

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa, menurut Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, adalah orang yang mengejar pendidikan atau belajar di salah satu jenis perguruan tinggi, termasuk sekolah tinggi, politeknik, dan akademik. Salah satu cara paling penting untuk mengukur keberhasilan siswa adalah dengan memastikan bahwa siswa berprestasi sebaik mungkin. Ini adalah alasan mengapa universitas, institusi pendidikan tinggi, dan lembaga lainnya sangat menginginkan hal ini (Kadi et al., 2020). Bagi beberapa orang, transisi ke universitas dapat menyebabkan stres dan meningkatkan risiko gangguan mental. Salah satu hal yang paling penting adalah mengendalikan tekanan akademik dan stress psikososial yang terkait dengan pekerjaan baru (Geng & Midford, 2015). Di Indonesia, mahasiswa sering menjadi "momok" atau ketakutan saat menyelesaikan tugas akhir atau skripsi mereka karena mereka takut akan proses bimbingan dan pengerjaan skripsi yang dianggap mengerikan. Disamping itu mahasiswa tingkat akhir cenderung mengalami stress dalam menyelesaikan tugas akhir dan bisa memunculkan resiko ide bunuh diri.

Ide bunuh diri adalah tindakan mengakhiri hidup sendiri, ini adalah masalah kesehatan mental yang serius dan perlu mendapat perhatian serius. Beck mendefinisikan depresi sebagai keadaan psikologis yang ditandai oleh gangguan dalam disposisi, gejala kognitif, motivasi, dan fisik (Atkinson et al., 2010 dalam Pramana & Puspitadewi, 2014). Mengingat remaja merupakan generasi penerus bangsa, penting untuk segera menghentikan dan mencegah perilaku negatif yang dapat mengarah pada bunuh diri. Salah satu langkah yang dianjurkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2017) mengidentifikasi secara dini individu yang berisiko bunuh diri, termasuk mengenali tingkat risiko yang mereka hadapi. Banyak faktor psikologis yang dapat mendorong remaja untuk melakukan bunuh diri. Beberapa di antaranya adalah depresi, kecemasan, stres berat, dan gangguan

perilaku seperti melukai diri atau penyalahgunaan (Aulia et al., 2019), serta masalah perilaku (Tandiono, 2020).

World Health Organization (2022) menyatakan bahwa ada 800.000 kematian per tahun atau 1 kematian per 40 detik, yang merupakan masalah serius bagi populasi global. Berdasarkan riset Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019, bunuh diri menempati posisi kedua sebagai penyebab kematian paling umum di kalangan individu berusia 15 hingga 29 tahun. Persentase yang signifikan dari kasus bunuh diri dunia, yaitu 79%, terjadi di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Bunuh diri adalah penyebab utama kedua kematian siswa di *American College*. Dalam 12 bulan terakhir, antara 4 hingga 10% siswa melaporkan memiliki pikiran bunuh diri yang serius (Blascoetal, 2016).

Indonesia menempati posisi ke-159 dunia dengan angka bunuh diri tertinggi. Setiap tahun, sekitar 3,9% dari 100.000 penduduk Indonesia mengakhiri hidupnya (Jayani, 2019). Penelitian menunjukkan bahwa masalah ini juga serius di kalangan remaja, dengan 64% remaja awal dan 75% remaja akhir pernah memiliki pikiran untuk bunuh diri (Yulastri, Sasmita H, 2019). Sebuah survei di Jakarta menemukan bahwa hampir 19% remaja ingin bunuh diri, yang mungkin terkait dengan gangguan emosional yang dialami 35% remaja dan 14% remaja normal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Karena menjadi faktor risiko percobaan bunuh diri, konsep bunuh diri yang tinggi harus mendapat perhatian khusus. Menurut Sasamita H (2019), komponen psikologis paling sering berkontribusi pada perilaku bunuh diri. Individu yang mengalami tekanan psikologis memiliki risiko yang lebih tinggi dari pada individu yang tidak mengalaminya. Akibatnya, untuk membantu mengurangi tekanan psikologis, yang pada gilirannya akan berdampak pada penurunan tindakan bunuh diri (Mahmood & Ghaffar, 2014).

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk menggunakan sumber daya fisik, psikologis, dan sosial untuk mencapai kesejahteraan. Selain itu, resiliensi adalah

proses kompleks yang melibatkan interaksi antara faktor psikologis dan sosial. Kemampuan individu untuk mengatasi tekanan dan trauma, serta tumbuh lebih kuat, dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti dukungan sosial, keterampilan coping, dan pandangan hidup yang positif. Proses ini bersifat dinamis dan terus berkembang sepanjang hidup seseorang (Ungar M, Theron L, 2019). Coping stres yang aktif yang menghasilkan perubahan patologis sebagai tanggapan terhadap rangsangan yang merugikan dikenal sebagai resiliensi (Han & Nestler, 2017).

Resiliensi merupakan proses adaptasi yang sehat dalam menghadapi peristiwa traumatis atau stres yang signifikan. Resiliensi mahasiswa dapat diartikan sebagai kapasitas mereka untuk bertahan dan berkembang di lingkungan yang penuh tekanan, sehingga mampu mencapai potensi maksimalnya. Kehidupan siswa yang kuat lebih baik karena mereka menunjukkan kemampuan untuk mengendalikan nafsu, *optimisme*, empati, dan kemandirian. Kemampuan bertahan lama ini memungkinkan siswa menginterpretasikan peristiwa sulit dengan cara yang positif, memungkinkan mereka mengubah peristiwa sulit menjadi hal yang menguntungkan, yang membantu mereka berkembang menjadi lebih kuat dan lebih mandiri.

Hasil penelitian (Febrya Putri dan Tobing 2020) menunjukkan bahwa dari 231 remaja yang berpartisipasi dalam penelitian, 51 (22.1%) memiliki tingkat resiliensi tinggi, 122 (52.8%) memiliki tingkat resiliensi sedang, dan 58 (25.1%) memiliki tingkat resiliensi rendah. Semua remaja dengan skor lebih dari 40 termasuk dalam kategori beresiko, sedangkan remaja dengan skor kurang dari 40 termasuk dalam kategori tidak beresiko. Selain itu, 219 remaja (94.8%) tidak beresiko. Tidak ada dari responden yang memiliki tingkat resiliensi tinggi yang memiliki ide bunuh diri beresiko; semuanya, 51 orang dari mereka, memiliki ide bunuh diri tidak beresiko. Analisis menunjukkan bahwa dari total 122 remaja yang menunjukkan kemampuan bertahan, proporsi yang sangat tinggi (99.2%) dikategorikan tidak memiliki risiko ide bunuh diri. Hanya sebagian kecil (0.8%) yang termasuk dalam kategori beresiko. Sebaliknya, pada kelompok 58 remaja lainnya, persentase

remaja yang tidak berisiko (81%) lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang berisiko (19%).

Berdasarkan observasi awal terhadap mahasiswa tingkat akhir fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin diketahui bahwa 11 mahasiswa dari prodi S1 Keperawatan, S1 Kebidanan, S1 Gizi, S1 Kesehatan Masyarakat dan D4 Teknik Elektromedik tingkat akhir di fakultas Kesehatan ditemukan sebanyak 36,4% mahasiswa memiliki pikiran singkat tentang bunuh diri dan 54,5% telah memiliki rencana bunuh diri. Berdasarkan paparan diatas penulis ingin mengetahui lebih dalam mengenai hubungan resiliensi dengan resiko ide bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta Timur.

1.2 Rumusan Masalah

Perguruan tinggi berfungsi sebagai titik tertinggi dari pendidikan formal, di mana mahasiswa mempersiapkan diri untuk kehidupan nyata. Untuk mendapatkan gelar sarjana, mahasiswa harus menyelesaikan tugas akhir. Pada mahasiswa tingkat akhir, tugas akhir menjadi salah satu pemicu kemungkinan bunuh diri.

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap mahasiswa tingkat akhir fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin diketahui bahwa 11 mahasiswa ditemukan sebanyak 36,4% mahasiswa memiliki pikiran singkat tentang bunuh diri dan 54,5% telah memiliki rencana bunuh diri. Salah satu yang dapat mengatasi resiko ide bunuh diri yaitu adanya resiliensi. Resiliensi dapat diartikan sebagai memiliki respon sehat terhadap lingkungan yang menimbulkan stres.

Resiliensi pada mahasiswa didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengatasi kondisi yang sulit atau penuh tekanan. Individu resilien cenderung memiliki karakteristik seperti pengendalian diri, optimisme, empati, dan kepercayaan diri yang tinggi. Kemampuan ini memungkinkan mereka untuk menginterpretasikan peristiwa negatif secara konstruktif, sehingga dapat

mengubah tantangan menjadi peluang untuk tumbuh dan berkembang. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat resiliensi dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta Timur?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara risiko ide bunuh diri dan tingkat resiliensi pada populasi mahasiswa tingkat akhir di fakultas kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik (usia dan jenis kelamin) resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta Timur
- b. Mengetahui gambaran resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir fakultas Kesehatan universitas MH Thamrin Jakarta Timur
- c. Mengetahui gambaran resiko ide bunuh diri pada mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir.
- d. Mengetahui hubungan resiliensi dengan resiko ide bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta timur

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoris

Untuk meningkatkan literatur ilmiah tentang hubungan antara resiliensi dan risiko ide bunuh diri, khususnya pada populasi mahasiswa tingkat akhir di fakultas kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta Timur, hasil penelitian ini diharapkan akan diteliti lebih lanjut. seberapa efektif penelitian ini.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi untuk mengetahui dan mengevaluasi diri mengenai resiliensi dengan resiko ide bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir. Manfaat lain memberikan gambaran resiliensi pada diri mereka dalam menghadapi tugas akhir.

b. Manfaat Bagi Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dijadikan sumber bacaan dan meningkatkan pengetahuan serta kemampuan pengembangan ilmu mengenai resiliensi dengan resiko ide bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta Timur.

c. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini digunakan sebagai data awal bagi peneliti selanjutnya mengenai hubungan resiliensi dengan resiko ide bunuh diri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah wawasan serta inspirasi dalam memunculkan ide-ide kritis dan unik yang mampu dikembangkan sebagai bentuk peningkatan mengenai hubungan resiliensi dengan resiko ide bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir.