HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: September, 17, 2024
Revised: January, 05, 2025
Available online: January, 05, 2025
at : https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Dukungan sosial teman sebaya dan kejadian ide bunuh diri pada mahasiswa

Moh Zamroji, Wita Oktaviana*

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Wita Oktaviana**.** *Email: w0763@ums.ac.id

Abstract

Background: Mental health is said to be good when the brain feels calm and relaxed, allowing a person to appreciate others and enjoy everyday life. People who have mental health are able to use all their potential to face obstacles in life and maintain positive relationships with other individuals. Based on data from the World Mental Health International College Student Project in 2018 which was conducted in 19 universities in eight countries, it showed that 35% of students experienced at least one DSM-IV mental disorder, such as mood, anxiety, and substance. A person's mental health, especially in the student group, is greatly influenced by peer social support which helps prevent the emergence of suicidal ideation.
Purpose: To determine the relationship between peer social support and the incidence of suicidal ideation in students.
Method: The type of quantitative research used a cross-sectional design, the sampling technique used the Slovin purposive sampling formula and obtained a sample of 244 respondents. The research instrument was a social support questionnaire consisting of 44 questions and a revised suite ideation scale (R-SIS) questionnaire consisting of 10 questions. Data analysis used univariate nonparametric correlation and bivariate Spearman's rho test.
Results: Most respondents were 21 years old with a total of 129 respondents (52.9%), most were female with a total of 212 respondents (86.9%), and came from a nursing study program with a total of 100 respondents (41.1%). The social support obtained was high with a total of 206 respondents (84.5%) and most respondents did not have suicidal thoughts with a total of 237 respondents (97.1%). Based on the bivariate test, high social support made respondents not have suicidal thoughts with a total of 206 respondents (86.9%) with a p-value of 0.00 (<0.05).
Conclusion: There is a relationship between social support (peers) and suicidal ideation. The negative correlation coefficient indicates that the level of suicidal ideation or desire tends to be higher when social support from peers is low. Conversely, if social support from peers is high, individuals tend not to make decisions that are detrimental to themselves, such as ending their lives.
Suggestion: For students to be able to manage themselves by seeking various social supports from family, peers, lecturers and even from people they consider special. This serves to vent the emotions and burdens they experience, so as to avoid actions that are detrimental to others, especially themselves, such as consuming alcoholic beverages, drugs, and the emergence of suicidal ideation.

Keywords: Peers; Social Support; Students; Suicidal Ideation.

Pendahuluan: Kesehatan mental termasuk dalam taraf baik ketika otak merasa tenang dan santai yang memungkinkan seseorang menghargai orang lain dan menikmati kehidupan sehari-hari. Orang yang memiliki kesehatan mental mampu menggunakan semua potensi yang dimiliki untuk menghadapi rintangan dalam hidup serta menjaga hubungan yang positif dengan individu lainya. Berdasarkan data *World Mental Health International College Student Project* pada tahun 2018 yang dilakukan pada 19 universitas di delapan negara menunjukkan

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v18i10.549

bahwa, sebanyak 35% mahasiswa mengalami paling tidak satu mental disorder DSM-IV, seperti *mood, anxiety,* hingga *substance.* Kesehatan mental seseorang terutama pada kelompok mahasiswa sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial teman sebaya yang membantu mencegah ide bunuh diri.

Tujuan: Untuk mengetahui keterkaitan dukungan sosial teman sebaya dengan kejadian ide bunuh diri pada mahasiswa.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif menggunakan desain *cross sectional*, teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* rumus *slovin* dan didapatkan sampel sebanyak 244 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner dukungan sosial yang terdiri dari 44 pertanyaan dan kuesioner *revised suicide ideation scale* (R-SIS) berjumlah 10 pertanyaan. Analisis data menggunakan univariat dan bivariate uji *nonparametric correlations spearman's rho*.

Hasil: Mayoritas responden berusia 21 tahun dengan jumlah 129 (52.9%), sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 212 responden (86.9%), dan berasal dari program studi keperawatan sebanyak 100 responden (41.1%). Dukungan sosial yang didapatkan tinggi sebanyak 206 (84.5%) dan sebagian besar responden tidak ada ide untuk bunuh diri sebanyak 237 (97.1%). Berdasarkan uji bivariate bahwa dukungan sosial yang tinggi membuat responden tidak memiliki ide bunuh diri sebanyak 206 (86.9%) dengan hasil p-*value* 0.00 (<0.05).

Simpulan: Terdapat hubungan antara dukungan sosial (teman sebaya) dengan ide bunuh diri. Koefisien korelasi negatif menunjukkan bahwa tingkat ide atau keinginan untuk bunuh diri cenderung lebih tinggi ketika dukungan sosial dari teman sebaya rendah. Sebaliknya, jika dukungan sosial dari teman sebaya tinggi, individu lebih cenderung untuk tidak mengambil keputusan yang merugikan dirinya sendiri, seperti mengakhiri hidupnya.

Saran: Bagi mahasiswa supaya dapat memanajemen diri sendiri dengan mencari berbagai dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dosen pengajar bahkan dari orang yang dianggapnya spesial. Hal ini berfungsi untuk meluapkan emosi dan beban yang dialaminya, sehingga terhindar dari kegiatan yang merugikan orang lain terutama diri sendiri, seperti mengonsumsi alkohol, obat-obatan terlarang, dan munculnya ide bunuh diri

Kata Kunci: Dukungan Sosial; Ide Bunuh Diri; Mahasiswa; Teman Sebaya.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental termasuk dalam taraf baik ketika otak merasa tenang dan santai yang memungkinkan seseorang menghargai orang lain dan menikmati kehidupan sehari-hari (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Orang yang memiliki kesehatan mental mampu menggunakan semua potensi yang dimiliki untuk menghadapi rintangan dalam hidup serta menjaga hubungan yang positif dengan individu lainya. Sebaliknya, individu yang mengalami masalah kesehatan mental akan dihadapkan pada masalah kemampuan berpikir dan kendali emosi serta suasana hati yang dapat menyebabkan perilaku buruk (Salsabhilla & Panjaitan, 2019). Memiliki jiwa dan mental yang sehat dapat membantu setiap individu untuk berpikir positif dan berperilaku baik atau tidak merugikan orang lain, terutama kepada diri sendiri.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, gangguan mental emosional (GME) paling banyak terjadi di kelompok umur 15-25 tahun, yaitu kurang lebih 6.2% mengalami fase depresi dan sering terjadi tindakan menyakiti diri sendiri *(self harm)*. Tak sedikit juga mempunyai keinginan untuk bunuh diri *(suicidal ideation)* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Berdasarkan data *World Mental Health International College Student Project* pada tahun 2018 yang dilakukan pada 19 universitas di delapan negara menunjukkan bahwa, sebanyak 35% mahasiswa mengalami paling tidak satu mental disorder DSM-IV, seperti *mood, anxiety,* hingga *substance disorder* serta disebutkan dalam 12 bulan terakhir 31.4% mahasiswa mengalaminya. Selain itu, penelitian lain mengungkapkan sebanyak 12.69% siswa mengalami masalah kejiwaan. Semakin bertambahnya usia seseorang dapat terkena masalah, terutama pada mental dan psikologisnya yang dapat berujung pada kesehatan jiwa yang tidak stabil (Khotimah, 2024).

Mahasiswa dipandang memiliki intelektualitas dengan tingkat yang tinggi, kemampuan berpikir kritis, dan merencanakan tindakan serta keterampilan bertindak secara cepat dan akurat. Mahasiswa adalah orang-orang muda berusia 19-28 tahun yang sedang mengalami transisi dari remaja menuju dewasa (Farhan & Rosyidah, 2021). Setiap tahun kejadian bunuh diri kian meningkat terutama dikalangan

Moh Zamroji, Wita Oktaviana*

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Wita Oktaviana. *Email: w0763@ums.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v18i10.549

remaja dan dewasa karena faktor lingkungan, sosial dan ekonomi menjadi pengaruh besar terhadap kejadian bunuh diri (Adiguna, Elita, & Aziz, 2024). Tingginya tingkat pendidikan pada mahasiswa juga sering menjadi pemicu, terutama dari dukungan sosial teman sebaya saat dibangku perkuliahan hingga rekan kerja. Hal ini dapat menimbulkan lebih banyak tekanan yang dapat mengakibatkan rasa cemas dan stress meningkat (Asif, Mudassar, Shahzad, Raouf, & Pervaiz, 2020).

Mahasiswa dapat mengalami stres, kecemasan, dan depresi sebagai akibat dari banyaknya tuntutan yang dihadapi. Berdasarkan data dari *ACHA-National College Health Assessment II (ACHA-NCHA)* diketahui bahwa, persentase mahasiswa yang mengalami stres sebesar 34.2%, kecemasan sebanyak 27.8%, dan depresi sebanyak 20.2%. Prevalensi stres dan depresi pada mahasiswa di Indonesia dilaporkan mencapai 36.7-71.6%. Singkatnya, depresi dapat mengarah pada bunuh diri. Terdapat hampir 800.000 orang meninggal dikarenakan bunuh diri setiap tahunnya (Ambarwati, Pinilih, & Astuti, 2019). Menurut data global, penyebab utama kematian nomor 2 pada kelompok usia 15-29 tahun adalah bunuh diri (World Health Organization, 2020). Mahasiswa sebagai kelompok dengan tingkat pemikiran tinggi berisiko mengalami masalah kesehatan mental, seperti stress hingga mengakibatkan depresi bisa juga berujung kepada kematian yang disebabkan karena perilaku atau ide bunuh diri.

Menurut data yang bersumber dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Kepolisian Republik Indonesia pada tahun 2022, beberapa kejadian bunuh diri atau ide bunuh diri kebanyakan berasal dari kalangan mahasiswa. Selain itu, berdasarkan data dari Pangkalan Data Pendidikan Tinggi Indonesia, jumlah mahasiswa kesehatan di Indonesia pada tahun 2021 terdapat 532.935 mahasiswa. Jumlah paling banyak ada pada kelompok kesehatan keperawatan dengan persentase 30.58%, jenjang pendidikan S1 sebesar 84.8% (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2022). Sebuah penelitian lebih lanjut menemukan bahwa siswa yang sangat cemas lebih cenderung menderita kesulitan dalam menyelesaikan masalah selama perkuliahan (Asif et al., 2020).

Dampak dari kecemasan yang dialami lainnya dapat bervariasi, misalnya *self-harm* (tindakan melukai diri sendiri) atau *suicidal ideation* (tindakan percobaan bunuh diri). Kemunculan ide bunuh diri dapat dipicu dari perilaku individu yang sulit mengontrol emosi dalam dirinya, sehingga timbul sikap atau ide yang dapat merugikan diri sendiri (Patsali, Mousa, Papadopoulou, Papadopoulou, Kaparounaki, Diakogiannis, & Fountoulakis, 2020). Adanya dukungan sosial, terutama dari teman sebaya dapat mengurangi keinginan bunuh diri remaja, terutama mahasiswa. Remaja akan merasa diperhatikan, dicintai, dan dihargai oleh orang lain jika mereka menerima dukungan sosial dari orang-orang di lingkungan mereka. Selain itu, memungkinkan mereka untuk menumbuhkan sikap positif terhadap diri mereka sendiri, lebih mampu mencapai semua potensi yang dimiliki, dan lebih menerima serta menghargai diri sendiri. Dukungan sosial dapat datang dari teman, pekerjaan, pasangan, anggota keluarga yang lain, anak-anak, masyarakat, atau kelompok sosial lainnya (Indrawati, 2017).

METODE

Jenis penelitian kuantitatif menggunakan desain *cross sectional* dengan pengumpulan sampel menggunakan *purposive sampling* rumus *slovin* dari total populasi dan sampel yang digunakan sebanyak 244 responden. Penelitian ini dilakukan kepada .Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada periode Maret-April 2024. Sampel yang dipilih yaitu sedang menempuh pendidikan sarjana berada pada semester 6 dan berkisaran pada usia 19-23 tahun. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah ide bunuh diri, sedangkan variabel independennya adalah dukungan sosial (teman sebaya).

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner dukungan sosial sebanyak 44 pernyataan dan kuesioner *revised-suicide ideation scale* (R-SIS*)* berjumlah 10 pertanyaan. Tingkat reliabilitas yang sangat tinggi ditunjukkan oleh hasil *Cronbach's alpha* untuk kedua dimensi dan keseluruhan alat ukur, yaitu α = .943, menandakan bahwa reliabilitas alat ukur ini sangat baik dan dapat diterima.

Pada kuesioner dukungan sosial (teman sebaya) terdiri dari beberapa pilihan yakni, sangat sesuai = 4, sesuai = 3, tidak sesuai = 2 dan sangat tidak sesuai = 1. Dukungan sosial dibedakan menjadi beberapa kategori yaitu dukungan rendah jika skor yang didapat 44-88, dukungan sedang jika skor 89-132, dan dukungan tinggi jika skor 133-176. Variabel ide bunuh diri menggunakan kuesioner R-SIS yang memiliki 10

Moh Zamroji, Wita Oktaviana*

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Wita Oktaviana. *Email: w0763@ums.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v18i10.549

item pilihan soal pertanyaan dengan menggunakan skala likert dengan skor tidak pernah = 1, jarang = 2, kadang-kadang = 3, sering = 4, dan selalu = 5. Selanjutnya, dari skor tersebut dapat dikategorikan kembali menjadi ada ide bunuh diri dengan rentang angka 10-35 dan tidak ada ide bunuh diri pada rentang 36-50.

Analisis data menggunakan univariat dan bivariat uji *nonparametric correlations spearman's rho*. Penelitian ini telah mendapatkan surat ijin *ethical clearance* dari komite etik penelitian kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor: 569/KEPK-FIK/X/2024.

HASIL

Tabel Distribusi Karakteristik Responden (N=244)

Variabel	Hasil	Ide Bunuh Diri	*p-value*	*R*
Umur (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(20.7±0.673)(19-23)			
19	3/1.2			
20	89/36.5			
21	129/52.9			
22	21/8.6			
23	2/0.8			
Jenis Kelamin (n/%)				
Laki-Laki	32/13.1	1/0.41		
Perempuan	212/86.9	6/2.45		
Program Studi (n/%)				
Keperawatan	100/41.1			
Fisioterapi	68/27.9			
Ahli Gizi	43/13.5			
Kesehatan Masyarakat	33/17.5			
Dukungan Sosial (n/%)				
Rendah	13/5.3	7/2.90	**0.00**	**-0.504****
Sedang	25/10.2			
Tinggi	206/84.5			
Ide bunuh diri (n/%)				
Tidak ada	237/97.1			
Ada	7/2.9			

Berdasarkan tabel diatas, mayoritas responden berusia 21 tahun dengan jumlah 129 (52.9%), sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 212 responden (86.9%) dan dari 244 responden, sebanyak 6 perempuan memiliki ide bunuh diri, sedangkan terdapat 1 responden laki-laki yang memiliki ide bunuh diri. Sebagian besar responden berasal dari program studi keperawatan sebanyak 100 responden (41.1%). Dukungan sosial yang didapatkan tinggi sebanyak 206 (84.5%) dan sebagian besar responden tidak ada ide untuk bunuh diri sebanyak 237 (97.1%).

Berdasarkan uji signifikansi dukungan sosial yang rendah dapat menyebabkan munculnya ide bunuh. Hasil p-*value* 0.00 (<0.05), maka mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial (teman sebaya) dengan munculnya ide bunuh diri. Selain itu, uji data menghasilkan *correlation coefficient* (R) sebesar -0.504**, mengindikasikan bahwa kekuatan hubungan antara variabel tersebut

Moh Zamroji, Wita Oktaviana*

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Wita Oktaviana. *Email: w0763@ums.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v18i10.549

cukup kuat. Hubungan ini bersifat negatif, berarti semakin tinggi dukungan sosial yang didapat, semakin rendah kemungkinan munculnya ide bunuh diri. Sebaliknya, jika dukungan sosial teman sebaya yang semakin rendah, maka semakin tinggi risiko ide bunuh diri.

PEMBAHASAN

Mahasiswa tingkat akhir seringkali menghadapi situasi dan permasalahan yang menimbulkan kegelisahan dan kesulitan, seperti mengerjakan skripsi atau tugas akhir. Tugas-tugas tersebut dianggap sebagai tantangan yang paling menantang selama kuliah, sehingga dapat menimbulkan stres (Dinanty & Prihartanti, 2024). Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan sebanyak 212 (86.9%). Sejalan dengan penelitian di Korea Selatan yang menemukan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 79.0%. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa, siswa perempuan memiliki kecenderungan ide bunuh diri yang lebih tinggi dibanding dengan siswa laki-laki (Ha & Park, 2022). Penelitian lain juga mendukung temuan ini dengan meneliti ide bunuh diri pada kalangan mahasiswa kedokteran. Hasil studi menunjukkan bahwa mahasiswi berisiko 5 kali lebih tinggi untuk mengalami ide bunuh diri dibanding dengan mahasiswa laki-laki (Desalegn, Wondie, Dereje, & Addisu, 2020). Tingkat depresi pada wanita terbukti lebih tinggi dibandingkan pria, sehingga meningkatkan risiko munculnya pikiran bunuh diri karena wanita cenderung lebih terpengaruh oleh berbagai peristiwa kehidupan dan sering kali lebih rentan dalam menghadapinya (Khosravi & Kasaeiyan, 2020).

Mahasiswa yang terlibat dalam penelitian ini berusia antara 19- 23 tahun, termasuk dalam rentang usia dewasa awal. Sebagian besar responden berusia 21 sebanyak 129 orang (52.9%). Usia dapat memengaruhi kemunculan pikiran dan tindakan bunuh diri di kalangan mahasiswa. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan di Emory University menunjukkan bahwa bunuh diri paling sering terjadi pada rentang usia 18-24 tahun (Idham, Rahayu, As-Sahih, Muhiddin, & Sumantri, 2019). Selain itu, ide tentang bunuh diri juga lebih sering muncul di kelompok usia 18-25 tahun (Ermawati, 2018).

Pada tahap awal masa dewasa, mahasiswa menghadapi berbagai kesulitan, termasuk pentingnya mempertahankan hubungan keluarga, menjadikan hubungan menjadi lebih intim, serta mencapai tujuan baik profesional ataupun pribadi. Tugas-tugas yang harus dihadapi pada fase perkembangan ini bisa memicu stres yang berpotensi menyebabkan pikiran dan perilaku bunuh diri (Atqiya & Coralia, 2023).

Tingkat stres akademik yang rendah biasanya juga dikaitkan dengan ide bunuh diri yang rendah. Mahasiswa mengalami stres sebagai respons terhadap tekanan, kondisi ini dapat memengaruhi seseorang baik secara positif maupun negatif. Jika stres meningkat, seseorang berisiko memilih koping yang salah, seperti penggunaan narkoba atau alkohol bahkan muncul ide untuk bunuh diri.

Mahasiswa perlu mengelola stres secara positif, mencari dukungan dari teman dan keluarga, serta mempertimbangkan untuk mengikuti konseling jika diperlukan. Kecenderungan mahasiswa yang tidak mendapat dukungan sosial baik dari keluarga, teman maupun saudara mengakibatkan dirinya mencari ketenangan diri dengan kegiatan yang negatif, seperti mengonsumsi alkohol dan kadang kala sampai kecanduan obat terlarang. Mereka tidak tahu kegiatan yang merugikan seperti itu hanya akan bertahan sementara saja dan tidak bisa memberikan ketenangan (Lalenoh, Zega, Yuni, Florensa, & Ningsih, 2021).

Dukungan sosial biasanya diperoleh dari orang-orang yang dekat dan penting dalam hidup seseorang, seperti keluarga, teman ataupun guru. Dukungan sosial mencakup tindakan yang dilakukan atau diterima dari orang lain dalam masyarakat. Dukungan ini bisa datang dari hubungan yang dekat seperti orang tua, teman sebaya, guru, saudara, atau komunitas, dan juga dari kehadiran seseorang yang membuat individu merasa dihargai, dan dicintai serta diperhatikan (Widhiati, Malihah, & Sardin, 2022). Teman adalah salah satu sumber dukungan sosial selain guru. Dukungan sosial teman sebaya sebagai bantuan yang diberikan oleh teman dalam bentuk informasional, instrumental, atau emosional yang membuat seseorang merasa diperhatikan serta dihargai (Marandof & Sarajar, 2024). Resiliensi adalah pola adaptasi positif dalam menghadapi kesulitan. Kemampuan untuk mempertahankan stabilitas psikologis di tengah stres serta proses adaptasi terhadap pengalaman hidup yang menantang atau sulit melalui fleksibilitas emosional, mental, serta perilaku, termasuk penyesuaian internal dan eksternal (Keye & Pidgeon, 2013; VandenBos, 2017). Berdasarkan penjelasan di atas, dukungan

Moh Zamroji, Wita Oktaviana*

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Wita Oktaviana. *Email: w0763@ums.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v18i10.549

sosial dari teman sebaya sangat penting bagi mahasiswa untuk menjaga kepercayaan diri dan membantu mereka bertahan menghadapi berbagai masalah.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya terlihat pada cara mereka berinteraksi, kehadiran langsung serta rasa kebersamaan yang tercipta membentuk hubungan yang positif. Kehangatan dan kenyamanan saat menghadapi masa sulit diberikan oleh dukungan emosional dari teman sebaya yang dapat memperkuat ketahanan remaja (Fadhil & Mardianto, 2024; Calsum & Purwandari, 2024).

Dukungan sosial adalah indikator penting dari cinta, rasa hormat, dan penghargaan antara individu (Bilgin & Taş 2018). Pemberian dukungan sosial dapat mendorong seseorang untuk menjadi lebih ramah, empatik, dan penuh kasih sayang terhadap orang lain (Rif'ati, Arumsari, Fajriani, Maghfiroh, Abidi, Chusairi, & Hadi, 2018). Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial sering kali berhubungan dengan stres, tingkat depresi, serta kepuasan hidup yang lebih tinggi (Novitayani & Nurhidayah, 2023). Adanya dukungan dari teman sebaya, remaja dewasa dapat mengeksplorasi hal-hal baru dan belajar peran-peran baru dalam hidup mereka. Dukungan sosial, terutama dari teman sebaya sangatlah penting dikarenakan dapat membantu mahasiswa mengatasi kecemasan dan depresi dengan mengarahkan mereka ke aktivitas positif.

SIMPULAN

Terdapat hubungan antara dukungan sosial (teman sebaya) dengan ide bunuh diri. Koefisien korelasi negatif menunjukkan bahwa tingkat ide atau keinginan untuk bunuh diri cenderung lebih tinggi ketika dukungan sosial dari teman sebaya rendah. Sebaliknya, jika dukungan sosial dari teman sebaya tinggi, individu lebih cenderung untuk tidak mengambil keputusan yang merugikan dirinya sendiri, seperti mengakhiri hidupnya.

SARAN

Bagi mahasiswa supaya dapat memanajemen diri sendiri dengan mencari berbagai dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dosen pengajar bahkan dari orang yang dianggapnya spesial. Hal ini berfungsi untuk meluapkan emosi dan beban yang dialaminya, sehingga terhindar dari kegiatan yang merugikan orang lain terutama diri sendiri, seperti mengonsumsi alkohol, obat-obatan terlarang, dan munculnya ide bunuh diri.

DAFTAR PUSTAKA

Adiguna, D., Elita, V., & Aziz, A. R. (2024). The Relationship between Family Support and Suicide Ideation in College Students. *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health*, *3*(1), 445-454.

Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *5*(1), 40-47.

Asif, S., Mudassar, A., Shahzad, T. Z., Raouf, M., & Pervaiz, T. (2020). Frequency of depression, anxiety and stress among university students. *Pakistan journal of medical sciences*, *36*(5), 971.

Atqiya, A., & Coralia, F. (2023, January). Gambaran Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Bandung. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 3, No. 1, pp. 176-183).

Bilgin, O., & Taş, İ. (2018). Effects of perceived social support and psychological resilience on social media addiction among university students. *Universal journal of educational research*.

Calsum, A. Y., & Purwandari, E. (2024). Dukungan Sosial Dan Resiliensi Pada Remaja Pasca Kematian Orang Tua: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, *9*(2), 139-146.

Desalegn, G. T., Wondie, M., Dereje, S., & Addisu, A. (2020). Suicide ideation, attempt, and determinants among medical students Northwest Ethiopia: an institution-based cross-sectional study. *Annals of General Psychiatry*, *19*, 1-8.

Dinanty, D. R. D., & Prihartanti, N. (2024). *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Efikasi Diri Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Penyususnan Skripsi* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Moh Zamroji, Wita Oktaviana*

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Wita Oktaviana. *Email: w0763@ums.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v18i10.549

Ermawati, S. (2018). Hubungan Jenis Kelamin, Usia dan Pekerjaan dengan Kejadian Asfiksia Gantung Diri di RSUD Dr Soetomo Tahun 2013-2016. *Indonesian Journal of Legal and Forensic Sciences*, *8*(1), 282197.

Fadhil, M., & Mardianto, M. (2024). Kontribusi dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tuanya. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, *11*(2), 874-879.

Farhan, Y. T., & Rosyidah, R. (2021). Hubungan antara self esteem dengan kecenderungan nomophobia pada mahasiswa perempuan di Surabaya. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, *12*(2), 162-179.

Ha, J., & Park, D. (2022). Suicidal ideation and suicide attempts among university students in South Korea during the COVID-19 pandemic: the application of interpersonal-psychological theory and early maladaptive schema. *PeerJ*, *10*, e13830.

Idham, A. F., Rahayu, P., As-Sahih, A. A., Muhiddin, S., & Sumantri, M. A. (2019). Trend literasi kesehatan mental. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, *11*(1), 12-20.

Indrawati, T. (2017). Peranan kecerdasan emosi dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMP terbuka di Cirebon. *Edukasia Islamika: Jurnal Pendidikan Islam*, *2*(1), 70-88.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar 2018. Diakses dari: https://dinkes.babelprov.go.id/sites/default/files/dokumen/bank_data/20181228%20-%20Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional-1.pdf

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Literasi Kesehatan Mental dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Masyarakat. Diakses dari: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1510/literasi-kesehatan-mental-dan-dampaknya-pada-kesehatan-jiwa-masyarakat

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2022). Pangkalan Data Pendidikan Tinggi Indonesia. Diakses dari: https://pddikti.kemdiktisaintek.go.id/

Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). Investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, *1*(6), 1-4.

Khosravi, M., & Kasaeiyan, R. (2020). The relationship between neuroticism and suicidal thoughts among medical students: Moderating role of attachment styles. *Journal of family medicine and primary care*, *9*(6), 2680-2687.

Khotimah, K. (2024). *Relevansi Hadis Sedikit "Tertawa" Banyak "Menangis" Dengan Psikologi Anak Muda (Studi Ma'Ānī Al-Ḥadīth Sunan At-Tirmidzi No. 2235)* (Doctoral dissertation, UIN KH Abdurrahman Wahid Pekalongan).

Lalenoh, G. A., Zega, I. B. P., Yuni, I. F., Florensa, M. V. A., & Ningsih, M. T. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Stres dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa [The Relationship Between Stress Levels and Suicide Ideation in College Students]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, *9*(1), 89-101.

Marandof, K. D. B., & Sarajar, D. K. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Dari Wilayah 3t Daerah Papua. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, *13*(1), 61-72.

Novitayani, S., & Nurhidayah, I. (2023). Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, *8*(1), 61-68.

Patsali, M. E., Mousa, D. P. V., Papadopoulou, E. V., Papadopoulou, K. K., Kaparounaki, C. K., Diakogiannis, I., & Fountoulakis, K. N. (2020). University students' changes in mental health status and determinants of behavior during the COVID-19 lockdown in Greece. *Psychiatry research*, *292*, 113298.

Moh Zamroji, Wita Oktaviana*

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Wita Oktaviana. *Email: w0763@ums.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v18i10.549

Rif'ati, M. I., Arumsari, A., Fajriani, N., Maghfiroh, V. S., Abidi, A. F., Chusairi, A., & Hadi, C. (2018). Konsep dukungan sosial. *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga*.

Salsabhilla, A., & Panjaitan, R. U. (2019). Dukungan sosial dan hubungannya dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau. *Jurnal keperawatan jiwa*, *7*(1), 107.

VandenBos, G. R. (2017). From print to digital (1985–2015): APA's evolving role in psychological publishing. *American Psychologist*, *72*(8), 837.

Widhiati, R. S. A., Malihah, E., & Sardin, S. (2022). Dukungan sosial dan strategi menghadapi stigma negatif anak berkebutuhan khusus dalam pendidikan. *Jurnal Paedagogy*, *9*(4), 846-857.

World Health Organization. (2020). World Mental Health Day: An opportunity to kick-start a massive scale-up in investment in mental health. Diakses dari: https://www.who.int/news/item/27-08-2020-world-mental-health-day-an-opportunity-to-kick-start-a-massive-scale-up-in-investment-in-mental-health

Moh Zamroji, Wita Oktaviana*

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Wita Oktaviana. *Email: w0763@ums.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v18i10.549