

# HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA

## *THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND SUICIDE IDEATION IN COLLEGE STUDENTS*

Grace Angel Lalenoh<sup>1</sup>, Ian Berkat P. N. Zega<sup>1</sup>, Inggrid Febe Yuni<sup>1</sup>,  
Maria V. Ayu Florensa<sup>2</sup>, Mega Tri Anggraini S. N<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan

<sup>3</sup>Clinical Educator Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan

Email : [Maria.florensa@uph.edu](mailto:Maria.florensa@uph.edu)

### ABSTRAK

Mahasiswa yang termasuk dalam rentang usia 18-24 tahun memiliki tanggung jawab sebagai pelajar di Perguruan Tinggi rentan mengalami stres berlebihan sehingga dapat memicu ide bunuh diri. Data bunuh diri pada mahasiswa usia 18-26 di Amerika pada tahun 2016 mencapai 1.000 jiwa/tahun sedangkan data di Indonesia, angka kematian nasional akibat bunuh diri selama satu tahun terakhir pada tahun 2016 tercatat sebanyak 1.800 kasus. Studi pendahuluan pada 30 mahasiswa didapatkan sebanyak 45% berpikir tidak sanggup melanjutkan hidup, 20% berpikir putus asa, 5% berpikir menyakiti diri dan 30% berpikir positif terhadap stres. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan ide bunuh diri pada mahasiswa. Menggunakan metode kuantitatif korelasional dan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 250 responden. Instrumen penelitian yakni *Perceived Stress Scale* yang valid (0,84) dan reliabel (Cronbach  $\alpha$  0,85) dan *Adult Suicidal Ideation Questionnaire* yang valid (>1,96) reliabel (Cronbach  $\alpha$  0,97). Hasil penelitian didapatkan tingkat stres terbanyak pada kategori stres sedang (80,0%) dan tingkat ide bunuh diri dengan mayoritas memiliki risiko minimal (77,2), serta terdapat hubungan antara stres dengan ide bunuh diri dengan hasil *p value* 0,048. Penelitian selanjutnya untuk menerapkan coping stres adaptif dan pemberian dukungan sosial terhadap mahasiswa.

**Kata kunci :** Ide bunuh diri, Mahasiswa, Stres

### ABSTRACT

The range of students ages are 18 – 24 years have a responsibility as students at college susceptible to stress even if exaggeration can trigger suicidal ideation. Suicide data for students aged 18-26 in America in 2016 reached 1,000 people/year, while in Indonesia the national death rate from suicide during the year of 2016 recorded 1,800 cases. Preliminary study results on 30 students: 45% think unable to continue life, 20% thought hopeless, 5% Think to harm themselves and 30% Have positive think to against stress. **Objective:** To determine the relationship of stress levels with suicide ideas in students. Research method used correlational quantitative research methods and purposive sampling techniques with a sample count of 250 respondents. Research instruments uses perceived stress scale valid (0.84) and reliable (Cronbach  $\alpha$  0.85) and Adult Suicidal Ideation Questionnaire (>1.96) reliable (Cronbach  $\alpha$  0.97). **Results** found the highest stress levels in the moderate stress category (80.0%) and the majority of suicidal ide ideas have a minimum risk (77.2), and there is a link between stress and suicidal dealing with a p-value of 0.048. Further research related to the application of adaptive stress coping and the provision of social support to students.

**Keywords:** Suicide Ideation, College Students, Stress

### PENDAHULUAN

Jannah *et al* (2016) menyatakan kehidupan manusia memiliki rentang perkembangan yang pasti dan tidak dapat diubah dimulai

dari dalam kandungan, bayi, anak- anak, remaja, dewasa hingga lansia dengan tugas perkembangan yang berbeda pada setiap tahap perkembangan. Menurut *State*

*Adolescent Health Resource Center* (2015) dewasa awal setara dengan remaja akhir dengan rentang usia dimulai dari 18-24 tahun dengan kemampuan kognitif untuk berpikir secara rasional dan matang dalam menerima setiap informasi serta menafsirkan sesuatu secara objektif yang membutuhkan bukti dari setiap informasi yang didapatkan.

Stres merupakan suatu respon dalam menyelesaikan masalah dan tantangan kehidupan yang dialami setiap orang sebagai bentuk adaptasi untuk tetap bertahan (Potter & Perry, 2015). Di dalam bukunya, Struat (2016) mengatakan bahwa stres disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor predisposisi atau faktor risiko yang sebenarnya sudah dimiliki oleh individu sejak diawal kehidupannya dan kedua faktor presipitasi atau faktor pencetus yang berasal dari lingkungan individu itu sendiri yang membuat individu akhirnya merasa terancam.

Menurut Struat (2016) ada lima respon model adaptasi stres, yaitu yang pertama respon kognitif dimana stres dapat mempengaruhi pola pikir seseorang, kedua respon afektif stres mempengaruhi perasaan seseorang, ketiga respon fisiologis stres memberikan dampak terhadap fungsi tubuh

seseorang, keempat respon perilaku stres dapat menjadikan seseorang bertindak terhadap tekanan yang dihadapi seperti menghindar, kelima respon sosial yaitu stres memberikan dampak pada relasi individu dan sosialnya.

Stres bisa meningkatkan kreativitas pada seseorang jika hasilnya berdampak positif tetapi juga bisa berdampak negatif yang membuat seseorang menjadi pribadi yang mudah putus asa. Stres yang tidak terselesaikan dengan koping yang benar dapat menjadi sesuatu yang berbahaya karena bisa membuat seseorang menjadi cemas, depresi, disfungsi sosial bahkan mempunyai niat untuk mengakhiri hidupnya (Nandamuri & Gowthami, 2011).

Berdasarkan data tercatat didapati 86% populasi di dunia mengalami stres dan di Indonesia sendiri sebanyak 75% orang mengalami stres (Cigna, 2018). Menurut penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa di Amerika ada sekitar 45,3% dari keseluruhan datanya mahasiswa mengalami stres (*American Collage Health Association*, 2017). Data hasil dari penelitian Riset Kesehatan Dasar menyatakan ada sekitar 14 juta mahasiswa pada tingkat remaja akhir mengalami stres

atau sebanyak 6% dari jumlah penduduk Indonesia (Risksdas, 2018).

Bantjes *et al* (2017) menyatakan ide bunuh diri adalah pikiran negatif yang membuat seseorang memikirkan tentang kematian pada dirinya tanpa adanya niat untuk mengambil langkah mengakhiri dirinya sendiri. Terdapat dua pembagian ide bunuh diri yaitu ide bunuh diri pasif yaitu seseorang membayangkan dirinya seperti terbaring mati, tertidur tanpa bangun lagi dan meninggal dalam kecelakaan kehidupan mobil sedangkan, ide bunuh diri aktif yaitu ketika seseorang berfantasi tentang bagaimana cara melukai dirinya sendiri dan melakukan tindakan bunuh diri (Simon, 2014). Saat ini ide bunuh diri dapat muncul pada pelajar dengan prestasi akademik yang baik dan pada pelajar dengan prestasi akademik kurang baik (Le Roux & Van Rensburg, 2014).

Data WHO (2019) menunjukkan sekitar 800.000 jiwa di dunia meninggal akibat bunuh diri. Berdasarkan data tiap tahun terdapat 1.000 mahasiswa Amerika bunuh diri di rentang usia 18–26 tahun (*Nursing College-Ohio State University*, 2015). Sedangkan data di Indonesia, angka kematian nasional akibat bunuh diri selama

satu tahun terakhir pada tahun 2016 tercatat sebanyak 1.800 kasus (Pusdatin, 2019).

Penelitian ini dilakukan di sebuah Universitas Swasta di Tangerang dengan program pendidikan beasiswa untuk calon mahasiswa keperawatan, serta harus menyelesaikan program studi yang diwajibkan dalam satu tahun yakni tiga semester diikuti dengan kegiatan magang dan praktek kerja lapangan di rumah sakit, selain itu mahasiswa juga harus mempertahankan Indeks Prestasi (IP) > 2,75. Jika para mahasiswa tidak berhasil mencapai dan mempertahankan Indeks Prestasi (IP) yang telah ditentukan sesuai dalam persyaratan tersebut, maka mereka harus kembali mengulang semester yang sama setahun atau bisa dikeluarkan dari Universitas. Selain itu mahasiswa juga harus bersedia tinggal di asrama dan beradaptasi dengan teman baru yang memiliki budaya dan kepribadian berbeda serta tinggal berkelompok dalam satu kamar.

Berdasarkan studi pendahuluan pada 30 mahasiswa keperawatan Universitas Swasta di Tangerang menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami stres sebanyak 45% mahasiswa berpikir tidak sanggup melanjutkan hidup, 20% berpikir putus asa,

5% berpikir untuk menyakiti diri, sedangkan hanya 30% berpikiran positif terhadap stres. Berdasarkan latar belakang tersebut tim penulis ingin meneliti ada atau tidak adanya keterkaitan hubungan antara stres dengan ide bunuh diri pada mahasiswa.

## **METODE**

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel (Solimun *et al*, 2018). Variabel ini terdiri dari variabel independen yaitu stres dan variabel dependen yaitu ide bunuh diri. Target populasi penelitian yakni mahasiswa tingkat satu dan dua di suatu Universitas Swasta Tangerang dengan jumlah total keseluruhan yaitu 668 mahasiswa.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling* sehingga terdapat dua kriteria yakni inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yakni mahasiswa keperawatan tingkat satu dan dua dengan rentang usia 18-24 tahun sedangkan kriteria eksklusi yakni mahasiswa tingkat tiga (akhir) dan mahasiswa Diploma (D3) yang melanjutkan studi ke Strata satu atau mahasiswa

Conversion Class (CC) dengan jumlah minimal sampel yakni 250 mahasiswa.

Cohen *et al* (1983) menyatakan stres dapat diukur dalam satu bulan terakhir dengan *Perceived Stress Scale* (PSS) dengan skala ordinal terdapat tiga kelompok yaitu stres ringan skor (0-13), stres sedang (14-26) dan stres berat (27-40). Instrumen ini telah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia dan sudah di uji validitas dengan hasil 0,84 dan uji reliabilitas cronbach alpha ( $\alpha$ ) 0,85 (Nuraini, 2018).

Menurut Reynolds (1987) pengukuran ide bunuh diri dapat dilakukan dengan *Adult Suicidal Ideation Questionnaire* (ASI-Q). Kuesioner ASI-Q ini terdiri dari 23 pertanyaan dengan lima poin yang terbagi dalam dua kriteria yakni *specific wishes and plan of suicide* (1-20 item) dan *response and aspects of others* (21-23) serta tertera *Critical Item* (CI) diantaranya 2,3,4,5,15,23. Hasil pengukuran terdapat empat kelompok yaitu ide bunuh diri yaitu minimal skor (0-10), risiko rendah skor (11-20), risiko sedang skor (21-30 dengan 1 CI), risiko tinggi skor ( $> 30$ ,  $> 1$  CI). Instrumen ini sudah di lakukan uji validitas dengan hasil  $> 1,96$  dan uji reliabilitas dengan  $\alpha 0,97$  (Khairunnisa, 2018).

Pengumpulan data dilakukan pertama lolos kaji etik, lalu peneliti mengajukan izin penelitian pada pimpinan Universitas Swasta Tangerang. Setelah mendapatkan izin, lalu peneliti menyebarkan link penjelasan tentang informasi penelitian dan persetujuan sebagai responden melalui *inform consent*, dan kedua kuesioner yaitu ASI-Q dan PSS disebar dalam bentuk *google form* dari tanggal 8 -28 april 2020 dengan waktu pengisian 60 menit. Peneliti menggunakan analisis univariat untuk mengetahui gambaran dari variabel stres dan ide bunuh diri, analisis bivariat untuk mengetahui adanya hubungan atau keterikatan antara dua variabel dengan dilakukan uji korelatif Gamma.

## HASIL

Hasil penelitian yang diperoleh sebagai berikut :

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=250)

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tingkat Perkuliahan		
Tingkat satu	126	50,4
Tingkat dua	124	49,6
Total	250	100
Usia		
18 tahun	69	27,6
19 tahun	123	76,8
20 tahun	47	18,8
21 tahun	11	4,4
Total	250	100
Jenis kelamin		
Laki-laki	69	27,6
Perempuan	181	72,4
Total	250	100

Tabel 1 menunjukkan mayoritas dari responden penelitian adalah mahasiswa tingkat satu sebesar 50,4% dan didominasi oleh perempuan sebesar 72,4%.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Mahasiswa (n=250)

Tingkat Stres	Jumlah (n)	Persentase (%)
Stres ringan	14	5,6
Stres sedang	200	80,0
Stres berat	36	14,4
Total	250	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil sebagian besar mahasiswa mengalami stres sedang (80,0%).

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa (n=250)

Ide Bunuh Diri	Jumlah (n)	Persentase (100%)
Minimal	193	77,2
Risiko rendah	44	17,6
Risiko sedang	3	1,2
Risiko tinggi	10	4,0
Total	250	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui sebagian besar mahasiswa memiliki risiko minimal ide bunuh diri (77,2%), tetapi terdapat juga mahasiswa memiliki risiko ide bunuh diri yakni risiko rendah sampai dengan tinggi.

Berdasarkan tabel 4, didapatkan hasil mayoritas mahasiswa memiliki tingkat stres sedang berjumlah 200 orang dan mahasiswa memiliki risiko minimal ide bunuh diri berjumlah 193 orang. Hasil kedua variabel penelitian menunjukkan nilai korelasi yang signifikan dengan *p value*  $0,048 < 0,05$  dan nilai korelasi positif 0,332 menunjukkan bahwa jika terjadi peningkatan pada tingkat

stres maka terjadi peningkatan pada ide bunuh diri begitu juga sebaliknya.

**Tabel 4.** Analisis Hubungan Tingkat Stres dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa

		Ide bunuh diri				Total	Nilai Gamma	Approximate significance
		Minimal	Risiko rendah	Risiko sedang	Risiko tinggi			
Tingkat stres	Stres ringan	n 12 % 85,7%	n 2 % 14,3%	n 0 % 0,0%	n 0 % 0,0%	n 14 % 100%	0,3320,048 250	
	Stres sedang	n 158 % 79%	n 32 % 16%	n 3 % 1,5%	n 7 % 3,5%	n 200 % 100%		
	Stres berat	n 23 % 63,9%	n 10 % 27,8%	n 0 % 0%	n 3 % 8,3%	n 36 % 100%		
<b>Total</b>		n 193 % 77,2%	n 44 % 17,6%	n 3 % 1,2%	n 10 % 4%	n 250 % 100%		

## PEMBAHASAN

Responden penelitian sebagian besar mahasiswa tingkat satu dan didominasi usia 19 tahun serta mayoritas berjenis kelamin perempuan. Menurut Nurhayati (2016), perempuan seringkali dinilai sebagai individu yang lemah dan lembut, sering terpengaruh oleh lingkungan, mudah menyerah dan sensitif dibandingkan dengan laki-laki yang suka berpetualang, berpikir rasional, logis, memiliki fisik yang kuat dan mandiri.

Mulyadi (2019) menyatakan perbedaan dapat berlaku pada jenis kelamin manusia antara laki-laki dan perempuan berdasarkan teori *nature* yakni perbedaan berdasarkan faktor biologis dan perbedaan jenis kelamin dapat dilihat dari hasil konstruksi

masyarakat. Perempuan seringkali dinilai sebagai individu yang lemah dan lembut, sering terpengaruh oleh lingkungan, mudah menyerah dan sensitif, sedangkan laki-laki lebih suka berpetualang, berpikir rasional, logis, memiliki fisik yang kuat dan mandiri (Nurhayati, 2016).

Jannah *et al* (2016) menyatakan kehidupan manusia selalu mengikuti rentang perkembangan yang tidak dapat diubah dan memiliki tugas perkembangan yang berbeda pada setiap tahap perkembangan, salah satunya periode dewasa awal. Masa dewasa awal setara dengan remaja akhir yang memiliki rentang usia dimulai dari 19-24 tahun dan memiliki perubahan yang signifikan diantara tahap perkembangan lainnya yakni berpikir secara rasional, matang dan objektif saat menafsirkan suatu informasi (State Adolescent Health Resource Center, 2015).

Menurut Fuad (2013), mahasiswa seringkali mengalami masalah dalam menyesuaikan diri dengan keadaan terkhusus pada mahasiswa tahun pertama karena belum mampu mengenali cara belajar yang efektif untuk diterapkan selama studi Perguruan Tinggi, mencemaskan ujian hingga takut gagal menyelesaikan studi dan lain sebagainya. Penyesuaian diri yang

dibutuhkan mahasiswa tingkat pertama memerlukan waktu sekitar enam bulan untuk beradaptasi terhadap rangsangan konflik dan ketegangan (Maharoni, 2012).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki stres dalam sebulan terakhir dari tingkat stres ringan sampai berat dengan mayoritas berada pada tingkat stres sedang. Stres ringan dapat diatasi saat itu juga dan dampak yang timbul biasanya sakit kepala sedangkan stres sedang memiliki beragam dampak yang ditimbulkan pada empat aspek yaitu fisik, kognitif, emosi dan perilaku (Bressert, 2016). Hal ini didukung oleh peneliti lainnya, dampak stres sedang pada mahasiswa dapat mempengaruhi aspek fisik seperti merasakan sakit kepala, pusing, kelelahan dan sebagainya, aspek kognitif seperti merasakan sulit berkonsentrasi atau fokus dan sebagainya, aspek emosi dimana mahasiswa mudah marah, suasana hati buruk dan sebagainya, serta aspek perilaku dengan gejala merasakan relasi dengan teman, keluarga dan lingkungan lain memburuk (Musabiq & Karimah, 2018). *Psychology Foundation of Australia* (2010) menjelaskan bahwa tingkat stres berat bersifat kronis yang terjadi selama berminggu-minggu bahkan bertahun-tahun sehingga dapat menjadikan seseorang

kehilangan minat dalam segala hal, merasa tidak berharga, berpikir bahwa hidup tidak bermanfaat, putus asa, menurunnya energi, berespon maladaptif, dan tertekan.

Ambarwati *et al* (2017) menyatakan bahwa mahasiswa mengalami tingkat stres sedang dan stres berat disebabkan oleh faktor internal yang terjadi ketika seseorang tidak mampu menghadapi masalah yang terjadi, sedangkan faktor eksternal berasal dari lingkungan sekitarnya seperti relasi teman, keluarga dan masyarakat. Peneliti lain berpendapat bahwa terdapat tiga faktor eksternal yang signifikan penyebab stres pada mahasiswa yakni metode pembelajaran dosen yang kurang menarik, jadwal perkuliahan yang padat, dan relasi yang buruk dengan teman sebaya (Mardiati *et al*, 2018).

Menurut Pascoe *et al* (2020), mahasiswa yang mengalami tingkat stres sedang dan tinggi akan berdampak negatif pada pendidikannya di Perguruan Tinggi seperti perolehan prestasi akademik menurun, kesehatan memburuk, mudah emosi dan pola tidur terganggu. Secara negatif, stress dapat mempengaruhi kognitif, perasaan dan perilaku remaja akhir ketika mengalami masalah seperti depresi, penyalahgunaan narkoba, alcoholisme, melakukan tindakan

kejahatan dan berujung pada pemikiran bunuh diri sehingga perlu adanya program pengendalian serius yang menangani hal ini (Singh & Pathak, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar mahasiswa memiliki risiko minimal ide bunuh diri tetapi terdapat juga mahasiswa berisiko memiliki ide bunuh diri dengan tingkatan yang bervariasi dari rendah sampai tinggi yang cukup mengkhawatirkan. Interpretasi skor kuisioner ASIQ yakni tingkat minimal menunjukkan tidak ada respon positif terhadap pertanyaan bunuh diri sehingga tidak diperlukan perlindungan dan pencegahan, risiko rendah menunjukkan adanya ide bunuh diri pada masa lampau, risiko sedang kemungkinan memikirkan rencana bunuh diri dan risiko tinggi menunjukkan individu positif berpikir dan berencana bunuh diri tetapi belum mempunyai keberanian untuk melakukan hal tersebut (Reynolds, 1991).

Seon Uk dan Mi Kyeong (2018) menyatakan mahasiswa rentan berpikir untuk bunuh diri secara emosional sebagai bentuk jalan pintas untuk menyelesaikan masalah. Hal ini disebabkan oleh masa transisi yang signifikan karena jauh dari rumah, dukungan sosial yang kurang, penyesuaian dengan lingkungan baru,

penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan sehingga dapat meningkatkan risiko ide bunuh diri (*Governor State University, 2020*). Seseorang yang memiliki risiko tinggi ide bunuh diri sangat memerlukan penanganan yang cepat karena mereka memasuki tahap kronis dan menurunnya rasa takut akan kematian, tetapi hal ini kurang mendapat perhatian karena stigma terhadap orang-orang dengan risiko ide bunuh diri (Subin park *et al*, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan ide bunuh diri dan semakin tinggi tingkat stres maka semakin tinggi pula ide bunuh diri begitu juga sebaliknya. Hubungan antara stres akademis dengan ide bunuh diri pada mahasiswa yang signifikan dan kedua variabel positif sehingga menunjukkan jika mahasiswa memiliki stres akademis yang tinggi maka ide bunuh diri mahasiswa juga tinggi begitupun sebaliknya (Ayudanto, 2018). Hal ini terjadi karena adanya pemicu yang menyebabkan seseorang memiliki ide bunuh diri seperti kehilangan, kekerasan fisik, pelecehan dan gangguan peran (Stewart *et al*, 2019). Penyebab lainnya seperti depresi, stres dan ketidakberdayaan untuk menyelesaikan masalah pada remaja dapat menimbulkan perasaan yang tertekan bahkan memilih bunuh diri sebagai jalan

terbaik menyelesaikan masalah (Dewi & Hamidah, 2013).

Rosiek *et al* (2016) menyatakan bahwa mahasiswa perlu melakukan coping yang bersifat adaptif seperti olahraga, mendengarkan musik dan sebagainya untuk mengatasi stres kronik bahkan ide melakukan bunuh diri. Adanya kontribusi dan dukungan sosial dari lingkungan sekitar bahkan mengikuti konseling untuk mengevaluasi stres yang dialami (Buitron *et al*, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, mayoritas mahasiswa memiliki stres dengan tingkat sedang dalam sebulan terakhir dan risiko minimal memiliki ide bunuh diri. Mahasiswa memiliki stres sebagai bentuk respon terhadap tekanan yang dihadapi. Stres yang dialami memberikan dampak positif atau negatif pada seseorang. Dampak negatif stres akan mempengaruhi kognitif, afektif, fisiologis, perilaku dan sosial. Jika stres semakin meningkat, maka mahasiswa tidak mampu mengelola stresnya dengan baik dan salah memilih coping seperti penggunaan narkoba, alkohol bahkan berisiko bunuh diri. Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengelola stres dengan baik seperti melakukan hal

yang positif, mencari dukungan sosial dari keluarga, teman dekat bahkan mengikuti konseling.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis penelitian, mayoritas responden penelitian ini adalah 50,4% tingkat satu dan 49,6% adalah tingkat dua, 76,8% usia 19 tahun dan 72,4% didominasi oleh perempuan. Mahasiswa mengalami stres dalam sebulan terakhir yaitu 5,6% tingkat stres ringan, 80,0% tingkat stres sedang dan 14,4% tingkat stres berat. Mahasiswa memiliki ide bunuh diri yaitu 77,2% minimal, 17,6% risiko rendah, 1,2% risiko sedang dan 4,0% risiko tinggi. Peneliti menyimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima yakni terdapat hubungan antara tingkat stres dengan ide bunuh diri pada mahasiswa yang signifikan dengan *p value* 0,048 dan nilai korelasi positif antara tingkat stres dan ide bunuh diri berarti, semakin tinggi tingkat stres maka ide bunuh diri juga meningkat begitu juga sebaliknya.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Tim penulis mengucapkan terimakasih kepada *The Research Committe Ethic* (KEP FoN) yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian ini, khususnya

*Faculty of Nursing Universitas Pelita Harapan* dan kepada semua pihak yang telah menyediakan fasilitas dan dukungan moril yang sangat membantu dalam proses pengerjaan penelitian.

## REFERENSI

- Ambarwati P., D., Pinilih S., S., Astuti R., T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 40-47. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/4466>
- Ayudanto K., C. (2018). *Hubungan Antara Stres Akademis Dan Ide Bunuh Diri* (Skripsi). Retrieved from [http://repository.usd.ac.id/34603/2/149114064\\_full.pdf](http://repository.usd.ac.id/34603/2/149114064_full.pdf)
- Bantjes J., Kagee A., McGowan T., & Steel H. (2017). Symptoms of Posttraumatic Stress, Depression, and Anxiety As Predictors of Suicidal Ideation Among South African University Students HHS Public Access. *Physiology & Behavior*, 176(5), 139–148. DOI: 10.1016/ 2017.03.040
- Buitron, V., Hill, R., M., Pettit, J., W., Green, K., L., Hatkevich, C. & Sharp, C. (2016). Interpersonal Stress And Suicidal Ideation In Adolescence : An Indirect Association Through Perceived Burdensomeness Toward Others. *Journal of Affective Disorders*, 190, 143-149. DOI: 10.1016/j.jad.2015.09.077
- Bressert S. (2016). The Impact of Stress. *American Psychology Association*. Retrieved from <http://www.apa.org/news/press/releases/stress/2011/impact.aspx%5Cnhttp://www.apa.org/news/press/releases/stress/2011/impact.pdf>
- Cigna (2018). Secara Global, Tingkat Stres Orang Indonesia Disebut Paling Rendah. *Cigna Global*. Retrieved from <https://www.cigna.co.id/health-wellness/secara-global-tingkat-stres-orang-indonesia-disebut-paling-rendah>
- Cohen, S. and Hoberman, H. (1983) Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13, 99-125. DOI: 10.1111/j.1559-1816.1983.tb02325.x
- Dewi, L., A. & Hamidah. (2013). Hubungan Antara Kesepian Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja Dengan Orangtua Yang Bercerai. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* 02(3). Retrieved from <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpkk60c4d11a8cfull.pdf>
- Fuad, F. T., & Zerfiel, M. D. (2013). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Diperguruan Tinggi dan Stres Psikologis Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Retrieved from <http://lib.ui.ac.id/naskahringkas/2016-03/S45743-Fitri%20Tasliatul%20Fuad>.

- Governors State University. (2020). *Why Is Suicide So Common Among College Student?*. Retrieved from <https://www.govst.edu/suicide-prevention/>
- Jannah, M. (2016). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia* , 1(1). Retrieved from <https://www.jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/view/1493>
- Khairunnisa, K. (2018). *Pengaruh Dukungan Sosial dan Hopelessness Terhadap Ide Bunuh Diri* (Skripsi). Retrieved from [http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/44764/1/KHANSA%20KH\\_AIRUNNISA-FPSI.pdf](http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/44764/1/KHANSA%20KH_AIRUNNISA-FPSI.pdf)
- Le Roux, A. & Van Rensburg, R.J., (2014), 'Student perceptions of customer experience in a higher education environment', *Acta Commercii* 14(1), 9. DOI: 10.4102/ac.v13i1.232
- Lew, B., Huen, J., Yu, P., Yuan, L., Wang, D. F., Ping, F., ... Jia, C. X. (2019). Associations Between Depression, Anxiety, Stress, Hopelessness, Subjective Well-being, Coping Styles and Suicide in Chinese University Students. *PLoS ONE*, 14(7), 1–10. DOI: 10.1371/ 0217372
- Mahoroni, L., S. (2012) *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Komunikasi dan Konsep dengan Kemampuan Beradaptasi Mahasiswa Baru* (Skripsi). Retrieved from: [http://eprints.undip.ac.id/37133/1/SUMMARY\\_SKRIPSI\\_Lusty\\_Septi\\_Muharomi.pdf](http://eprints.undip.ac.id/37133/1/SUMMARY_SKRIPSI_Lusty_Septi_Muharomi.pdf)
- Mardiati I., Hidayatullah F. & Aminoto C. (2018). Faktor Eksternal Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Adaptasi Proses Pembelajaran. *The 7 Proceeding of The 7th University Research Colloquium 2018: Bidang MIPA dan Kesehatan*. Retrieved from <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/104>
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. DOI: 10.26486/psikologi.v20i2.240
- Nandamuri P., Gowthami Ch. (2011). Sources of Academic Stress- a Study on Management Student. *Journal of management and science*, 1(2). Retrieved from: [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=2642783](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2642783)
- Nurhayati, E. (2016). Memahami Psikologis Perempuan. Cirebon : *Jurnal Equilibrium Pendidikan Sosiologi*. Retrieved from <http://ecampus.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/proceedings/article/viewFile/547/598>
- Nuraini, D. A. (2018). *Efek Intervensi Musik Untuk Menurunkan Stres Pasien Pra Operasi* (SKRIPSI). Retrieved from <http://eprints.undip.ac.id/55404/>.
- Ohio State University. (2015). Suicide Silently Suffering. *The Ohio State University-College of Nursing*. Retrieved from <https://u.osu.edu/suicide/the-facts/>
- Park, S., Lee, Y., Youn, T., Kim, B. S., Park, J. I., Kim, H., ... Hong, J. P. (2018). Association Between Level of Suicide Risk, Characteristics Of Suicide Attempts, and Mental Disorders Among Suicide Attempters. *BMC Public Health*, 18(1), 1–7. DOI: 10.1186/12889-018-5387-8

- Park, S.-U., & Kim, M.-K. (2018). Effects of Campus Life Stress, Stress Coping Type, Self-esteem, and Maladjustment Perfectionism on Suicide Ideation among College Students. *The Korean Journal of Clinical Laboratory Science*, 50(1), 63–70. DOI: 10.15324/2018.50.1.63
- Pascoe, M. A., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020) The Impact of Stress on Students in Secondary School and Higher Education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25:1, 104-112. DOI: 10.1080/02673843.2019.1596823
- Potter, P. A & Perry, A, G. (2015). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep,proses, dan praktik* (Ed.4). Jakarta: EGC.
- Psychology Foundation of Australia. (2010). Depression Anxiety Stres Scale. *University New South Wales-Psychology*. Retrieved from <http://www2.psy.unsw.edu.au/groups/dass/>
- Pusdatin. (2019). *Situasi & Pencegahan Bunuh Diri* (pp. 1–10). pp. 1–10. Retrieved from <https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/19103000001/infodatin-situasi-dan-pencegahan-bunuh-diri.html>
- Reynold, W. (1987). *Suicidal Ideation Questionnaire: Professional Manual*. Florida: Psychology Assesment Resources.
- Reynold, W. (1991) Psychometric Characteristics of the Adult Suicidal Ideation Questionnaire in College Students, *Journal of Personality Assessment*, 56:2, 289-307, DOI: 10.1207/s15327752jpa5602\_9
- Rosiek, A., Kryszewska, A., Leksowski, L., & Leksowski, K. (2016). Chronic Stress And Suicidal Thinking Among Medical Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(2). DOI: 10.3390/13020212
- Sistem Registrasi Sampel (2016).*Hari Kesehatan Jiwa Sedunia: Saya Merasa Benar-Benar Sendiri Hingga Sempat Ingin Bunuh Diri*. Retrieved from <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-49987127>
- Simon. (2014). *Handbook of suicidal Behavior*. Singapore : Springer
- Stewart, J. G., Shields, G. S., Esposito, E. C., Cosby, E. A., Allen, N. B., Slavich, G. M., & Auerbach, R. P. (2019). Life Stress and Suicide in Adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(10), 1707–1722. DOI: 10.1007/s10802-019-00534-5
- Struat, G. W., Budi, A. K., Jesika, P. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Struat* (Ed, 1). Elsevier.
- Singh, R. N., & Pathak, N. (2018). Perceived Stress as a Predisposing Factor in Suicidality among Adolescents. *Indian Journal of Mental Health*, 5(3), 336. DOI: 10.30877/5.3.2018.336-341

Solimun., Armanu., & Fernandes, A. C. R. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Perspektif Sistem*. Malang : Universitas Brawijaya.

Theipel, K. (2015). Understanding Adolescence; Late Adolescence/Young Adulthood. *State Adolescent Health Resource Center*, 1–2. Retrieved from <http://www.amchp.org/programsandtopics/AdolescentHealth/projects/Documents/SAHRC AYADevelopment LateAdolescentYoungAdulthood.pdf>

World Health Organization. (2019). Suicide: Facts and Figures. *World Health Organization.int*. Retrieved from [https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/suicide/infographicssuicide.pdf?sfvrsn=1762d200\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/suicide/infographicssuicide.pdf?sfvrsn=1762d200_2)