaja di Kota Kupang. Sampel penelitian ini adalah 398 siswa sekolah menengah atas dan sekolah menengah pertama di Kota Kupang yang dipilih secara acak dan berstrata proporsional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara resiliensi dengan keinginan bunuh diri pada remaja di Kota Kupang, namun kekuatannya rendah dengan arah korelasi negatif, yang berarti semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi pula risiko keinginan bunuh diri. Mayoritas responden tergolong memiliki resiliensi sedang dan risiko ide bunuh diri yang rendah dengan nilai 0,001 ($R = -0,267$). Namun kekuatannya rendah dan arah hubungannya negatif, yang menunjukkan bahwa semakin rendah pikiran untuk bunuh diri pada remaja, maka semakin besar resiliensi mereka. Resiliensi remaja berkorelasi terbalik dengan ide bunuh diri.²⁴ Persamaan dengan penelitian ini adalah pembahasan tentang bunuh diri, sedangkan perbedaannya terletak pada tempat penelitian dan subjek penelitian.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan kajian ini, penulis menguraikan sistematika pembahasan topik-topik utama yang terpisah kedalam lima bab sebagai berikut:

²³ Weni Mailita, Diana Arianti dkk, “Tinjauan Penatalaksanaan Kegawatdaruratan Pada Remaja Dengan Bunuh Diri di SMK Muhammadiyah Padang”, *Jurnal Sosial dan Teknologi*, Vol. 2 No. 3 (2022), hlm. 279-281

²⁴ Wawo Balbina A M, Bina Yoanita, Lette Rivat A, “Resiliensi Tinggi Remaja di Kupang Menurunkan Ide Bunuh Diri”, *Jurnal Keperawatan*, Vol. 15 No. 1 (2023), hlm. 349-353

BAB I Pendahuluan, poin yang diulas yaitu: latar belakang masalah, penegasan istilah, rumusan masalah, tujuan serta manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, dan sistematika pembahasan.

BAB II Deskripsi Tentang Percobaan Bunuh Diri Sebagai Solusi, membahas mengenai: deskripsi tentang bunuh diri, deskripsi tentang tinjauan kejiwaan pelaku bunuh diri, deskripsi tentang percobaan bunuh diri di kalangan mahasiswi, dan deskripsi tentang pilihan bunuh diri sebagai solusi.

BAB III Metode Penelitian, terdiri atas: jenis dan pendekatan penelitian, data dan sumber data, subjek dan objek, metode pengumpulan data, dan metode analisis data.

BAB IV Penyajian Data dan Analisis Data, berisi: gambaran umum lokasi dan subjek penelitian, penyajian data, dan analisis data

BAB V Penutup, poin yang diteliti yaitu: kesimpulan, saran-saran, dan penutup.



BAB II

DESKRIPSI TENTANG PERCOBAAN BUNUH DIRI SEBAGAI SOLUSI

A. Dekripsi tentang Bunuh Diri

1. Pengertian Bunuh Diri

Bunuh diri adalah fenomena umum yang mempengaruhi orang-orang dari segala usia. Ini menyinggung tentang kematian yang disebabkan oleh perilaku melukai diri sendiri. Bunuh diri sekarang dapat diartikan sebagai solusi jangka pendek untuk masalah kehidupan yang dicapai dengan membunuh diri sendiri.

Istilah "*suicide*" atau bunuh diri memiliki asal-usul dari bahasa Latin, yaitu "*suicidum*," yang terbentuk dari dua kata, yaitu "*sui*" yang merujuk pada diri sendiri, dan "*cidium*" yang berarti membunuh atau tindakan pembunuhan. Oleh karena itu, dalam pengertian singkat, bunuh diri dapat diartikan sebagai tindakan mengakhiri hidup sendiri.

Menurut pandangan Emile Durkheim, bunuh diri merangkum seluruh kejadian di mana individu mengambil tindakan untuk mengakhiri hidupnya, tanpa memandang apakah itu dilakukan dengan niat positif atau negatif. Durkheim menekankan bahwa tindakan bunuh diri tidak selalu dapat diatributkan kepada keputusan yang dilakukan di luar batas akal sehat atau penalaran. Keyakinannya didasarkan pada pandangan bahwa faktor-faktor sosial dan psikologis memainkan peran penting dalam terjadinya bunuh diri. Menurutnya, determinan utama dalam proses pengambilan keputusan bunuh diri adalah interaksi sosial dan pola perilaku yang bersangkutan.²⁵

Emile Durkheim menyoroti bahwa terminologi "bunuh diri" mencakup berbagai kejadian di mana seseorang mengakhiri hidupnya sendiri, tanpa memandang apakah niatnya positif atau negatif. Durkheim menekankan bahwa pandangan terhadap bunuh diri tidak

²⁵ Alvary Exan Rerung, Bunuh Diri Bukan Kehendak Bebas Perspektif Neurosains dan Psikoanalisis Sigmund Freud, *Jurnal Teologi dan Musik Gereja*, Vol. 2 No. 1 (Mei: 2021), hlm. 49

selalu bersifat irasional atau dilakukan tanpa pertimbangan. Baginya, aspek-aspek sosial dan psikologis memegang peran kunci dalam fenomena bunuh diri. Keputusan untuk mengakhiri hidup dipengaruhi oleh interaksi sosial dan perilaku, menurut pandangan utama Durkheim.

Shneidman sejalan dengan pandangan Durkheim bahwa sejumlah keadaan, termasuk trauma, kehilangan kontrol atas kehidupan, kegagalan, respon negatif dari lingkungan sosial, kehilangan, depresi, dan frustrasi, bersama dengan citra diri yang hancur dan penghinaan yang luar biasa, mampu memicu tindakan bunuh diri. Keterlibatan sejumlah faktor penyebab ini mencerminkan pengaruh lingkungan sosial yang signifikan dalam konteks pencegahan bunuh diri. Energi negatif bermunculan dari serangkaian permasalahan yang terus-menerus berputar dalam roda kehidupan, dan energi ini memiliki potensi untuk meledak seperti kawah gunung berapi, akhirnya dapat menyebabkan terjadinya bunuh diri.²⁶

Pelaku bunuh diri memilih untuk mengakhiri hidupnya karena mereka tidak menerima perhatian dan dukungan positif dari lingkungan sosial mereka, sesuai dengan pandangan Rannu Sanderan. Namun, dalam beberapa kasus, dinamika tersebut berlangsung sebaliknya, di mana lingkungan sosial dapat menjadi pemicu untuk energi negatif dan menargetkan aspek psikologis pelaku. Akhirnya, pelaku merasa tunduk pada depresi dan memutuskan untuk mengakhiri hidupnya.²⁷

Shneidman mengartikan bunuh diri sebagai tindakan penghancuran diri yang disengaja yang dilakukan oleh individu yang meyakini bahwa tindakan tersebut merupakan solusi optimal untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Berdasarkan Shneidman, individu yang cenderung untuk melakukan tindakan bunuh diri

²⁶ Alvary Exan, *Bunuh Diri Bukan...* hlm.48

²⁷ Alvary Exan Rerung, *Bunuh Diri Bukan Kehendak Bebas Perspektif Neurosains dan Psikoanalisis Sigmund Freud, Jurnal Teologi dan Musik Gereja*, Vol. 2 No. 1, (Mei: 2022) hlm. 49

seringkali mengalami beban psikologis dan frustrasi emosional yang berkelanjutan. Dalam konteks ini, bunuh diri dianggap sebagai satu-satunya alternatif untuk mengakhiri penderitaan mereka dan mencari solusi terhadap kesulitan yang mereka hadapi.²⁸

Menurut Hong Kok Pan, bunuh diri didefinisikan sebagai mengakhiri hidup sendiri dengan harapan bahwa masalah akan selesai pada saat itu juga.²⁹

Dalam perspektif Rosenberg, bunuh diri merupakan suatu tindakan yang diarahkan untuk mengakhiri hidup sendiri. Pemahaman ini mencakup tidak hanya tindakan merusak diri, melukai diri sendiri, atau memutilasi diri, tetapi juga mencakup perilaku dan sikap yang berpotensi merugikan diri sendiri. Oleh karena itu, bunuh diri dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk tindakan destruktif yang dilakukan dengan sengaja, di mana pelaku menganggap bahwa melibatkan diri dalam tindakan tersebut merupakan solusi terbaik untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi pada saat itu.³⁰

2. Faktor Penyebab Bunuh Diri

Fenomena bunuh diri dilatarbelakangi oleh berbagai macam faktor. Terdapat banyak faktor yang dapat mengakibatkan seseorang melakukan percobaan bunuh diri.

Terdapat tiga kategori pokok yang dapat menjadi motivasi di balik tindakan bunuh diri. Pertama, aspek pribadi mencakup isu-isu seperti ketergantungan pada narkoba, pengalaman kesedihan, perasaan ketidakberdayaan, frustrasi, dan rasa malu. Kedua, faktor lingkungan melibatkan variabel seperti hubungan dengan teman, interaksi keluarga, lingkungan sekolah, dan dinamika di tempat kerja. Ketiga,

²⁸ Faizah Najlawati, Indrayati Eko Purwaningsih, Kesejahteraan Psikologis Keluarga Penyintas Bunuh Diri, *Jurnal Spirits*, Vol. 10 No. 1, (November: 2019) hlm. 8-9

²⁹ Nurul Sofiah Ahmad Abd Malek, Noraini Abdol Raop, Mohd Sufiean Hassan, Peranan Kasihatan Mental Sebagai Moderator Terhadap Kecenderungan Bunuh Diri, *Jurnal Sains Sosial Malaysia*, Vol. 5 No. 1 (2020) hlm. 87

³⁰ Ryanto F. Sumendap dan Theresia Tumuju, Pastoral Konseling Bagi Kesehatan Mental “Studi Kasus Pastoral Konseling Preventif Pada Fenomena Bunuh Diri, *Jurnal Pastoral Konseling*, Vol. 4 No. 1 (Juni: 2023):103

terdapat lebih banyak dimensi yang bersinggungan dengan aspek sosial dan budaya kehidupan.³¹ Berdasarkan hasil penyelidikan medis dan laporan kepolisian, depresi turut andil sebesar 43% dalam faktor penyebab bunuh diri. Faktor pencetus lainnya mencakup: 26% disebabkan oleh penyakit fisik kronis; 6% disebabkan oleh gangguan mental; 5% karena permasalahan ekonomi; 4% terkait dengan masalah keluarga; dan 16% tanpa penjelasan yang terperinci.³²

Menurut Shneidman, terdapat sejumlah faktor yang memberikan kontribusi terhadap peristiwa bunuh diri. Faktor-faktor tersebut melibatkan pengalaman trauma, kehilangan kendali atas jalannya kehidupan individu, kegagalan, tanggapan terhadap lingkungan sosial yang tidak mendukung, kehilangan, depresi, dan frustrasi. Sejumlah elemen yang terkandung dalam variabel-variabel tersebut mencerminkan sejauh mana pengaruh lingkungan sosial dalam meningkatkan risiko bunuh diri. Manifestasi dari energi negatif timbul akibat dari ketidakharmonisan yang berulang dalam siklus kehidupan, dan energi ini memiliki potensi untuk meluap seperti letusan kawah gunung berapi, pada akhirnya dapat mengakibatkan terjadinya bunuh diri.³³

Menurut Al-Husain ada beberapa faktor yang mengakibatkan seseorang melakukan percobaan bunuh diri, diantaranya yaitu:

a. Adanya Gangguan Psikologis

Tindakan berisiko tinggi, seperti namun tidak terbatas pada perilaku bunuh diri yang bersifat fatal maupun tidak, dapat terhubung dengan aspek psikologis. Gangguan psikologis, termasuk depresi dan skizofrenia, seringkali terkait dengan usaha untuk melakukan bunuh diri.

³¹ Faika Rachmawati, Tri Suratmi, Mitos Bunuh Diri di Gunungkidul Daerah Istimewa Yogyakarta, *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, Vol. 10 No. 1 (Juni:2020), hlm. 35

³² Faika Rachmawati, Mitos Bunuh Diri... hlm. 40

³³ Alvary Exan Rerung, Bunuh Diri Bukan Kehendak Bebas Perspektif Neurosains dan Psikoanalisis Sigmund Freud, *Jurnal Teologi dan Musik Gereja*, Vol. 2 No. 1, (Mei: 2022) hlm. 49

b. Penggunaan Narkotika dan Alkohol (*substance abuse*)

Penggunaan obat-obatan dan alkohol memainkan peran penting dalam upaya bunuh diri, sebagaimana dibuktikan dengan banyaknya kasus di Indonesia yang menunjukkan keterlibatan penggunaan obat-obatan dan/atau narkotika dalam kasus bunuh diri.

c. Krisis Kepribadian (*personality disorder*)

Walaupun hubungan antara gangguan kepribadian dan percobaan bunuh diri belum sepenuhnya diterima secara umum, penelitian-penelitian terbaru menunjukkan bahwa gangguan kepribadian memegang peran yang signifikan dalam mendorong keinginan untuk melakukan bunuh diri.

d. Penyakit Jasmani (*physical illnesses*)

Kematian akibat bunuh diri umumnya terkait dengan kondisi kesehatan fisik, khususnya pada kelompok usia lanjut. Contohnya penyakit jantung, kanker, *stroke*, tekanan darah tinggi dan tekanan darah rendah.

e. Faktor Genetik (*genetic factors*)

Kenyataan bahwa depresi dan penyakit lainnya memiliki komponen genetik menandakan bahwa meskipun bunuh diri seseorang dalam keluarga bukan merupakan penyebab langsung dari perilaku serupa, individu yang terkait dalam keluarga tersebut memiliki risiko lebih tinggi terhadap bunuh diri dibandingkan yang lainnya. Ketidakmampuan mengatasi kondisi-kondisi ini dapat berpotensi memunculkan risiko bunuh diri jika tidak diatasi secara efektif.

f. Perubahan dalam Bursa Kerja (*labor market*)

Revolusi ekonomi dan teknologi global memiliki dampak, baik positif maupun negatif, yang bersifat sengaja maupun tidak sengaja, terhadap aspek ekonomi, masyarakat, psikologi, politik, dan budaya. Salah satu tantangan sentral yang dihadapi oleh

komunitas global adalah peningkatan tingkat pengangguran. Krisis keuangan dan ekonomi global menciptakan situasi di mana tingkat pengangguran meningkat secara substansial dan menghasilkan risiko yang signifikan.

g. Kondisi Keluarga

Remaja yang terlibat dalam tindakan bunuh diri sering kali memiliki latar belakang keluarga yang melibatkan permasalahan, yang pada gilirannya merangsang pertanyaan mengenai nilai diri mereka serta menumbuhkan perasaan tidak dicintai, tidak dihargai, tidak disenangi, dan tidak dimengerti. Sebagian besar dari mereka berasal dari lingkungan keluarga dengan sistem pendidikan yang tidak memenuhi standar yang ditetapkan. Orang tua yang mendekati anak-anak mereka mungkin menunjukkan perilaku yang bersifat kasar, mengabaikan, atau hanya memusatkan perhatian pada aspek fisik, tanpa mempertimbangkan perkembangan perilaku mereka. Fenomena bunuh diri kadang-kadang dapat diatributkan pada kehilangan rasa kasih sayang, yang mungkin muncul akibat kematian, perceraian, atau penurunan kasih sayang dari orang tua atau individu signifikan lainnya dalam kehidupan seseorang.

h. Pengaruh Media Massa

Tindakan bunuh diri kadang-kadang dapat diprovokasi oleh berita bunuh diri, terutama bagi mereka yang secara psikologis telah mempersiapkan diri untuk mengambil langkah tersebut. Situasi ini dapat menjadi motivasi bagi mereka untuk meniru dan melaksanakan perilaku serupa, terutama apabila mereka menyadari bahwa individu yang menjadi korban bunuh diri mengalami masalah kesehatan mental yang sebanding dengan kondisi mereka sendiri.³⁴

³⁴ Al-Husain. Mengapa Harus Bunuh Diri. (Jakarta: Qisthi Press, 2005) hlm. 72

Adanya faktor lain yaitu:

- a. Faktor intrinsik, penyebab atau dorongan yang berasal dari individu yang berusaha melakukan bunuh diri melibatkan faktor-faktor seperti gangguan mental atau keinginan untuk menghindari penderitaan yang mereka hadapi.
- b. Faktor ekstrinsik, faktor eksternal dan pendorong, seperti kesulitan keuangan atau keinginan untuk mengakhiri hidup dengan harapan dikenang atau dirindukan setelah kematian, dapat berkontribusi pada upaya bunuh diri.³⁵

Permasalahan psikologis menciptakan salah satu bentuk risiko yang signifikan terhadap kecenderungan bunuh diri pada remaja. Keterkaitan pikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri secara substansial terkait dengan karakteristik psikologis, khususnya gejala kesedihan, tingkat kecemasan, dan tingkat stres, yang dapat diidentifikasi di dalam konteks Malaysia. Individu yang mengalami keterbatasan emosional memiliki probabilitas tiga kali lipat lebih tinggi untuk melaporkan adanya pikiran serius terkait bunuh diri. Dalam konteks ini, tingkat seriusitas pikiran bunuh diri tiga kali lebih tinggi untuk individu yang mengalami kendala dalam dimensi emosional.³⁶

Keinginan untuk bunuh diri dapat dipengaruhi oleh sejumlah variabel, termasuk keadaan lingkungan, perasaan tidak berdaya, kesulitan akademis, dan masalah keluarga, termasuk perceraian dan kematian.³⁷

3. Bentuk Bunuh Diri

Selain berperan sebagai metode untuk mengakhiri kehidupan, teknik bunuh diri umumnya membawa implikasi yang lebih

³⁵ Ryanto F. Sumendap, *Pastoral Konseling...* hlm. 106

³⁶ Nur Aulia, Yulastri dan Heppi Sasmita, Faktor Psikologi Sebagai Resiko Utama Ide Bunuh Diri pada Remaja di Kota Indragiri Hulu, *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, Vol. 11 (Januari: 2020), hlm. 48

³⁷ Linda Mandasari dan Duma L. Tobing, Tingkat Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja, *Jurnal of Health Development*, Vol. 2 No. 1 (Februari: 2020), hlm. 2

mendalam, mencakup niat atau harapan yang menjadi dasarnya. Metode yang digunakan untuk bunuh diri yaitu sebagai berikut:

- a. Gantung diri. Istilah penggantungan (*hanging*) merujuk pada peristiwa kematian yang disebabkan oleh asfiksia, yang terjadi karena adanya penyumbatan saluran udara ke saluran pernapasan. Penyumbatan ini dihasilkan dari tekanan eksternal yang diberikan pada leher oleh alat pengikat leher, yang diterapkan dengan menggunakan berat badan korban, baik itu dalam bentuk penggantungan seluruh tubuh atau sebagian tubuh. Korban yang dieksekusi melalui metode ini dapat mengalami penggantungan dengan seluruh tubuhnya atau hanya sebagian tubuhnya.³⁸
- b. Menelan racun atau obat-obatan hingga *over dosis*. Mengonsumsi racun adalah cara yang sederhana dan mudah untuk mati.³⁹
- c. Melukai diri sendiri menggunakan benda tajam. Bunuh diri dan mencelakai diri sendiri sering dikaitkan dengan masalah kesehatan mental; meskipun keduanya dapat dianggap sebagai dua perilaku yang terpisah, mencelakai diri sendiri adalah faktor risiko utama untuk bunuh diri.⁴⁰

4. Macam-macam Bunuh Diri

Emile Durkheim, seorang ahli sosiologi terkenal, telah mengemukakan teori mengenai perilaku bunuh diri. Menurutnya, bunuh diri dapat dipengaruhi oleh penyebab psikologis, biologis, dan faktor fisik kosmis yang kadang-kadang sulit untuk dijelaskan secara tepat. Durkheim membagi tipologi bunuh diri menjadi empat:

- a. Bunuh diri egositik (*egotistic suicide*) Durkheim berpendapat bahwa jenis bunuh diri ini terjadi akibat lemahnya atau terputusnya ikatan sosial individu. Dengan kata lain, individu yang tidak terintegrasi

³⁸ Asan Petrus dan Roulina Ratih Suci P, Kematian Akibat Gantung Diri, *Jurnal Pandu Husada*, Vol 4 No. 2 (2023): 1

³⁹ Asmaur Ridhana Zuhra dkk, Gambaran Ide Bunuh Diri pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua, *Jurnal Diversita*, Vol. 8 No. 2 (Desember: 2022):157

⁴⁰ M. Isabela Troya, Opeyemi Babatunde, Bernadette Bartlam dkk, Self-harm In Older Adults: Systematic Review, *The British Journal of Psychiatry*, (2019): 186

akan cenderung untuk melakukan bunuh diri. Pendapat ini didukung oleh Durkheim dengan data statistik yang melimpah. Data tersebut menunjukkan bahwa tingkat bunuh diri secara signifikan dipengaruhi oleh kelemahan ikatan dalam keagamaan, keluarga, dan komunitas politik.⁴¹

- b. Bunuh diri altruistik (*altruistic suicide*) Tipe ini memiliki kebalikan dengan tipe sebelumnya, karena bunuh diri altruistik terjadi karena individu terlalu kuat dalam kohesivitas sosial dengan kelompoknya. Menurut Durkheim, fenomena bunuh diri altruistik terutama terjadi dalam komunitas yang masih memiliki struktur mekanis (primitif). Dalam pandangan komunitas tersebut, bunuh diri tipe ini dianggap sebagai suatu kewajiban karena didukung oleh nilai-nilai, terutama nilai-nilai tradisi dan agama. Bunuh diri altruistik mencerminkan adanya kekuatan kohesivitas sosial yang kuat, di mana dalam jenis bunuh diri ini diapresiasi oleh komunitas. Namun, jika individu menghindari kewajiban tersebut, mereka dapat menghadapi isolasi atau bahkan hukuman dari komunitas tersebut.⁴²
- c. Bunuh diri anomik (*anomic suicide*) Bunuh diri altruistik mencerminkan adanya kekuatan kohesivitas sosial yang kuat, di mana dalam jenis bunuh diri ini diapresiasi oleh komunitas. Namun, jika individu menghindari kewajiban tersebut, mereka dapat menghadapi isolasi atau bahkan hukuman dari komunitas tersebut.⁴³
- d. Bunuh diri fatalistic (*fatalistic suicide*) Tipe bunuh diri ini kebalikan dari bunuh diri anomik. Bunuh diri tipe ini terjadi dalam situasi di mana tingkat regulasi sosialnya meningkat. Emile

⁴¹ Wahyu Budi Nugroho, Pemuda, Bunuh Diri dan Resiliensi: Penguatan Resiliensi sebagai Pereduksi Angka Bunuh Diri di Kalangan Pemuda Indonesia, *Jurnal Studi Pemuda*, Vol. 1 No. 1 (2021): 37

⁴² Yenny Aristia Nasution, Fenomena Kasus Bunuh Diri Akibat *Ijime* pada Anak SMP di Jepang, *Jurnal Budaya, Bahasa dan Sastra*, Vol. 7 No. 2 (September 2020): 90

⁴³ Irwan Budi Nugroho, Euthanasia dan Bunuh Diri Ditinjau Dari Hukum dan Islam yang Berlaku di Indonesia, *Jurnal Studi Islam dan Sosial*, Vol. 13 No. 2 (2020): 83

Durkheim sering menggambarkan individu yang lebih mungkin melakukan bunuh diri fatalistik sebagai "individu-individu yang memiliki masa depan yang terhalang tanpa ampun dan keinginan-keinginan yang dicekik oleh disiplin yang menindas secara kasar".⁴⁴

Selain menjelaskan tiga tipe bunuh diri, Durkheim juga mengemukakan bahwa ada kemungkinan terjadi tumpang tindih antara satu tipe dengan tipe lainnya dalam satu kasus sama. Dengan kata lain, dalam kasus bunuh diri, individu diklasifikasikan ke dalam dua tipe bunuh diri secara bersamaan. Durkheim melihat ini sebagai antisipasi terhadap dinamika sosial dalam konteks empiris.⁴⁵

Durkheim berpendapat bahwa tingkat bunuh diri sangat terkait dengan sejauh mana individu terintegrasi dengan kelompok sosial tempat mereka berada. Dengan kata lain, bunuh diri dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan masyarakat dan bagaimana individu berinteraksi dengan lingkungannya. Mahasiswa dan kehidupan sosial mereka sebagai bagian dari masyarakat akan selalu berinteraksi dengan orang lain, dan menurut Durkheim, hal ini juga dapat mempengaruhi keputusan dan pola pikir mereka terkait bunuh diri.⁴⁶

5. Upaya Pencegahan Bunuh Diri

Bunuh diri adalah suatu fenomena yang kompleks karena tidak dapat diatributkan pada satu penyebab atau penjelasan tunggal. Tindakan bunuh diri muncul sebagai hasil dari interaksi yang rumit antara berbagai elemen lingkungan, sosial, budaya, dan psikologis. Menjelaskan mengapa beberapa individu memutuskan untuk mengakhiri hidup mereka, sedangkan yang lain, dalam konteks yang

⁴⁴ Emirensian Lues, Iskandar dan Nurmi Nonci, Motif Sosial Tindakan Bunuh Diri (Studi Terhadap Kasus Bunuh Diri Remaja di Kabupaten Manggarai), *Jurnal Sosiologi Kontemporer*, Vol. 2 No. 2 (2022): 57-61

⁴⁵ Sri Wahyuni, Amrazi Zakso, Izhar Salim, "Fenomena Bunuh Diri dan Hubungan Dengan Tingkat Pendidikan dan Jenis Kelamin", *Jurnal Proceedings International Conference on Teaching and Education (ICoTE)*, Vol. 2 (2019), hlm. 118

⁴⁶ Siti Ngainnur Rohmah, Upaya Preventif Terhadap Perilaku Percobaan Bunuh Diri dalam Tinjauan Hak Asasi Manusia, *Jurnal 'Adalah*, Vol. 4 No. 3 (2020): 94

mungkin sebanding atau bahkan lebih buruk, tidak mengambil langkah serupa, merupakan tantangan yang sulit. Meskipun demikian, dapat diakui bahwa bunuh diri dan percobaan bunuh diri cenderung dapat dicegah melalui pemahaman yang lebih mendalam terhadap faktor-faktor tersebut.

Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakkir mengemukakan bahwa terdapat tiga strategi untuk mencapai dan mempertahankan kesehatan mental yang melibatkan seluruh dimensi eksistensi manusia. Strategi-strategi tersebut dapat diuraikan sebagai berikut: pertama, pendekatan melalui iman, yang berkaitan dengan konsep-konsep keyakinan dan keimanan terhadap Allah serta aspek-aspek gaib; kedua, pendekatan melalui Islam, yang terfokus pada konsep-konsep ibadah dan muamalah; dan ketiga, pendekatan melalui ihsan, yang menitikberatkan pada prinsip-prinsip moral dan etika.⁴⁷

Hukum dan psikologi Islam mengakui bahwa adalah tanggung jawab setiap individu untuk menjaga kesehatan mental dan mengatasi tantangan dalam kehidupan. Islam mendorong para penganutnya untuk mencari dukungan serta bantuan ketika menghadapi kesulitan atau mengalami masalah emosional. Terdapat beberapa metode untuk mencapainya, yang melibatkan berkomunikasi dengan teman, keluarga, atau seorang psikolog. Seseorang harus segera mendapatkan bantuan jika mereka memiliki pikiran atau perasaan untuk bunuh diri, Islam mengajarkan umatnya untuk berdoa kepada Allah, merenungkan ayat-ayat Al Qur'an, dan berkonsultasi dengan para ahli kesehatan mental yang berkualifikasi dan terampil.⁴⁸

Rencana kesehatan masyarakat melibatkan beberapa strategi, termasuk strategi skrining atau penilaian awal untuk mengidentifikasi risiko bunuh diri, strategi bantuan atau perencanaan keselamatan, strategi penyembuhan kesehatan mental, strategi tindak lanjut, dan

⁴⁷ Imam Zarkasyi Mubhar, Bunuh Diri Dalam Al-Qur'an (Kajian Tahlil QS. Al-Nisa/4: 29-30), *Jurnal Al-Mubarak*, Vol. 4 No. 1 (2019) hlm. 52-53

⁴⁸ Ashari, Bunuh Diri Remaja Perspektif... hlm. 46-47

strategi berbasis penelitian. Semua strategi ini terintegrasi dalam upaya pencegahan bunuh diri.⁴⁹

Konseling pastoral mengadopsi pendekatan holistik dalam memandang fenomena bunuh diri, yang menggabungkan perspektif konseling dan teologis. Pendekatan ini menekankan pentingnya cinta dan kasih sayang dalam membantu individu yang sedang menghadapi perjuangan pikiran untuk melakukan bunuh diri, serta memandang hidup sebagai anugerah yang diberikan oleh Tuhan. Perspektif teologis dalam konseling pastoral memberikan sumber harapan bagi mereka yang berada dalam risiko bunuh diri melalui kehadiran keyakinan keagamaan.⁵⁰

B. Deskripsi tentang Tinjauan Kejiwaan Pelaku Bunuh Diri

Pemikiran mengenai perencanaan, tindakan, dan hasil yang terkait dengan peristiwa bunuh diri, kematian, dan perilaku yang merugikan diri sendiri yang berhubungan dengan keinginan untuk melakukan bunuh diri, dikenal dalam literatur sebagai ideasi bunuh diri. Kematian akibat bunuh diri dimulai dengan ide, pemikiran, atau rencana untuk bunuh diri. Pemikiran mengenai melakukan bunuh diri umumnya lebih umum daripada realisasi tindakan tersebut, dan sebagian besar individu yang merenungkan bunuh diri tidak mengambil langkah konkret untuk melakukannya. Dalam konteks ini, dapat diungkapkan bahwa pikiran untuk bunuh diri secara jelas berfungsi sebagai tahap awal yang mendasari percobaan bahkan keberhasilan bunuh diri.

Keinginan untuk mengakhiri hidup mungkin timbul dari berbagai faktor, namun faktor psikologis menunjukkan kontribusi utama. Salah satu kondisi psikologis yang memicu pikiran untuk bunuh diri adalah depresi. Diketahui bahwa depresi memiliki peran signifikan sebagai pendorong keinginan untuk bunuh diri. Pikiran yang bersifat negatif dapat memicu

⁴⁹ Angelina Roida Eka dan Paskalina H.D, Peran Teknologi *Smartphone* Dalam Pencegahan Bunuh Diri: Literature Review, *Jurnal JWK*, Vol. 7 No. 1 (2022): 41

⁵⁰ Ryanto F. Sumendap, Pastoral Konseling...hlm. 108

gejala depresi, seperti pesimisme, perasaan keputusasaan, dan distorsi negatif dalam persepsi individu terhadap diri sendiri dan pengalaman hidupnya. Keinginan untuk bunuh diri dapat muncul sebagai akibat dari sejumlah kondisi kronis, termasuk konsumsi alkohol yang berlebihan, dukungan materi yang rendah, kesulitan keuangan, masalah keluarga, stres yang dirasakan, dan tekanan hukum. Keinginan untuk bunuh diri juga dapat dipicu oleh berbagai kesulitan lain, termasuk keputusasaan, depresi, kecemasan, dan rasa sakit. Ketidakberdayaan pribadi juga dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap keinginan untuk bunuh diri.⁵¹

Menurut *American Psychiatric Association*, depresi adalah penyakit emosional yang dapat menyebabkan gejala depresi serta hilangnya minat terhadap aktivitas yang pernah dinikmati. Definisi medis menyebutkan bahwa depresi merupakan suatu gangguan emosional yang dicirikan oleh tingkat kesedihan yang sangat mendalam, perasaan bersalah dan kekurangan nilai diri, penarikan diri dari interaksi sosial, gangguan tidur, dan kehilangan minat pada aktivitas rutin. Individu yang mengalami depresi menunjukkan tingkat hormon serotonin yang lebih rendah dan tingkat hormon kortisol yang lebih tinggi, yang secara seiring waktu dapat mengakibatkan penyusutan bagian otak yang disebut hipokampus. Adanya keterkaitan antara tingkat serotonin yang rendah dalam cairan serebrospinal dengan tingkat agresi dan impulsivitas dianggap sebagai indikator yang berpotensi menjadi prediktor terhadap pemikiran dan percobaan bunuh diri.⁵²

Dalam *Journal of Personality Assessment*, menyatakan bahwa ide bunuh diri dibagi menjadi dua, yaitu:

⁵¹ Ni Wayan Putri Cempaka K.F, I Gusti Ayu Diah F, Gambaran Pengembangan Bunuh Diri Menuju Upaya Bunuh Diri, *Widya Cakra: Journal of Psychology and Humanities*, Vol. 2 No. 1 (Januari: 2021), hlm. 2-4

⁵² Kerin Fah Riziana, Fatmawati dan Armaid Darmawan, Hubungan Tingkat Gejala Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja Sekolah Menengah Atas, *Jurnal JOMS*, Vol. 3 No. 1 (2023), hlm. 40

1. Keinginan dan Rencana Bunuh Diri yang Spesifik

Gagasan umum tentang kematian dan keinginan untuk mati, mulai dari yang ringan hingga yang berat, serta rencana dan strategi terperinci untuk mengambil nyawa sendiri atau bunuh diri.

2. Ide Bunuh Diri Terkait Reaksi dari Orang Lain

Ide-ide tertentu yang melampaui ide bunuh diri tertentu dan rencana penghancuran diri. Ide-ide ini terkait dengan respons orang lain, terutama bagaimana orang lain melihat nilai seseorang setelah pengalaman kematian. Selain itu, kognisi yang terjadi dalam domain ini adalah persepsi bunuh diri sebagai semacam pembalasan.

Terdapat teori langkah-langkah percobaan bunuh diri, yang disebut dengan *The Three-Step Theory (3ST) of Suicide* menurut Klonsky dan May. Hipotesis ini memberikan penjelasan terhadap tahapan-tahapan yang mendahului perembangan gagasan bunuh diri, selanjutnya merinci gagasan yang menjadi kuat dan memotivasi individu untuk mencoba melakukan tindakan bunuh diri.

1. Pengembangan ide bunuh diri

Segala jenis rasa sakit, baik fisik maupun psikologis, adalah langkah pertama menuju pikiran untuk bunuh diri. Pikiran untuk bunuh diri lebih mungkin muncul pada mereka yang pernah mengalami penderitaan di masa lalu dan memiliki harapan yang rendah untuk masa depan.

2. Ide yang kuat versus ide moderat

Perkembangan dorongan untuk melakukan bunuh diri dipengaruhi oleh tingkat keterikatan individu terhadap aspek kehidupan sosialnya, termasuk interaksi dengan individu yang dianggap signifikan, keterlibatan dalam pekerjaan, kewajiban, dan minat pribadi. Individu yang merasakan keterhubungan yang lebih kuat dengan lingkungan sosialnya mungkin hanya mengalami pemikiran pasif terkait bunuh diri, tanpa berkembang menjadi dorongan aktif.

Keinginan untuk secara aktif mengkaji opsi bunuh diri dan memiliki pemikiran yang kuat terkait bunuh diri muncul lebih dominan ketika tingkat penderitaan dan kesedihan yang dirasakan oleh individu melebihi tingkat kedekatan sosial mereka. Selain dari fokus pada aspek penderitaan, kesedihan, dan keterhubungan sosial, faktor-faktor seperti depresi, kesehatan mental, kepribadian, dan karakteristik watak juga memiliki keterkaitan yang signifikan dan berpengaruh pada timbulnya ide bunuh diri.

3. Perkembangan ide menuju upaya bunuh diri

Disebabkan oleh naluri ketakutan bawaan akan kematian, manusia secara biologis dan evolusioner teradaptasi untuk menghindari potensi bahaya, penderitaan, dan kematian. Penentuan keputusan untuk mencoba bunuh diri menjadi kompleks, namun teori ini menguraikan bahwa kemungkinan terjadinya percobaan bunuh diri dapat ditingkatkan apabila faktor-faktor tertentu terpenuhi, yakni faktor disposisi, faktor yang didapat, dan faktor praktis.

Faktor yang didapat menitikberatkan pada pengalaman individu yang unik, mencakup situasi yang melibatkan rasa sakit, kerusakan, kecemasan, dan kematian, sementara faktor disposisi merujuk pada kontribusi genetika dan rentan terhadap pengalaman rasa sakit. Sementara itu, variabel praktis mencakup informasi dan sumber daya yang memfasilitasi upaya bunuh diri.⁵³

Islam mempromosikan kesejahteraan mental dengan mendorong para pemeluknya untuk menjalani kehidupan yang seimbang yang mencakup hubungan positif dengan Allah SWT, interaksi sosial yang sehat, kesehatan fisik, dan menumbuhkan sikap sabar dan bersyukur terhadap semua aspek kehidupan.

Dalam lingkup psikologi, disadari bahwa individu yang merasa putus asa dan kehilangan harapan mungkin mencoba mengakhiri hidup

⁵³ Ni Wayan Putri Cempaka K.F, I Gusti Ayu Diah F, Gambaran Pengembangan Bunuh Diri Menuju Upaya Bunuh Diri, *Widya Cakra: Journal of Psychology and Humanities*, Vol. 2 No. 1 (Januari: 2021), hlm. 2-4

mereka sebagai langkah terakhir untuk mengatasi derita yang mereka hadapi. Oleh karena itu, pendekatan psikologis bertujuan untuk memahami akar penyebab dan faktor risiko yang mendorong individu untuk melakukan bunuh diri, sambil menyediakan perawatan dan dukungan yang sesuai bagi mereka yang berisiko melakukan tindakan tersebut. Dalam perspektif psikologis, bunuh diri dianggap sebagai fenomena yang kompleks dan sering kali terkait dengan kondisi kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan yang berlebihan, gangguan bipolar, atau gangguan kepribadian.

Penting untuk memahami faktor-faktor psikologis yang meningkatkan risiko bunuh diri pada kelompok usia remaja, dan hal ini menjadi fokus utama dalam penelitian psikologis mengenai bunuh diri remaja. Penelitian tersebut merangkum berbagai aspek terkait, termasuk namun tidak terbatas pada impulsivitas, faktor-faktor lingkungan, tekanan di lingkungan sekolah, pengalaman trauma atau riwayat pelecehan, serta gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan bipolar, bersama dengan analisis terhadap percobaan bunuh diri di masa lalu.

Suasana hati yang depresi, kurangnya minat atau kesenangan, rasa bersalah atau harga diri yang rendah, pola tidur dan pola makan yang terganggu, energi yang rendah, dan kesulitan berkonsentrasi adalah beberapa gejala yang mungkin dirasakan.⁵⁴

Remaja yang mengalami gangguan kecemasan, termasuk tetapi tidak terbatas pada gangguan kecemasan sosial atau gangguan kecemasan umum, seringkali memiliki kecenderungan untuk mempertimbangkan tindakan bunuh diri, karena mereka menghadapi kesulitan dalam mengelola stres dan tekanan. Selain itu, remaja dengan gangguan bipolar mungkin mengalami episode depresi yang sangat intens, meningkatkan risiko bunuh diri, sementara perilaku impulsif yang berbahaya dapat dipicu oleh episode manik akut. Remaja yang pernah melakukan upaya bunuh diri sebelumnya cenderung memiliki tingkat kecenderungan yang lebih

⁵⁴ Kerin Fah, Hubungan Tingkat... hlm. 42

tinggi untuk mengulangi perilaku tersebut atau bahkan berhasil dalam percobaan bunuh diri. Rendahnya tingkat harga diri pada remaja, atau pandangan negatif terhadap diri mereka sendiri, dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya tindakan bunuh diri.⁵⁵

C. Deskripsi tentang Percobaan Bunuh Diri dikalangan Mahasiswi

Istilah ide bunuh diri merujuk pada pemikiran mengenai tindakan melukai diri sendiri atau mengakhiri hidup. Riwayat kondisi depresi, sikap pesimistis, perasaan putus asa, perfeksionisme, konflik dalam lingkup keluarga, kegagalan hubungan interpersonal, kurangnya dukungan sosial, dan kesulitan finansial dalam memenuhi tanggung jawab akademis, semuanya merupakan indikator yang berkaitan dengan keinginan untuk melakukan bunuh diri. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya kampanye yang menyoroti pentingnya kesehatan mental dan meningkatkan kesadaran akan risiko bunuh diri. Kolaborasi antara akademisi, peneliti, pembuat kebijakan, lembaga pendidikan tinggi, para ahli kesehatan mental, dan mahasiswa menjadi suatu kebutuhan esensial untuk mendukung kesehatan psikologis mereka.⁵⁶

Percobaan bunuh diri adalah tindakan melukai diri sendiri yang dilakukan dengan tujuan untuk mengakhiri hidup. Pikiran untuk bunuh diri mendahului percobaan bunuh diri. Ketakutan membebani orang lain dan perasaan tidak berharga yang berasal dari penolakan sosial merupakan faktor risiko percobaan bunuh diri mahasiswa. Akibatnya, karena stigma yang terkait dengan konsultasi dengan psikologi profesional, mahasiswa yang mengalami kesulitan merasa sendirian di masyarakat dan enggan untuk mencari bantuan.⁵⁷

⁵⁵ Ashari, Nengsih Sri W, Laode Agustriano, Bunuh Diri Remaja Perspektif Psikolog dan Hukum Islam, *Jurnal Muadalah: Jurnal Hukum*, Vol. 2 No. 1 (Mei:2023), hlm. 38

⁵⁶ Salma Akter Urme, Md. Syful Islam, Hasena Begum, N.M. Rabiul Awal C, Risk Factors of Suicide Among Public University Students of Bangladesh: A Qualitative Exploration, *Journal Heliyon*, (2022), hlm.

⁵⁷ Choi Bo-Ram, Bae Sung-Man, Suicide Ideation and Suicide Attempts of Undergraduate Students in South Korea: Based on the interpersonal psychological theory of suicide, *Journal My Ideas*, (2020)

Pemikiran dan upaya bunuh diri pada mahasiswa terpengaruh oleh interaksi dengan internet dan platform media sosial yang mereka gunakan. Mahasiswa yang aktif dalam media sosial menghadapi risiko perundungan virtual, merasa terasing dari realitas, dan mengalami penurunan kualitas hubungan sosial secara langsung. Pengalaman perundungan dan kekerasan di ranah media sosial mendorong mahasiswa untuk melakukan upaya lebih besar guna beradaptasi dengan dinamika sosial di lingkungannya. Isolasi sosial dan kesepian adalah penyebab lain dari keinginan untuk bunuh diri dan percobaan bunuh diri. Hal ini merupakan akibat dari tidak diterima oleh teman sebaya, di mana mahasiswa mengalami masalah yang berkaitan dengan adaptasi terkait perubahan tempat tinggal, budaya, dan juga jauh dari orang tua.⁵⁸

Wawancara dengan mahasiswa yang mencurahkan pemikiran mengenai ide bunuh diri menunjukkan bahwa pemikiran tersebut cenderung muncul sebagai respons terhadap sejumlah permasalahan, termasuk dinamika yang kompleks dengan orang tua, ketidakharmonisan keluarga, beban hutang mahasiswa, konflik interpersonal dalam lingkup keluarga, teman, dan hubungan romantis. Salah satu narasumber menegaskan bahwa ketika menghadapi masalah dan merasa tidak ada perhatian yang diberikan, pemikiran untuk mengakhiri hidup dapat timbul. Sumber lainnya mengemukakan bahwa kurangnya perhatian dirasakan sebagai hasil dari tekanan yang mendalam dan ketidakpastian mengenai tindakan yang seharusnya diambil. Ketika dihadapkan dengan permasalahan, beberapa mahasiswa memilih untuk menghadapinya dengan bersikap pasif dan mengisolasi diri di dalam kamar, sedangkan pendekatan lainnya melibatkan berbicara kepada teman sebagai metode penanganan. Sehubungan dengan strategi-strategi yang dipertimbangkan untuk mengakhiri hidup, dua individu menyatakan pertimbangan menggunakan obat-obatan atau zat beracun, satu orang mengindikasikan

⁵⁸ Ines Testoni, Silvia Piol, Diego De Leo, Suicide Prevention: University Students' Narratives on Their Reasons for Living and for Dying, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, (Juli: 2021) <https://doi.org/10.3390/ijerph18158029>

pemikiran memotong urat nadi, dan tiga orang menyampaikan kekhawatiran mereka terhadap akhir hidup yang bersifat mendadak, seperti melalui pemaparan diri terhadap peluru atau menjadi korban pembunuhan. Beberapa orang lainnya menyiratkan bahwa mereka merasa takut terhadap tindakan bunuh diri dan enggan untuk mengungkapkan secara rinci metode yang akan mereka gunakan.⁵⁹

Depresi dan tekanan psikologis sering diidentifikasi sebagai pemicu tindakan bunuh diri pada kalangan remaja. Menurut hasil penelitian, remaja yang mengalami kondisi depresif memiliki probabilitas 12 kali lebih tinggi untuk melakukan tindakan bunuh diri dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami kondisi tersebut.⁶⁰

Sejumlah mahasiswa cenderung mempertimbangkan dan bahkan mencoba melakukan tindakan bunuh diri. Kelompok mahasiswa ini mengalami permasalahan suasana hati yang termanifestasi dalam bentuk depresi, yang menjadikan mereka rentan terhadap pemikiran bunuh diri. Depresi merupakan kondisi melankolis yang ekstrem di mana individu kehilangan harapan, mengalami gangguan pola makan dan tidur, serta mengalami rendahnya harga diri dalam mengatasi masalah secara efektif. Salah satu karakteristik tambahan dari individu yang mengalami depresi adalah adanya kecenderungan untuk mempertimbangkan tindakan bunuh diri, karena pemikiran tersebut terus menghantui mereka.⁶¹

Faktor-faktor berikut ini mempengaruhi kemungkinan bunuh diri di kalangan mahasiswa: masalah sosial seperti isolasi sosial, takut dihakimi karena mencari bantuan, kurangnya akses ke layanan konseling, tekanan akademis, penindasan; masalah psikologis seperti depresi, perfeksionisme, kecanduan alkohol dan obat-obatan terlarang, serta

⁵⁹ Nur Aulia, Faktor Psikologi Sebagai... hlm. 49

⁶⁰ David Eko Setiawan, Nitani Harita, Ima Dewi Prianti, Nemensri Selan, Pelayanan Konseling Terhadap Remaja Kristen yang Berniat Bunuh Diri, *Jurnal Teologi Biblika dan Praktika*, Vol. 3 No. 2 (Januari: 2023), hlm. 133

⁶¹ Arrumaisha Fitri, Program Preventif Bunuh Diri Untuk Mengurangi Ide dan Percobaan Bunuh Diri pada Mahasiswa, *Jurnal Psikologi*, Vol. 7 No. 1 (April:2023), hlm. 15-18 DOI: <https://doi.org/10.32492/idea.v7i1.7103>

masalah dalam beradaptasi; dan riwayat percobaan bunuh diri sebelumnya dan bunuh diri yang menular.⁶²

Stres akademis merupakan faktor yang berkontribusi dapat mendorong individu untuk terlibat dalam kecenderungan bunuh diri. Individu yang mengalami stres akademik biasanya bergulat dengan tuntutan terkait waktu yang melebihi kapasitas mereka untuk mengelola secara mandiri. Paparan yang konsisten terhadap stresor semacam itu di antara mahasiswa dapat memberikan efek yang merugikan dan meningkatkan kemungkinan keterlibatan mereka dalam perilaku bunuh diri. Perilaku ini mencakup mengartikulasikan pemikiran tentang bunuh diri, menumbuhkan sentimen membenci diri sendiri, merumuskan rencana untuk percobaan bunuh diri yang fatal, mempersiapkan barang-barang untuk keberangkatan, mengucapkan selamat tinggal kepada orang lain, berpartisipasi dalam kegiatan yang merusak diri sendiri, dan mengalami perubahan fisik dan emosional yang nyata. Ketidakmampuan untuk memenuhi prasyarat tugas, mendapatkan hasil ujian yang kurang memuaskan, dan prevalensi persaingan akademis di antara mahasiswa merupakan contoh beberapa kondisi yang menyebabkan stres pada mahasiswa. Persaingan di kelas atau ketidakmampuan untuk memenuhi harapan orang tua adalah keadaan tambahan yang berkontribusi terhadap stres ini.⁶³

Di Indonesia, metode yang paling umum digunakan oleh individu untuk mengakhiri hidupnya melibatkan penggunaan gantung diri, overdosis, atau pestisida. Infografik yang menggambarkan statistik bunuh diri menunjukkan bahwa meskipun laki-laki melakukan bunuh diri lebih sering, namun perempuan memiliki kemungkinan empat kali lebih besar untuk melibatkan diri dalam tindakan tersebut. Selain itu, dibandingkan

⁶² Salma Akter Urme, Md. Syful Islam, Hasena Begum, N.M. Rabiul Awal C, Risk Factors of Suicide Among Public University Students of Bangladesh: A Qualitative Exploration, *Journal Heliyon*, (2022), hlm. 4

⁶³ Tumbel Hosea Karel, Mandias Reagen, Stres Akademik Dengan Perilaku Bunuh Diri Pada Mahasiswa, *Klabat Journal of Nursing*, Vol. 4 No. 1 (April: 2022), hlm. 69

dengan laki-laki, perempuan melakukan percobaan bunuh diri empat kali lebih sering. Informasi grafis juga mengungkapkan bahwa masalah seputar cinta, keuangan, harmoni keluarga, dan pendidikan merupakan beberapa faktor yang dapat memicu tindakan bunuh diri.⁶⁴

Pada hari Senin, 18 Desember 2023, di Kecamatan Oebobo, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur, seorang mahasiswa salah satu perguruan tinggi di Kupang, Nusa Tenggara Timur, ditemukan meninggal dunia secara mengenaskan dengan kondisi leher tergantung di sebuah rumah kosong. Setelah diusut oleh pihak kepolisian, kematian mahasiswa tersebut dikarenakan permasalahan dalam perkuliahan. ARD berusia 24 tahun jurusan Ilmu Politik terungkap bahwa korban bunuh diri dikarenakan gagal wisuda. Kejadian yang sama pada Selasa, 10 Oktober 2023 juga dialami korban bunuh diri AKL yang ditemukan tewas bunuh diri di jembatan Liliba, Nusa Tenggara Timur dikarenakan mengalami kegagalan wisuda. AKL mengaku cemas karena sebelumnya ia telah mengundang orang tuanya untuk menghadiri upacara kelulusannya. Diketahui bahwa ia telah lama dikeluarkan dari universitas (DO).⁶⁵

Beberapa kejadian bunuh diri di kalangan mahasiswa menarik perhatian karena sejumlah alasan tertentu. Berdasarkan informasi yang peneliti himpun dari berbagai sumber berita internet mengenai bunuh diri mahasiswa, terdapat temuan bahwa dalam periode Januari hingga Oktober 2018, terdapat beberapa kasus bunuh diri serta dua kali upaya bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa.⁶⁶

Ada empat alasan remaja dan dewasa awal memilih untuk hidup dan mati, diantaranya yaitu:

⁶⁴ Azmul Fuady Idham, M. Arief Sumantri, Puji Rahayu, Ide dan Upaya Bunuh Diri Pada Mahasiswa, *Jurnal Psikologi Ilmiah*, Vol. 11 No. 3 (November:2019), hlm. 178

⁶⁵ Liputan6, "Deretan Kasus Bunuh Diri di NTT Dipicu Masalah Kuliah Hingga Ekonomi", diakses pada tanggal: 22 Desember 2023, <https://www.liputan6.com/regional/read/5488004/deretan-kasus-bunuh-diri-di-ntt-dipicu-masalah-kuliah-hingga-ekonomi>

⁶⁶ Azmul Fuadi, Ide dan Upaya... hlm. 178

1. Internet dan Media Sosial

Narasi para pelaku sering kali menunjukkan fakta bahwa penggunaan internet dan media sosial semakin umum di kalangan anak muda saat ini dan penggunaannya dapat menjadi faktor penentu dalam menentukan ide dan upaya bunuh diri. Mereka menyatakan bahwa penggunaan media dapat bertanggung jawab atas melemahnya ikatan sosial, keterasingan dari realitas dan bentuk-bentuk agresi dan tidak diterima oleh teman sebaya yang diekspresikan melalui *cyberbullying*.

2. Isolasi Sosial dan Kesepian

Para peserta menekankan bagaimana isolasi sosial dan kesepian mempengaruhi keputusan remaja untuk bunuh diri. Mereka berpendapat bahwa penggunaan media sosial dan kesepian sangat erat kaitannya dalam budaya saat ini. Selain itu, efek dari isolasi sosial dan kesepian diperkuat ketika hal tersebut berasal dari penolakan teman sebaya.

3. Pentingnya Hubungan Proksimal

Ungkapan para pelaku menekankan pentingnya hubungan dalam proses pengambilan keputusan kaum muda. Lebih tepatnya, mereka menekankan nilai teman dan keluarga, yang mereka anggap sama-sama berharga dan bernilai. Namun, beberapa dari mereka menyatakan bahwa teman, sebagai teman sebaya, memberikan kesempatan untuk berhubungan dengan pengalaman teman sebaya dalam hidup dan, sebagai hasilnya, mendapatkan akses ke rasa kebersamaan dan rasa dipahami.

4. Pentingnya Membangun Jaringan antara Hubungan Proksimal, Lembaga Pendidikan dan Layanan Kesehatan Jiwa

Para pelaku menekankan betapa pentingnya lingkungan pendidikan dalam mempengaruhi keputusan kaum remaja dalam memilih tempat tinggal. Selain itu, mereka juga menekankan pentingnya membangun jaringan pendukung bagi kaum remaja dengan menghubungkan institusi pendidikan dan layanan kesehatan mental

dengan kontak terdekat, seperti keluarga dan teman. Selain keluarga dan teman, beberapa narasumber juga menyebutkan sekolah, universitas, dan lembaga pendidikan sebagai pihak yang berperan penting dalam kehidupan kaum remaja.⁶⁷

Krisis ekonomi, konflik keluarga, penyakit kronis, kegagalan dalam percintaan, riwayat keluarga yang pernah bunuh diri, kecanduan narkoba, kehamilan yang tidak diinginkan, kemalangan, kehilangan harta benda, aktivitas kriminal, dan penyakit mental adalah faktor risiko yang umum terjadi untuk bunuh diri, menurut tinjauan singkat tentang bunuh diri di Bangladesh. Namun, faktor-faktor risiko ini tidak diteliti dalam konteks mahasiswa.⁶⁸

Mahasiswa yang mengalami stres juga dapat menunjukkan perilaku negatif atau bahkan bunuh diri. Berdasarkan teori ini, stres timbul ketika terjadi ketidaksesuaian antara harapan yang ditempatkan pada seseorang dengan kondisi fisik, psikologis, atau sosial yang sebenarnya mereka alami, yakni ketika tuntutan dari lingkungan tidak sejalan dengan sumber daya yang dimiliki individu. Stres akademik merujuk pada kondisi stres yang dialami dalam konteks lingkungan pendidikan. Menyatakan bahwa kelelahan fisik, termasuk sakit kepala, gelisah, membolos, sulit fokus, cemas, kehilangan harapan, tidak puas, dan merasa diabaikan, adalah salah satu tanda stres akademik.

Stres dalam konteks kelas dapat berasal dari faktor-faktor eksternal dan internal. Faktor-faktor eksternal melibatkan kesulitan dalam mengakses mata kuliah dan kebutuhan untuk bimbingan akademik, sementara faktor internal mencakup aspek seperti kesulitan dalam memahami materi dan harapan dari pembimbing akademik. Dari penjelasan mengenai elemen-elemen tersebut, peneliti

⁶⁷ Ines Testoni, Silvia Piol, Diego De Leo, Suicide Prevention: University Students' Narratives on Their Reasons for Living and for Dying, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol. 18 No. 8029 (Juli: 2021), hlm. 12-15, . <https://doi.org/10.3390/ijerph18158029>

⁶⁸ Salma Akter Urme, Risk Factors of Suicide... hlm. 2

menyimpulkan bahwa faktor internal memegang peran paling signifikan dalam memengaruhi tingkat stres mahasiswa. Karena adanya perbedaan pandangan di antara mahasiswa, ini menghasilkan beragam strategi penanganan stres, dan keyakinan masing-masing mahasiswa memainkan peran intrinsik dalam membentuk tingkat stres yang mereka alami.⁶⁹

Keinginan untuk melakukan tindakan bunuh diri dipicu oleh situasi individual yang menghambat kemampuan seseorang untuk merespon masalah secara adaptif. Dalam keadaan di mana individu merasa terisolasi dari lingkungan sosialnya, seperti di dalam kamar kos, munculnya pemikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri dapat terjadi. Waktu munculnya pemikiran ini bervariasi antara individu, dan pada skala intensitas 10 poin, partisipan secara konsisten melaporkan tingkat intensitas yang tinggi, berkisar antara 7 hingga 9. Durasi pemikiran ini juga bervariasi, mulai dari beberapa saat hingga satu minggu. Keadaan fisik juga dapat memengaruhi keinginan untuk bunuh diri, seperti sensitivitas yang meningkat beberapa hari sebelum menstruasi pada individu tertentu.⁷⁰

Seseorang yang berpotensi melakukan upaya bunuh diri umumnya menunjukkan indikator berikut: perasaan bersalah, ketegangan, kekhawatiran, rasa dendam, kemarahan, ketakutan, dan kondisi depresif. Pengalaman kehilangan tidak hanya muncul dari internal individu itu sendiri, tetapi juga dapat disebabkan oleh kehilangan anggota keluarga atau individu yang memiliki peran penting dalam kehidupannya. Bunuh diri menjadi sebuah metode untuk menyampaikan secara ekspresif perasaan negatif yang dimilikinya kepada orang lain.⁷¹

⁶⁹ Putri Hairiyah, Ahmad Razak, Muh. Nur Hidayat N, *Adversity Quotient* dan Stres Akademik pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, Vol. 2 No. 1 (April: 2022), hlm. 11-13

⁷⁰ Loora, Zainal Abidin, Persepsi Diabaikan Orangtua Memicu Mahasiswa Bunuh Diri, *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, Vol. 5 No. 2 (Maret: 2021), hlm. 287

⁷¹ David Eko Setiawan, *Pelayanan Konseling Terhadap...* hlm, 133

Depresi pada kalangan remaja menjadi faktor krusial yang berperan dalam meningkatkan kecenderungan mereka untuk melakukan bunuh diri. Depresi, sebagai gangguan mental, timbul dari dunia emosional dan dicirikan oleh perasaan kesedihan yang berkelanjutan, berpotensi menghambat kesehatan sosial dan fisik individu yang bersangkutan. Memahami indikator-indikator depresi menjadi hal yang penting.

Individu yang mengalami depresi dapat menunjukkan tanda-tanda seperti kejengkelan, ketakutan, perasaan putus asa, keputusasaan, atau demoralisasi, yang tercermin dalam penampilan mereka yang selalu kelihatan murung atau kurang semangat, terlibat dalam pertengkaran dengan teman dan keluarga, menghabiskan banyak waktu sendirian, dan cenderung menjauh dari keramaian. Individu yang mengalami depresi cenderung meyakini bahwa eksistensi hidup mereka kehilangan makna. Oleh karena itu, orang tua perlu menjaga kewaspadaan terhadap perubahan perilaku pada remaja. Remaja yang menunjukkan gejala kesedihan memiliki kecenderungan untuk mengalami perasaan putus asa, rendah diri, dan kebutuhan akan waktu sendiri. Kondisi depresi pada remaja dapat menyebabkan dorongan untuk melakukan bunuh diri, pemikiran berlebihan, dan persepsi negatif, sehingga penting untuk mengatasi masalah tersebut dengan segera agar tidak semakin memburuk.⁷²

D. Deskripsi Tentang Pilihan Bunuh Diri Sebagai Solusi

Upaya bunuh diri tidak selalu diiringi oleh pikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri. Kemungkinan pelaksanaan dari ide tersebut bergantung pada tingkat toleransi terhadap stres. Terdapat kontradiksi kognitif dalam toleransi ini yang berkaitan dengan tingkat stres dalam situasi dan keyakinan individu mengenai penerimaan diri oleh

⁷² Mandasari Linda, Tobing Duma L, Tingkat Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja, *Jurnal Of Health Development*, Vol. 2 No. 2 (2020), hlm. 2

orang lain atau optimisme terhadap masa depan. Sebagai contoh, keyakinan bahwa kondisi akan membaik di masa mendatang atau bahwa pencapaian tujuan akan membawa perbaikan. Kapasitas seseorang untuk mentoleransi stres dapat meningkat melalui proses pembelajaran bahwa setiap individu menghadapi tantangan dan kesusahan serta berusaha untuk mengatasinya, yang pada gilirannya dapat mengurangi tingkat keparahan pemikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri. Kondisi psikologis seseorang akan mengalami penurunan jika toleransi terhadap stres rendah, dan sebaliknya.⁷³

Mengidentifikasi tanda-tanda dan perilaku seseorang yang sedang mempertimbangkan untuk melakukan tindakan bunuh diri mungkin merupakan tugas yang sulit dan jarang terjadi. Tindakan bunuh diri sendiri jarang disebabkan oleh alasan tunggal; selalu terdapat variasi yang bergantung pada rentang waktu dan konteks sekitar individu yang terlibat. Oleh karena itu, kompleksitas ini menjadi komponen penting lainnya yang menjadikan sulitnya untuk mencegah seseorang dari melakukan tindakan bunuh diri.

Faktor penyebab seseorang melakukan bunuh diri maupun percobaan bunuh diri karena adanya depresi atau kerusakan mental. Depresi yang cukup berat menjadikan salah satu penyebab terjadinya percobaan bunuh diri dan bunuh diri. Depresi timbul karena adanya perasaan tidak diinginkan, tidak berdaya dan tidak ada yang mengasihi. Dari perasaan tersebut muncullah ide bunuh diri sebagai solusi. Bunuh diri dipandang sebagai solusi karena adanya ketidakberdayaan individu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Bunuh diri dianggap sebagai cara yang paling efektif untuk mengakhiri rasa sakit yang parah.⁷⁴

Gagasan mengenai mengakhiri hidup secara sengaja merujuk pada ide bunuh diri, suatu konsepsi yang pada akhirnya membawa individu tersebut menuju kematian yang dikehendaki. Pernyataan ini

⁷³ Loora, *Persepsi Diabaikan...* hlm. 288

⁷⁴ Dapot Nainggolan, *Kajian Teologis Terhadap Tindakan Bunuh Diri*, *Jurnal Luxnos*, Vol. 7 No. 1 (Juni: 2021), hlm. 27

mencerminkan sebuah ilustrasi tentang bagaimana pemikiran yang telah dipersiapkan untuk tindakan bunuh diri akhirnya menghasilkan usaha konkret dalam mengakhiri eksistensi diri. Keinginan untuk mengakhiri hidup tersebut merupakan tahap awal yang menjadi pendorong terbentuknya perilaku bunuh diri, yang senantiasa mengalami perkembangan bertahap. Manifestasi dari perilaku bunuh diri mencakup berbagai bentuk, seperti ideasi bunuh diri, dorongan untuk bunuh diri, percobaan bunuh diri, dan pelaksanaan bunuh diri yang sebenarnya. Sebelum seseorang mencapai tahap tindakan bunuh diri, ideasi bunuh diri akan mendorong mereka untuk merenungkan opsi-opsi yang tersedia dalam rangka mengakhiri eksistensi mereka sendiri.⁷⁵

Tindakan bunuh diri melibatkan minimal tiga aspek esensial: kemampuan untuk merugikan atau melukai diri sendiri (*self-injury*), perasaan menjadi beban bagi orang lain atau lingkungan sekitar, dan rasa memiliki yang terhambat atau kesepian yang timbul akibat ketidakmampuan untuk beradaptasi dan menjalin hubungan atau mencapai aspirasi kelompok (*thwarted belongingness*).⁷⁶

Terjadinya dorongan untuk mengakhiri hidup dapat disebabkan oleh sejumlah faktor pendukung. Elaborasi sebelumnya menyoroti bahwa tekanan psikologis, perasaan putus asa, keadaan kesepian, dan kekurangan dukungan sosial dapat berperan sebagai faktor pendorong munculnya niat bunuh diri pada seseorang.⁷⁷

Tindakan bunuh diri dan percobaan bunuh diri merupakan dua aspek yang berbeda namun saling terkait secara rumit, yang tergabung dalam konteks hubungan yang lebih besar, yaitu niat bunuh diri. Perilaku bunuh diri, yang dalam literatur sering disebut sebagai suicidalitas, mencakup pemikiran dan perencanaan terkait dengan tindakan bunuh diri,

⁷⁵ Atriska Dewi Kurniasari, Ide Bunuh Diri Pada Korban *Bullying*, *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 7 No. 3 (2020), hlm. 119

⁷⁶ Khumaira Alia Ainunnida, Hubungan Kesepian dan Ide Bunuh Diri yang Dimoderasi Oleh Depresi Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua, *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan*, Vol. 1 No. 1 (2022), hlm. 3-4

⁷⁷ Atriska Dewi Kurniasari, Ide Bunuh Diri... hlm. 129

yang pada dasarnya merupakan komponen-komponen dari niat bunuh diri.⁷⁸

Gambaran mengenai konsepsi bunuh diri yang timbul, individu merencanakan secara rinci langkah-langkah, lokasi, dan waktu pelaksanaan niat bunuh diri. Selain itu, mereka juga mengantisipasi tanggapan dari orang lain, seperti simpati, pemahaman, serta melihat ide bunuh diri sebagai solusi untuk mengatasi permasalahan. Terakhir, mereka merumuskan harapan terkait kematian dan keinginan untuk tidak mengalami kelahiran kembali.⁷⁹

Bunuh diri dapat timbul akibat faktor-faktor internal, yang berasal dari dalam individu, maupun faktor eksternal, yang bersumber dari luar individu tersebut. Pemicu internal, seperti kondisi psikologis yang tidak stabil atau dorongan untuk menghindari rasa sakit, dapat diidentifikasi sebagai contoh variabel dan motivasi yang bersumber dari dalam diri pelaku. Di sisi lain, faktor-faktor yang berhubungan dengan pelaku, termasuk kondisi keuangan yang sulit, akumulasi berbagai masalah kehidupan, dan kebutuhan untuk dikenang setelah meninggal, merupakan contoh variabel dan motivasi yang bersumber dari luar diri individu.⁸⁰

Informasi yang diberikan di bawah ini memberikan pemahaman mendalam mengenai motif di balik tindakan bunuh diri. Sebanyak 10% dari kasus bunuh diri terjadi tanpa alasan yang jelas, 25% disebabkan oleh ketidakstabilan mental, sementara 40% terjadi karena gangguan emosional seperti stres, penderitaan, kekacauan emosional, atau kegagalan. Depresi diidentifikasi sebagai kondisi di mana seorang individu mengalami kemarahan yang mendalam akibat situasi kehidupan yang berada di luar kendalinya, dan kondisi ini juga dapat menjadi pencetus bunuh diri. Dampak negatif dari penahanan emosi kemarahan ini mencakup risiko terhadap tindakan bunuh diri. Sebanyak 25% dari

⁷⁸ Azmul Fuadi, Ide dan Upaya... hlm. 179

⁷⁹ Atriska Dewi Kurniasari, Ide Bunuh Diri... hm. 130

⁸⁰ Luluk Mukarromah, Fathul Lulabin N, Dinamika Psikologis Pada Pelaku Percobaan Bunuh Diri, *Jurnal Psikoislamika*, Vol. 11 No. 2 (2019), hlm. 31

populasi yang mengakhiri hidupnya setelah melakukan pertimbangan mendalam dan merenungkan dengan cermat tentang keuntungan dan kerugian yang terkait dengan kehidupan dan kematian. Individu yang memegang pandangan ini meyakini bahwa memilih untuk tidak hidup lebih dianggap sebagai alternatif yang optimal.⁸¹

Depresi tetap menjadi unsur internal yang signifikan dalam konteks kasus bunuh diri pada kalangan remaja yang memerlukan pertimbangan serius. Penyebabnya mungkin melibatkan penolakan dari lingkungan sosial atau rasa kesedihan. Reaksi balas dendam dari orang-orang di sekitar mereka dapat menjadi dampak langsung dari penolakan tersebut. Terdapat kecenderungan bahwa hasrat untuk membalas dendam tersebut menjadi lebih kuat dibandingkan dengan tekad untuk bertahan hidup. Banyak remaja sebayanya mengalami kondisi depresi, yang kemudian mereka ekspresikan melalui perilaku yang seringkali mencerminkan tingkat kematangan seperti halnya orang dewasa, termasuk penggunaan narkoba yang berlebihan, keterlibatan dalam hubungan seks yang tidak terencana, dan pemikiran terkait tindakan bunuh diri.⁸²

Pada beberapa situasi, remaja mungkin meresapi pemikiran untuk mengakhiri hidup sebagai konsekuensi dari kendala keuangan yang kompleks. Masa remaja ditandai dengan fase pencarian identitas, di mana mereka seringkali enggan untuk tertinggal dalam lingkungan sekitarnya. Kendala keuangan yang sulit dapat menjadi penghambat untuk mencapai aspirasi mereka, sehingga memunculkan potensi keputusan untuk mengakhiri hidup sebagai respons terhadap rasa bersalah dan kekecewaan yang muncul. Akumulasi berbagai masalah dalam kehidupan seseorang dapat menjadi katalis untuk potensi tindakan bunuh diri pada remaja tersebut. Namun, karena individu menghadapi keterbatasan dalam menangani berbagai permasalahan yang dihadapinya, mereka mengambil

⁸¹ Norman Wright, *Konseling Krisis: Membantu Orang Dalam Krisis Dan Stres*, Cetakan ke. (Malang: Yayasan Penerbit Gandum Mas, 1996), 125–126.

⁸² Norman Wright, *Konseling Krisis*.. hlm. 125

keputusan untuk mengakhiri hidup sebagai solusi yang tindakannya dianggap cepat.

Dorongan untuk mempertahankan kenangan terhadap individu yang telah meninggal adalah aspek eksternal tambahan. Fenomena ini muncul ketika seseorang menghadapi krisis dalam hubungan kasih sayang. Tindakan bunuh diri menjadi ekspresi dari kebutuhan akan kasih sayang dan perhatian yang tidak terpenuhi dari pihak lain.⁸³



⁸³ Bernardus Khrisma Wibisono dan Elly Yuliandari Gunatirin, Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Melukai Diri Pada Remaja Perempuan, *Calypra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol.7 No. 2 (2018), hlm. 3675

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian yang berjudul “Fenomena Percobaan Bunuh Diri Sebagai Solusi Mengatasi Problem Sesaat di Kalangan Mahasiswi” ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif menggunakan deskripsi tekstual dan linguistik pada suatu latar alamiah tertentu dengan memanfaatkan berbagai pendekatan alamiah untuk mencoba memahami fenomena yang dialami oleh objek penelitian, misalnya persepsi, perilaku, motivasi, dan lain-lain.⁸⁴ Metode kualitatif ini digunakan guna menjawab pertanyaan “apa (*what*)”, “mengapa (*why*)”, ataupun “bagaimana (*how*)”, atas suatu fenomena.

Penelitian ini menerapkan pendekatan metodologi fenomenologi deskriptif, penelitian ini akan difokuskan pada intensionalitas, yaitu, aspek-aspek yang terjadi dalam kesadaran individu. Keterkaitan antara fokus perhatian selama fungsi otak dan proses itu sendiri dikenal sebagai intensionalitas. Fenomenologi merujuk pada kajian tentang pengalaman manusia dalam konteks kesadaran; ini mencakup pengalaman atau pengenalan terhadap suatu objek, pemahaman visual terhadap objek tersebut, kemampuan mengingat sesuatu, penilaian terhadap objek tertentu, dan pengakuan akan eksistensi objek dalam kesadaran. Apa pun yang dihadapi oleh individu sebagai objek kesadaran disebut sebagai "sesuatu" dalam kerangka konsep ini.⁸⁵

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian adalah tempat di mana objek penelitian diteliti, dan tempat di mana peneliti memperoleh informasi atau data

⁸⁴ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Cet. Ke-22, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2006), hal. 6

⁸⁵ Jonathan Smith, *Psikologi Kualitatif: Panduan Praktis Metode Riset*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009) hlm 44

untuk dianalisis menjadi hasil penelitian. Lokasi penelitian ini berada di Purwokerto, lebih rincinya di beberapa kampus di Purwokerto. Pemilihan lokasi tersebut berdasarkan prosedur observasi, sesuai dengan tujuan penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk mengetahui fenomena percobaan bunuh diri sebagai solusi mengatasi problem sesaat di kalangan mahasiswi.

2. Waktu Penelitian

Waktu dalam penelitian ini dilakukan mulai dari bulan September 2023 sampai dengan bulan Desember 2023.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah individu yang memiliki pengetahuan yang relevan dengan data utama yang dibutuhkan oleh peneliti dapat berupa orang maupun benda yang menjadi sumber informasi guna pengumpulan data.⁸⁶

Dalam penelitian ini subjeknya yaitu tiga mahasiswi yang sudah pernah melakukan percobaan bunuh diri. Penentuan subjek menggunakan teknik *purposive sampling*. Dalam melakukan penelitian kualitatif, peneliti mengobservasi dan berinteraksi dengan partisipan yang dianggap memiliki pemahaman mendalam tentang konteks sosial yang sedang diselidiki. Pemilihan partisipan yang diwawancarai dilakukan secara *purposive*, dengan mempertimbangkan tujuan tertentu. Karena pengambilan sampel tidak bersifat acak, maka generalisasi temuan penelitian menjadi terbatas dan tidak dapat diaplikasikan secara umum pada masyarakat luas. Temuan penelitian kualitatif memiliki cakupan yang terbatas pada lingkungan sosial yang menjadi fokus penelitian. Namun, jika terdapat kesamaan antara situasi sosial yang sedang diteliti dengan situasi sosial lainnya, kemudian

⁸⁶ Rahmadi, *Pengantar Metodologi Pendidikan*, (Banjarmasin: Antasari Press: 2011): 61

temuan penelitian dapat diterapkan atau ditransfer ke lingkungan sosial lain atau tempat lain.⁸⁷

Purposive sampling merupakan metode pengambilan sampel sumber data yang melibatkan pertimbangan yang cermat. Pertimbangan ini dapat mencakup pemilihan individu yang memiliki kedudukan sebagai otoritas, memudahkan perolehan informasi dari mereka, atau mungkin dipilih karena pengetahuannya yang dianggap paling mendalam terkait dengan harapan penelitian. Selain itu, pemilihan individu berdasarkan kedudukannya sebagai otoritas juga dapat mempermudah penelitian dalam mengungkap skenario sosial yang sedang diteliti oleh peneliti.⁸⁸

Dalam hal ini, peneliti mengambil subjek berdasarkan dengan kriteria yang peneliti tentukan. Kriteria tersebut adalah:

- a. Mahasiswi berusia 19-23 tahun
- b. Berkuliah di universitas di Purwokerto
- c. Berjenis kelamin perempuan
- d. Pernah melakukan percobaan bunuh diri minimal tiga kali percobaan
- e. Melakukan percobaan bunuh diri dengan cara menyakiti diri sendiri (*self-harm*), menggunakan *cutter*, pisau dapur maupun benda tajam lainnya, dan mengonsumsi alkohol dengan tujuan *over dosis*.

Berdasarkan kriteria tersebut di atas, subjek yang terpilih menjadi informan penelitian dan akan dimintai informasi berjumlah tiga mahasiswi, yaitu A, M dan R.

2. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah fokus studi dapat dipandang sebagai kualitas atau nilai pada seseorang yang menunjukkan sifat tertentu dan dipilih oleh peneliti untuk diselidiki secara menyeluruh sebelum

⁸⁷ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, (Bandung: Penerbit Alfabeta): 216

⁸⁸ Sugiyono, Metode Penelitian Kualitatif... hlm. 218-219

mengambil keputusan.⁸⁹ Adapun objek dalam penelitian ini adalah meneliti fenomena percobaan bunuh diri sebagai solusi mengatasi problem sesaat di kalangan mahasiswi.

D. Data dan Sumber Data

1. Data

Data merujuk pada fakta atau informasi khusus yang diperoleh melalui metode seperti kuesioner atau wawancara dengan subjek yang menjadi fokus selama proses pengumpulan data dalam suatu penelitian. Gaya penyajian data dapat berupa narasi tertulis atau rekaman wawancara lisan, yang menjadi metode pengumpulan informasi.⁹⁰

Meskipun tidak memiliki makna intrinsik, pengelolaan data tetap menjadi suatu kebutuhan yang esensial. Informasi yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data dalam sebuah penelitian dapat mengadopsi beragam bentuk, seperti situasi, suara, gambar, huruf, angka, dan elemen lainnya. Terlepas dari topik dan tujuan penelitian, data memiliki keberadaan yang meluas dan dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk dan konteks.⁹¹ Data penelitian ini diperoleh dari tiga subjek mahasiswi yang melakukan percobaan bunuh diri dengan cara menyakiti diri sendiri.

2. Sumber Data

Data dapat dikelompokkan menjadi dua jenis utama untuk keperluan pengumpulan informasi, yaitu data primer dan sekunder. Data primer merujuk pada informasi yang diperoleh secara langsung oleh peneliti dari sumbernya, sedangkan data sekunder adalah

⁸⁹ Arikunto. *Prosedur Penelitian...* hlm.172

⁹⁰ Suharsini Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2013). hlm. 172

⁹¹ Nugrahani, *Metode Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, hlm. 107

informasi yang diperoleh tidak langsung, mungkin melalui dokumen atau melalui pihak lain.⁹²

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan data primer guna mendapatkan sebuah informasi secara langsung dan akurat terkait dengan focus penelitian dengan melakukan observasi dan wawancara kepada tiga mahasiswi. Sedangkan data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari berbagai sumber seperti buku, jurnal, arsip, dokumentasi, laporan penelitian, berita media cetak maupun elektronik yang berhubungan dengan fenomena percobaan bunuh diri di kalangan mahasiswi.

E. Metode Pengumpulan Data

Dalam konteks penelitian, strategi pengumpulan data memiliki peran kunci mengingat bahwa tujuan utama penelitian adalah akuisisi data. Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data melibatkan observasi dan metode wawancara sebagai pendekatan utama.

1. Metode Observasi

Observasi dilakukan untuk mendapatkan informasi yang akurat, dapat dipercaya, dan tervalidasi, melalui pemantauan dan pemahaman suatu proses atau peristiwa.⁹³

Untuk mendapatkan informasi lebih lanjut, peneliti menggunakan observasi terus terang dan tersamar. Dalam konteks ini, peneliti menyampaikan kepada sumber data sejak awal bahwa sedang melakukan pengumpulan data untuk suatu penelitian. Oleh karena itu, partisipan penelitian memiliki pemahaman tentang aktivitas penelitian dari awal hingga akhir. Meskipun demikian, peneliti tetap menjaga kebijaksanaan dan kehati-hatian pada tahap akhir observasinya untuk mencegah pengungkapan data yang bersifat rahasia. Meskipun demikian, informasi yang diinginkan masih bersifat pribadi. Apabila

⁹² Sugiyono, Metode Penelitian... hlm. 225

⁹³ Sugiyono. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D), (Bandung: Alfabeta, 2015), hlm. 203

pendekatan ini dilakukan secara terbuka, peneliti mungkin tidak diperbolehkan untuk melakukan observasi.⁹⁴

2. Metode Wawancara

Wawancara merupakan pertemuan antara dua individu yang melibatkan pertanyaan dan jawaban dengan tujuan untuk berbagi pemikiran dan informasi terkait suatu topik, sehingga dapat menghasilkan pemaknaan yang lebih mendalam. Wawancara merupakan metode efektif dalam pengumpulan data ketika peneliti ingin mendapatkan wawasan yang lebih terperinci dari responden atau melakukan studi pendahuluan untuk mengidentifikasi isu-isu yang memerlukan penyelidikan lebih lanjut. Pendekatan pengumpulan data ini bergantung pada pelaporan diri (*self-report*) atau, setidaknya, pada pandangan dan pengetahuan individu.⁹⁵

Interaksi tatap muka antara peneliti dan responden menjadi medium utama dalam wawancara. Dalam konteks ini, komunikasi dilakukan melalui pertanyaan dan jawaban, dengan gerakan tubuh dan ekspresi wajah responden memperkuat makna dari kata-kata yang diungkapkan. Oleh karena itu, wawancara mampu merekam pemahaman mendalam terkait konsep, pengalaman, motivasi, dan perasaan yang dialami oleh individu yang sedang diwawancarai.⁹⁶

Jenis wawancara yang digunakan peneliti adalah jenis wawancara semiterstruktur (*Semistruktur Interview*). Jika dibandingkan dengan wawancara terstruktur, jenis wawancara ini termasuk dalam kategori wawancara mendalam (*in-depth interview*) yang menawarkan fleksibilitas lebih besar. Dalam konteks wawancara semacam ini, fokus utamanya adalah meminta pendapat dan pemikiran dari narasumber, dengan tujuan mengidentifikasi isu-isu secara lebih terbuka. Penting bagi peneliti untuk memberikan perhatian yang cermat terhadap apa yang diungkapkan oleh narasumber dan

⁹⁴ Sugiyono, Metode Penelitian...hlm. 228

⁹⁵ Sugiyono, Metode Penelitian...hlm. 231

⁹⁶ W. Gulo. Metodologi Penelitian. (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2002): 81

mendokumentasikannya dengan akurat.⁹⁷ Hal ini digunakan guna mendapatkan data yang jelas dari informan mengenai fenomena percobaan bunuh diri sebagai solusi mengatasi problem sesaat di kalangan mahasiswi.

F. Teknik Analisis Data

Mengolah data dan menyajikannya secara sederhana agar pembaca dapat membacanya dengan mudah dan memahaminya dikenal sebagai analisis data. Analisis data merupakan suatu pendekatan untuk mengubah data menjadi informasi agar karakteristiknya dapat dipahami dan diterapkan dalam menyelesaikan masalah, terutama dalam konteks penelitian.⁹⁸ Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Reduksi Data

Proses pengurangan data melibatkan langkah-langkah merangkum data terlebih dahulu, kemudian menggolngkannya ke dalam konsep, kategori, dan tema. Tindakan pemilihan, pemberian fokus, dan modifikasi data mentah yang berasal dari catatan lapangan yang tertulis disebut sebagai pengurangan data. Prosedur semacam ini dapat diamati dari kerangka konseptual penelitian, permasalahan penelitian, dan strategi pengumpulan data yang dipilih oleh peneliti. Proses ini berlangsung secara terus-menerus sepanjang proyek penelitian, bahkan sebelum pelaksanaan pengumpulan data yang sebenarnya dan juga melibatkan metode pengumpulan data yang telah dipilih oleh peneliti.⁹⁹

Reduksi data dalam konteks penelitian merupakan elemen integral yang tak dapat dipisahkan dari proses pengumpulan data. Tahapan pertama dalam prosedur pengurangan data melibatkan

⁹⁷ Sugiyono, Metode Penelitian...hlm. 233

⁹⁸ Indah, Triningsih. *Motivasi Dan Pengambilan Keputusan Untuk Kuliah Di Program Studi BKI IAIN Purwokerto Pada Mahasiswa Baru Yang Berasal Dari Brebes Selatan*. 2021. Phd Thesis. Iain Purwokerto

⁹⁹ Sugiyono, Metode Penelitian...hlm. 247

penyusunan semua data yang telah terkumpul oleh peneliti untuk menghasilkan struktur yang lebih sederhana. Rekaman wawancara menjadi hasil akhir dari pengurangan data ini, dimaksudkan untuk memudahkan presentasi dan memvalidasi simpulan. Selain itu, peneliti berupaya melakukan pemilihan data dari proses wawancara guna memastikan bahwa hanya data yang relevan dan diperlukan untuk mendukung temuan penelitian yang digunakan, dan proses seleksi ini melibatkan pemilahan dan pemilihan data.

2. Penyajian Data

Proses penyajian data melibatkan pengorganisasian kumpulan data sedemikian rupa sehingga kesimpulan dapat ditarik dan tindakan dapat diambil. Teks naratif dapat dipresentasikan melalui berbagai alat bantu visual, seperti catatan lapangan, matriks, grafik, jaringan, dan bagan. Penggunaan alat bantu visual ini bertujuan untuk memudahkan pemahaman terhadap konten data, memungkinkan identifikasi apakah hasilnya perlu dianalisis ulang, dan menyajikan fakta-fakta dengan teratur dan jelas.¹⁰⁰ Pada penelitian ini peneliti menggunakan deskriptif yang menjabarkan dan menjelaskan riset mengenai fenomena percobaan bunuh diri sebagai solusi mengatasi problem sesaat di kalangan mahasiwi.

3. Penarikan Kesimpulan

Selama melakukan penelitian lapangan, peneliti terus berupaya untuk mencapai kesimpulan yang signifikan. Penelitian kualitatif menitikberatkan pada pengungkapan makna dalam objek, pengamatan terhadap pola yang teratur (dalam kerangka teoretis), penyajian penjelasan, pertimbangan terhadap konfigurasi potensial, analisis sebab-akibat, dan pembentukan klaim sejak awal pengumpulan data. Meskipun kesimpulan dicapai, tetapi penanganannya dilakukan dengan cermat, hati-hati, dan pendekatan skeptis. Kesimpulan ini dapat dimulai dengan tingkat kejelasan yang minim pada tahap awal dan

¹⁰⁰ Sugiyono, Metode Penelitian...hlm. 249

kemudian mengalami perkembangan yang lebih tajam dan berakar seiring berjalannya waktu.¹⁰¹

Mengembangkan dan memvalidasi kesimpulan ditegaskan oleh Miles dan Huberman. Kesimpulan awal tetap terbuka untuk direvisi jika pengumpulan data berikutnya gagal memberikan bukti yang substansial. Namun demikian, jika temuan awal didukung oleh bukti-bukti yang dapat diandalkan dan konsisten selama penelitian lapangan berikutnya, maka temuan tersebut dianggap dapat dipercaya.¹⁰²



¹⁰¹ Sugiyono, Metode Penelitian...hlm. 252

¹⁰² Sugiyono, Metode Penelitian...hlm. 252

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang mahasiswi, yang mana mahasiswa tersebut pernah melakukan percobaan bunuh diri minimal tiga kali. Penulisan nama subjek pada penelitian ini menggunakan inisial dengan tujuan untuk menjaga kerahasiaan data subjek.

1. Identitas Subjek "A"

Nama : ADT
TTL : Purbalingga, 30 Agustus 2000
Usia : 23 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan

Informan A merupakan mahasiswi asli Kabupaten Purbalingga. A bersekolah di sekolah negeri dari SD hingga SMA. Kemudian melanjutkan kuliah di salah satu universitas di Purwokerto dan status tempat tinggalnya di rumah, A melakukan perjalanan PP (Pulang-Pergi) dari rumah ke kampus mengingat jaraknya yang tidak cukup jauh. Hubungan A dengan keluarganya baik-baik saja, namun A kurang terbuka kepada keluarganya, A selalu memendam masalahnya sendiri dan tertutup kepada keluarganya.

Dari data yang diperoleh peneliti dalam observasi awal, diketahui jika informan A mulai melakukan percobaan bunuh diri semenjak berpacaran dengan mantan kekasihnya mulai dari tahun 2020. A merasa tidak tahan dengan pasangannya karena menjalani hubungan *toxic*. A sudah berulang kali melakukan percobaan bunuh diri menggunakan pisau daging dan pisau dapur, bahkan sudah tidak bisa terhitung jumlahnya berapa kali A melakukan percobaan bunuh diri.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, informan A menyampaikan keterangannya dalam kutipan berikut:

“Saya nglakuin bunuh diri karena haus kasih sayang sama pasanganku, Mba, padahal kasih sayang dari orang tua udah dikasih semua ke saya. Dulu saya mikirnya emang nggak ada yang peduli sama saya. Saya ngerasa nggak dipeduliiin jadi saya mutusin buat bunuh diri aja karena nggak ada pilihan lain selain bunuh diri, biar ngerasa tenang aja tanpa caci makian apapun atau dikasarin sampai mentalku nggak baik, Mbak.”¹⁰³

Jadi dalam konteks bunuh diri yang sebagaimana disebutkan pengertian di bab II, informan A masuk dalam terminologi Shneidman karena A percaya bahwa bunuh diri dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

2. Identitas Subjek “M”

Nama : MR
 TTL : Purbalingga, 2 Januari 2000
 Usia : 23 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan

Informan M merupakan mahasiswi asli Purwokerto. Dari data yang diperoleh peneliti dalam observasi awal diketahui bahwa M melakukan percobaan bunuh diri karena merasa adanya kegagalan dalam hidup. M merupakan anak kedua dari dua bersaudara. M mengenyam pendidikan dari SD hingga SMK di sekolah negeri, kemudian melanjutkan kuliah di salah satu universitas swasta di Purwokerto dan M tinggal di kost. Bapak M sudah meninggal satu tahun lalu, ibu M merupakan seorang pedagang nasi bungkus, dan kakak M sudah berkeluarga. M sangat merasakan kehilangan sosok ayah dalam hidupnya setelah bapak M meninggal.

M mengalami kegagalan dalam hidup dalam hal berhubungan atau menjalin interaksi dengan orang lain. M merasakan adanya

¹⁰³ Wawancara dengan informan A pada Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15 WIB

kehancuran hubungan, baik itu persahabatan, asmara dan hubungan keluarga. M merasa sendirian dan tidak bisa menghadapinya sendiri.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, informan M menyampaikan keterangannya dalam kutipan berikut ini:

“Saya nyoba bunuh diri tuh karena udah nggak tahan lagi Mba sama semuanya, saya ngerasa sendirian semenjak bapak meninggal. Kakakku jauh ngikut suaminya, sementara ibu di rumah juga sendirian karna saya jarang pulang, saya lebih seneng di kost aja. Tapi terkadang kalo saya sendirian rasa pengen bunuh diri itu muncul Mba. Tekanan emosional tuh kadang bikin saya nggak bisa berfikir dengan jernih makanya pengen mati aja saya.”¹⁰⁴

Dari pernyataan informan M tersebut di atas, dalam konteks bunuh diri sebagaimana disebutkan pengertian di bab II, informan M masuk dalam terminologi bunuh diri Menninger dari aliran psikoanalisis yang mengatakan keinginan membunuh diri sendiri karena adanya emosi bersalah dan adanya keinginan untuk mati.

3. Identitas Subjek “R”

Nama : RS
 TTL : Purbalingga, 21 Juli 2001
 Usia : 22 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan

Informan R merupakan mahasiswi dari Kabupaten Purbalingga. Dari data yang telah diperoleh peneliti dalam observasi awal diketahui jika informan R mengalami percobaan bunuh diri dari tahun 2019 dikarenakan adanya masalah dengan keluarganya dan juga pacarnya pada saat itu. R merasa tidak berguna dan merasa percobaan bunuh diri akan menyelesaikan semua masalahnya.

R selama ini mengenyam di bangku pendidikan sekolah negeri dari mulai Taman Kanak-kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama dan juga Sekolah Menengah Akhir hingga akhirnya R berkuliah di salah satu kampus perguruan tinggi negeri di Purwokerto.

¹⁰⁴ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

R merupakan anak ke tiga dari empat bersaudara. R berasal dari keluarga *broken home*, bapak dan ibu R sudah resmi bercerai pada akhir tahun 2020 lalu. Perceraian tersebut diakibatkan karena adanya perselingkuhan yang dilakukan oleh bapak R.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, informan R menyampaikan keterangannya dalam kutipan berikut ini:

“Pengen mati aja karna kalo gada saya mungkin ngga bakal ada masalah kaya gini Mba, saya cape hidup. Saya ngerasa ngga berguna, saya ngga ngerasain disayang baik dari keluarga apa pacarku Mba.”¹⁰⁵

Informan R dalam konteks bunuh diri yang sebagaimana dijelaskan di bab II masuk kedalam terminologi bunuh diri Shneidman, karena R merasa bunuh diri dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi.

B. Temuan Lapangan

1. Faktor Penyebab Bunuh Diri

Fenomena percobaan bunuh diri dilatar belakangi oleh berbagai macam faktor yang dapat mengakibatkan seseorang melakukan bunuh diri. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Faika Rachmawati menyebutkan bahwa ada tiga aspek pribadi yang dapat menyebabkan seseorang melakukan bunuh diri, yaitu:

- a. Isu ketergantungan pada narkoba, pengalaman kesedihan, perasaan ketidakberdayaan, frustrasi dan rasa malu

Melalui proses wawancara yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa informan memiliki pengalaman kesedihan, perasaan ketidakberdayaan dan adanya frustrasi. Sebagaimana pendapat yang disampaikan oleh informan A dalam kutipan wawancara berikut ini:

“Waktu dulu mikirnya emang nggak ada yang peduli atau sayang dari pasangan, padahal kasih sayang dari orang tua

¹⁰⁵ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

udah dikasih semua ke saya, tapi saya malah haus kasih sayang dari pasangan. Itu bikin saya merasa sedih banget sih, Mbak. Mengharapkan kasih sayang dari orang yang ternyata menyakiti saya.”¹⁰⁶

Jawaban tersebut dapat dipertegas dengan adanya pengakuan dari informan A, A menunjukkan bukti chat dengan mantan pacarnya dulu dalam chat tersebut terlihat A memohon/mengemis untuk dikasihani dan mendapatkan kasih sayang dari pacarnya dulu. Pengakuan yang sama juga didapatkan oleh informan R, dari hasil yang didapatkan dalam wawancara berikut ini: *“Saya merasa sedih saat mengingat semua perlakuan bapak ke saya semasa kecil hingga saya beranjak dewasa, dari keempat anaknya hanya saya yang mendapatkan tindakan kekerasan tersebut. Ditambah lagi perlakuan pacar saya yang melakukan hal yang sama, Mba.”¹⁰⁷* Berbeda dengan pernyataan dari informan M, dari hasil wawancara dia menyatakan: *“Saya tidak bisa memenuhi harapan mereka yang rendah.”¹⁰⁸*

Hal tersebut dapat dipertegas dari pengakuan ketiga informan percobaan bunuh diri. Informan A dan R merasakan adanya kesedihan karena kejadian di masa lalu yang membuat mereka ingin melsayaan bunuh diri, berbeda dengan informan M yang tidak dapat memenuhi ekspektasi dari lingkungannya, hal tersebut membuat M terpojok dan merasa terbebani.

- b. Faktor lingkungan, hubungan dengan teman, interaksi keluarga, lingkungan sekolah dan dinamika di tempat kerja

Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan ketiga informan, dapat diketahui jika informan penelitian memiliki faktor hubungan dengan teman, pasangan, keluarga yang dapat mempengaruhi percobaan bunuh diri. Sebagaimana pendapat yang disampaikan informan A dalam kutipan berikut: *“Faktor yang*

¹⁰⁶ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10L15

¹⁰⁷ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

¹⁰⁸ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

paling utama karena pasangan, Mbak. Mental saya bener-bener dihancurin sama pasangan waktu itu. Kalau masalah temen atau keluarga gitu enggak.”¹⁰⁹

Hasil wawancara ini dapat dipertegas dari apa yang peneliti lihat dan dengar mengenai pengakuan dari informan A, informan A menunjukkan bukti chat dari mantan pacarnya kepada peneliti. Bagaimana perlakuan mantan pacarnya kepada informan A. Informan M juga memberikan keterangan sebagai berikut: *“Kalau saya faktor lingkungan sih, mempengaruhi banget. Adanya akses yang membuat saya bisa melakukan tindakan bunuh diri. Adanya stress akibat ekonomi, keluarga juga membuat saya mudah mencoba melakukan percobaan bunuh diri. Apalagi setelah saya kehilangan bapak saya, dunia saya hancur, Mba.”¹¹⁰*

Hal tersebut diperkuat dengan apa yang peneliti lihat dari informan M, karena M tinggal di kost dan mengisolasi dirinya sendiri. M termasuk orang yang pendiam dan kurang bersosialisasi dengan baik dengan teman kampus maupun dengan teman kostnya.

Informan R juga memberikan keterangannya sebagai berikut: *“Hubungan saya dengan keluarga saya dari kecil memang sudah tidak baik, saya sering kena tindakan kekerasan baik verbal maupun non-verbal yang dilakukan oleh bapak saya. Saya mencari kasih sayang dari orang lain dari pacar saya sendiripun ternyata sama saja, kasar dan mudah main tangan. Makanya saya merasa tidak berguna untuk hidup.”¹¹¹*

Pengakuan tersebut dipertegas dengan apa yang peneliti lihat dari adanya beberapa foto informan R yang menunjukkan bekas memar di beberapa bagian tubuh yang ditunjukkan kepada peneliti. Mencermati keterangan di atas, dapat dipahami bahwa

¹⁰⁹ Wawancara dengan informan A Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

¹¹⁰ Wawancara dengan informan M Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹¹¹ Wawancara dengan informan R Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

hubungan dengan keluarga, teman maupun pasangan dapat menyebabkan adanya perilaku bunuh diri.

c. Aspek sosial dan budaya kehidupan

Faktor aspek sosial dan budaya dapat mempengaruhi bunuh diri melalui berbagai cara. Stigma terhadap masalah kesehatan mental dalam masyarakat dapat menghambat pencarian bantuan. Norma-norma budaya yang terabaikan kesehatan mental dapat memperburuk situasi. Selain itu, tekanan sosial seperti isolasi, kehilangan dukungan sosial atau konflik intrapersonal dapat meningkatkan bunuh diri. Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada informan A, M dan R tidak ditemukan adanya faktor aspek sosial dan budaya kehidupan yang menjadi faktor percobaan bunuh diri.

Menurut Al-Husain ada beberapa faktor yang mengakibatkan seseorang melakukan percobaan bunuh diri, yaitu:

a. Adanya Gangguan Psikologis

Gangguan psikologis dapat berupa depresi dan skizofrenia, seringkali terkait dengan usaha untuk melakukan bunuh diri. Mengenai faktor yang mempengaruhi percobaan bunuh diri berupa adanya gangguan psikologis ini telah ditemukan beberapa informasi penting yang dikemukakan oleh ketiga informan dalam penelitian ini, yaitu:

Melalui proses wawancara yang telah dilakukan, ketiga informan ini mengakui adanya gangguan psikologis berupa depresi. Sebagaimana yang disampaikan oleh informan A dalam kutipan wawancara berikut ini: *“Sering banget waktu itu, Mbak. Gejala depresi yang saya alami adanya perasaan sedih yang sangat mendalam, susah tidur juga.”*¹¹²

Hasil wawancara ini bisa diperjelas dari apa yang peneliti lihat dari raut muka informan A, terlihat kantung matanya yang

¹¹² Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

kurang tidur dan adanya kantung mata yang menghitam karena kurangnya waktu tidur. Berbeda dengan yang disampaikan oleh informan M, sesuai dengan pendapatnya dalam kutipan berikut:

“Iya saya merasakan depresi juga, Mbak. Saya bisa mengurung diri saya di kamar selama sehari-hari dan memilih untuk tidak keluar.”¹¹³

Hasil wawancara tersebut diperkuat oleh teman-teman informan M yang mengatakan bahwa M jarang terlihat keluar dari kamar kostnya. Sedangkan pengakuan dari informan R mengatakan hal yang kurang lebih sama dengan informan A, seperti dalam kutipan berikut: *“Saya merasakan perasaan sedih yang sangat mendalam, saya bisa menangis sehari-hari karena mengingat hal-hal yang membuat saya sakit hati. Jika perasaan sedih itu muncul saya akan menangis sejadi-jadinya dan berpikiran untuk menyakiti diri saya sendiri.”¹¹⁴*

Dari pengakuan ketiga informan tersebut dapat diketahui bahwa depresi menjadi salah satu faktor yang signifikan untuk melakukan bunuh diri. Ketiga informan tersebut merasakan adanya perasaan sedih, putus asa, dan mengurung dirinya sendiri juga berpikiran untuk mengakhiri hidup. Gejala depresi yang parah dapat meningkatkan resiko seseorang untuk mencoba bunuh diri.

b. Penggunaan Narkotika dan Alkohol (*Substance Abuse*)

Penggunaan narkotika dan alkohol dapat meningkatkan adanya resiko bunuh diri. Kedua zat tersebut dapat mempengaruhi kinerja otak dan kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan secara rasional. Selain itu, penggunaan alkohol dan narkotika sering digunakan untuk mengatasi rasa stres, cemas, depresi dan dapat memperburuk kondisi mental.

Hal tersebut diperkuat dengan pengakuan informan M, dalam kutipannya sebagai berikut: *“Cara menghilangkan stress*

¹¹³ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹¹⁴ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

*saya dengan cara mabok. Saya bisa meminum satu botol minuman keras sendirian jika kondisi saya sedang stres dan tidak tahu harus bagaimana, Mbak.*¹¹⁵

Hal tersebut dapat diperjelas dengan adanya temuan yang peneliti lihat dari koleksi botol minuman keras yang informan M punya di kamar kostnya, ada berbagai merk minuman keras yang terpajang rapi. Alkohol dapat membuat seseorang melakukan tindakan impulsif, seperti percobaan bunuh diri.

Sementara itu, informan A dan R tidak mengonsumsi kedua zat tersebut, seperti hasil wawancaranya sebagai berikut: *“Kalau buat minum-minuman keras atau pakai narkoba saya enggak, Mbak. Saya tidak berani untuk meminum-minuman keras.*¹¹⁶

Hasil wawancara tersebut dapat diperkuat dari pengakuan teman dekat A dan R saat mereka ditanyai mengenai informan A dan R apakah mengonsumsi salah satu zat tersebut mereka menjawab tidak.

c. Krisis Kepribadian (*Personality Disorder*)

Krisis kepribadian seperti gangguan kepribadian *borderline* atau antisosial dapat mempengaruhi risiko bunuh diri. Orang dengan gangguan kepribadian sering mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, hubungan interpersonal dan respons impulsif. Dari hasil wawancara ketiga informan A, M dan R tidak ditemukan adanya krisis kepribadian sebagai faktor bunuh diri.

d. Penyakit Jasmani (*Physical Illnesses*)

Penyakit jasmani dapat mempengaruhi kesejahteraan mental seseorang, namun bunuh diri biasanya melibatkan faktor-faktor kompleks seperti kondisi psikologis, sosial dan lingkungan. Dari hasil wawancara informan A, M dan R tidak ditemukan

¹¹⁵ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹¹⁶ Wawancara dengan informan A dan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

adanya penyakit jasmani yang menyebabkan informan melakukan bunuh diri. Karena biasanya penyakit jasmani terjadi di rentang usia lansia.

e. Faktor Genetik (*Genetic Factors*)

Adanya riwayat keluarga dengan bunuh diri atau gangguan mental dapat meningkatkan kerentanan seseorang terhadap perilaku bunuh diri. Informan A menyampaikan dalam kutipan berikut ini: *“Ada, Mbak. Mamasku yang di Jakarta. Dulu pernah nyoba bunuh diri dengan cara gantung diri. Tapi Alhamdulillah masih hidup sampai sekarang karena ketauan sama saudara di sana.”*¹¹⁷

Hal tersebut bisa diperjelas dari apa yang peneliti dengar dari kedua orang tua informan A yang menyatakan bahwa memang benar kakak dari informan A pernah melakukan percobaan bunuh diri.

Sementara informan M menyatakan pendapatnya dalam kutipan berikut ini: *“Di keluarga saya tidak ada yang memiliki riwayat terkena gangguan mental atau uoaya bunuh diri.”*¹¹⁸ Hal yang sama juga disampaikan oleh informan R dalam kutipan berikut:

*“Di keluarga saya tidak ada yang melakukan percobaan bunuh diri maupun bunuh diri sebelumnya, Mbak. Mungkin bisa dikatakan saya satu-satunya anak yang melakukan percobaan bunuh diri.”*¹¹⁹

Hal tersebut bisa diperjelas dari apa yang peneliti dengar dari orang tua informan R yang menyatakan tidak adanya saudara yang mencoba bunuh diri sebelumnya.

¹¹⁷Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023

¹¹⁸ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023

¹¹⁹Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023

f. Perubahan dalam Bursa Kerja (*Labor Market*)

Perubahan signifikan dalam bursa kerja, seperti pemutusan hubungan kerja massal, dapat meningkatkan tekanan psikologis pada beberapa individu dan dapat menyebabkan faktor risiko bunuh diri. Dari hasil wawancara dengan ketiga informan yaitu A, M dan R tidak ditemukan adanya perubahan dalam bursa kerja menjadi faktor bunuh diri, karena ketiga informan masih berstatus sebagai mahasiswi dan belum bekerja.

g. Kondisi Keluarga

Kondisi keluarga dapat memiliki dampak signifikan pada faktor risiko bunuh diri. Lingkungan keluarga yang disfungsi, adanya konflik keluarga, kekerasan dalam rumah tangga dan kurangnya dukungan sosial dari keluarga dapat menyebabkan faktor bunuh diri.

Dalam proses wawancara yang dilakukan peneliti juga berusaha menemukan informasi sekaligus mendalaminya dalam rangka mengetahui salah satu faktor penyebab terjadinya bunuh diri salah satunya kondisi keluarga. Karenanya, peneliti gambarkan kondisi keluarga dapat mempengaruhi bunuh diri sesuai dengan keterangan dari informan A berikut ini:

“Saya kurang terbuka dengan keluarga, Mbak. Itu sebabnya keluarga saya kurang memberikan dukungan sosial kepada saya. Sebenarnya hubungan saya dengan keluarga baik-baik saja, saya tidak pernah kekurangan kasih sayang dari keluarga saya, namun saya terlalu menutup diri saat ada masalah, sehingga keluarga saya kurang paham dan tidak bisa memberikan dukungan sosial kepada saya.”¹²⁰

Hasil wawancara tersebut diperjelas dari apa yang peneliti dengar dari orang tua informan A yang dibilang cukup tertutup jika ada masalah, kurang terbuka dengan orang tua. Begitu juga dengan pengakuan informan M, sebagai berikut: *“Setelah kematian bapak*

¹²⁰ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

saya, saya menjadi banyak merenung dan menghabiskan waktu sendirian di kamar. Seringkali saya ingin menyusul bapak saya di sana, yaa begini Mbak, dengan cara saya bunuh diri. Saya terlalu capek dengan semua ekspektasi yang orang beri kepada saya.”¹²¹

Hasil wawancara ini bisa diperjelas dari apa yang peneliti dengar dari keluarga informan M yang mengatakan bahwa M memang menjadi lebih penyendiri dan pendiam semenjak bapak informan M meninggal. Berbeda dengan informan R yang menyatakan dalam kutipan berikut ini:

“Setelah saya mengetahui perselingkuhan yang dilakukan oleh bapak saya selama berpuluh-puluh tahun dan saya baru mengetahuinya belum lama rasanya hancur sekalim Mba. Benar-benar hancur, saya tidak bisa membayangkan rasanya menjadi ibu saya, saya sedih sekali mba. Saya tidak percaya hal itu menimpa keluarga saya.”¹²²

Hasil wawancara ini bisa diperjelas dari apa yang peneliti dengar dari keluarga informan R yang menyatakan bahwa memang benar bapak dan ibu R telah bercerai dari tahun 2019 lalu. Dari pernyataan ketiga informan di atas, kondisi keluarga menjadi faktor yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan bunuh diri. Pemahaman serta dukungan keluarga dan intervensi profesional dapat membantu mengurangi risiko tersebut.

h. Pengaruh Media Massa

Berita mengenai isu bunuh diri dalam media massa dapat mempengaruhi faktor risiko bunuh diri. Berita yang sensasional atau kurangnya tanggung jawab dapat memicu peniruan, terutama oleh individu yang rentan. Peneliti menggambarkan adanya pengaruh media massa dapat menyebabkan faktor risiko bunuh diri sesuai dengan keterangan informan R berikut ini: *“Dulu waktu saya mencoba bunuh diri itu liat dari media sosial Twiter kalau*

¹²¹ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹²² Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

sekarang nyebutnya X. Ada beberapa postingan di Twitter mengenai self-harm yang lewat di beranda saya, saat saya sedang merasa down. Hal tersebut membuat saya ingin melakukannya.”¹²³

Hasil wawancara diperkuat dari pengakuan informan R yang dengan menunjukkan beberapa postingan di beranda Twitter/X yang sempat membuat informan R melakukan percobaan bunuh diri. Berbanding terbalik dengan pengakuan kedua informan A yang menjelaskan pada kutipan berikut: *“Internet atau media sosial tidak membuat saya ingin melakukan bunuh diri, berita tentang bunuh diri, postingan dan yang lain sebagainya tidak membuat saya ingin melakukan hal tersebut, lebih ke pikiran diri sendiri buat bunuh diri.”¹²⁴* Sementara itu, informan M menjawab dengan singkat dengan hanya memberikan jawaban *“Tidak.”¹²⁵*

Pernyataan dari salah satu informan membuktikan bahwa media sosial mempunyai pengaruh dalam faktor risiko percobaan bunuh diri. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan cara media mengangkat isu kesehatan mental dan bunuh diri guna mencegah adanya dampak negatif.

2. Bentuk Bunuh Diri

Ada beberapa macam metode atau teknik bunuh diri, yaitu:

a. Gantung Diri

Gantung diri dalam konteks kesehatan mental, merujuk pada tindakan bunuh diri dengan menggunakan penggantungan pada bagian tubuh tertentu, seperti leher dengan maksud untuk menghentikan aliran udara atau sirkulasi darah. Dalam proses wawancara yang dilakukan peneliti juga berusaha menemukan informasi sekaligus mendalaminya dalam rangka gantung diri sebagai salah satu bentuk bunuh diri. Keterangan dengan informan A sebagai berikut: *“Percobaan bunuh diri dengan cara gantung*

¹²³ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

¹²⁴ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

¹²⁵ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

*diri saya belum pernah, Mba.*¹²⁶ Sejalan dengan infroman A, informan M dan R juga menyatakan hal yang sama, dalam kutipan berikut: *“Nggak pernah nyoba sih kalau gantung diri, Mbak.”*¹²⁷

b. Menelan Racun

Menelan racun adalah metode yang disalahgunakan untuk melakukan bunuh diri, di mana individu mengkonsumsi zat beracun dengan tujuan mengakhiri hidup. Dalam proses wawancara yang dilakukan peneliti, informan A memberikan keterangan sebagai berikut: *“Saya tidak pernah mencoba mengkonsumsi obat untuk bunuh diri.”*¹²⁸ Sedangkan informan M menyatakan dalam kutipan sebagai berikut: *“Saya menelan obat-obatan sekaligus berharap overdosis tapi semua usaha yang saya lakukan berkali-kali gagal. Obat yang saya campur seperti paracetamol, bodrex dan apa saja persediaan obat yang saya punya. Saya pernah mencampurkannya ke minuman keras juga.”*¹²⁹

Hasil wawancara tersebut dapat diperkuat dengan apa yang peneliti dengar mengenai cerita di mana informan M mengisolasi dirinya dan mengkonsumsi banyak obat-obatan. Selain itu, informan R memberikan pendapat dalam kutipan wawancara berikut ini:

*“Waktu saya mengetahui bahwa pacar saya selingkuh saya langsung menangis sejadi-jadinya di kamar mandi kost, dan saya melihat ada salah satu produk pembersih lantai dan sabun cuci piring, tanpa pikir Panjang saya langsung menelan satu persatu. Mulai cairan pembersih lantai terlebih dahulu baru sabun cuci piring. Bener-bener buntu pikiran saya waktu itu, saya hanya bisa menangis sambil berusaha menelan produk tersebut tetapi berakhir muntah.”*¹³⁰

¹²⁶Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023

¹²⁷Wawancara dengan informan M dan R pada hari Minggu, 10 Desember 2023

¹²⁸Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023

¹²⁹Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023

¹³⁰Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023

Hasil wawancara tersebut dapat diperkuat dengan apa yang peneliti dengar dari cerita teman informan R dan diperkuat dengan adanya pengakuan dari salah satu teman kost informan R yang mendengar seharian informan R menangis dan mengalami muntah-muntah.

c. Melukai Diri Sendiri dengan Benda Tajam

Melukai diri sendiri menggunakan benda tajam merupakan tindakan yang dapat merugikan dan dapat menunjukkan adanya kesulitan mental atau emosional. Melukai diri sendiri menggunakan benda tajam dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti melukai pergelangan tangan menggunakan *cutter*, pisau, pecahan kaca, jarum, peniti, ujung gunting dan beberapa benda tajam lainnya.

Mengenai percobaan bunuh diri dengan cara melukai diri sendiri dengan benda tajam dikemukakan oleh informan A dalam kutipan berikut:

“Saya selalu pakai pisau dapur mba, pisau yang khusus daging buat saya sayat di pergelangan tanganku. Berkali-kali sampai nggak bisa kehitung lagi berapa kali saya melakukan percobaan bunuh diri menggunakan pisau daging tersebut. Saya biasanya menyayat di bagian nadi, Mbak. Sampai dalam banget bahkan darahnya netes kemana mana.”¹³¹

Hasil wawancara tersebut dapat diperjelas dari apa yang peneliti lihat dari bekas sayatan yang masih membekas di tangan kiri informan A, tampak jelas sekali bekas sayatan di area pergelangan tangan dan hampir di seluruh bagian tangan informan A. Sejalan dengan pernyataan informan A, informan R memberikan pendapatnya seperti pada kutipan wawancara berikut:

“Awal saya nyilet itu sebenarnya pakai ujung gunting, Mbak. Walaupun tumpul ya, Namanya juga coba-coba. Tapi ternyata nggak berdarah sama sekali, lalu saya coba

¹³¹Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember pukul 10:15

menggunakan ujung jarum, hasilnya berdarah tapi saya kurang puas. Beberapa hari berlalu, saya penasaran ingin menggunakan isi cutter, akhirnya saya beli di tempat jual alat tulis, saya beli isian cutter yang ukurannya kecil, setelah sampai di kost saya coba menggoreskannya di tangan saya, di bawah pergelangan tangan. Keluar darahnya, dan saya coba lagi hingga beberapa sayatan. Merasa kurang puas dengan ukuran isi cutter yang kecil, beberapa minggu kemudia saat saya merasa sedih saya membeli lagi dengan ukuran isi cutter yang lebih besar, dan saya goreskan lagi di tempat yang sama.”¹³²

Hasil wawancara ini bisa diperjelas dari apa yang peneliti lihat dari bekas sayatan di tangan kiri informan R dan beberapa dokumentasi berupa foto tangan kiri informan R setelah disayat menggunakan *cutter*. Sementara itu, informan M menjelaskan bahwa informan M tidak pernah menyakiti diri sendiri menggunakan benda tajam, sesuai dengan hasil wawancara dalam kutipan tersebut: *“Saya tidak pernah barcode atau self-harm, paling yaa itu Mbak, nyoba minum obat berharap sampai overdosis.”¹³³*

3. Macam-macam Bunuh Diri

Emile Durkhiem membagi tipologi bunuh diri menjadi empat:

a. Bunuh Diri Egositik (*Egositic Suicide*)

Bunuh diri egositik terjadi ketika seseorang merasa terlalu terpisah dari masyarakat dan kurangnya integrasi sosial, adanya perasaan kesepian atau merasa tidak diperhatikan oleh orang lain pada individu. Informan A menyatakan pendapatnya dalam kutipan hasil wawancara berikut ini: *“Saya merasa tidak disayang oleh pasangan saya, hal itu membuat saya kesepian dan membutuhkan perhatian dari pacar saya saat itu.”¹³⁴* Sejalan dengan itu, informan M juga memberikan pendapat pada kutipan berikut:

¹³² Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023

¹³³ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023

¹³⁴ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023

“Semenjak bapak meninggal, saya jadi menarik diri dari sekitar.”¹³⁵

Hasil wawancara kedua informan di atas bisa ditegaskan dari apa yang peneliti dengar dari pengakuan keluarga dan teman kost informan yang beberapa kali menarik diri dan mengurung diri di kamar. Senada dengan informan M, informan R mengungkapkan keterangan berikut ini: *“Rasa kesepian itu muncul saat saya sedang merasa sedih. Sebenarnya saya memiliki banyak teman, namun saya ragu untuk menceritakan dan berkeluh kesah dengan teman saya. Saya lebih baik menyimpan semuanya sendirian.”¹³⁶*

Hasil wawancara di atas dapat dipertegas dari apa yang peneliti dengar dari pengakuan informan R saat proses wawancara.

b. Bunuh Diri Altruistik (*Altruistic Suicide*)

Bunuh diri altruistik terjadi ketika individu mengambil tindakan bunuh diri karena mengutamakan kepentingan orang lain atau kelompok di atas dirinya sendiri. Ketika individu merasa tanggung jawab terhadap komunitas atau keluarga melebihi kehidupan pribadi, sehingga individu mengambil langkah bunuh diri tersebut dengan niat yang diarahkan pada kebaikan orang lain. Senada dengan pernyataan tersebut, informan M memberikan keterangannya pada hasil wawancara: *“Saya melakukan percobaan bunuh diri ini karena saya merasa adanya tuntutan dari sekitar, terutama keluarga yang mengharapkan saya bisa menstabilkan kembali ekonomi keluarga semenjak bapak saya meninggal. Saya ingin bunuh diri agar tuntutan tersebut berpindah ke kakak saya aja, Mba.”¹³⁷*

Hasil wawancara ini dapat ditegas dari apa yang informan dengar dari cerita informan M. untuk informan A dan R macam bunuh diri altruistik tidak peneliti temukan pada saat proses

¹³⁵ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023

¹³⁶ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023

¹³⁷ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023

wawancara, karena tidak adanya tuntutan dari lingkungan maupun keluarganya.

c. Bunuh Diri Anomik (*Anomic Suicide*)

Bunuh diri anomik terjadi saat seseorang merasa kehilangan arah atau tujuan hidup, biasanya terjadi karena krisis ekonomi atau perubahan besar dalam masyarakat. Dengan bahasa yang lebih sederhana, hal ini terjadi disaat individu merasa kebingungan atau kehilangan pegangan hidup karena situasi yang sulit atau perubahan drastis di sekitarnya. Pada ketiga informan tersebut tidak ditemukan adanya percobaan bunuh diri anomik pada saat proses wawancara, karena tidak adanya informan yang mengalami krisis identitas atau kebingungan akibat perubahan besar dalam masyarakat, seperti perubahan ekonomi yang terlalu ekstrim.

d. Bunuh Diri Fatalistik (*Fatalistic Suicide*)

Bunuh diri fatalistic terjadi ketika individu merasa terjebak dalam keadaan yang sangat buruk atau tidak dapat diubah, sehingga individu kehilangan harapan untuk masa depan yang lebih baik. Informan A menyatakan keterangannya dalam kutipan berikut: *“Jujur, Mbak. Saya pernah tidur dengan pacar saya saat itu. Saya merasa tidak berguna dan tidak ada harga dirinya lagi. Makanya saya memutuskan untuk bunuh diri saja, saya merasa berdosa dan kotor sekali.”*¹³⁸ Senada dengan informan A, informan R memberikan keterangan pada kutipan berikut: *“Karena saya pernah melakukan hubungan badan dengan mantan saya yang toxic, saya kehilangan keperawanan saya, Mba. Saya merasa tidak pantas untuk dicintai lagi oleh laki-laki lain, lebih baik saya mati.”*¹³⁹

¹³⁸ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

¹³⁹ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

Hasil wawancara ini dapat ditegaskan dari apa yang peneliti dengar dari informan sendiri. Dari pernyataan informan A dan informan R yang melakukan bunuh diri karena kehilangan keperawanan, berbeda dengan informan M yang menyatakan pendapatnya dalam kutipan berikut: *“Lebih ke karena kesedihan yang terus-menerus semenjak bapak udah nggak ada lagi, Mbak. Karena saya sangat dekat dengan bapak saya, jadi saat bapak meninggal dunia saya rasanya hancur dan runtuh.”*¹⁴⁰

Hasil wawancara di atas dapat ditegaskan dari apa yang peneliti dengar dari cerita informan dan ibu informan yang menyatakan bahwa informan M sering menangis jika mengingat ayahnya.

4. Upaya Pencegahan Bunuh Diri

Dalam proses wawancara yang dilakukan peneliti juga berusaha menemukan informasi sekaligus mendalaminya dalam rangka mengetahui upaya pencegahan bunuh diri yang dilakukan oleh para informan. Pencegahan bunuh diri perlu dilakukan agar kegiatan percobaan bunuh diri tidak lagi terjadi. Karenanya, peneliti gambarkan upaya pencegahan bunuh diri yang dilakukan informan A dengan keterangan hasil wawancara berikut ini:

*“Kalau saya Mba, biar nggak nyoba buat bunuh diri lagi sekarang lebih dekat dengan Allah, karena sejauh ini saya sudah terlalu jauh. Saya terlalu bergantung dengan manusia, tapi lupa kalau Allah yang selalu ada untuk hambaNya.”*¹⁴¹

Hasil wawancara di atas dapat dipertegas dari apa yang peneliti dengar dari cerita informan dan keluarga informan yang menyatakan bahwa informan menjadi lebih sering memperbanyak ibadah. Dalam bab II dijelaskan oleh Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakkir bahwa salah satu strategi untuk mencapai dan mempertahankan kesehatan mental dapat dilakukan melalui pendekatan melalui iman yang berkaitan

¹⁴⁰Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹⁴¹Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

dengan konsep keyakinan dan keimanan terhadap Allah. Berbeda dengan yang disampaikan oleh informan M, untuk upaya pencegahan bunuh diri informan M menyampaikan pada kutipan hasil wawancara berikut: *“Saya menyadari bahwa hidup ini tidak mudah, saya tidak mengharapkan apa-apa, adanya kemauan juga dari diri saya sendiri. Teman saya mengatakan kepada saya untuk lebih mensyukuri setiap hal yang saya miliki, dan saya setuju.”*¹⁴²

Hal ini bisa diperjelas dari apa yang peneliti dengar dari informan mengenai cerita kesehariannya yang lebih menghargai hidup dan bersyukur dengan hal-hal kecil. Senada dengan yang disampaikan oleh informan M, informan R mengatakan pendapatnya dalam kutipan berikut ini:

*“Upaya pencegahan bunuh diri yang saya lakukan adalah dengan cara mendekatkan diri kepada Tuhan, saya memperbaiki ibadah saya. Saya mulai menjalin hubungan dengan teman-teman saya lagi dan mau terbuka dengan setiap masalah yang saya alami. Saya berani memutuskan pacar saya yang toxic agar saya tidak mengulangi percobaan bunuh diri lagi. Salah satu alasan agar tetap hidup adalah masih banyak makanan dan minuman enak yang belum saya coba, banyak tempat bagus yang belum pernah saya eksplor.”*¹⁴³

Hasil wawancara tersebut dapat diperjelas dari apa yang peneliti dengar dari informan R dan beberapa teman dekat R yang menyatakan bahwa R lebih terbuka dan ceria.

C. Deskripsi tentang Tinjauan Kejiwaan Pelaku Bunuh Diri

Dinamika psikologis percobaan bunuh diri melibatkan sejumlah faktor kompleks. Individu yang merencanakan dan mencoba bunuh diri mengalami tekanan emosional yang besar, termasuk putus asa, kehilangan harapan, atau stress berat. Faktor psikologis seperti gangguan mental, rasa terisolasi dan perasan tidak dihargai dapat menjadi peran penting percobaan bunuh diri.

¹⁴² Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹⁴³ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

1. Pengembangan Ide Bunuh Diri

Pengembangan ide bunuh diri sering kali melibatkan kombinasi dan tekanan emosional, stress, dan masalah psikologis yang mendalam. Peneliti berusaha mencari informasi melalui tahap wawancara dan observasi untuk mengetahui pengembangan ide bunuh diri yang dilakukan ketiga informan. Oleh karenanya, dengan melakukan kegiatan wawancara dengan informan A dirinya memberikan keterangan sebagai berikut:

“Adanya rasa ingin mencari ketenangan, Mbak. Karena pacar saya waktu itu sangat toxic, sering dimaki-maki sama pasangan, merasa terpojok, perlakuan kasar juga, Mbak.”¹⁴⁴

Hasil wawancara tersebut diperkuat dengan adanya temuan cerita kejadian yang peneliti dengar langsung dari informan A. Senada yang disampaikan oleh informan A, informan M juga mengemukakan pendapatnya dalam kutipan berikut: *“Kegagalan dalam hidup saya membuat saya ingin melakukan bunuh diri.”¹⁴⁵*. Hal ini dapat diperjelas dari yang peneliti dengar dari informan M mengenai kegagalan dalam menjalin hubungan dengan keluarga, teman maupun lingkungan sekitar. Hal yang sama juga disampaikan oleh informan R yang mengatakan bahwa keluarga dan hubungan percintaan mempengaruhinya dalam pengambilan keputusan ide bunuh diri, dalam kutipan berikut:

“Semenjak tau bapak selingkuh dan pacar saya juga selingkuh ingin rasanya mengakhiri hidup, Mba. Saya capek, Mba kalau hidup hanya untuk menikmati rasa sakit. Makanya saya kepikiran untuk bunuh diri aja. Pas banget waktu itu liat psotingan self-harm di media sosial.”¹⁴⁶

Hasil wawancara di atas dapat diperjelas dengan temuan yang peneliti dengar dari cerita informan R mengenai awal mula ide bunuh dirinya.

¹⁴⁴ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

¹⁴⁵ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

¹⁴⁶ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

2. Ide yang Kuat Versus Ide Moderat

Keinginan untuk secara aktif mengkaji opsi bunuh diri dan memiliki pemikiran yang kuat terkait bunuh diri muncul lebih dominan ketika tingkat penderitaan dan kesedihan yang dirasakan oleh individu melebihi tingkat kedekatan sosial mereka. Peneliti berusaha mencari informasi melalui tahap wawancara dan observasi untuk mengetahui dinamika psikologis dari ide yang kuat versus ide moderat pada bunuh diri. Informan A menyatakan pendapatnya dari hasil wawancara berikut: *“Saya kalau habis dimarahin dan dikasarin sama pacar tuh rasanya pengen bunuh diri aja, Mba, karna bener-bener nyakitin banget omongannya, saya nggak kuat.”*¹⁴⁷

Hasil wawancara tersebut bisa diperjelas dari apa yang peneliti dengar mengenai cerita mantan pacar informan A yang *toxic*. Informan M juga menyampaikan dalam kutipan hasil wawancara berikut: *“Sedih banget kalo dipikir-pikir, kehilangan bapak padahal saya anak yang paling dekat dengan bapak, rasanya ingin menyusul bapak saja, Mba.”*¹⁴⁸

Hal ini dapat diperjelas dengan temuan yang peneliti dengar dari cerita informan M. sementara itu, informan R menyatakan pendapatnya sebagai berikut:

*“Saat saya mengetahui bahwa pacar saya selingkuhi saya setelah kita pernah melakukan hubungan badan rasanya saya tidak berguna dan saya hanya menginginkan untuk mengakhiri hidup saja.”*¹⁴⁹

Hal ini dapat diperjelas dengan adanya temuan dari apa yang peneliti dengar dari cerita informan R secara langsung bahwa perbuatan pacarnya yang selingkuh membuat informan R ingin mengakhiri hidup karena banyaknya perasaan sedih dan tidak berguna yang informan R alami sebelumnya.

¹⁴⁷ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

¹⁴⁸ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹⁴⁹ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00

3. Perkembangan Ide Menuju Upaya Bunuh Diri

Faktor yang didapat menitikberatkan pada pengalaman individu yang unik, mencyap situasi yang melibatkan rasa sakit, kerusakan, kecemasan, dan kematian, sementara faktor disposisi merujuk pada kontribusi genetika dan rentan terhadap pengalaman rasa sakit. Peneliti berusaha mencari informasi melalui tahap wawancara dan observasi mengenai perkembangan ide menuju upaya bunuh diri yang dilakukan oleh ketiga informan. Informan A mengemukakan pendapatnya dalam kutipan berikut: *“Beberapa kali saya mencoba bunuh diri bahkan saya sampai berani melakukannya di depan pacar saya saat sedang bertengkar hebat. Saya sudah sampai ditahap tidak tahu harus bagaimana lagi, Mbak.”*¹⁵⁰

Hal ini dapat dipertegas dari yang peneliti dengar langsung dari cerita informan A mengenai percobaan bunuh diri. Berbanding terbalik dengan informan M yang melakukan perkembangan bunuh diri karena adanya depresi berat semenjak salah satu anggota keluarganya meninggal, disampaikan dalam kutipan hasil wawancara berikut ini:

*“Awalnya saat mencari ketenangan saya hanya merokok, makin lama makin banyak masalah dan tuntutan saya merasa terpojok saya akhirnya mencoba meminum minuman keras agar lebi tenang, sampai akhirnya saya berada di tahap mencampur obat-obatan berharap overdosis.”*¹⁵¹

Hal ini dipertegas dengan temuan yang peneliti dapat selain dari mendengarkan cerita informan M, peneliti juga mendapati banyaknya botol bekas minuman keras di kamar kost informan M. Sedangkan informan R menyampaikan pendapatnya dalam kutipan berikut:

“Puncaknya pada lebaran 2019 saya melakukan percobaan bunuh diri dengan cara menyilet pergelangan tangan saya di depan keluarga saya yang sedang melakukan prosesi sungkeman atau bermaaf-maafan. Apalagi saat mengetahui

¹⁵⁰ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15

¹⁵¹ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

bapak saya dating ke rumah setelah sebelumnya tidak pernah pulang. Perasaan marah, kecewa, sedih dan hancur menjadi satu apalagi saat melihat mama saya menangis. Langsung saja saya menyiletkan cutter ke pergelangan tangan kiri saya, Mba.”¹⁵²

Hasil wawancara tersebut dipertegas dengan adanya temuan yang peneliti dengar dari cerita informan R dan juga pengakuan dari anggota keluarganya serta beberapa tetangga yang mengetahui bahwa infroman R sempat melakukan percobaan bunuh diri saat lebaran.

D. Deskripsi tentang Percobaan Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswi

Faktor yang dapat mempengaruhi bunuh diri di kalangan mahasiswa diantara lain karena adanya masalah sosial dan isolasi sosial, adanya rasa takut karena mencari bantuan, kurangnya akses ke pelayanan kesehatan mental, adanya tekanan akademis, kecanduan obat-obatan terlarang dan konsumsi minuman berakohol serta riwayat percobaan bunuh diri sebelumnya.

1. Internet dan Media Sosial

Peneliti menggambarkan adanya pengaruh internet dan media massa dapat menyebabkan faktor risiko bunuh diri sesuai dengan keterangan informan R berikut ini: *“Dulu waktu saya mencoba bunuh diri itu liat dari media sosial Twiter kalau sekarang nyebutnya X. Ada beberapa postingan di Twitter mengenai self-harm yang lewat di beranda saya, saat saya sedang merasa down. Hal tersebut membuat saya ingin melakukannya.”¹⁵³*

Hasil wawancara diperkuat dari pernyataan informan R yang dengan menunjukkan beberapa postingan di beranda *Twitter/X* yang sempat membuat informan R melakukan percobaan bunuh diri. Berbanding terbalik dengan pernyataan kedua infoman A yang menjelaskan pada kutipan berikut: *“Internet atau media sosial tidak*

¹⁵² Wawancara dengan infroman R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00 WIB

¹⁵³ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00 WIB

membuat saya ingin melakukan bunuh diri, berita tentang bunuh diri, postingan dan yang lain sebagainya tidak membuat saya ingin melakukan hal tersebut, lebih ke pikiran diri sendiri buat bunuh diri."¹⁵⁴ Sementara itu, informan M menjawab dengan singkat dengan hanya memberikan jawaban "*Tidak.*"¹⁵⁵

Pernyataan dari salah satu informan membuktikan bahwa media sosial mempunyai pengaruh dalam faktor risiko percobaan bunuh diri. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan cara media mengangkat isu kesehatan mental dan bunuh diri guna mencegah adanya dampak negatif.

2. Isolasi Sosial dan Kesepian

Isolasi sosial dan kesepian dapat berpengaruh pada risiko bunuh diri. Individu yang merasa terisolasi atau kesepian lebih memungkinkan mengalami beban emosional yang berat karena kurangnya dukungan sosial, yang dapat meningkatkan risiko perasaan putus asa dan depresi. Kegiatan wawancara dengan informan A cukup berbeda dengan informan lain, informan A menyatakan bahwa kesepian justru akan membuatnya tenang, seperti pernyataannya dalam kutipan berikut: "*Kalau untuk kesepian enggak, Mba. Karena aku lebih suka sepi itu buat nenangin pikiran, meskipun sebenarnya aku juga butuh temen buat dengerin ceritanya aku, hehe.*"¹⁵⁶ Berbeda dengan informan M dan informan R yang menyatakan bahwa dengan adanya perasaan keterasingan atau mengisolasi diri dan kesepian akan membuat informan ingin melakukan percobaan bunuh diri. Seperti dalam pendapat informan M berikut: "*Justru saya lebih sering menarik diri ketika sedih, saya banyak menghabiskan waktu di kamar kost dan tidak berinteraksi dengan siapapun. Dengan hal tersebut saya*

¹⁵⁴ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15 WIB

¹⁵⁵ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 11:00 WIB

¹⁵⁶ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15 WIB

*ingin melakukan bunuh diri.*¹⁵⁷ Senada dengan yang disampaikan oleh informan M, informan R menyatakan pendapatnya pada kutipan berikut: *“Saat saya kesepian saya mengurung diri di kamar dan bermain dengan nisi cutter lalu kemudian menyilet pergelangan tangan kiri saya, tapi hanya beberapa garis saja, saya merasa lega setelah melakukannya walau masih tetap saja kesepian.”*¹⁵⁸

Hasil wawancara tersebut dapat dipertegas dari temuan yang peneliti dengar dari masing-masing cerita informan. Informan A yang lebih tenang jika merasa kesepian, namun berbanding terbalik dengan informan M dan R jika kesepian akan membuat mereka ingin melakukan percobaan bunuh diri.

3. Pentingnya Hubungan Proksimal

Hubungan proksimal atau hubungan dekat dengan orang lain dapat memainkan peran yang penting dalam upaya percobaan bunuh diri. Kurangnya kedekatan dengan orang lain akan membuat kurangnya dukungan sosial. Interaksi sosial yang positif dapat memberikan dukungan emosional, rasa keterhubungan dan meredakan perasaan kesepian serta isolasi.

Peneliti berusaha mencari informasi melalui tahap wawancara dan observasi untuk mengetahui pentingnya hubungan proksimal dalam percobaan bunuh diri mahasiswa. Oleh karenanya, dengan melakukan kegiatan wawancara dengan informan A diperoleh keterangan sebagai berikut: *“Saya nggak punya banyak temen, Mba. Tapi nggak sampai bunuh diri gara-gara nggak punya temen. Saya sering ngerasa sendiri karena bener-bener emang nggak punya temen.”*¹⁵⁹

Hal ini dapat dipertegas dengan temuan yang peneliti dengar dari cerita informan A yang mengakui tidak mempunyai teman. Tidak

¹⁵⁷ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹⁵⁸ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00 WIB

¹⁵⁹ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15 WIB

jauh berbeda dengan pengakuan informan A, informan M memberikan pendapat secara singkat sebagai berikut: *“Saya tidak mempunyai teman, tidak ada yang mengerti saya.”*¹⁶⁰

Hal ini dapat dipertegas dengan temuan yang peneliti dapatkan dari teman kost informan M yang memang kurang dekat dengan informan M. Berbanding terbalik dengan informan A dan M, informan R justru menyampaikan pendapatnya sebagai berikut: *“Kalau teman sih saya punya, Mba. Banyak malah, siapa saja bisa jadi teman saya, memang saya saja yang tertutup tidak mau berbagi masalah saya dengan teman-teman saya.”*¹⁶¹

Hasil wawancara tersebut dapat dipertegas dengan apa yang peneliti dengar dari teman dekat informan R yang menyatakan bahwa informan R merupakan pribadi yang mudah bergaul dan ramah ke semua orang jadi tidak heran jika informan R memiliki banyak teman.

4. Pentingnya Membangun Jaringan Antara Hubungan Proksimal, Lembaga Pendidikan dan Layanan Kesehatan Jiwa

Hubungan proksimal antara individu dengan lembaga pendidikan dan layanan kesehatan jiwa sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan mental. Hasil wawancara mengenai hubungan proksimal dengan lembaga pendidikan dan layanan kesehatan jiwa mendapat jawaban dari informan A sebagai berikut:

*“Saya belum pernah pergi ke layanan kesehatan mental sih, Mba. Sebenarnya pengen tetapi saya masih ragu-ragu untuk pergi ke sana.”*¹⁶²

Hal ini dapat dipertegas dari apa yang peneliti dengar dari cerita informan A. Senada dengan informan A, informan R juga menyatakan bahwa dirinya belum berani untuk pergi ke layanan kesehatan mental, seperti hasil wawancara berikut ini: *“Pengen banget*

¹⁶⁰ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023

¹⁶¹ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023

¹⁶² Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023

*rasanya pergi ke psikolog, tapi kejadiannya udah berlalu. Saya masih belum yakin kalau saya akan baik-baik saja setelah menceritakan ulang kejadian yang membuat saya sedih. Tapi akan saya usahakan untuk ke sana.*¹⁶³ Berbeda dengan hasil wawancara informan M yang menyatakan bahwa informan M sudah pernah pergi ke layanan kesehatan jiwa, dalam kutipannya sebagai berikut:

*“Iya saya pernah ke psikolog, bahkan saya didiagnosa ADHD karena adanya kesulitan berkonsentrasi serta impulsif, OCD karena adanya pikiran obsesif yang mengganggu saya dan PTSD karena adanya kejadian traumatis yang menimpa saya yaitu kehilangan seorang ayah.”*¹⁶⁴

Hasil wawancara tersebut dipertegas dengan napa yang peneliti lihat yaitu hasil diagnose dari psikolog yang menangani informan M.

E. Deskripsi Tentang Pilihan Bunuh Diri Sebagai Solusi

Keinginan untuk mengakhiri hidup tersebut merupakan tahap awal yang menjadi pendorong terbentuknya perilaku bunuh diri, yang senantiasa mengalami perkembangan bertahap. Percobaan bunuh diri dilakukan karena adanya perasaan yang menganggap bahwa bunuh diri dapat dijadikan solusi mengatasi problem sesaat. Disampaikan melalui keterangan wawancara informan A dalam kutipan berikut:

*“Karena merasa nggak ada pilihan lain selain bunuh diri, Mba. Biar tenang aja tanpa caci maki dan tanpa kekerasan dari pacar saya. Mental saya udah nggak baik-baik aja waktu itu.”*¹⁶⁵

Hasil wawancara tersebut dapat diperjelas dari apa yang peneliti dengar langsung dari informan karena informan A banyak menjelaskan kejadian tersebut. Sejalan dengan pernyataan dari informan A, informan R menyatakan pada hasil wawancara berikut:

“Kalau saya mati mungkin saya tidak akan merasakan sakit lagi, saya tidak diselingkuhi lagi, tidak mendapatkan perlakuan kasar dari

¹⁶³ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pukul 09:00 WIB

¹⁶⁴ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pukul 11:00

¹⁶⁵ Wawancara dengan informan A pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pukul 10:15 WIB

*pacar saya saat itu. Makanya saya berpikir kalau bunuh diri dapat menyelesaikan semua masalah saya, walupun hanya sesaat, rasanya ingin menghilang dari dunia.*¹⁶⁶

Hal tersebut dapat dipertegas dari apa yang peneliti dengar dari cerita informan R. sedangkan informan M memberikan pernyataan sebagai berikut: *“Tekanan emosional membuat saya tidak bisa berfikir dengan jernih, sehingga saya ingin melakukan percobaan bunuh diri. Saya berfikir terkadang kalau saya tidak ada di dunia mungkin semuanya tidak dibebankan ke saya semua.*”¹⁶⁷

Hasil wawancara di atas dapat dipertegas dengan adanya cerita yang peneliti dengar dari informan M. Informan M kurang mampu untuk mengendalikan pikirannya, sehingga pemikiran bunuh diri dapat muncul untuk menyelesaikan solusi sesaatnya.

F. Analisis dan Pembahasan

1. Analisis Terhadap Faktor Bunuh Diri

Fenomena bunuh diri dilatarbelakangi oleh berbagai macam faktor. Terdapat berbagai faktor yang dapat mengakibatkan seseorang melakukan percobaan bunuh diri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Faika Rachmawati menyebutkan ada tiga faktor yang dapat menjadi motivasi dalam tindakan bunuh diri.¹⁶⁸

- a. Aspek pribadi mencakup isu-isu seperti ketergantungan pada narkoba, pengalaman kesedihan, perasaan ketidakberdayaan, frustrasi dan rasa malu. Berdasarkan proses wawancara yang telah dilakukan pada informan A, M dan R menyatakan bahwa mereka semua merasakan beberapa aspek pribadi tersebut terdapat adanya kesamaan. Aspek pribadi mengenai isu pengalaman kesedihan dan ketidakberdayaan dan frustrasi ternyata menjadi faktor utama

¹⁶⁶ Wawancara dengan informan R pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pada pukul 09:00 WIB

¹⁶⁷ Wawancara dengan informan M pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pada pukul 11:00 WIB

¹⁶⁸ Faika Rachmawati, Tri Suratmi, Mitos Bunuh Diri di Gunungkidul Daerah Istimewa Yogyakarta, *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, Vol. 10 No. 1 (Juni:2020), hlm. 35

percobaan bunuh diri karena adanya perasaan yang dialami oleh ketiga informan mengenai hal tersebut.

- b. Faktor lingkungan melibatkan variable seperti hubungan dengan teman, keluarga dan dinamika di tempat kerja. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada informan A, M dan R ketiganya terdapat kesamaan dalam faktor lingkungan tersebut. Informan A yang menyatakan ketidakharmonisan dengan pasangannya mempengaruhi bunuh diri, sementara informan M mengatakan bahwa kondisi keluarga yang menyebabkan percobaan bunuh diri, sedangkan infoman R merasakan keduanya, hubungan dengan keluarga maupun pasangan.
- c. Aspek sosial dan budaya yang bersinggungan, dari hasil wawancara yang telah dilakukan kepada ketiga informan, peneliti tidak menemukan hasil wawancara adanya aspek sosial dan budaya yang mempengaruhi percobaan bunuh diri.

Menurut Al-Husain ada beberapa faktor yang mempengaruhi bunuh diri, diantara lain:¹⁶⁹

- a. Adanya Gangguan Psikologis

Setelah dilakukannya kegiatan wawancara terhadap ketiga subjek penelitian di mana mereka menatakan adanya gangguan psikologis seperti depresi dapat menjadi faktor utama penyebab bunuh diri. Subjek A dan R merasakan kesedihan yang berlarut-larut, sementara subjek M merasakan depresi dengan cara menarik diri dan mengisolasi diri sendiri.

- b. Penggunaan Narkotika dan Alkohol

Penggunaan obat-obatan dan alkohol memainkan peran penting dalam upaya bunuh diri, sebagaimana dibuktikan dengan banyaknya kasus di Indonesia yang menunjukkan keterlibatan penggunaan obat-obatan dan/atau narkotika dalam kasus bunuh diri. Sebagaimana yang dilakukan oleh informan M yang

¹⁶⁹ Al-Husain. Mengapa Harus Bunuh Diri. (Jakarta: Qisthi Press, 2005) hlm. 72

mengonsumsi minuman keras dan mencampurkan beberapa obat ke dalam minumannya berharap overdosis. Sementara informan A dan R tidak mengonsumsi kedua zat tersebut.

c. Krisis Kepribadian

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan kepada subjek A, M dan R tidak ditemukan adanya faktor krisis kepribadian terhadap bunuh diri.

d. Penyakit Jasmani

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan kepada subjek A, M dan R tidak ditemukan adanya faktor penyakit jasmani terhadap bunuh diri. Biasanya penyakit jasmani menyerang pada kelompok lanjut usia/lansia. Contohnya penyakit keras seperti, kanker, *stroke*, tekanan darah rendah maupun tekanan darah tinggi.

e. Faktor Genetik

Individu yang anggota keluarganya pernah melakukan percobaan bunuh diri akan rentan memunculkan risiko bunuh diri. Hal tersebut dibenarkan oleh informan A yang menyatakan salah satu anggota keluarganya pernah melakukan percobaan bunuh diri dengan cara gantung diri. Sementara pada informan M dan R mereka mengakui merekalah yang pertama kali melakukan percobaan bunuh diri di lingkungan keluarga mereka.

f. Perubahan dalam Bursa Kerja

Adanya krisis keuangan dan ekonomi global menyebabkan situasi tingkat pengangguran. Namun, dalam hal ini berdasarkan hasil wawancara tidak ditemukan adanya pengaruh perubahan dalam bursa kerja dan menjadikannya faktor bunuh diri pada ketiga subjek informan A, M dan R. Hal ini dikarenakan mereka masih bestatus sebagai mahasiswa.

g. Kondisi Keluarga

Kondisi keluarga yang kurang harmonis dapat menyebabkan terjadinya keinginan untuk bunuh diri, hal itu dapat

terjadi ketika adanya perceraian atau meninggalnya salah satu anggota keluarga. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan subjek M dan R merasakan kondisi keluarga yang kurang harmonis dapat menyebabkan faktor percobaan bunuh diri. Sementara pada subjek A berpendapat bahwa kondisi keluarga subjek A baik-baik saja, tidak ada masalah bahkan orang tua subjek A memberikan kasih sayang yang lebih kepada subjek A.

h. Pengaruh Media Massa

Beberapa berita atau postingan mengenai bunuh diri tentunya akan membuat siapa saja yang melihat hal tersebut berkeinginan untuk melakukannya, hal tersebut disetujui oleh informan R yang menyatakan bahwa pertama kali melakukan percobaan bunuh diri karena melihat postingan di salah satu media sosial. Sementara informan A dan M menyatakan bahwa media sosial tidak mempengaruhi mereka dalam percobaan bunuh diri.

2. Analisis Terhadap Bentuk Bunuh Diri

Teknik bunuh diri pada umumnya membawa implikasi yang lebih mendalam mencakup niat dan harapan yang menjadi dasarnya. Metode yang sering digunakan untuk bunuh diri yaitu:

a. Gantung Diri

Proses kematian yang disebabkan adanya penyumbatan saluran udara ke saluran pernafasan hal ini disebabkan karena adanya pengikat leher.¹⁷⁰ Dari hasil wawancara yang telah dilakukan kepada tiga informan tersebut, diketahui bahwa ketiga informan tidak melakukan gantung diri sebagai bentuk bunuh diri.

b. Melan Racun atau Obat-obatan Hingga *Overdosis*

Mengonsumsi obat-obatan dan juga menelan racun merupakan salah satu bentuk bunuh diri yang dipilih oleh mahasiswa sebagai solusi menyelesaikan problem sesaat. Dari hasil

¹⁷⁰ Asan Petrus dan Roulina Ratih Suci P, Kematian Akibat Gantung Diri, *Jurnal Pandu Husada*, Vol 4 No. 2 (2023): 1

wawancara yang telah dilakukan kepada ketiga subjek, dua diantaranya pernah melakukan hal ini. Informan R pernah menelan cairan pembersih lantai dan sabun cuci piring saat mengetahui pacarnya berselingkuh. Sementara informan M mencampurkan obat-obatan kedalam minuman keras agar *over dosis*. Sementara informan A tidak melakukan kedua hal tersebut.

c. Melukai Diri Menggunakan Benda Tajam

Melukai diri sendiri menggunakan benda tajam atau yang biasa dikenal dengan istilah *self-harm* juga merupakan salah satu bentuk bunuh diri.¹⁷¹ Hal ini dapat dilakukan dengan cara menyilet pergelangan tangan atau anggota tubuh menggunakan benda tajam seperti *cutter*, pisau, jarum maupun pecahan kaca. Menurut hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, peneliti menemukan temuan bahwa subjek A dan R memiliki kesamaan dalam melakukan percobaan bunuh diri, subjek A menggunakan pisau daging untuk menyilet pergelangan tangan, sementara subjek R menggunakan isi *cutter* saat melakukan percobaan bunuh diri. Sementara itu, subjek M tidak melakukan percobaan bunuh diri dengan cara melukai diri menggunakan benda tajam.

3. Analisis Terhadap Macam-macam Bunuh Diri

Peneliti menggunakan terori dari Emile Durkhiem mengenai macam-macam bunuh diri, menurut Emile Durkhiem ada empat teologi bunuh diri:

a. Bunuh Diri Egositik

Merupakan bunuh diri karena terjadinya lemah dan terputusnya ikatan sosial individu.¹⁷² Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, ketiga informan percobaan bunuh diri mengalami hal

¹⁷¹ M. Isabela Troya, Opeyemi Babatunde, Bernadette Bartlam dkk, Self-harm In Older Adults: Systematic Review, *The British Journal of Psychiatry*, (2019): 186

¹⁷² Wahyu Budi Nugroho, Pemuda, Bunuh Diri dan Resiliensi: Penguatan Resiliensi sebagai Pereduksi Angka Bunuh Diri di Kalangan Pemuda Indonesia, *Jurnal Studi Pemuda*, Vol. 1 No. 1 (2021): 37

tersebut. Adanya penarikan diri dan isolasi yang dilakukan oleh informan M dan R. Sementara itu informan A menarik diri agar mendapatkan ketenangan.

b. Bunuh Diri Altruistik

Kebalikan dari bunuh diri egoistik, bunuh diri yang terjadi karena terlalu kuatnya individu dalam kohevisitas sosial dengan kelompoknya.¹⁷³ Dari hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti bunuh diri altruistic sesuai dengan pendapat informan M, sementara informan A dan R tidak ditemukan adanya percobaan bunuh diri altruistik.

c. Bunuh Diri Anomik

Bunuh diri yang terjadi karena adanya individu yang mengalami kebingungan atau krisis identitas.¹⁷⁴ Dari hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, peneliti tidak menemukan adanya bunuh diri anomik pada informan A, M dan R.

d. Bunuh Diri Fatalistik

Tipe bunuh diri kebalikan dari bunuh diri anomik. Bunuh diri yang terjadi dala situasi tingkat regulasi sosialnya meningkat.¹⁷⁵ Dari hasil wawancara yang telah peneliti lakukan, ketiga subjek menunjukkan adanya bunuh diri fatalistic, subjek A dan R yang telah kehilangan keperawanannya sementara itu subjek M yang merasa sedih terus menerus karena kehilangan salah satu anggota keluarganya.

4. Analisis Terhadap Upaya Pencegahan Bunuh Diri

Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakkir mengemukakan bahwa terdapat tiga strategi untuk mencapai dan mempertahankan kesehatan mental

¹⁷³ Yenny Aristia Nasution, Fenomena Kasus Bunuh Diri Akibat *Ijime* pada Anak SMP di Jepang, *Jurnal Budaya, Bahasa dan Sastra*, Vol. 7 No. 2 (September 2020): 90

¹⁷⁴ Irwan Budi Nugroho, Euthanasia dan Bunuh Diri Ditinjau Dari Hukum dan Islam yang Berlaku di Indonesia, *Jurnal Studi Islam dan Sosial*, Vol. 13 No. 2 (2020): 83

¹⁷⁵ Emirensian Lues, Iskandar dan Nurmi Nonci, Motif Sosial Tindakan Bunuh Diri (Studi Terhadap Kasus Bunuh Diri Remaja di Kabupaten Manggarai), *Jurnal Sosiologi Kontemporer*, Vol. 2 No. 2 (2022): 57-61

yang melibatkan seluruh dimensi eksistensi manusia. Strategi-strategi tersebut dapat diuraikan sebagai berikut: pertama, pendekatan melalui iman, yang berkaitan dengan konsep-konsep keyakinan dan keimanan terhadap Allah serta aspek-aspek gaib; kedua, pendekatan melalui Islam, yang terfokus pada konsep-konsep ibadah dan muamalah; dan ketiga, pendekatan melalui ihsan, yang menitikberatkan pada prinsip-prinsip moral dan etika.¹⁷⁶

Dengan adanya keterangan wawancara dari informan A, M dan R mengenai upaya pencegahan bunuh diri yang mereka lakukan, informan A dan R lebih mendekati diri kepada Tuhan. Sementara informan M memilih untuk lebih menikmati hidup dan bersyukur dengan hal-hal kecil.

5. Analisis tentang Tinjauan Kejiwaan Pelaku Bunuh Diri

Terdapat teori langkah-langkah percobaan bunuh diri yang disebut dengan *The Three-Step Theory (3ST) of Suicide* menurut Klonsky dan May.¹⁷⁷

a. Pengembangan Ide Bunuh Diri

Segala jenis rasa sakit, baik fisik maupun psikologis, adalah langkah pertama menuju pikiran untuk bunuh diri. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan informan A dan R menyatakan bahwa awal mula ide bunuh diri karena perlakuan kasar yang dilakukan oleh pasangan. Sedangkan informan M menyatakan bahwa adanya kegagalan dalam hidup yang menyebabkan percobaan bunuh diri.

b. Ide yang Kuat Versus Ide Moderat

Perkembangan dorongan untuk melakukan bunuh diri dipengaruhi oleh tingkat keterikatan individu terhadap aspek kehidupan

¹⁷⁶ Imam Zarkasyi Mubhar, Bunuh Diri Dalam Al-Qur'an (Kajian Tahlil QS. Al-Nisa/4: 29-30), *Jurnal Al-Mubarak*, Vol. 4 No. 1 (2019) hlm. 52-53

¹⁷⁷ Ni Wayan Putri Cempaka K.F, I Gusti Ayu Diah F, Gambaran Pengembangan Bunuh Diri Menuju Upaya Bunuh Diri, *Widya Cakra: Journal of Psychology and Humanities*, Vol. 2 No. 1 (Januari: 2021), hlm. 2-4

sosialnya, termasuk interaksi dengan individu yang dianggap signifikan, keterlibatan dalam pekerjaan, kewajiban, dan minat pribadi. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti menemukan bahwa adanya kesamaan antara informan A dan R yang mengatakan bahwa kesedihan yang mereka alami setelah melakukan hubungan badan dengan pacarnya dan mengetahui pacarnya selingkuh serta perilakunya yang kasar. Sedangkan informan M menyatakan kesedihan karena ditinggal ayah dan ingin melakukan bunuh diri berharap dapat bertemu dengan ayahnya.

c. Perkembangan Ide Menuju Upaya Bunuh Diri

Disebabkan oleh naluri ketakutan bawaan akan kematian, manusia secara biologis dan evolusioner teradaptasi untuk menghindari potensi bahaya, penderitaan, dan kematian. Dari kegiatan wawancara yang telah peneliti lakukan, informan A dan R sudah ditahap melakukan percobaan bunuh diri di depan pasangan dan keluarga. Informan A melakukan percobaan bunuh diri di depan pasangannya, sementara informan R melakukan di depan keluarganya. Di sisi lain, informan M melakukan percobaan bunuh diri dengan cara menyampurkan berbagai macam obat ke minuman keras dengan harapan *over dosis*.

6. Analisis Mengenai Percobaan Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswi

Istilah ide bunuh diri merujuk pada pemikiran mengenai tindakan melukai diri sendiri atau mengakhiri hidup. Riwayat kondisi depresi, sikap pesimistis, perasaan putus asa, perfeksionisme, konflik dalam lingkup keluarga, kegagalan hubungan interpersonal, kurangnya dukungan sosial, dan kesulitan finansial dalam memenuhi tanggung jawab akademis, semuanya merupakan indikator yang berkaitan dengan keinginan untuk melakukan bunuh diri. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya kampanye yang menyoroti pentingnya kesehatan mental dan meningkatkan kesadaran akan risiko bunuh diri. Kolaborasi antara akademisi, peneliti, pembuat kebijakan, lembaga pendidikan

tinggi, para ahli kesehatan mental, dan mahasiswa menjadi suatu kebutuhan esensial untuk mendukung kesehatan psikologis mereka.¹⁷⁸

Adanya internet dan media sosial dapat mempengaruhi bunuh diri di kalangan mahasiwi, hal itu disampaikan oleh informan R yang menyatakan pendapat mengenai adanya keinginan untuk bunuh diri setelah melihat postingan di media sosial Twitter/X. Sementara itu, dari hasil wawancara informan A dan R tidak ditemukan adanya keinginan bunuh diri dari internet dan media sosial.

Isolasi dan kesepian juga mempengaruhi mahasiswi untuk melakukan percobaan bunuh diri. Saat mereka menarik diri dari lingkungan sosialnya dan merasa kesepian akan timbul perasaan sedih yang mengakibatkan adanya keinginan untuk melakukan percobaan bunuh diri. Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti peroleh dari informan M dan R memiliki kesamaan saat sedang menarik diri maka timbul adanya keinginan untuk bunuh diri, berbanding terbalik dengan informan A yang merasa kesepian sebagai penenang.

Pentingnya membangun hubungan proksimal dengan teman, lembaga pendidikan dan juga layanan kesehatan jiwa. Menjalin hubungan dekat dengan teman sebaya, lembaga pendidikan maupun layanan kesehatan jiwa akan sangat membantu individu dalam memecahkan masalah dan memberikan dukungan sosial. Dari kegiatan wawancara yang sudah dilakukan kepada informan A, M dan R. informan A mengatakan bahwa informan tidak mempunyai teman dan tidak adanya hubungan dekat dengan layanan kesehatan mental, dikarenakan masih belum cukup yakin. Sementara itu, hubungan informan M dengan teman juga tidak begitu baik karena menurutnya teman M tidak dapat memahami M, di sisi lain M sudah pernah berkunjung dan memeriksakan dirinya ke psikolog hingga mendapatkan beberapa diagnose. Sementara itu, informan R

¹⁷⁸ Salma Akter Urme, Md. Syful Islam, Hasena Begum, N.M. Rabiul Awal C, Risk Factors of Suicide Among Public University Students of Bangladesh: A Qualitative Exploration, *Journal Heliyon*, (2022), hlm. 34

menyatakan bahwa hubungan dengan teman-temannya baik, tetapi R menarik diri dan tidak mau terbuka dengan teman-temannya, sementara itu senada dengan informan A, informan R pun belum cukup yakin untuk mengunjungi layanan kesehatan jiwa.

7. Analisis Mengenai Bunuh Diri Sebagai Solusi

Kapasitas seseorang untuk mentoleransi stres dapat meningkat melalui proses pembelajaran bahwa setiap individu menghadapi tantangan dan kesusahan serta berusaha untuk mengatasinya, yang pada gilirannya dapat mengurangi tingkat keparahan pemikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri. Kondisi psikologis seseorang akan mengalami penurunan jika toleransi terhadap stres rendah, dan sebaliknya.¹⁷⁹ Dari hasil kegiatan wawancara yang telah peneliti lakukan kepada ketiga informan, informan A, M maupun R melakukan tindakan bunuh diri sebagai solusi mengatasi problem sesaat. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya keinginan untuk bunuh diri saat ada masalah yang menghampiri mereka.

¹⁷⁹ Loora, *Persepsi Diabaikan...* hlm. 288

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan metode wawancara kepada tiga informan penelitian mengenai fenomena percobaan bunuh diri sebagai solusi mengatasi problem sesaat dikalangan mahasiswi dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor Penyebab Bunuh Diri dan Bentuk Bunuh Diri

Pada subjek A, M dan R faktor penyebab bunuh diri karena adanya pengalaman kesedihan dan depresi (gangguan psikologis). Buruknya hubungan dengan keluarga, teman dan lingkungan juga berpengaruh dalam percobaan bunuh diri informan. Adanya trauma yang dialami A dan R juga berpengaruh, juga adanya kehilangan anggota keluarga yang dialami subjek M. Bentuk bunuh diri yang dilakukan oleh A dan R dengan cara menyakiti diri sendiri menggunakan benda tajam, berbeda dengan M yang mencampurkan obat-obatan ke minuman keras.

2. Tinjauan Kejiwaan Pelaku Bunuh Diri

Faktor psikologis seperti depresi menjadi kontribusi utama munculnya percobaan bunuh diri. Depresi merupakan salah satu kondisi psikologis yang memicu adanya pikiran untuk bunuh diri. Ketiga subjek penelitian yaitu A, M dan R merasakan gejala depresi, adanya perasaan sedih yang terus menerus, mengisolasi diri dan adanya keputusasaan dalam hidup karena pengalaman hidup yang menyedihkan dan menyebabkan trauma. Subjek yang pernah melakukan upaya bunuh diri memiliki kecenderungan untuk mengulangi hal tersebut.

3. Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswi

Mahasiswi yang melakukan tindakan percobaan bunuh diri mengalami permasalahan suasana hati yang kurang baik. Kurangnya

menjalin hubungan dengan teman dekat dan kurang adanya akses ke layanan konseling membuat mahasiwi melakukan percobaan bunuh diri. Subjek A dan R belum cukup yakin untuk pergi ke layanan kesehatan mental, sementara subjek M sudah pernah.

4. Bunuh Diri Sebagai Solusi

Adanya keterbatasan individu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi cenderung membuat individu mengambil keputusan untuk mengakhiri hidup sebagai solusi yang tindakannya dianggap cepat dan tepat. Ketiga subjek penelitian mengatakan jika mereka melakukan percobaan bunuh diri sebagai solusi untuk mengatasi problem sesaat yang mereka hadapi.

B. Saran

Bagi informan penelitian dari penelitian di atas, jika mengalami kesulitan emosional dan memiliki pikiran untuk menyakiti diri sendiri, segera cari bantuan. Berbicaralah dengan seseorang yang dapat dipercaya, seperti teman, keluarga maupun layanan kesehatan mental dapat menjadi awal yang sangat penting.

Bagi peneliti selanjutnya agar menganalisis lebih mendalam dan menghasilkan temuan yang lebih relevan, diharapkan dapat menyediakan informasi yang lebih akurat mengenai objek, teori atau metodologi, lakukan penelitian jangka panjang untuk memahami perubahan dampak dari intervensi seiring waktu.

C. Kata Penutup

Alhamdulillah hirobbil'alamin, segala puji bagi Tuhan Yang Maha Esa. Penulis mengungkapkan rasa syukur atas kelancaran dalam menyelesaikan penelitian ini, yang diperoleh berkat inayah dan hidayah dari Allah SWT. Dengan kerendahan hati, penulis ingin meminta maaf sebesar-besarnya atas segala kekurangan dan kesalahan, baik yang sengaja maupun tidak. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi penulis, pembaca, dan semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, ST, & Prastuti, E (2021). Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial: Sebagai Prediktor Ide Bunuh Diri Mahasiswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian ...*, ejournal.iai-tribakti.ac.id, <<http://ejournal.iai-tribakti.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1520>>
- Adinda, ST, & Prastuti, E (2021). Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial: Sebagai Prediktor Ide Bunuh Diri Mahasiswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian ...*, ejournal.iai-tribakti.ac.id, <http://ejournal.iai-tribakti.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1520>
- Ainunnida, KA (2022). Hubungan Kesepian dan Ide Bunuh Diri yang Dimoderasi oleh Depresi pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan ...*, publish.ojs-indonesia.com, <<https://publish.ojs-indonesia.com/index.php/SIKONTAN/article/view/194>>
- Ashari, A, Wahyuni, NS, & ... (2023). Suicide, Youth, Psychology, Bunuh Diri Remaja Perspektif Psikologi Dan Hukum Islam. *Muadalah: Jurnal ...*, e-jurnal.iainsorong.ac.id, <<https://e-jurnal.iainsorong.ac.id/index.php/Muadalah/article/view/961>>
- Asih, NWDP, & Lesmana, CBJ (2019). Gambaran dinamika percobaan bunuh diri: Analisis 234 kasus periode tahun 2016-2018 di RSUP Sanglah Denpasar. *Medicina*, medicinaudayana.org, <https://medicinaudayana.org/index.php/medicina/article/view/779>
- Asyafina, N, & Salam, NE (2022). Fenomena Mahasiswa Pelaku Self Harm di Kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, scholar.archive.org, <<https://scholar.archive.org/work/2cmegrftuvcmxjfw6ka62ea5a/access/wayback/https://jptam.org/index.php/jptam/article/download/4820/4095>>
- Aulia, N, Yulastri, Y, & Sasmita, H (2020). Faktor psikologi sebagai risiko utama ide bunuh diri pada remaja di Kota Rengat Kabupaten Indragiri Hulu. *Jurnal Penelitian Kesehatan ...*, scholar.archive.org, <<https://scholar.archive.org/work/yajmfwx6lbfwngdezmur3lfajm/access/wayback/http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/download/sf11nk110/11nk110>>
- Bakhtiar, PH, Razak, A, & ... (2022). Adversity quotient dan stres akademik pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. *Sultra Educational Journal*, jurnal-unsultra.ac.id, <<http://jurnal-unsultra.ac.id/index.php/seduj/article/view/219>>

- Baryshnikov, I., & Isometsä, E. (2022). Psychological pain and suicidal behavior: A review. *Frontiers in psychiatry*.
- Biroli, A (2018). Bunuh diri dalam perspektif sosiologi. *Simulacra*, eco-entrepreneur.trunojoyo.ac.id, <https://ecoentrepreneur.trunojoyo.ac.id/simulacra/article/view/4996>
- Choi, B. R., & Bae, S. M. (2020). Suicide ideation and suicide attempts of undergraduate students in South Korea: Based on the interpersonal psychological theory of suicide. *Children and Youth Services Review*, 117, 105282
- Eka, AR, & Danal, PH (2022). PERAN TEKNOLOGI SMART PHONE DALAM PENCEGAHAN BUNUH DIRI: LITERATURE REVIEW. *Wawasan Kesehatan*, stikessantupaulus.e-journal.id, <<https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/view/136>>
- Febriana, Y, Purwono, U, & ... (2021). Perceived Stress, Self-Compassion, dan Suicidal Ideation pada Mahasiswa. *Intuisi: Jurnal Psikologi ...*, journal.unnes.ac.id, <<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/view/28912>>
- Fitri, A (2023). Program Preventif Bunuh Diri Untuk Mengurangi Ide Dan Percobaan Bunuh Diri. *IDEA: Jurnal Psikologi*, ejournal.undar.or.id, <<https://ejournal.undar.or.id/index.php/idea/article/view/154>>
- Fitri, A (2023). Program Preventif Bunuh Diri Untuk Mengurangi Ide Dan Percobaan Bunuh Diri. *IDEA: Jurnal Psikologi*, ejournal.undar.or.id, <<https://ejournal.undar.or.id/index.php/idea/article/view/154>>
- Fitrianatsany, F (2022). Bunuh Diri Sosiopathik Sebuah Fenomena Sosial Keagamaan Hingga Sosial Ekonomi (Studi Kasus Di Desa Wonorejo, Srengat, Blitar). *Jurnal Ilmiah Sosiologi Agama (JISA)*, jurnal.uinsu.ac.id, <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/JISA/article/view/11828>
- Idham, AF, Sumantri, MA, & ... (2020). Ide dan upaya bunuh diri pada mahasiswa. *Intuisi: Jurnal Psikologi ...*, journal.unnes.ac.id, <<https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/view/20705>>
- Imam, IZM (2019). Bunuh Diri Dalam Al-Qur'an. *Jurnal Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'an dan Tafsir*, journal.uiad.ac.id, <<https://journal.uiad.ac.id/index.php/al-mubarak/article/view/62>>
- Indonesia, CNN. "Mahasiswi Semester I Yogyakarta Diduga Bunuh Diri Lompat Dari Lantai 4". *CNN Indonesia*. 28 Desember 2023. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20231002134306-20->

[1006125/mahasiswa-semester-i-yogyakarta-diduga-bunuh-diri-lompat-dari-lantai-4](https://doi.org/10.1006125/mahasiswa-semester-i-yogyakarta-diduga-bunuh-diri-lompat-dari-lantai-4)

Jannah, W, & Fasadena, NS (2023). Fenomena Mandi Lumpur Live di Tiktok Menurut Teori Dramaturgi Erving Goffman. *JISAB: The Journal of Islamic* ..., jisab.iaiq.ac.id, <http://jisab.iaiq.ac.id/index.php/kpi/article/view/25>

Karisma, NWPC, & Fridari, IGAD Gambaran Pengembangan Ide Bunuh Diri Menuju Upaya Bunuh Diri. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah* ..., ejournal.uin-suska.ac.id, <<http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/9904>>

Keda, Ola. "Deretan Kasus Bunuh Diri di NTT Dipicu Masalah Kuliah Hingga Ekonomi." *Liputan6*, 22 Desember 2023 <https://www.liputan6.com/regional/read/5488004/deretan-kasus-bunuh-diri-di-ntt-dipicu-masalah-kuliah-hingga-ekonomi>

Kurniasari, AD, & Rahmasari, D (2020). Ide bunuh diri pada korban bullying. *Jurnal Penelitian Psikologi*, ejournal.unesa.ac.id, <<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/36075>>

Lexy, J. M. (2002). Metodologi penelitian kualitatif. *Bandung: Remaja Rosdakarya*.

Loo, L, & Abidin, Z (2021). Persepsi diabaikan orangtua memicu mahasiswa bunuh diri. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan* ..., ejournal.mandalanursa.org, <<https://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JISIP/article/view/1964>>

Loo, L, & Abidin, Z (2021). Persepsi diabaikan orangtua memicu mahasiswa bunuh diri. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan* ..., ejournal.mandalanursa.org, <<https://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JISIP/article/view/1964>>

Lues, E, Iskandar, I, & Nonci, N (2022). Motif Sosial Tindakan Bunuh Diri: Studi Terhadap Kasus Bunuh Diri Remaja Di Kabupaten Manggarai. *Jurnal Sosiologi Kontemporer*, journal.unibos.ac.id, <<https://journal.unibos.ac.id/jsk/article/view/2159>>

Mailita, W, Arianti, D, & Susanti, A (2022). Tinjauan Penatalaksanaan Kegawatdaruratan pada Remaja dengan Bunuh Diri di SMK Muhammadiyah Padang. *Jurnal Sosial dan Teknologi*, sostech.greenvest.co.id, <https://sostech.greenvest.co.id/index.php/sostech/article/view/310>

Malek, NSA Abd, Raop, NA, & Hassan, MS (2020). Peranan kesihatan mental sebagai moderator terhadap kecenderungan bunuh diri. *Jurnal Sains Sosial* ..., [unimel.edu.my](http://www.unimel.edu.my), <http://www.unimel.edu.my/journal/index.php/JSS/article/view/653>

- Mandias, RJ (2022). Academic Stress With Suicide Behavior In College Students. *Klabat Journal of Nursing*, ejournal.unklab.ac.id, <<http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn/article/view/797>>
- Mariyati, P, & Dwiastuti, R (2023). Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri. *Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan ...*, ojs.pikes.iik.ac.id, <<https://ojs.pikes.iik.ac.id/index.php/jpikes/article/view/46>>
- Mariyati, P, & Dwiastuti, R (2023). Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri. *Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan ...*, ojs.pikes.iik.ac.id, <<https://ojs.pikes.iik.ac.id/index.php/jpikes/article/view/46>>
- Marled, WBA, Yoanita, B, & ... (2023). Resiliensi Tinggi Remaja di Kupang Menurunkan Ide Bunuh Diri. *Jurnal Keperawatan*, journal2.stikeskendal.ac.id, <<http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/568>>
- Muhith, A (2018). Problematika pembelajaran tematik terpadu di MIN III bondowoso. *Indonesian Journal of Islamic Teaching*, digilib.uinkhas.ac.id, <<http://digilib.uinkhas.ac.id/380/>>
- Najlawati, F, & Purwaningsih, IE (2019). Kesejahteraan psikologis keluarga penyintas bunuh diri. *Jurnal Spirits*, jurnal.ustjogja.ac.id, <<https://jurnal.ustjogja.ac.id/index.php/spirit/article/view/6531>>
- Nasution, YA (2020). Fenomena Kasus Bunuh Diri Akibat Ijime pada Anak SMP di Jepang. *Ayumi: Jurnal Budaya, Bahasa dan Sastra*, ejournal.unitomo.ac.id, <<https://ejournal.unitomo.ac.id/index.php/ayumi/article/view/2697>>
- Nasution, YA (2020). Fenomena Kasus Bunuh Diri Akibat Ijime pada Anak SMP di Jepang. *Ayumi: Jurnal Budaya, Bahasa dan Sastra*, ejournal.unitomo.ac.id, <<https://ejournal.unitomo.ac.id/index.php/ayumi/article/view/2697>>
- Nugroho, IB (2020). Euthanasia dan Bunuh Diri ditinjau Dari Hukum Islam dan Hukum yang Berlaku di Indonesia. *Ngabari: Jurnal Studi Islam dan Sosial*, scholar.archive.org, <<https://scholar.archive.org/work/bkifmnrrfbd4dcdqimipgzizji/access/wayback/https://www.ejournal.iairm-ngabar.ac.id/index.php/Ngabari/article/download/60/58>>
- Nugroho, LS (2023). Teori Dramaturgi Dalam Komunikasi Guru Di Yayasan Penitipan Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*,

journals.usm.ac.id,

<https://journals.usm.ac.id/index.php/jdsb/article/view/4511>

Nurdiyanto, FA (2020). Masih ada harapan: Eksplorasi pengalaman pemuda yang menanggukkan bunuh diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, core.ac.uk, <<https://core.ac.uk/download/pdf/389404071.pdf>>

Petrus, A, & Panggabean, RRS (2023). Kematian Akibat Gantung Diri. *JURNAL PANDU HUSADA*, jurnal.umsu.ac.id, <<https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JPH/article/view/16580>>

Quran Kemenag, Q.S An-Nisa' 4:29, <https://quran.kemenag.go.id/surah/4/29>

Rachmawati, F, & Suratmi, T (2020). Mitos Bunuh Diri di Gunungkidul Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, ejournal.urindo.ac.id, <<https://ejournal.urindo.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/761>>

Rerung, AE (2022). Bunuh Diri Bukan Kehendak Bebas Perspektif Neurosains Dan Psikoanalisis Sigmund Freud. *Danum Pabelum: Jurnal Teologi dan Musik* ..., ejournal.iaknpky.ac.id, <<https://ejournal.iaknpky.ac.id/index.php/pabelum/article/view/76>>

Rerung, AE (2022). Bunuh Diri Bukan Kehendak Bebas Perspektif Neurosains Dan Psikoanalisis Sigmund Freud. *Danum Pabelum: Jurnal Teologi dan Musik* ..., ejournal.iaknpky.ac.id, <<https://ejournal.iaknpky.ac.id/index.php/pabelum/article/view/76>>

Rijali, A (2019). Analisis data kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, jurnal.uin-antasari.ac.id, <<http://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/alhadharah/article/view/2374>>

Riziana, KF, Fatmawati, F, & ... (2023). hubungan tingkat gejala depresi dengan ide bunuh diri pada remaja sekolah MENENGAH ATAS. *Journal of Medical* ..., online-journal.unja.ac.id, <<https://online-journal.unja.ac.id/joms/article/view/27181>>

Rohmah, SN (2020). Upaya Preventif Terhadap Perilaku Percobaan Bunuh Diri dalam Tinjauan Hak Asasi Manusia. *ADALAH*, download.garuda.kemdikbud.go.id, <<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1749677&val=5918&title=Upaya%20Preventif%20Terhadap%20Perilaku%20Percobaan%20Bunuh%20Diri%20dalam%20Tinjauan%20Hak%20Asasi%20Manusia>>

Sanderan, R, & Marrung, R (2021). Fenomena Bunuh Diri Remaja di Toraja dalam Masa Pandemi. *PEADA': Jurnal Pendidikan Kristen*, peada.iakn-

toraja.ac.id,

<https://peada.iakntoraja.ac.id/index.php/ojsdatapeada/article/view/28>

Setiawan, DE, Harita, N, Prianti, ID, & ... (2023). Pelayanan Konseling Terhadap Remaja Kristen Yang Berniat Bunuh Diri. SOLA GRATIA: Jurnal ..., e-journal.sttaletheia.ac.id, <<http://e-journal.sttaletheia.ac.id/index.php/solagratia/article/view/155>>

Sugiyono. Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D) (Bandung: Alfabeta, 2015) Hlm. 203

Suharsini Arikunto. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. (Jakarta: Rineka Cipta,2013).Hlm. 172Sugiyono. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D) (Bandung: Alfabeta,2015). Hlm. 203

Sumendap, RF, & Tumuju, T (2023). pastoral konseling bagi kesehatan mental “studi kasus pastoral konseling preventif pada fenomena bunuh diri”. POIMEN Jurnal Pastoral ..., ejournal-iakn-manado.ac.id, <<https://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/poimen/article/view/1445>>

Testoni I, Piol S, De Leo D. Suicide Prevention: University Students' Narratives on Their Reasons for Living and for Dying. Int J Environ Res Public Health. 2021 Jul 29;18(15):8029. doi: 10.3390/ijerph18158029. PMID: 34360323; PMCID: PMC8345779.

Tim Mimbar Khonghucu. “Menjadikan Masalah sebagai Motivasi Hidup”. Diakses pada tanggal 17 Agustus 2023. <https://kemenag.go.id/khonghucu/menjadikan-masalah-sebagai-motivasi-hidup-p9fd5w>

Tobing, DL, & Mandasari, L (2020). Tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja. Indonesian Journal of Health ..., ijhd.upnvj.ac.id, <<https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/article/view/33>>

Tobing, DL, & Mandasari, L (2020). Tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja. Indonesian Journal of Health ..., ijhd.upnvj.ac.id, <<https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/article/view/33>>

Troya, MI, Babatunde, O, Polidano, K, & ... (2019). Self-harm in older adults: systematic review. The British Journal of ..., cambridge.org, <<https://www.cambridge.org/core/journals/the-british-journal-of-psychiatry/article/selfharm-in-older-adults-systematic-review/F8B3EBA9C6032E3E802B4388C464294E>>

Urme SA, Islam MS, Begum H, Awal Chowdhury NMR. Risk factors of suicide among public university students of Bangladesh: A qualitative exploration.

Heliyon. 2022 Jun 8;8(6):e09659. doi: 10.1016/j.heliyon.2022.e09659.
PMID: 35711983; PMCID: PMC9194591.

Wahyuni, S, Zakso, A, & Salim, I (2018). Fenomena bunuh diri dan hubungannya dengan tingkat pendidikan dan jenis kelamin. ... *International Conference on* ..., jurnal.untan.ac.id, <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/icote/article/view/33947>

Wawan, Jauh Hari. "Seorang Mahasiswa di Temukan Gantung Diri di Kos Condongcatur Sleman." *Detik Jogja*. 28 Desember 2023. <https://www.detik.com/jogja/berita/d-7074969/seorang-mahasiswa-ditemukan-gantung-diri-di-kos-condongcatur-sleman>

Wibisono, BK, & Gunatirin, EY (2019). Faktor-faktor penyebab perilaku melukai-diri pada remaja perempuan. *Calyptra*, journal.ubaya.ac.id, <<https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/3631>>

Wijayanti, F (2022). Fenomena Bunuh Diri Dikalangan Ibu Rumah Tangga Dimasa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Pada Ibu Berinisial NSW Dan TS Di Pekanbaru)., repository.uir.ac.id, <<https://repository.uir.ac.id/12508/>>

Wright, H. Norman. *Konseling Krisis: Membantu Orang Dalam Krisis Dan Stress*. Cet. ke-2. Malang: Yayasan Penerbit Gandum Ma, n.d.

Wright, Norman. *Konseling Krisis: Membantu Orang Dalam Krisis Dan Stres*. Cetakan ke. Malang: Yayasan Penerbit Gandum Mas, 1996.

Zakaria, ZYH, & Theresa, RM (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku nonsuicidal Self-injury (nssi) pada remaja putri. *Journal of Psychological Science* ..., journal.unpad.ac.id, <<http://journal.unpad.ac.id/jpsp/article/view/26404>>

Zuhra, AR, Mukhtar, DY, & Nasution, IK (2023). Gambaran Ide Bunuh Diri pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua. *Jurnal Diversita*, mail.ojs.uma.ac.id, <<https://mail.ojs.uma.ac.id/index.php/diversita/article/view/10509>>



LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara Penelitian

1. Apa yang sudah Anda lakukan sehingga melakukan percobaan bunuh diri?
2. Apa tujuan Anda melakukan percobaan bunuh diri?
3. Apa faktor penyebab yang membuat Anda melakukan bunuh diri?
4. Cara apa yang Anda gunakan saat melakukan percobaan bunuh diri?
5. Hal apa yang Anda ingin saat melakukan percobaan bunuh diri?
6. Bagaimana latar belakang keluarga Anda?
7. Apakah ada konflik dalam keluarga Anda?
8. Bagaimana hubungan Anda dengan teman?
9. Apakah Anda memiliki konflik dengan teman?
10. Bagaimana hubungan Anda dengan pasangan?
11. Apakah Anda memiliki konflik dengan pasangan?
12. Apakah Anda pernah merasakan depresi?
13. Apakah Anda pernah merasakan ketidakberdayaan, tidak dipedulikan dan kurangnya dukungan dari sekitar?
14. Mengapa Anda memilih bunuh diri sebagai solusi untuk mengatasi problem atau masalah yang Anda hadapi?
15. Apakah internet dan media sosial bisa memberikan pengaruh untuk melakukan bunuh diri?
16. Apakah kesepian dan isolasi sosial bisa memberikan pengaruh untuk melakukan bunuh diri?
17. Apakah Anda pernah pergi ke layanan kesehatan mental untuk membantu menyembuhkan diri Anda?
18. Apa yang Anda lakukan untuk mencegah percobaan bunuh diri?

Lampiran 2. Hasil Wawancara Subjek 1

Nama : ADT
Tempat/Tanggal Lahir : Purbalingga, 30 Agustus 2000
Usia : 23 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Hasil Wawancara :

Wawancara dilakukan pada hari Jumat, 15 Desember 2023 pada pukul 10:15 WIB

Peneliti : Apa yang sudah Anda lakukan sehingga melakukan percobaan bunuh diri?

A : Karena waktu itu merasa muak sama orang terutama pasangan sendiri, bisa dibilang jalanan hubungan yang *toxic* sering dimaki-maki pasangan, merasa terpojok, di perlakukan kasar.

Peneliti : Apa tujuan Anda melakukan percobaan bunuh diri?

A : Biar tenang, pas mikir awalnya, tapi pas udah sadar ternyata nyari ketenangan bukan dengan cara bunuh diri biar meninggal.

Peneliti : Apa faktor penyebab yang membuat Anda melakukan bunuh diri?

A : Faktor yang paling utama karena pasangan sendiri, kalo untuk masalah temen atau keluarga itu engga, mental saya dihancurin sama pasangan waktu itu.

Peneliti : Cara apa yang Anda gunakan saat melakukan percobaan bunuh diri?

A : Pakai pisau buat daging dan menggoreskannya ke tangan.

Peneliti : Hal apa yang Anda ingin saat melakukan percobaan bunuh diri?

A : Sebenarnya ngerasa capek banget, lebih tepatnya jauh dari Tuhan waktu itu, belum sadar.

Peneliti : Bagaimana latar belakang keluarga Anda?

A : Sejauh ini baik-baik aja sama keluarga cuma kadang nggak pernah cerita apapun ke orang tua seringnya dipendem sendiri. Bapak dan ibu pedagang jualan makanan berat di perempatan Bobotsari.

Peneliti : Apakah ada konflik dalam keluarga Anda?

- A : Tidak pernah sejauh ini, apalagi kalau bunuh diri karena konflik keluarga.
- Peneliti : Bagaimana hubungan Anda dengan teman?
- A : Tidak punya banyak teman, tapi tidak sampai bunuh diri karena hal itu. Sering ngerasa sendiri karena emam bener-bener tidak punya teman.
- Peneliti : Apakah Anda memiliki konflik dengan teman?
- A : Tidak
- Peneliti : Bagaimana hubungan Anda dengan pasangan?
- A : *Toxic* banget
- Peneliti : Apakah Anda memiliki konflik dengan pasangan?
- A : Iya, karena sering dimaki-maki, dikasarin, pokoknya mentalku nggak kuat rasanya.
- Peneliti : Apakah Anda pernah merasakan depresi?
- A : Sering banget waktu itu.
- Peneliti : Apakah Anda pernah merasakan ketidakberdayaan, tidak dipedulikan dan kurangnya dukungan dari sekitar?
- A : Waktu dulu aku mikirnya emang tidak ada yang peduli atau sayang dari pasangan, padahal kasih sayang dari orang tua udah dikasih semua ke aku, tapi aku malah lebih haus kasih sayang ke pasangan.
- Peneliti : Mengapa Anda memilih bunuh diri sebagai solusi untuk mengatasi problem atau masalah yang Anda hadapi?
- A : Karena merasa tidak adanya pilihan lain selain bunuh diri, biar merasa tenang tanpa caci makian apapun atau dikasarin sampai mental tidak baik.
- Peneliti : Apakah internet dan media sosial bisa memberikan pengaruh untuk melakukan bunuh diri?
- A : Tidak. Lebih ke pikiran dari diri sendiri untuk bunuh diri.
- Peneliti : Apakah kesepian dan isolasi sosial bisa meberikan pengaruh untuk melakukan bunuh diri?

- A : Kalau kesepian tidak, karena saya lebih suka sepi untuk menenangkan pikiran, meskipun sesekali terkadang butuh orang lain untuk mendengarkan cerita saya.
- Peneliti : Apakah Anda pernah pergi ke layanan kesehatan mental untuk membantu menyembuhkan diri Anda?
- A : Belum pernah, pengen tetapi masih ragu.
- Peneliti : Apa yang Anda lakukan untuk mencegah percobaan bunuh diri?
- A : Kalau saya ya sekarang lebih mendekatkan diri ke Allah. Karena sejauh ini sudah terlalu jauh, saya terlalu bergantung dengan manusia tapi lupa kalau Allah yang selalu ada.



Lampiran 3. Hasil Wawancara Subjek 2

Nama : MR
Tempat/Tanggal Lahir : Purbalingga, 2 Januari 2000
Umur : 23 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Hasil Wawancara :

Wawancara dilakukan pada hari Minggu, 10 Desember 2023 pada pukul 11:00 WIB

Peneliti : Apa yang sudah Anda lakukan sehingga melakukan percobaan bunuh diri?

M : Kegagalan dalam hidup.

Peneliti : Apa tujuan Anda melakukan percobaan bunuh diri?

M : Tidak sanggup menanggungnya lagi.

Peneliti : Apa faktor penyebab yang membuat Anda melakukan bunuh diri?

M : Mental, lingkungan, ekonomi, kehidupan sosial dan pengalaman pribadi.

Peneliti : Cara apa yang Anda gunakan saat melakukan percobaan bunuh diri?

M : Mencampurkan obat-obatan kedalam minuman keras agar *over dosis*.

Peneliti : Hal apa yang Anda ingin saat melakukan percobaan bunuh diri?

M : Ingin dimengerti dan dipeluk saat itu juga.

Peneliti : Bagaimana latar belakang keluarga Anda?

M : Saya anak kedua dari dua bersaudara. Kakak saya sudah menikah. Ibu saya pedagang sementara bapak sudah meninggal. Saya satu-satunya penompang ekonomi keluarga.

Peneliti : Apakah ada konflik dalam keluarga Anda?

M : Tidak ada, baik-baik saja.

Peneliti : Bagaimana hubungan Anda dengan teman?

M : Tidak cukup baik.

Peneliti : Apakah Anda memiliki konflik dengan teman?

M : Tidak, tidak ada satupun teman yang memahami dan mengerti saya.

Peneliti : Bagaimana hubungan Anda dengan pasangan?

M : Baik.

Peneliti : Apakah Anda memiliki konflik dengan pasangan?

M : Tidak.

Peneliti : Apakah Anda pernah merasakan depresi?

M : Iya

Peneliti : Apakah Anda pernah merasakan ketidakberdayaan, tidak dipedulikan dan kurangnya dukungan dari sekitar?

M : *Does 'n meet their low expectations.*

Peneliti : Mengapa Anda memilih bunuh diri sebagai solusi untuk mengatasi problem atau masalah yang Anda hadapi?

M : *Emotional pressure makes people short on thinking.*

Peneliti : Apakah internet dan media sosial bisa memberikan pengaruh untuk melakukan bunuh diri?

M : Tidak.

Peneliti : Apakah kesepian dan isolasi sosial bisa memberikan pengaruh untuk melakukan bunuh diri?

M : Iya, saya lebih suka menarik diri dari kehidupan sosial dan rasa ingin bunuh diri itu muncul.

Peneliti : Apakah Anda pernah pergi ke layanan kesehatan mental untuk membantu menyembuhkan diri Anda?

M : *Yes, they diagnosed me an ADD, OCD and PTSD.*

Peneliti : Apa yang Anda lakukan untuk mencegah percobaan bunuh diri?

M : Menyadari bahwa hidup tidak mudah, *expect nothing, the will is in yourself, and a friend told me to be more grateful for every single thing you had and I agree.*

Lampiran 3. Hasil Wawancara Subjek 3

Nama : RS
Tempat/Tanggal Lahir : Purbalingga, 21 Juli 2001
Usia : 22 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Hasil Wawancara :

Wawancara dilakukan pada hari Jumat, 1 Desember 2023 pada pukul 09:00 WIB

Peneliti : Apa yang sudah Anda lakukan sehingga melakukan percobaan bunuh diri?

R : Hubungan yang tidak baik dari keluarga, merasa tidak disayang sama orang lain. Terlebih saya sudah pernah tidur dengan pacar saya.

Peneliti : Apa tujuan Anda melakukan percobaan bunuh diri?

R : Mencari ketenangan, agar tidak sedih terus menerus.

Peneliti : Apa faktor penyebab yang membuat Anda melakukan bunuh diri?

R : Trauma masa lalu dan sikap pasangan saya yang kasar, *toxic*.

Peneliti : Cara apa yang Anda gunakan saat melakukan percobaan bunuh diri?

R : Menggunakan isi *cutter* kemudian menggoreskannya ke pergelangan tangan.

Peneliti : Hal apa yang Anda ingin saat melakukan percobaan bunuh diri?

R : Ketenangan, berharap semua masalah selesai dengan cara bunuh diri.

Peneliti : Bagaimana latar belakang keluarga Anda?

R : Saya merupakan anak ketiga dari empat bersaudara. kakak saya yang pertama sudah menikah, kakak kedua belum menikah dan adik saya masih duduk di bangku SMA kelas dua. Ibu saya merupakan pedagang keliling di pasar. Bapak saya pengangguran.

Peneliti : Apakah ada konflik dalam keluarga Anda?

R : Hubungan dengan keluarga tidak cukup baik, bapak saya selingkuh dengan wanita lain berpuluh-puluh tahun lamanya, hingga akhirnya cerai pada tahun 2020.

Peneliti : Bagaimana hubungan Anda dengan teman?

- R : Baik, saya mempunyai banyak sekali teman. Siapa saja bisa menjadi teman saya.
- Peneliti : Apakah Anda memiliki konflik dengan teman?
- R : Tidak.
- Peneliti : Bagaimana hubungan Anda dengan pasangan?
- R : Hubungan saya tidak baik, pacar saya bersikap kasar kepada saya.
- Peneliti : Apakah Anda memiliki konflik dengan pasangan?
- R : Iya, saya sering rebut karena hal kecil. Seringkali saya mendapat pukulan dari pacar saya.
- Peneliti : Apakah Anda pernah merasakan depresi?
- R : Iya, saya sering merasakan perasaan sedih yang terus-menerus, mengurung diri sehari-hari di kamar.
- Peneliti : Apakah Anda pernah merasakan ketidakberdayaan, tidak dipedulikan dan kurangnya dukungan dari sekitar?
- R : Iya, saya sering mengalami hal tersebut.
- Peneliti : Mengapa Anda memilih bunuh diri sebagai solusi untuk mengatasi problem atau masalah yang Anda hadapi?
- R : Saya merasa dengan tidak adanya saya akan menyelesaikan masalah yang selama ini menghampiri saya.
- Peneliti : Apakah internet dan media sosial bisa memberikan pengaruh untuk melakukan bunuh diri?
- R : Iya, awal mula saya melakukan percobaan bunuh diri karena melihat postingan *self-harm* di salah satu platform media sosial.
- Peneliti : Apakah kesepian dan isolasi sosial bisa memberikan pengaruh untuk melakukan bunuh diri?
- R : Iya sangat berpengaruh.
- Peneliti : Apakah Anda pernah pergi ke layanan kesehatan mental untuk membantu menyembuhkan diri Anda?
- R : Belum pernah, saya masih ragu untuk pergi ke sana. Saya belum bisa membayangkan jika saya harus menceritakan ulang semua kejadian yang sudah menimpa saya.

Peneliti : Apa yang Anda lakukan untuk mencegah percobaan bunuh diri?
R : Mendekatkan diri kepada Allah dan saya menyadari masih banyak sekali makanan enak yang belum saya coba dan beberapa tempat bagus yang belum saya kunjungi. Saya tidak ingin melewatkan itu semua.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Data Pribadi

Nama : Reviana Intan Sari
Tempat/Tanggal Lahir : Purbalingga, 7 Maret 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Warga Negara : Indonesia
Alamat : Jl. Majapura, RT 03/ RW 03, Kecamatan Bobotsari, Kabupaten Purbalingga, Jawa Tengah
E-mail : revianaintans@gmail.com
No. HP : 085156091682

B. Riwayat Pendidikan

SD/MI : SD Negeri 1 Gandasuli
SMP/MTs : SMP Negeri 1 Bobotsari
SMA/SMK/MA : SMA Negeri 1 Bobotsari
S1 : Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

C. Pengalaman Organisasi : -

Purwokerto, Januari 2024
Yang Membuat,



Reviana Intan Sari
NIM: 1817101035