

**IDE DAN RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA  
DI DUA KAMPUS YOGYAKARTA**



**Oleh:**

**Livi Husnia Aidatul Fitroti  
NIM: 22200011043**

**TESIS**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh  
Gelar Master of Arts (M.A.)  
Program Studi Interdisiplinary Islamic Studies  
Kosentrasi Bimbingan, dan Konseling Islam

**YOGYAKARTA**

**2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Livi Husnia Aidatul Fitroti

NIM : 22200011043

Jenjang : Pascasarjana (S2)

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Bimbingan Dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 10 Juli 2024

Saya yang Menyatakan



Livi Husnia Aidatul Fitroti  
NIM. 22200011043

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

*Bismillahirrahmanirrahim*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Livi Husnia Aidatul Fitroti  
NIM : 22200011043  
Fakultas : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian yang bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya saya sendiri, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 10 Juli 2024

Saya yang Menyatakan



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Livi Husnia Aidatul Fitroti  
NIM. 22200011043

## HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-824/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2024

Tugas Akhir dengan judul : Ide dan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa di Dua Kampus Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : LIVI HUSNIA AIDATUL FITROTI, S. Sos  
Nomor Induk Mahasiswa : 22200011043  
Telah diujikan pada : Kamis, 25 Juli 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta


#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR

 Ketua Sidang/Penguji I  
Dr. Ja'far Assagaf, M.A.  
SIGNED  
Valid ID: 66c815752a6dd

 Penguji II  
Dr. Suhadi, S.Ag., M.A.  
SIGNED  
Valid ID: 66c8010678d5d

 Penguji III  
Ro'fah, MA., Ph.D.  
SIGNED  
Valid ID: 66b1950e31e91



 Yogyakarta, 25 Juli 2024  
UIN Sunan Kalijaga  
Direktur Pascasarjana  
Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.  
SIGNED  
Valid ID: 66c84091732bf

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.  
Direktur Program Pascasarjana  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

### **IDE DAN RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA DI DUA KAMPUS YOGYAKARTA**

Yang ditulis oleh:

Nama : Livi Husnia Aidatul Fitroti  
NIM : 22200011043  
Jenjang : Magister (S2)  
Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Bimbingan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut dapat diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dalam rangka memperoleh gelar *Magister of Art (M.A.)*.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yogyakarta, 10 Juli 2024  
Pembimbing,



Dr. Suhadi, S.Ag., M.A.  
NIP:

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Pertama dengan mengucap *Alhamdulillah* saya sangat bersyukur dapat menyelesaikan tugas akhir ini pada waktu yang tepat. Tulisan ini dipersembahkan untuk saya sendiri, baik sebagai pertanda, dan ucapan selamat kepada diri sendiri karena mampu menyelesaikan jenjang pendidikan S2 maupun bahan evaluasi kajian kedepannya. Selanjutnya, tulisan ini dipersembahkan untuk pembimbing saya bapak Suhadi, karena telah memberikan masukan berarti dalam menyelesaikan tesis ini. Secara khusus, saya persembahkan gelar yang akan saya terima dari hasil menyelesaikan tugas akhir ini kepada orang tua saya tercinta bapak Suwaji dan ibu Siti Zulaikah, Bapak dan Ibu adalah orang tidak pernah berhenti mendo'akan segala kebaikan untuk saya dalam segala hal, terkhusus dalam menyelesaikan penelitian ini. Tidak melupakan peran narasumber, dan banyak orang di luar sana yang mungkin mengalami hal serupa, saya berdo'a dengan sangat semoga segala kebaikan selalu menyertai, dengan adanya tesis ini saya berharap dapat menambah kajian yang mendalam serta dapat melihat bagaimana proses bantuan yang semestinya dalam mengkaji kasus ini. Terakhir, sekali lagi saya ucapkan terimakasih kepada diri sendiri karena mau memaksakan diri untuk terus menulis, dan mengingat bahwa tesis ini harus terselesaikan tepat waktu "*good job livi*".

## MOTTO

إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا

“Jika berbuat baik, (berarti) kamu telah berbuat baik untuk dirimu sendiri. Jika kamu berbuat jahat, (kerugian dari kejahatan) itu kembali kepada dirimu sendiri.”

Al-Isrā' [17]:7

“Semua rasa sakit akan membuatmu tumbuh dewasa. Jangan mati, hiduplah dengan penuh semangat.”

Park jihoon, Treasure.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

Bunuh diri merupakan fenomena krisis kesehatan mental yang sangat kompleks. Bunuh diri bersifat *multi-determined*, dimana banyak kemungkinan pemicu yang harus dikaji untuk melihat bagaimana fenomena tersebut bisa terjadi. Berlandaskan pada kajian teori bunuh diri oleh Thomas Joiner, penelitian ini berusaha memahami bagaimana proses seseorang memiliki keinginan bunuh diri, dan kapan pikiran tersebut dapat menjadi aksi nyata. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, dengan melibatkan mahasiswa di dua kampus Yogyakarta. Pengumpulan data diawali dengan menyebarkan alat ukur untuk mengetahui ide bunuh diri pada dua kelas di dua kampus berbeda, setelah mendapatkan hasil dilakukan observasi, dan wawancara secara mendalam.

Penelitian ini mempertimbangkan pengalaman berbeda dari empat individu yang diteliti. Hasilnya, ide bunuh diri yang muncul akibat beban yang dirasakan, terjadi karena beberapa pengalaman di antaranya adanya penurunan produktivitas akibat depresi, anxiety, tuntutan menikah bagi perempuan di atas 25 tahun dan belum matang secara finansial. Selanjutnya rasa memiliki yang gagal ini erat kaitannya dengan tingkat produktivitas narasumber, perasaan tidak produktif dan tidak layak menjadikan individu memberikan batasan pada interaksi sosial serta memicu adanya ide bunuh diri. Namun, terdapat rasa memiliki yang juga dapat mencegah bunuh diri yaitu adanya dukungan sosial dan keyakinan agama. Hal tersebut dirasakan oleh narasumber Maya, Cika, Sandi yang masing-masing memiliki minimal satu orang yang dapat dipercaya dan mendukung dalam setiap keadaan. Berbeda dengan ketiganya, pada perasaan memiliki Lia meletakkan kepercayaan terhadap kepemilikan kuasa Tuhan, dengan begitu Lia merasa tidak sendiri dan memiliki tujuan hidup. Untuk sampai pada risiko bunuh diri yang serius biasanya individu memiliki pengalaman menyakitkan. Pengalaman menyakitkan tersebut membuat individu mentoleransi rasa sakit, sehingga memicu kemampuan melukai diri sendiri yang menimbulkan risiko bunuh diri yang serius. Dari empat narasumber yang telah diteliti, setiap individu menghadapi risiko yang berbeda, termasuk pengalaman menyakitkan akibat *verbal abuse*, depresi, memperoleh pola asuh yang keras, kehilangan dan kesepian.

**Kata kunci:** Bunuh diri, ide, risiko, mahasiswa Yogyakarta.



## ABSTRACT

*Suicide is a highly complex mental health crisis phenomenon. Suicide is multi-determined, with many possible triggers that must be examined to see how the phenomenon occurs. Based on the study of suicide theory by Thomas Joiner, this research seeks to understand how the process of someone having suicidal thoughts, and when these thoughts can become real actions. This study used descriptive qualitative method, involving students in two campuses in Yogyakarta. Data collection began with distributing measuring instruments to determine suicidal ideation in two classes on two different campuses, after obtaining the results, observations were made, and in-depth interviews were conducted.*

*The research considered the different experiences of the four individuals studied. As a result, suicidal ideation that arises due to the burden felt, occurs due to several experiences including decreased productivity due to depression, anxiety, demands for marriage for women over 25 years old and financial immaturity. Furthermore, a sense of belonging that fails is closely related to the level of productivity of the interviewee, feeling unproductive and unworthy makes individuals place restrictions on social interactions and triggers suicidal ideation. However, there is a sense of belonging that can also prevent suicide, namely social support and religious beliefs. This was felt by informants Maya, Cika, Sandi, each of whom had at least one person who could be trusted and supported in every situation. In contrast to the other three, in the feeling of belonging Lia placed trust in the ownership of God's power, so that Lia felt not alone and had a purpose in life. To arrive at a serious risk of suicide, individuals usually have painful experiences. The painful experience makes the individual tolerate the pain, thus triggering the ability to self-harm which leads to serious suicide risk. From the four interviewees who have been researched, each individual faces different risks, including painful experiences of verbal abuse, depression, harsh parenting, loss and loneliness.*

*Keywords: Suicide, ideas, risks, Yogyakarta students.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Ide Dan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa di Dua Kampus Yogyakarta” ini. Selanjutnya shalawat beserta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, beserta para keluarga dan sahabatnya. Tesis ini pada dasarnya ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan studi pada program Strata Dua untuk memperoleh gelar *Magister of Arts* (M.A) di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Program Pascasarjana Prodi Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam. Penulis mengakui bahwa terdapat banyak pihak yang memberikan dukungan selama proses penelitian tesis ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan dukungan dan bimbingan dalam penelitian ini diantaranya:

1. Prof. Dr.Phil. H. Al Makin, S.Ag., M.A., selaku rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk dapat menyelesaikan masa studinya di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag. selaku Direktur Fakultas Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan dalam mengikuti pendidikan di kampus ini.
3. Dr. Nina Marina Noor, M.A. selaku Ketua Program Studi Magister Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan Najib Kailani S. Fil. I., M.A., Ph. D. selaku Sekretaris Program Studi Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Dr. Suhadi, S.Ag., M.A. selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu memberikan arahan, dukungan mental, petunjuk serta sumbangasih pemikiran, serta sumbangasih footnote dalam memperkaya isi, dan menyelesaikan tesis ini.
5. Segenap Dosen Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, dan berbagi pengalaman sejak awal kuliah sampai tahap penulisan tesis ini.
6. Pihak-pihak terkait di Unversitas X dan Y yang bersedia untuk mengisi kuisisioner, dan menjadi informan.
7. Secara istimewa, penulis ucapkan terima kasih yang setulusnya kepada ayahanda tercinta Suwaji dan ibunda tercinta Siti Zulaikah, dan kedua saudara Visi Hasnan Habib dan Muhammad Mundzir Nawawi yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat baik secara moril maupun materil, serta yang menjadi alasan terbesar penulis untuk semangat mengejar cita cita dan menata hidup menjadi pribadi yang lebih baik.
8. Terimakasih kepada Ihda Riezma, Hanna Anggara, Hanna Yulia, Rani, Roifatun, Nabila Mumtazah, Hanin, Faizah, Buni, Sahira untuk dukungan mental, dan dukungan literasi dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
9. Terimakasih juga kepada rekan-rekan seperjuangan lainnya Hilda, Refi, Hafif, Muhajir, Farid, Mbak Rere, Mba Andin, Mba Fauziyah, Mba Ayu, Mas Musdiansyah, Mas Alif, Mba Eka untuk setiap kebersamaan, dukungan, dan bantuan selama masa perkuliahan.
10. Terakhir terimakasih kepada Treasure atas karya dan aktivitas grup yang menjadi motivasi saya, terkhusus lagu *Slowmotion* dan *It's Okay*, membuat penulis tenang dalam menyelesaikan tesis ini.

Akhirnya penulis ucapkan terimakasih untuk seluruh pihak yang ada di hidup penulis, dan turut berjasa yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	<b>1</b>
B. Rumusan Masalah .....	<b>9</b>
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian .....	<b>10</b>
D. Kajian Pustaka .....	<b>10</b>
E. Kerangka Teoretis .....	<b>15</b>
F. Metode Penelitian .....	<b>21</b>
G. Sistematika Pembahasan .....	<b>31</b>
<b>BAB II</b> .....	<b>34</b>
<b>KESEHATAN MENTAL MAHASISWA YOGYAKARTA</b> .....	<b>34</b>
A. Gambaran Umum Yogyakarta Sebagai Kota Pelajar.....	<b>34</b>
B. Kesehatan Mental Mahasiswa Yogyakarta .....	<b>39</b>
<b>BAB III</b> .....	<b>45</b>
<b>IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA YOGYAKARTA</b> .....	<b>45</b>
A. Beban yang Dirasakan .....	<b>46</b>

B. Rasa Memiliki yang Gagal.....	54
<b>BAB IV .....</b>	<b>63</b>
<b>RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA YOGYAKARTA.....</b>	<b>63</b>
A. Maya .....	63
B. Cika .....	67
C. Sandi .....	70
D. Lia .....	73
E. Analisis Risiko Bunuh Diri .....	75
<b>BAB V .....</b>	<b>82</b>
<b>PENUTUP.....</b>	<b>82</b>
A. Kesimpulan .....	82
B. Saran .....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>87</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>97</b>



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
 YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel I Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri .....	14
Tabel II Alat Ukur Revised-Suicide Ideation Scale (R-SIS) Versi Bahasa Indonesia .....	24
Tabel III Narasumber .....	45
Tabel IV Beban yang dirasakan .....	54



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1; Transkrip Wawancara .....	97
Lampiran 2; Tabel Reduksi Hasil Wawancara .....	98
Lampiran 3; Dokumen Izin Penelitian .....	105
Lampiran 4; Daftar Riwayat Hidup .....	107



# BAB I PENDAHULUAN

Saya memberikan sedikit gambaran sebagai pengantar, dan pengarah guna mempermudah dalam membaca, dan memahami bab ini. Pertama, latar belakang berisi mengenai argumen data terhadap fakta lapangan, dan alasan kenapa riset yang diteliti menjadi penting untuk dikaji. Selanjutnya, rumusan masalah dan tujuan penelitian guna melihat arah kajian pada bab-bab selanjutnya. Kemudian pada bagian kajian pustaka saya melakukan *positioning* terhadap *existing studies*, atau penelitian terdahulu. Bab ini juga berisi kerangka teoretis, dan metode penelitian, yang menjadi bagian terpenting sebagai pisau analisis secara teori, dan pengolahan data. Terakhir, terdapat sistematika pembahasan guna mempermudah pembaca dalam melihat seruruh bagian tesis secara singkat.

## A. Latar Belakang

Indonesia dalam beberapa dekade belakangan memiliki kondisi krisis<sup>1</sup> terhadap fenomena kesehatan mental<sup>2</sup> yang cukup serius. Krisis kesehatan mental ini dirasa perlu menjadi perhatian dan pengawalan bersama. Jika kita mencoba mengingat kembali rentetan fenomena yang ramai di media sosial pada bulan Oktober 2023 lalu, kita dapat melihat bukti nyata terhadap krisis kesehatan mental. Mengingat kembali dari fenomena bunuh diri tanggal 2 Oktober 2023 yang dilakukan oleh mahasiswi Universitas Muhamadiyah

---

<sup>1</sup> Kondisi krisis merupakan keadaan dimana individu mengalami tekanan, dimana hal tersebut akan mempengaruhi kemampuan individu dalam berfikir, merencanakan dan mengatasi setiap masalah secara efektif. Dalam, Mufied Fauziah, *Buku Ajar: Konseling Krisis* (Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2023), 1.

<sup>2</sup> *Centers For Disease Control and Preventive (CDC)* berbicara tentang kesehatan mental sebagai kesejahteraan yang mencakup emosi, psikologi, dan sosial manusia “Mental Health | Adolescent and School Health | CDC,” 18 Agustus 2021, <https://www.cdc.gov/healthyyouth/mental-health/index.htm>.



Yogyakarta (UMY), mahasiswi tersebut diduga mengalami depresi kemudian memutuskan untuk melompat dari lantai empat gedung University Residence (Unires) Putri setelah menelan butiran pil.<sup>3</sup> Fenomena serupa nyatanya juga menimpa mahasiswi Universitas Negeri Semarang (UNNES) pada 11 Oktober 2023, ia meninggalkan catatan kematian untuk orang tua dan kekasihnya dan memilih mengakhiri hidupnya dengan melompat dari lantai Empat Mall Paragon Semarang.<sup>4</sup> Belum habis 24 jam pada tanggal 12 Oktober 2023 ditemukan mahasiswi Semarang oleh sang pacar di kos dalam keadaan tidak bernyawa diduga telah mengakhiri hidupnya sendiri.<sup>5</sup> Masih pada periode bulan Oktober 2023, terdapat tiga mahasiswa bunuh diri di NTT dengan cara melompat ke jurang dan gantung diri.<sup>6</sup> Fenomena tersebut hanya sejauh yang dapat saya temukan dan telusuri melalui sorotan media, barang kali perlu memikirkan berapa banyak kemudian kasus tersebut baik dilaporkan maupun tidak dilaporkan belakangan ini.

Bunuh diri merupakan keputusan kompleks yang erat kaitannya dengan problem psikologis, sosial budaya, biologis hingga perannya dalam masyarakat. Beban mental, depresi serta gangguan penggunaan alkohol diduga

---

<sup>3</sup> Tim detikJogja, "Mahasiswi Fisipol UMY Tewas Diduga Bunuh Diri, Lompat dari Lantai 4," detikjateng, diakses 12 November 2023, <https://www.detik.com/jateng/jogja/d-6960716/mahasiswi-fisipol-umy-tewas-diduga-bunuh-diri-lompat-dari-lantai-4>.

<sup>4</sup> Angling Adhitya Purbaya, "Mahasiswi Tewas Jatuh dari Lantai 4 Mal Paragon Semarang, Unnes Berduka," detikjateng, diakses 12 November 2023, <https://www.detik.com/jateng/berita/d-6976094/mahasiswi-tewas-jatuh-dari-lantai-4-mal-paragon-semarang-unnes-berduka>.

<sup>5</sup> Afzal Nur Iman, "Mahasiswi Tewas di Kos Semarang Diduga Bunuh Diri, Pacar Korban Diperiksa," detikjateng, diakses 12 November 2023, <https://www.detik.com/jateng/berita/d-6978842/mahasiswi-tewas-di-kos-semarang-diduga-bunuh-diri-pacar-korban-diperiksa>.

<sup>6</sup> KORNELIS KEWA AMA, "Tiga Mahasiswa di NTT Bunuh Diri pada Periode Oktober 2023," kompas.id, 31 Oktober 2023, <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/10/31/tiga-mahasiswa-di-ntt-bunuh-diri-periode-oktober-2023>.

menjadi penyebab utama adanya tindakan bunuh diri oleh WHO. Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia<sup>7</sup> memberikan data resmi kematian akibat bunuh diri pada tahun 2020 dengan angka 670 jiwa, terdapat 8000 jiwa melakukan percobaan bunuh diri di tahun 2018, dengan angka upaya bunuh diri tidak dilaporkan 4-12:1, rasio upaya dan kematian 8-24:1, dengan total yang disesuaikan percobaan bunuh diri pada tahun 2018 mencapai angka 24.300-72.000.<sup>8</sup> hal ini menunjukkan bahwa fenomena bunuh diri di Indonesia telah banyak dilakukan hanya saja tidak banyak terekspos media, serta kasus ini kerap kali dianggap tabu sehingga pada kematian bunuh diri tidak dilaporkan semestinya.<sup>9</sup> Maka perlu kiranya melihat bagaimana pola fenomena ini kemudian menjadi hal yang sangat rentan dilakukan oleh individu.

Perbincangan mengenai fenomena bunuh diri seolah menjadi trend, terutama pada kalangan remaja, dan mahasiswa. Perbincangan mengenai topik tersebut semakin meningkat pada banyak platform media sosial. Akibatnya, kematian akibat bunuh diri menjadi sangat rentan terjadi secara berdekatan karena adanya publikasi dengan baik, terlebih jika liputan media

---

<sup>7</sup> “Indonesian Association for Suicide Prevention,” INASP, diakses 12 November 2023, <https://www.inasp.id>.

<sup>8</sup> “Statistik Bunuh Diri | Indonesian Association For Suicide Prevention,” INASP, diakses 12 November 2023, <https://www.inasp.id/suicide-statistics>. Selengkapnya lihat Onie, S. et al. (under review). Indonesian National Suicide Prevention Strategy 2022: A Preliminary Report. <https://doi.org/10.31234/osf.io/xhqgm>, Onie, S., Daswin, A.V., et al. (in prep). Suicide in Indonesia in 2022: Underreporting, Provincial Rates, and Means. DOI: [psyarxiv.com/amnhw](https://psyarxiv.com/amnhw)

<sup>9</sup> “Statistik Bunuh Diri | Indonesian Association For Suicide Prevention.” Selengkapnya lihat Onie, S. et al. (under review). Indonesian National Suicide Prevention Strategy 2022: A Preliminary Report. <https://doi.org/10.31234/osf.io/xhqgm>, Onie, S., Daswin, A.V., et al. (in prep). Suicide in Indonesia in 2022: Underreporting, Provincial Rates, and Means. DOI: [psyarxiv.com/amnhw](https://psyarxiv.com/amnhw)

mengagungkannya.<sup>10</sup> Ratna Yunita Setiyani Subarjo seorang psikolog asal UNISA Yogyakarta juga berpendapat bahwa keberhasilan dalam percobaan bunuh diri mengakibatkan korban lain dapat meniru hal tersebut, dalam psikologi teori ini disebut modeling.<sup>11</sup> Terlebih untuk saat ini kemudahan akses informasi pada media sosial menjadikan risiko fenomena bunuh diri ini menjadi meningkat akibat proses modeling sendiri.<sup>12</sup> *American Psychiatric Association* (APA) juga menegaskan bahwa percakapan tentang bunuh diri di media sosial dapat menimbulkan kesalahan persepsi, dan stigma serta berpotensi mempengaruhi orang lain untuk mencoba bunuh diri.<sup>13</sup> Berdasarkan paparan yang ada, bertambahnya angka bunuh diri saat ini bisa saja terjadi adanya kelebihan informasi mengenai kasus bunuh diri di media sosial, terlebih pengguna sosial media saat ini didominasi oleh anak-anak hingga dewasa awal.

Mahasiswa pada umumnya berada pada masa transisi perkembangan dari remaja menuju dewasa awal. Pada tahap perkembangan ini muncul berbagai tantangan, di antaranya kebutuhan diri untuk mencapai suatu kemandirian, tuntutan untuk dapat bertahan mandiri dengan tetap mempertahankan hubungan keluarga, perkembangan relasi yang lebih intim,

---

<sup>10</sup> Thomas Joiner, *Why People Die By Suicide* (England: Harvard University Press, 2007).

<sup>11</sup> Modeling merupakan istilah umum yang dipakai guna memberikan gambaran terjadinya proses belajar melalui hasil pengamatan dari orang lain dan terdapat adanya perubahan perilaku atau keputusan karena peniruan. Dalam, Ni Md Sumarni, "Penerapan Model Konseling Behavioral Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Intrapeption Siswa," *Journal of Education Action Research* 3, no. 4 (30 November 2019): 435, <https://doi.org/10.23887/jear.v3i4.22479>.

<sup>12</sup> "Psikolog Ungkap Alasan Provinsi DIY Miliki Kasus Bunuh Diri Tertinggi | Republika Online," diakses 12 November 2023, <https://news.republika.co.id/berita/s1zfet330/psikolog-ungkap-alasan-provinsi-diy-miliki-kasus-bunuh-diri-tertinggi>.

<sup>13</sup> "How to Talk About Suicide on Social Media," diakses 22 November 2023, <https://www.psychiatry.org:443/news-room/apa-blogs/how-to-talk-about-suicide-on-social-media>.

hingga tujuan pribadi serta karir. Terlebih dukungan sosial akan berubah ekstrem selama masa kuliah, meskipun dukungan keluarga, dan orang tua akan tetap berjalan akan tetapi pemisahan fisik dapat menjadi indikator stress bagi mahasiswa. Pengalaman meninggalkan rumah, dan hidup di perantauan mungkin awalnya disambut baik. Kenyataannya, keadaan selanjutnya akan memaksa individu untuk berjuang dengan berbagai masalah adaptasi, kemandirian, hingga keuangan yang dapat menjadikan munculnya stress. Selain itu tekanan terhadap tuntutan akademik juga menjadi faktor stress bagi mahasiswa. Adanya tekanan, dan berbagai tuntutan tersebut dapat menjadi indikasi risiko bunuh diri pada mahasiswa.<sup>14</sup> Perilaku berisiko bunuh diri dapat berupa *self-harm*, hingga pada percobaan bunuh diri.

Terdapat hasil penelitian Rina Suprayanti, Fathra Annis Nauli, dan Ganis Indriati mengenai gambaran presentasi perilaku self-harm serta risiko bunuh diri yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Riau. Penelitian tersebut mendapatkan hasil presentase sebesar 31,9% mahasiswa pernah melakukan tindakan self-harm, 30,9% diantaranya dengan kategori ringan, dan 1,0% sisanya dengan kategori tindakan berat. Sedangkan untuk mahasiswa yang pernah melakukan tindakan risiko bunuh diri, sebanyak 26,8%, dengan kategori tindakan risiko ringan sebanyak 24,5% dan 2,3%

---

<sup>14</sup> Aleyda Atqiya dan Farida Coralia, "Gambaran Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Bandung," *Bandung Conference Series: Psychology Science* 3, no. 1 (25 Januari 2023), <https://doi.org/10.29313/bcsp.v3i1.5184>.

dengan risiko berat.<sup>15</sup> Penelitian ini menjadi gambaran penting dalam melihat perilaku *self-harm* pada mahasiswa.

Beberapa penelitian lain mengenai ide dan risiko bunuh diri juga dilakukan pada mahasiswa di beberapa kota besar di Indonesia. Hasil penelitian pada mahasiswa di Universitas Syiah Kuala Aceh menunjukkan risiko bunuh diri yang kecil sebanyak 87,7%, dan risiko tinggi sebanyak 12,3%.<sup>16</sup> Selanjutnya, terdapat angka ide bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa di Kota Bandung dengan temuan hasil 68,5% mahasiswa memiliki ide bunuh diri yang rendah, 27% dengan ide bunuh diri sedang, dan 4,5% memiliki ide bunuh diri yang tinggi, dengan temuan lebih lanjut gender perempuan lebih tinggi ide bunuh diri dari pada mahasiswa laki-laki, dan permasalahan keluarga menjadi faktor tertinggi adanya ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Bandung.<sup>17</sup> Selanjutnya dengan angka, ide dan upaya bunuh diri tinggi terjadi pada mahasiswa fakultas psikologi di Universitas di Surabaya, hasil penelitian menunjukkan data 36 (58,1%) dari total 62 sampel partisipan memiliki kecenderungan ide dan upaya bunuh diri dengan tingkat yang tinggi, dengan indikator umur menentukan tingkat ide bunuh diri.<sup>18</sup>

---

<sup>15</sup> Rina Suprayanti Rina, Fathra Annis Nauli, dan Ganis Indriati, "Gambaran Perilaku Self Injury dan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa," *HEALTH CARE: JURNAL KESEHATAN* 10, no. 2 (31 Desember 2021): 305–12, <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i2.133>.

<sup>16</sup> Sri Novitayani dan Irfanita Nurhidayah, "Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh," *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas* 8, no. 1 (2 Maret 2023): 61–68, <https://doi.org/10.14710/jekk.v8i1.15780>.

<sup>17</sup> Aleyda Atqiya dan Farida Coralia, "Gambaran Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Bandung," *Bandung Conference Series: Psychology Science* 3, no. 1 (25 Januari 2023), <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5184>.

<sup>18</sup> Azmul Fuady Idham, M Arief Sumantri, dan Puji Rahayu, "IDE DAN UPAYA BUNUH DIRI PADA MAHASISWA," *JURNAL PSIKOLOGI ILMIAH* 11, no. 3 (2019): 177–83.

Percobaan bunuh diri, dan bunuh diri merupakan dua hal yang berbeda akan tetapi memiliki keterikatan yang cukup kompleks, sebab keduanya bagian dari niat bunuh diri (*suicide intent*), juga rencana bunuh diri (*suicide plan*), dan keduanya merupakan *suicidality* atau kerap kali disebut *suicidal behavior*.<sup>19</sup> Bride, Goldstein, dan Brent menyakini bahwa ide bunuh diri dipacu oleh pikiran mengenai menyakiti, dan mengakhiri hidup diri sendiri.<sup>20</sup> Keputusan bunuh diri seseorang dapat dikarenakan anggapan ketidaklayakan hidup yang dijalani, bahkan sekedar argumentasi alasan untuk hidup bisa saja menjadi alasan yang bagus bagi seseorang untuk bunuh diri.<sup>21</sup> Sekalipun ketidaklayakan hidup bukan menjadi satu-satunya alasan kuat seseorang memilih bunuh diri, sebab pasti ada proses yang cukup panjang dalam perjalanannya. Edwin Sheidman dalam hal tersebut, menekankan pada aspek rasa sakit psikologis individu akibat kebutuhan psikologi yang gagal terpenuhi dapat menyebabkan terjadinya bunuh diri. Tomas Joiner memberikan pandangan fenomena ini dari penggabungan teori sosial, dan psikologi, yang dikenal dengan teori *Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal*. Teori memberikan gambaran bagaimana individu yang memilih untuk bunuh diri,

---

<sup>19</sup> Sonia Chehil dan Stanley P. Kutcher, *Suicide Risk Management: A Manual for Health Professionals*, 2 ed. (Hoboken: Wiley Blackwell, 2012); Idham, Sumantri, dan Rahayu, "IDE DAN UPAYA BUNUH DIRI PADA MAHASISWA," 179.

<sup>20</sup> Jeffrey A. Bridge, Tina R. Goldstein, dan David A. Brent, "Adolescent Suicide and Suicidal Behavior," *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 47, no. 3-4 (Maret 2006): 385, <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01615.x>.

<sup>21</sup> Albert Camus, *Mitos Sisifus*, trans. oleh David Setiawan, 2 ed. (Yogyakarta: Circa, 2021), 6.

terjadi karena dia memiliki keinginan untuk bunuh diri, dan kemampuan untuk bertindak berdasarkan keinginan tersebut.<sup>22</sup>

Bunuh diri tidak ubahnya sebuah bencana kemanusiaan yang sudah sepatutnya menjadi tanggung jawab bersama dalam pencegahan, dan menemukan solusi untuk mengatasinya.<sup>23</sup> Untuk mendapatkan solusi tentunya perlu untuk melihat akar dari permasalahan yang ada. Faktor munculnya risiko bunuh diri amat sangat beragam, sebab bunuh diri bersifat *multi-determined* yang artinya banyak faktor yang terlibat.<sup>24</sup> Tidak ada profil tunggal pada individu yang melakukan bunuh diri, serta tidak ada metode yang gamblang guna merumuskan risiko bunuh diri pada individu.<sup>25</sup> Oleh karenanya, pada tiap kasus bunuh diri menjadi fenomena yang remang-remang, nyata adanya akan tetapi tidak dapat sepenuhnya dimengerti.<sup>26</sup> Yogyakarta sebagai provinsi yang menduduki tingkat bunuh diri tertinggi kedua di Indonesia, fakta yang ada membuat kita membutuhkan pendekatan yang spesifik dalam melihat fenomena tersebut, pendekatan spesifik guna melihat kondisi provinsi mengingat perbedaan letak geografis, agama, industri, kelompok ras yang ada pada setiap daerah.<sup>27</sup> Selain itu, terdapat keunikan serta tantangan secara bersamaan dimana Yogyakarta menyandang gelar sebagai Kota Pelajar.

---

<sup>22</sup> Jessica D Ribeiro dan Thomas E Joiner, "The Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal Behavior: Current Status and Future Directions," *Journal of Clinical Psychology* 62, no. 12 (2009): 1291–99, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/jclp.20621>.

<sup>23</sup> Imam Budhi Santosa dan Wage Daksinarga, *Tali Pati: Kisah-kisah Bunuh Bunuh Diri di Gunung Kidul*, 1 ed. (Yogyakarta: Interlude, 2017), 9.

<sup>24</sup> "Suicide science, with Samuel Knapp, EdD," <https://www.apa.org>, diakses 10 Desember 2023, <https://www.apa.org/news/podcasts/speaking-of-psychology/suicide-science>.

<sup>25</sup> Fauziah, *Buku Ajar: Konseling Krisis*, 17.

<sup>26</sup> Santosa dan Daksinarga, *Tali Pati: Kisah-kisah Bunuh Bunuh Diri di Gunung Kidul*, 11.

<sup>27</sup> "Statistik Bunuh Diri | Indonesian Association For Suicide Prevention."

Tantangan ini ada sebab perbedaan yang ada telah berbaur menjadi satu di Yogyakarta. Data terhimpun sementara per tahun 2023 terdapat 640.658 mahasiswa yang terdaftar di seluruh Perguruan Tinggi Yogyakarta.<sup>28</sup> Yogyakarta sebagai Kota Pelajar yang menarik minat anak negeri untuk berjuang dan belajar di kota tersebut akhirnya perlu melihat faktor dan mencari solusi yang lebih bervariasi dalam melihat kasus bunuh diri. *Assessment* dan penentuan risiko dapat memberikan kontribusi dalam penilaian klinis yang tepat untuk melihat apakah individu berpotensi tinggi terhadap bunuh diri.<sup>29</sup> Selain itu, ketepatan dalam melihat risiko juga dapat memberikan gambaran terhadap susunan intervensi hingga rencana keselamatan yang tepat.<sup>30</sup> Dengan demikian peneliti bermaksud untuk menggali lebih dalam mengenai adanya ide, dan risiko bunuh diri yang diberikan kampus pada mahasiswa di Yogyakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Pengkajian risiko bunuh diri memerlukan teori yang dapat dijadikan landasan, analisis bunuh diri menurut Thomas Joiner memberikan mengidentifikasi lebih mendalam terhadap fenomena bunuh diri melalui kacamata psikologi. Berikut rumusan masalah risiko bunuh diri pada mahasiswa di Yogyakarta:

1. Bagaimana kondisi kesehatan mental pada mahasiswa di Yogyakarta?

---

<sup>28</sup> “Daerah DIY - Jumlah Peserta Didik,” diakses 11 Desember 2023, [https://bappeda.jogjaprovo.go.id/dataku/data\\_dasar/cetak/482-jumlah-peserta-didik](https://bappeda.jogjaprovo.go.id/dataku/data_dasar/cetak/482-jumlah-peserta-didik).

<sup>29</sup> Fauziah, *Buku Ajar: Konseling Krisis*, 18.

<sup>30</sup> Fauziah, 18.



2. Bagaimana rasa sakit psikologis individu memicu ide bunuh diri pada mahasiswa yang diteliti?
3. Bagaimana risiko bunuh diri pada mahasiswa yang diteliti?

### **C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian**

Tujuan penelitian proposal ini adalah:

1. Untuk melihat gambaran umum mengenai kondisi kesehatan mental pada mahasiswa di Yogyakarta.
2. Untuk mengetahui rasa sakit individu memicu ide bunuh diri pada mahasiswa di Yogyakarta pada mahasiswa yang diteliti.
3. Untuk mengetahui bagaimana risiko bunuh diri pada mahasiswa yang diteliti.

Secara teoritis, tesis ini berkontribusi bagi kajian terkait teori bunuh diri oleh Thomas Joiner, dan fenomena yang terjadi saat ini terutama pada mahasiswa di Yogyakarta. Tesis ini sudah tentu berusaha untuk mengisi, dan melengkapi kajian yang sudah ada mengenai bunuh diri. Studi ini akan memfokuskan kajian pada analisis teori bunuh diri pada kaca mata psikologi menurut Thomas Joiner. Secara praktis penelitian ini bermanfaat untuk mengetahui lebih dalam mengenai risiko bunuh diri pada mahasiswa.

### **D. Kajian Pustaka**

Tesis ini akan menyoroti fenomena bunuh diri yang semakin gamblang dilakukan akhir-akhir ini, melalui penelusuran kajian data, fakta lapangan, dan teori pada kaca mata psikologi. Kajian-kajian yang telah didapat dipetakan

pada basis data presentase angka pada ide bunuh diri, dan risiko bunuh diri, juga pada kajian teoritis mengenai bunuh diri.

Studi mengenai presentase ide, dan risiko bunuh diri pada mahasiswa telah banyak dikaji oleh para akademisi. Salah satunya studi yang dilakukan Aleyda Nuril Atqiya dan Farida Coralia mengenai “Gambaran Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Bandung”, penelitian yang dilakukan di Kota Bandung dengan sampel 89 mahasiswa dengan kisaran usia 18-25 tahun, dan tidak memiliki penyakit mental yang didiagnosa oleh tenaga ahli, dan memiliki skor minimum 1 (satu) pada item scening *Scale for Suicide Ideation* (SSI). Hasil penelitian menunjukkan 68,5% mahasiswa memiliki ide bunuh diri tingkat rendah, 27% dengan tingkat sedang, dan 4.5% dengan tingkat tinggi. Sedangkan faktor pemicu paling tinggi dikarenakan masalah keluarga, disusul perasaan atas ketidakberdayaan diri dalam menghadapi masalah, tingkat rendah diri, kegalalan dalam mencapai tujuan, dan lain-lain. Dengan kesimpulan hasil bahwa tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Bandung dalam kategori rendah.<sup>31</sup>

Selanjutnya studi yang dilakukan oleh Rina Suprayanti, Fathra Annis Naulu, dan Ganis Indriati mengenai “Gambaran Perilaku *Self Injury* dan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa”, penelitian dilakukan kepada mahasiswa Universitas Riau dengan jumlah sampel sebanyak 392 orang. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 31.9% pernah melakukan Tindakan *self-injury* dan 68,1% tidak pernah melakukannya, dan 26,8% pernah melakukan Tindakan

---

<sup>31</sup> Atqiya dan Coralia, “Gambaran Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Bandung.”

risiko bunuh diri, dan 73,2% tidak dalam risiko bunuh diri, dengan kategori rendah sebanyak 24,5% dan kategori tinggi sebanyak 2,3%.<sup>32</sup>

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Sri Novitayani dan Irfanita Nurhidayah pada mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh Hasil penelitian pada mahasiswa di Universitas Syiah Kuala Aceh menunjukkan risiko bunuh diri yang kecil sebanyak 87,7%, dan risiko tinggi sebanyak 12,3%. Dengan kesimpulan bahwa mahasiswa banda aceh memiliki tingkat risiko bunuh diri yang rendah, dan faktor risiko bunuh diri yang disebabkan oleh demografi memiliki tingkat yang rendah dibandingkan dengan faktor jenis kelamin, memiliki orang tua utuh, dan orang tua yang memiliki pekerjaan dengan penghasilan tetap.<sup>33</sup>

Presentase ide, dan upaya bunuh diri yang lebih tinggi dari pada studi sebelumnya ditemukan oleh Azmul Fuady Idham, M. Arief Sumantri, Puji Rahayu pada mahasiswa fakultas psikologi di Universitas X di Surabaya, hasil penelitian menunjukkan data 36 (58,1%) dari total 62 sampel partisipan memiliki kecenderungan ide dan upaya bunuh diri dengan tingkat yang tinggi, dengan indikator umur menentukan tingkat ide bunuh diri, umur remaja dengan rentan usia 18-25 tahun ditemukan *suicide-related ideation* yang cukup tinggi.<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> Rina, Fathra Annis Nauli, dan Ganis Indriati, “Gambaran Perilaku Self Injury dan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa.”

<sup>33</sup> Novitayani dan Nurhidayah, “Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh.”

<sup>34</sup> Idham, Sumantri, dan Rahayu, “IDE DAN UPAYA BUNUH DIRI PADA MAHASISWA.”

Setelah kajian data presentase tingkat ide, dan risiko bunuh diri yang telah dipaparkan peneliti kemudian melanjutkan penelurusan pada beberapa faktor yang menjadi penyebab risiko bunuh diri. Illiyyin Tri Mukaromah melakukan penelitian mengenai “Problem dan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa” yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) yang memiliki ide bunuh diri. Hasil penelitian menunjukkan beberapa permasalahan yang diindikasikan menyebabkan ide bunuh diri di antaranya; tekanan akademik, permasalahan ekonomi, kenakalan remaja, masalah Kesehatan, pelecehan seksual, gangguan psikologis, masalah keluarga, hingga masalah kepribadian. Kurangnya penanganan yang tepat terhadap masalah, dan hambatan mencari bantuan dalam menyelesaikan masalah menjadi pemicu ide bunuh diri.<sup>35</sup>

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nailul Wusqa dan Sri Novitayani mengenai “Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir” pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Syiah Kuala. Penelitian ini melibatkan 161 responden yang dilakukan menggunakan *snowball* sebagai teknik sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa risiko bunuh diri pada mahasiswa akhir di Universitas Syiah Kuala berada pada kategori rendah yaitu 68,3%. Meskipun berada pada kategori rendah tidak menutupi fakta bahwa

---

<sup>35</sup> Illiyyin Tri Mukaromah, “Problem dan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa” (Skripsi, Surakarta, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2020), <https://eprints.ums.ac.id/87762/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.

kondisi mahasiswa tingkat akhir menjadi salah satu faktor adanya risiko bunuh diri.<sup>36</sup>

Penelitian lain dengan yang lebih spesifik dilakukan oleh Puput Mariyati, Retno Dwiastuti, dan Hamidah mengenai “Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri” pada empat mahasiswa yang bersatus aktif di PTN/PTS. Hasil penelitian menunjukkan hasil yang spesifik pada permasalahan narasumber, dengan identifikasi sebagai berikut:<sup>37</sup>

Tabel I Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri

Narasumber	Identifikasi factor
Satu	Adanya disfungsi pada keluarga seras permasalahan ekonomi.
Dua	Adanya traumatis kehilangan sahabat terdekat, serta ancaman <i>revenge porn</i> .
Tiga	Traumatis terhadap pengalaman perceraian orangtua, adanya riwayat penyakit hipertensi, dan <i>mild depression</i> , serta memiliki kepribadian yang perfeksionism.
Empat	Adanya pengalaman traumatis yang berat berupa pelecehan seksual, perundungan secara verbal, ditambah dengan kehilangan keluarga yang dipercaya seperti nenek, dan kakek, dan perpisahan dalam jangka waktu yang panjang.

Keterangan: hasil penelitian oleh Puput M, Retno Dwiastuti, dan Hamidah.

Beberapa kajian yang diperoleh menggambarkan realitas terhadap risiko bunuh diri pada mahasiswa dan faktor yang menyebabkan terjadi hal tersebut. Meski penelitian tersebut menjadi gambaran yang sudah ada, akan tetapi faktanya dengan kondisi, dan letak geografis yang berbeda dapat

<sup>36</sup> Nailul Wusqa dan Sri Novitayani, “Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir,” *Jurnal Fkep* 6, no. 2 (2022): 145–50.

<sup>37</sup> Puput Mariyati dan Retno Dwiastuti, “Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri,” *Jurnal PIKes Penelitin a7an IlmuKesehatan* 4, no. 2 (2023).

menentukan tingkatan yang berbeda pula. Mengingat Yogyakarta merupakan kota pelajar yang menjadi titik kumpul mahasiswa dari berbagai latar belakang, maka perlu pendekatan yang bervariasi. Untuk itu penelitian ini akan mengidentifikasi lebih dalam mengenai ide dan risiko bunuh diri pada mahasiswa di Yogyakarta, terkhusus saya akan menggunakan teori Thomas Joiner sebagai analisis.

#### **E. Kerangka Teoretis**

Tesis ini menggali, dan mengidentifikasi lebih dalam mengenai ide bunuh diri yang menghasilkan risiko bunuh diri pada mahasiswa di dua kampus Yogyakarta. Ide bunuh diri merupakan suatu pemikiran atau gagasan bunuh diri, selain itu ide bunuh diri menjadi istilah yang cukup luas yang menggambarkan serangkaian kontemplasi, keinginan, serta keasyikan atau kenikmatan akan kematian dan bunuh diri.<sup>38</sup> Menurut Alfred North W dalam buku Kral mendiskusikan ide sebagai sesuatu kekuatan kreatif yang sangat berkemungkinan dengan pendekatannya suatu hal akan terealisasikan termasuk dalam ranah tindakan bunuh diri.<sup>39</sup> Sedangkan risiko bunuh diri sendiri sudah masuk lebih dalam pada tindakan individu yang menyengaja melukai diri sendiri dengan pikiran untuk mengakhiri hidup. Selanjutnya, sebagai landasan berfikir penelitian, maka peneliti akan memfokuskan teori agar lebih terarah, adapun teori yang akan dipakai adalah teori bunuh diri dari salah satu tokoh psikologi yaitu Thomas Joiner.

---

<sup>38</sup> Michael J. Kral, *The Idea of Suicide: Contagion, Imitation, and Cultural Diffusion*, First issued in paperback, *Researching Social Psychology* (New York London: Routledge, 2020), 75.

<sup>39</sup> Kral, 75.

Sebelum membahas bagaimana bunuh diri dalam pandangan psikologi, perlu kiranya mengetahui definisi, dan pandangan beberapa tokoh mengenai fenomena bunuh diri itu sendiri. Secara istilah bunuh diri berasal dari istilah latin yaitu *suicide*, dengan kata *sui* yang berarti *self* atau diri, kemudian *caedere* yang memiliki makna membunuh (*to kill*).<sup>40</sup> Menurut Emile Durkheim bunuh diri merupakan fenomena sosial.<sup>41</sup> Albert Camus juga mengamini bahwa bunuh diri tidak pernah diperlakukan selain sebagai suatu fenomena sosial.<sup>42</sup> Pakar psikologi Thomas Joiner menjelaskan bahwa masih banyak ambiguitas dalam mendefinisikan perilaku bunuh diri. Sebagian orang membayangkan definisi bunuh diri itu relatif mudah, faktanya belum ada kamus yang benar-benar mendefinisikan fenomena bunuh diri merupakan tindakan yang disengaja.<sup>43</sup> Maka dalam penyesuaiannya Thomas Joiner mencoba untuk mengambil definisi, teori maupun konsep dari bunuh diri yang sudah ada sebelumnya.

Menurut Joiner teori bunuh diri pada mulanya belum banyak yang secara ilmiah akurat dijadikan pijakan, salah satu teori telah layak, dan teruji coba secara komprehensif adalah teori dari pakar sosiolog ternama yaitu Emile Durkheim, ia memberikan gambaran utuh bagaimana bunuh diri erat kaitannya kondisi sosial dari pada penekanan terhadap individu.<sup>44</sup> Teori Emile Durkheim memperhatikan pada dua jenis regulasi yaitu interaksi sosial, dan

---

<sup>40</sup> Sulaiman Al-Husain, *Mengapa Harus Bunuh Diri* (Jakarta: Qisthi Pres, 2005), 6.

<sup>41</sup> Emile Durkheim, *Suicide the Hidden Side of Modernity*, trans. oleh John A. Spaulding dan George Simpson (Cambridge: Polity, 2008).

<sup>42</sup> Camus, *Mitos Sisifus*, 7.

<sup>43</sup> Joiner, *Why People Die By Suicide*, 28.

<sup>44</sup> Joiner, 34.

regulasi moral, meskipun ia tidak menyangkal bahwa kondisi mental individu juga rentan memicu bunuh diri.<sup>45</sup>

Setelah itu, pada abad ke 20 teori bunuh diri telah banyak dikaji dan bermunculan selain dari pada teori Emile Durkheim, salah satunya Edwin Shneidman dengan teori *suicide and psychache* (rasa sakit psikologis).<sup>46</sup> Berbeda dengan teori yang telah dikemukakan oleh Emile Durkheim, Edwin Sheidman berfokus pada sifat kebutuhan psikologis, dan konsekuensi dari kebutuhan tersebut jika gagal, ia menekankan pada aspek rasa sakit psikologis individu akibat kebutuhan psikologi yang gagal terpenuhi tersebut menyebabkan terjadinya bunuh diri.<sup>47</sup> Adapun kondisi kegagalan pemenuhan kebutuhan psikologis yang dimaksud Sheidman diantaranya adalah merendahkan diri, pencapaian, afiliasi, agresi, otonomi, perlawanan, pembelaan, rasa hormat, domonasi, pemeran, penghindaran bahaya, ketidakpatuhan, pengasuhan, ketertiban, permainan, penolakan, kepekaan, penghindaran rasa malu, bantuan, dan pengertian.<sup>48</sup> Namun, Shneidman menggaris bawahi jika rasa sakit psikologis saja belum cukup mampu menjadi alasan seseorang bunuh diri, perlu adanya pembeda antara seseorang yang mengalami sakit psikologis meninggal karena bunuh diri dengan penderita sakit psikologis yang tidak melakukan bunuh diri. Dalam hal ini kemudian Shneidman menambahkan faktor lain yaitu *lethality* (cara kematian).<sup>49</sup>

---

<sup>45</sup> Joiner, 34–35.

<sup>46</sup> Joiner, 36.

<sup>47</sup> Joiner, 38–39.

<sup>48</sup> Joiner, 39.

<sup>49</sup> Joiner, 40.



Beberapa penelusuran tersebut menjadi pijakan bagi Thomas Joiner untuk memberikan definisi, dan konsep teori yang lebih komprehensif agar dapat mengartikulasikan beberapa faktor yang ada, dan kapan kemungkinan besar faktor tersebut dapat mengakibatkan bunuh diri yang serius. Tomas Joiner memberikan pandangan fenomena ini dari penggabungan teori sosial, dan psikologi, yang dikenal dengan teori *Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal*. Teori tersebut memberikan gambaran bagaimana individu yang memilih untuk bunuh diri, dan terjadi karena dia memiliki keinginan untuk bunuh diri, selanjutnya kemampuan untuk bertindak berdasarkan keinginan tersebut.<sup>50</sup> Hal ini menegaskan bahwa perlu kiranya melihat beberapa faktor untuk sampai pada kesimpulan bagaimana individu memilih untuk bunuh diri, oleh karena ia menganalisis seluruh faktor yang telah diteliti oleh para ahli sebelumnya.<sup>51</sup>

Menurut Shneidman sakit jiwa, atau mental yang memicu bunuh diri disebabkan oleh kegagalan pada suatu kebutuhan. Adapun rasa sakit psikologis dari kegagalan pemenuhan kebutuhan yang memicu keinginan bunuh diri menurut Thomas Joiner terdapat dua alasan utama yaitu beban yang dirasakan, dan rasa memiliki yang gagal.<sup>52</sup> Beban yang dimaksud adalah keadaan dimana individu merasa memiliki beban individu maupun sosial terhadap aktivitas yang dikerjakan, yang disebabkan oleh ketidakefektivitasan diri yang kemudian dianggap berpengaruh pada kondisi

---

<sup>50</sup> Jessica D Ribeiro dan Thomas E Joiner, "The Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal Behavior: Current Status and Future Directions," *Journal of Clinical Psychology* 62, no. 12 (2009): 1291–99, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/jclp.20621>.

<sup>51</sup> Joiner, 40.

<sup>52</sup> Joiner, 96.

diri, atau orang disekitarnya.<sup>53</sup> Sedangkan rasa memiliki yang gagal merupakan keadaan dimana individu merasa diabaikan, tidak dilihat, tidak diperhatikan, tidak didengarkan, dan tidak dianggap ada oleh orang yang ada di sekitarnya.<sup>54</sup> Dalam hal ini individu merasa selalu gagal dalam berinteraksi atau bersosialisasi.

Beberapa penemuan, dan penelitian yang dilakukan oleh Thomas Joiner kemudian menjelaskan dengan rinci, bagaimana faktor rasa sakit psikologis yang terjadi tidak cukup memberi alasan yang kuat untuk individu mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri meskipun mereka menginginkannya.<sup>55</sup> Kematian dengan bunuh diri tidak hanya didasari pada keinginan semata tetapi diperlukan keberanian yang kuat untuk melukai diri sendiri. Keberanian melukai diri sendiri diperlukan kemampuan, sebab tidak semua orang mampu melukai dirinya sendiri. Bagi kebanyakan orang melukai diri sendiri berpotensi menimbulkan rasa sakit, dan kematian bisa menjadi hal yang menakutkan.<sup>56</sup>

Oleh karenanya untuk sampai pada potensi individu berisiko sangat tinggi dalam melakukan bunuh diri, individu biasanya memiliki pengalaman menyakitkan. Pertama, berawal dari pengalaman menyakitkan yang berulang-ulang, atau terbiasa terhadap pekerjaan berbahaya. Rasa sakit akibat pengalaman menyakitkan baik emosi, maupun fisik yang berulang-ulang tersebut bisa menimbulkan toleransi rasa nyeri dan sakit, sehingga ia akan siap

---

<sup>53</sup> Joiner, 103.

<sup>54</sup> Joiner, 117.

<sup>55</sup> Joiner, 50.

<sup>56</sup> Joiner, 50.

kapan saja jika dalam kondisi tertekan kemudian melakukan bunuh diri.<sup>57</sup> Kedua, kemampuan menyakiti diri sendiri yang menjadi proses perlawanan, atau pengalihan perhatian dari emosi yang dalam (*copping stress*) terhadap pengalaman yang menyakitkan.<sup>58</sup> Pengalaman menyakitkan yang terus berulang dapat menormalisasi, atau menoleransi rasa nyeri sehingga memberikan akses pada perilaku menyakiti diri sendiri. Oleh karenanya, secara tidak sadar hal tersebut membentuk kemampuan menyakiti diri sendiri yang memicu risiko bunuh diri. Adanya keinginan bunuh diri pada manusia bisa kapan saja terlintas, namun untuk melakukannya diperlukan jiwa yang kompeten, dan berani untuk melakukan, tanpa hal tersebut mustahil ia mampu melakukan meskipun ia menginginkannya.<sup>59</sup>

Singkatnya, teori Thomas Joiner menjelaskan bahwa pemicu adanya keinginan bunuh diri dalam hal ini bisa kita sebut ide bunuh diri, itu terjadi karena kegagalan psikologis berupa beban yang dirasakan, dan rasa memiliki yang gagal. Akan tetapi keinginan bunuh diri saja tidak cukup membuat individu melakukan bunuh diri, perlu ada pengalaman menyakitkan yang terjadi berulang-ulang sehingga dapat memicu individu memiliki kapasitas, atau kemampuan untuk berani menyakiti diri sendiri. Maka menurut Thomas Joiner orang yang berisiko bunuh diri adalah orang yang memiliki rasa sakit psikologis dan memiliki kemampuan untuk menyakiti diri sendiri. Lebih mudahnya dapat dilihat dari grafik di bawah ini:<sup>60</sup>

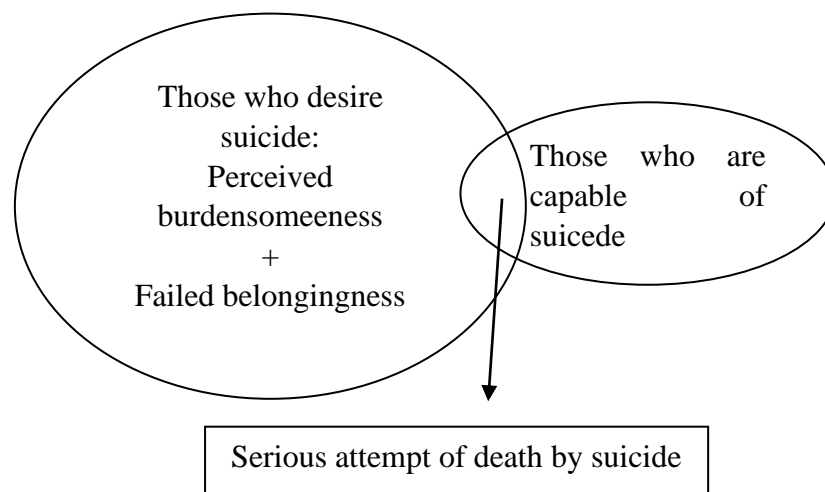
---

<sup>57</sup> Joiner, 70.

<sup>58</sup> Joiner, 121.

<sup>59</sup> Joiner, 50.

<sup>60</sup> Joiner, 138.



Keterangan: Kerangka teori yang dikemukakan Thomas Joiner

Selanjutnya peneliti bermaksud menggunakan teori Thomas Joiner sebagai landasan dalam melihat fenomena ide bunuh diri, dan risiko bunuh diri pada mahasiswa di Yogyakarta. Faktor-faktor yang telah diteliti secara komprehensif, menjadi indikator penting dalam menyusun instrumen untuk mengetahui bagaimana ide bunuh diri dapat muncul, dan memicu risiko bunuh diri pada mahasiswa di Yogyakarta.

## F. Metode Penelitian

Melihat dari permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini, Metode penelitian yang saya gunakan merupakan penelitian dengan pendekatan kualitatif. Sebagai metode, kualitatif merupakan penelitian yang berkaitan dengan persepsi, pendapat, ide, kepercayaan individu yang diteliti serta keseluruhan data tidak diukur oleh presentase angka. Kemudian sebagai gambaran, deskriptif merupakan ide metode yang bertujuan untuk menjelaskan suatu fenomena atau keadaan dengan semestinya.<sup>61</sup> Penggunaan

<sup>61</sup> Sumadinata, Nana Syaodih, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009). h. 11.

deskriptif dalam penelitian ini dilakukan untuk bisa mendapatkan gambaran utuh mengenai bagaimana ide, dan resiko bunuh diri pada mahasiswa di dua kampus Yogyakarta. Untuk mendapatkan hasil yang utuh, pertama saya melakukan observasi data terkait bunuh diri yang tersebar pada penelitian terdahulu, dan fenomena yang tampak, selanjutnya saya akan terjun ke lapangan sendiri, baik pada *grand tour question*, tahap *focus and selection*, melakukan pengumpulan data, analisis, dan membuat kesimpulan.<sup>62</sup>

Narasumber dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang memiliki ide, dan resiko bunuh diri pada dua kampus di Yogyakarta<sup>63</sup>. Untuk menentukan informan, awalnya saya mencoba untuk menyederhanakan penelitian, melalui kerjasama dengan lembaga formal yang dibentuk oleh kampus dalam menangani kasus bunuh diri agar dapat berbagi data mahasiswa yang memiliki ide, dan resiko bunuh diri. Selanjutnya, dengan data yang diperoleh, saya meminta kesediaan mahasiswa yang pernah menjalani, atau sedang melakukan sesi konseling agar menjadi partisipan, sehingga penelitian dapat lebih terarah, dan fokus pada ide, dan risiko bunuh diri mahasiswa. Pada tanggal 16 Januari 2024 saya mencoba melakukan *cross check* terhadap beberapa kampus di Yogyakarta, hasilnya ditemukan hanya terdapat satu kampus yaitu Universitas Gadjah Mada yang memiliki layanan khusus yang intens dalam memberikan pendampingan, dan menangani kasus bunuh diri pada mahasiswa yaitu Layanan Gawat Darurat (LDG) yang masuk dalam Lembaga *Center for Public*

---

<sup>62</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Method)* (Bandung: Alfabeta, 2013), 307.

<sup>63</sup> Kampus tidak disebutkan selama penulisan, hingga penerbitan naskah tesis ini dengan alasan, kajian yang diteliti cukup sensitif, dan untuk menjaga identitas informan yang diteliti. pemilihan kampus juga dilakukan sesuai dengan batas radar kemampuan jangkauan peneliti.

*Mental Health* (CPMH) milik Fakultas Psikologi UGM. Selanjutnya, pada tanggal 17 Januari 2024 saya mencoba menghubungi lembaga tersebut untuk meminta permohonan izin kerjasama dalam melakukan penelitian lebih lanjut, sayangnya lembaga belum dapat memfasilitasi dikarenakan belum adanya regulasi yang mengatur kerjasama dengan kampus eksternal.<sup>64</sup>

Singkatnya waktu penelitian, dan belum ditemukannya lembaga lain yang intens dalam menangani kasus bunuh diri, serta tertutupnya data lembaga terhadap fenomena yang ada membuat saya kesulitan untuk mencari narasumber. Mengingat waktu yang singkat untuk menyelesaikan penelitian ini, saya kemudian mencari alternatif untuk melakukan survei pada satu lokal mahasiswa yang diambil dua kampus yang berbeda di Yogyakarta untuk mendapatkan narasumber melalui kuisisioner yang sudah dibuat. Guna mempermudah penelitian kemudian saya mencoba untuk menggunakan alat ukur *Revised-Suicide Ideation Scale* (R-SIS) versi bahasa Indonesia yang telah diadopsi dari penelitian pengembangan Instrumen oleh Michelle Nevi Artissy, dan Ahmad Gimmy Prathama Siswadi diidentifikasi valid untuk digunakan.<sup>65</sup> Penentuan narasumber dengan menggunakan kuisisioner ini, menjadi jalan satu-satunya untuk saya dapat mengakses mahasiswa yang memiliki ide, dan resiko bunuh di dua kampus Yogyakarta yang saya teliti, meskipun kita baca bersama bahwa penelitian ini merupakan penelitian

---

<sup>64</sup> Permohonan izin dan penolakan terlampir

<sup>65</sup> Michelle Nevi Artissy dan Ahmad Gimmy Pratama, "Adaptasi Alat Ukur Revised - Suicide Ideation Scale (R-SIS)," *Jurnal Psikologi Malahayati* 4, no. 1 (13 Maret 2022), <https://doi.org/10.33024/jpm.v4i1.5959>.

kualitatif, akan tetapi kuisioner ini sangat membantu saya dalam menemukan mahasiswa yang memiliki ide bunuh diri.

Saya menggunakan *Google Form* sebagai media kuisioner online untuk mempermudah pengumpulan data awal, adapun *link Google Form* yang dibuat oleh penulis ialah <https://bit.ly/AssessmentRBD>. Kemudian, berikut butir pertanyaan menggunakan alat ukur *Revised-Suicide Ideation Scale (R-SIS)* versi bahasa Indonesia:<sup>66</sup>

Tabel II Alat Ukur Revised-Suicide Ideation Scale (R-SIS) Versi Bahasa Indonesia

Butir Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang-Kadang	Sering	Selalu
Saya telah memikirkan cara untuk bunuh diri.					
Saya telah memberi tahu seseorang bahwa saya ingin bunuh diri					
Saya berfikir yakin hidup saya akan berakhir dengan bunuh diri					
Saya telah melakukan percobaan-percobaan untuk bunuh diri					
Saya merasa hidup sudah tidak berharga lagi untuk dijalani					
Hidup ini terasa hancur hingga saya merasa ingin menyerah saja					
Saya berharap hidup saya berakhir saja					
Akan lebih baik bagi semua orang di sekeliling saya jika saya mati					
Saya merasa tidak ada solusi untuk masalah saya selain bunuh diri					

<sup>66</sup> Artissy dan Pratama.

Saya hampir bunuh diri					
------------------------	--	--	--	--	--

Keterangan: Hasil adaptasi penelitian pengembangan Instrumen oleh Michelle Nevi Artissy, dan Ahmad Gimmy Prathama Siswadi.

Setelah mendapatkan hasil dari identifikasi ide, dan risiko bunuh diri melalui perhitungan kuisioner alat ukur *Revised-Suicide Ideation Scale* (R-SIS) versi bahasa Indonesia, berdasarkan kuisioner yang telah disebar pada awal bulan februari, dan terpenuhi pada awal maret didapatkan hasil bahwa terdapat dua responden yang berisiko tinggi bunuh diri, dan satu sedang menuju tinggi, 12 responden teridentifikasi sedang, dan 15 orang tidak teridentifikasi.

Dengan hasil tersebut, setelah melakukan pengkajian terhadap alat ukur yang didapatkan, saya kemudian terjun ke lapangan sendiri untuk memperdalam fokus penelitian, baik pada *grand tour question*, tahap *focus and selection*, melakukan pengumpulan data, analisis, dan membuat kesimpulan,<sup>67</sup> untuk mendapatkan detail data yang diperlukan dalam penelitian. Saya melakukan wawancara langsung kepada mahasiswa yang memiliki angka ide bunuh diri yang tinggi, wawancara dilakukan semi terstruktur dimana penulis memakai pedoman wawancara yang telah dibuat untuk membantu mengidentifikasi masalah, akan tetapi dalam prosesnya interview, atau interviewer diperbolehkan memberikan respon mendetail. *Guide* wawancara yang diberikan terlampir pada lembar lampiran.

Sebelum melakukan wawancara saya melakukan konfirmasi terlebih dahulu pada tanggal 11 Maret 2024 apakah responden bersedia untuk dilakukan wawancara lebih mendalam. Saya menghubungi empat responden

---

<sup>67</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Method)*, 307.



dengan klasifikasi berisiko tinggi, sedang menuju lebih berisiko, dan satu responden laki-laki yang teridentifikasi sedang.

Responden yang pertama memberikan respon adalah Maya mahasiswa pascasarjana Universitas X dan melakukan wawancara pada tanggal 14 Maret 2024 di Journey Coffee and Record Jl. Komp. Colombo No.37, Mrican, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Kedua, Lia yang merupakan mahasiswa pascasarjana universitas Y, yang dilakukan wawancara pada tanggal 19 Maret 2024 di Gedung Perkuliahan Universitas Y. Ketiga Cika teridentifikasi sangat berisiko, ia merupakan mahasiswa pascasarjana aktif Universitas Y, yang dilakukan wawancara pada tanggal 7 Mei 2024 di Kos Putri Teratera Sleman. Keempat adalah Sandi mahasiswa Universitas X yang mengalami risiko dengan tingkat sedang, dan melakukan wawancara pada tanggal 16 dan 18 Mei 2024.

Selanjutnya, setelah dilakukan wawancara saya melakukan Analisis data. Analisis data pertama dilakukan untuk mengetahui mahasiswa yang memiliki ide, dan risiko bunuh diri. Analisis data dalam proses wawancara menjadi proses penting dalam menentukan hasil lapangan. Melalui analisis data, kumpulan data dan informasi yang diperoleh menjadi bermakna. Analisis data yang dilakukan penulis menggunakan teknik, dan teori oleh Milles dan Huberman, sebagai berikut.<sup>68</sup>

---

<sup>68</sup> Sugiyono, 134.

## 1) Reduksi Data

Data lapangan yang saya peroleh dari naramumber di lapangan jumlahnya tidak terbatas, untuk itu saya dicatat dengan rinci, dan teliti poin pokok yang menjadi garis besar penelitian saya. Beberapa data yang saya peroleh selain dari wawancara adalah pembacaan dari jurnal harian narasumber. Data yang saya terima kemudian saya reduksi. Reduksi data dilakukan dengan merangkum, memilih hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mengambil bagian penting yang dibutuhkan dalam penting serta membuang yang tidak perlu. Hasil kuisisoner alat ukur *Revised-Suicide Ideation Scale* (R-SIS) versi bahasa Indonesia merupakan data awal yang saya miliki. Berbekal itu saya dapat menemukan mahasiswa yang memiliki ide bunuh diri, sehingga saya memilih empat narasumber yang akan saya wawancarai.<sup>69</sup> Selanjutnya, hasil wawancara berupa rekaman saya melakukan beberapa transkrip wawancara guna mengingat data yang penting, yang kemudian dikelompokkan dalam bentuk tabel agar mudah terbaca. Data yang direduksi akan memberikan gambaran eksplisit dan memberi kemudahan dalam penelitian untuk mencari data selanjutnya apabila diperlukan.

---

<sup>69</sup> Selengkapnya baca pada bab tiga identifikasi ide bunuh diri.

## 2) Penyajian Data

Setelah saya melakukan reduksi data, hal yang penting dilakukan adalah melakukan penyajian data.<sup>70</sup> Penyajian data yang saya lakukan adalah mengklasifikasikan data dalam tabel, dan bentuk teks naratif. Selain penyajian data terhadap temuan lapangan, saya juga mencoba melandaskan penyajian data pada teori yang dipakai yakni teori Thomas Joiner.

## 3) Menarik kesimpulan

Menarik kesimpulan yang lebih spesifik menjadi langkah terakhir yang saya lakukan. Meskipun, proses verifikasi data dalam penelitian akan selalu dilakukan secara terus-menerus, dengan memperharikan, mempertimbangkan, dan membuat perbandingan dari pada datanya yang telah ditemukan baik dari proses *assessment* hingga proses wawancara.

Kemudian, sebagai bahan kajian bersama kedepannya, saya menambahkan proses wawancara terhadap isu yang cukup sensitif pada pembahasan metode ini. Proses wawancara pada penelitian ini diperlukan pendekatan, dan persetujuan yang terbuka agar proses wawanca berjalan dengan baik, dan mendalam. Terdapat upaya khusus yang saya lakukan untuk dapat melakukan proses wawancara agar maksimal. Pertama, yang perlu saya garis bawahi penelitian ini merupakan penelitian dengan objek manusia, selain itu juga termasuk dalam kelompok rentan. Kelompok rentan yang saya

---

<sup>70</sup> Dapat dilihat dari bab dua hingga bab empat

maksud disini adalah kelompok yang memiliki sensitivitas terhadap suatu isu. Pertanyaan wawancara yang saya ajukan dipastikan akan me-*recall* memori yang bisa jadi tidak ingin diungkit lagi oleh narasumber. Demikian, saya perlu untuk menuliskan etika komunikasi agar komunikasi wawancara yang saya lakukan, baik secara asas kerahasiaan, maupun kenyamanan tidak menimbulkan trauma bagi narasumber, atau bahkan saya sendiri sebagai seorang peneliti. Pasalnya, dalam suatu proses perbincangan terhadap isu yang cukup sensitif, terlebih mengandung energi yang dapat dikatakan negatif akan cepat meresap pada lawan bicara, dalam hal ini saya sebagai seorang yang menggali informasi.

Komunikasi yang saya lakukan cukup umum dilakukan oleh banyak peneliti, yaitu permintaan persetujuan untuk dilakukan wawancara. Saya menghubungi via *whatsapp*, namun diperlukan waktu yang cukup lama untuk mendapatkan balasan dari informan, saya memutuskan untuk menunggu jawaban meskipun cukup lama sembari melakukan revisi terhadap penelitian saya. Hal tersebut, saya dasarkan atas ungkapan Joiner yang mengatakan bahwa orang dengan ide, dan resiko bunuh diri kerap menutup akses komunikasi, dan menjauhkan diri dari lingkungannya. Saya membatasi diri dalam pengulangan pesan persetujuan sebanyak tiga kali, jika dalam tiga kali permintaan persetujuan tidak ada jawaban maka saya anggap tidak berkenan. Dari empat informan yang saya minta persetujuan penelitian, dua di antaranya saya lakukan pengulangan pesan sebanyak dua kali, dan dua di antaranya hanya dalam satu kali permintaan. Setelah itu saya menanyakan kapan kiranya

bersedia untuk di wawancara. Pada proses ini saya juga memberikan jeda waktu wawancara antara informan satu dengan yang lainnya. Pasalnya, proses wawancara ini membutuhkan energi yang cukup. Jika tidak diberi jeda saya rasa, penelitian ini tidak akan berjalan maksimal. Perlu diketahui bahwa proses wawancara tidak memiliki batasan, berbeda dengan sesi konseling yang memiliki batasan waktu, dan sesi. Kita bisa terus melakukan wawancara selama dirasa informan menyanggupi, dan tidak ada keterpaksaan, untuk mendapat informasi utuh. Jeda wawancara antar informan juga memberikan waktu istirahat yang cukup pada peneliti untuk memulihkan pikiran, jika dirasa peneliti juga mengalami *recall* terhadap pengalam negatif setelah melakukan wawancara.

Terakhir, dalam proses wawancara diperlukan gaya komunikasi yang perlu diterapkan agar tidak menimbulkan trauma bagi informan, maupun peneliti. Gaya komunikasi yang saya terapkan selama proses wawancara yakni bebas, dan santai. Saya bermaksud agar prosesnya berjalan lebih nyaman. Kalaupun terdapat daftar pertanyaan yang telah disiapkan, saya lebih mengikuti, jalan cerita yang diungkapkan oleh informan. Sebab, penelitian ini membutuhkan kajian yang mendalam, saya tidak ingin terdapat penyempitan pembahasan. Selain itu, jika terdapat keadaan dimana saya membutuhkan jawaban mendalam, tetapi informan memberikan keenganan baik secara komunikasi verbal, maupun non-verbal saya tidak akan memaksakan. Saya akan mengkonfirmasi pada sesi pertemuan berikutnya jika dirasa data tersebut diperlukan. Tetapi, jika pada pertemuan berikutnya masih terdapat

keengganan, saya memutuskan ini menjadi praduga, dan tetap saya sajikan pada hasil penelitian ini. Meskipun penelitian membutuhkan jawaban yang detail dan mendalam, saya rasa pada kasus ini kita perlu menjaga kestabilan emosi informan jika dirasa memang sulit untuk diungkapkan.

## G. Sistematika Pembahasan

Guna mempermudah dalam pembacaan tesis penelitian ini, penulis menyajikan pembahasan tesis ini menjadi tiga pokok bab bahasan dengan masing-masing sub-bab di dalamnya, di antaranya:

### 1. Bab satu yang terdiri atas:

#### a. Latar Belakang

Yang menjelaskan secara eksplisit bagaimana penulis menemukan fenomena yang harus dikaji lebih dalam.

#### b. Rumusan Masalah

Berisi pertanyaan-pertanyaan urgent dari fenomena yang telah dikaji berdasarkan teori yang dijadikan pijakan.

#### c. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

Berisi manfaat penelitian secara implisit dari fenomena yang telah dikaji berdasarkan teori yang dijadikan pijakan.

#### d. Kajian Pustaka

Penelitian terdahulu yang dijadikan pijakan penulis dalam melihat berbagai fenomena serupa, selain itu penelitian terdahulu dapat dijadikan analisis (sekunder) hasil lapangan yang ditemukan.

#### e. Kerangka Teoretis

*Grand Theory* yang dipakai peneliti sebagai pisau analisis utama untuk membedah, dan mengkaji fenomena yang diteliti oleh penulis.

f. Metode Penelitian

Berisi alasan penulis mengambil metode penelitian yang dipakai, juga berisi runtutan pengambilan data hingga kendala yang ditemui penulis dari penentuan metode hingga analisis.

g. Sistematika Pembahasan

Berisi gambaran implisit isi dari tesis ini.

2. Bab dua yang berisi mengenai temuan awal mengenai kesehatan mental mahasiswa Yogyakarta. Adapun dalam bab ini terdiri dari dua bagian yaitu:
  - a. Yogyakarta sebagai kota pelajar  
Pada sub-bab ini saya ingin mengeksplorasi bagaimana Yogyakarta sebagai kota pelajar, dan apa manfaat yang diperoleh pelajar dari gelar tersebut.
  - b. bagaimana kondisi mahasiswa Yogyakarta  
Pada sub ini saya melakukan riset kajian terkait kondisi mental mahasiswa Yogyakarta melalui penelitian yang telah ada, dan gambaran fakta di lapangan.
3. Bab tiga masuk pada analisa hasil penelitian temuan lapangan mengenai adanya ide bunuh diri. Saya mencoba mengeksplorasi lebih dalam mengenai ide bunuh diri pada sub-bab ini. Bersandar pada kajian teori yang telah disajikan saya mengelompokkan ide bunuh diri pada sub-bab ini, yang dipicu oleh dua sebab yaitu beban yang dirasakan, dan rasa memiliki yang gagal.
4. Bab empat saya menyajikan data mengenai risiko bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta. Data ini berisi tentang kapan kemungkinan ide bunuh diri menyebabkan risiko bunuh diri yang serius. Saya membagi bab ini menjadi sub-bab antara proses berjalannya risiko bunuh diri, dan analisis risiko bunuh diri, dimana sub-bab ini menjadi bagian pokok, pasalnya saya akan merangkum dan menyajikan keseluruhan hasil temuan yang telah dipaparkan pada bab dan sub-bab sebelumnya, guna melihat gambaran implisit terkait risiko bunuh diri pada mahasiswa.

5. Bab terakhir dari penelitian saya berisi kesimpulan hasil penelitian yang telah dilakukan. Berisi juga saran yang diberikan kepada lembaga yang berkaitan, dan untuk peneliti selanjutnya.





## **BAB V PENUTUP**

Akhirnya kita dapat membaca akhir dari penelitian ini. Berdasarkan keseluruhan dari isi yang telah saya tulis, saya kemudian menarik kesimpulan yang dapat kita baca bersama. Saya ucapkan terima kasih kepada seluruh pembaca yang ikut mengkaji penelitian ini, terdapat saran yang dapat kita koreksi bersama, untuk pengkajian terhadap fenomena ini agar lebih mendalam.

### **A. Kesimpulan**

Yogyakarta memiliki jukukan istimewa tidak tertulis sebagai kota pelajar, bukan tanpa alasan karena Yogyakarta memiliki sejarah panjang sehingga dapat dikatakan layak menjadi *center* pendidikan di Indonesia. Hal ini terbukti dengan adanya banyak kampus terbaik Indonesia baik negeri maupun swasta yang ada di Yogyakarta. Sebagai *center* pendidikan sudah tentu Yogyakarta menarik minat banyak calon pelajar untuk belajar di Yogyakarta. Sejauh yang dapat saya akses saat ini per tahun 2023 terdapat 640.658 mahasiswa yang terdaftar di seluruh Perguruan Tinggi Yogyakarta.<sup>180</sup> Pemerintah memberikan fasilitas yang banyak dalam menunjang kegiatan pelajar Yogyakarta baik bagi warga setempat maupun pendatang. Lebih dari itu, hal yang tidak luput dari perhatian adalah fasilitas pemeriksaan kesehatan mental yang diberikan oleh pemerintah Yogyakarta maupun pihak lembaga pendidikan terkait. Fasilitas kesehatan mental tersebut diberikan mengingat adanya permasalahan terkait yang banyak ditemui di lapangan, termasuk fasilitas dalam penanganan kasus bunuh diri. Selanjutnya, dalam kajian ini kita dapat

---

<sup>180</sup> “Daerah DIY - Jumlah Peserta Didik.”

melihat ide dan risiko bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta yang memperluas kajian terkait kondisi Kesehatan mental. Selanjutnya, terkait ide, dan resiko bunuh diri didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Analisis ide bunuh diri dilakukan dengan melibatkan empat mahasiswa di dua kampus yang berbeda. Hasil analisis ide bunuh diri mempertimbangkan pengalaman berbeda dari empat individu yang berbeda, yaitu Maya, Cika, Sandi, dan Lia. Menelusuri pada pikiran terhadap beban terdapat beberapa pengalaman di antaranya adanya penurunan produktifitas akibat depresi, anxiety, tuntutan menikah bagi perempuan di atas 25 tahun dan belum matang secara financial. Selanjutnya rasa memiliki yang gagal ini erat kaitannya dengan tingkat keproduktifitasan narasumber, perasaan tidak produktif dan tidak layak menjadikan individu memberikan batasan pada interaksi sosial serta memicu adanya ide bunuh diri. Meskipun demikian, terdapat keadaan yang dapat membantu mengurangi pikiran bunuh diri, seperti dukungan sosial dan keyakinan agama, keadaan itu dirasakan oleh ketiga narasumber Maya, Cika, Sandi yang masing-masing memiliki minimal satu orang yang dapat dipercaya dan mendukung dalam setiap keadaan. Berbeda dengan ketiganya, Lia memiliki kepercayaan terhadap kuasa Tuhan menjadi perasaan memiliki yang dapat membuat Lia merasa tidak sendiri dan memiliki tujuan hidup.
2. Terdapat hal perlu saya pertegas kembali bahwa ide bunuh diri saja tidak cukup membuat individu mampu melukai diri hingga serius.

Terdapat pemicu yang dapat menjadikan ide bunuh diri menjadi risiko yang serius. Pemicu tersebut di antaranya, pengalaman menyakitkan, atau pengalaman menyakitkan yang membuat individu mentoleransi rasa sakit, sehingga memicu kemampuan melukai diri sendiri yang berbahaya. Dari empat narasumber yang telah diteliti, setiap individu menghadapi risiko yang berbeda, termasuk pengalaman menyakitkan akibat *verbal abuse*, depresi, memperoleh pola asuh yang keras, kehilangan dan kesepian. Pada kemampuan melukai diri erat kaitannya dengan pengalaman menyakitkan yang diperoleh, Maya memiliki kemampuan melukai diri sendiri akibat dari *verbal abuse* yang diterimanya. Sedangkan Cika memiliki kemampuan menyakiti diri sendiri untuk melampiaskan emosi dan terbiasa dengan hukuman fisik yang keras. Keduanya, teridentifikasi berisiko serius baik dalam assessment alat ukur *Revised-Suicide Ideation Scale* (R-SIS) maupun hasil wawancara. Berbeda dengan Sandi dan Lia yang masih sadar untuk tidak melakukan tindakan tersebut, pun keduanya teridentifikasi berisiko sedang.

## **B. Saran**

Tesis ini masih jauh dari kata sempurna, baik dalam penyuguhan argument serta pola dalam mengembangkan, dan melihat fenomena terkait ide, dan risiko bunuh diri terkhusus pada mahasiswa. Oleh karenanya, saya ingin memberikan saran kepada berbagai pihak, untuk memperdalam kajian ini.

1. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat menganalisis: Pertama, Analisa lebih dalam terkait beban dan rasa memiliki yang gagal pada mahasiswa yang mempengaruhi munculnya ide bunuh diri. Sempitnya lingkup yang diteliti oleh penulis terkait tesis ini tidak dapat melihat seluruh objek yang dapat terkait. Kedua, penulis menyadari kurangnya pewawancara berdasarkan perataan gender, untuk peneliti selajutnya saya mengharapkan pengkajian yang lebih luas dan merata agar dapat dijadikan pijakan secara universal, khususnya dalam melihat fenomena ini pada rentan usia remaja hingga dewasa awal. Ketiga, analisis teori ini baru dilakukan pada lingkup mahasiswa, selanjutnya untuk dapat dikembangkan pada masyarakat umum, guna melihat lebih dalam bagaimana ide dan risiko bunuh diri secara universal pada masyarakat Indonesia. Terakhir, saya menyadari bahwa penelitian ini masih terbatas pada kajian dasar terkait bunuh diri, saya tidak melakukan kajian menyeluruh terhadap Tindakan kampus maupun pemerintah Yogyakarta dalam melihat fenomena ini, untuk itu saya menyarankan penelitian selanjutnya mengkaji bagaimana proses bantuan kampus di Yogyakarta dengan berbekal dari penelitian ini
2. Bagi praktisi kesehatan mental, atau lembaga yang intens pada isu terkait harapannya agar lebih terbuka perihal data, dan proses pemberian bantuan. Jika ada keterbukaan data, maka kajian terkait isu ini nantinya bisa menjadi lebih komprehensif, dan mendalam. Sehingga hasil penelitian dapat dijadikan pijakan bagi praktisi lain,

dalam menangani kasus serupa baik bagi mahasiswa, maupun universal.



## DAFTAR PUSTAKA

### Buku dan Artikel

- “Akses Layanan Psikologis Mudah dan Murah di Seluruh Puskesmas Kota Jogja - Radar Jogja.” Diakses 13 Maret 2024. <https://radarjogja.jawapos.com/jogja/65763541/akses-layanan-psikologis-mudah-dan-murah-di-seluruh-puskesmas-kota-jogja>.
- Al-Biqai, Ibrahim bin Umar. *Nadzmud Durar*. Vol. 5. Cairo: Darul Maktabah Al Islami, 1995. <https://shamela.ws/book/9098/2123>.
- Al-Husain, Sulaiman. *Mengapa Harus Bunuh Diri*. Jakarta: Qisthi Pres, 2005.
- AMA, KORNELIS KEWA. “Tiga Mahasiswa di NTT Bunuh Diri pada Periode Oktober 2023.” [kompas.id](https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/10/31/tiga-mahasiswa-di-ntt-bunuh-diri-periode-oktober-2023), 31 Oktober 2023. <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/10/31/tiga-mahasiswa-di-ntt-bunuh-diri-periode-oktober-2023>.
- Ariani, Nyoman Wiraadi Tria, dan Komang Suwarni Asih. “Dampak Kekerasan Pada Anak.” *Psikologi Mandala* 6, no. 1 (2022): 69–78.
- Artissy, Michelle Neivi, dan Ahmad Gimmy Pratama. “Adaptasi Alat Ukur Revised - Suicide Ideation Scale (R-SIS).” *Jurnal Psikologi Malahayati* 4, no. 1 (13 Maret 2022). <https://doi.org/10.33024/jpm.v4i1.5959>.
- Atmaja, Ranny Surya. “Kebermaknaan Hidup Wanita Dewasa Awal yang Belum Menikah.” Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2020. <https://eprints.ums.ac.id/88182/2/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.
- Atqiya, Aleyda, dan Farida Coralia. “Gambaran Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Bandung.” *Bandung Conference Series: Psychology Science* 3, no. 1 (25 Januari 2023). <https://doi.org/10.29313/bcpsps.v3i1.5184>.
- Ayu, Yvesta. “UGM Sampaikan Dukacita, Mahasiswa yang Lompat dari Jurusan Ilmu Komunikasi 2022.” *Mojok.co* (blog), 9 Oktober 2022. <https://mojok.co/kilas/ugm-sampaikan-dukacita-mahasiswa-yang-lompat-dari-jurusan-ilmu-komunikasi-2022/>.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, t.t.
- Biroli, Alfian. “Bunuh Diri Dalam Perspektif Sosiologi.” *SIMULACRA: JURNAL SOSIOLOGI* 1, no. 2 (25 November 2018). <https://doi.org/10.21107/sml.v1i2.4996>.
- Bridge, Jeffrey A., Tina R. Goldstein, dan David A. Brent. “Adolescent Suicide and Suicidal Behavior.” *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 47, no. 3–4 (Maret 2006): 372–94. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01615.x>.
- “Buku Pedoman Pencegahan Bunuh Diri – Health Promoting University.” Diakses 24 Maret 2024. <https://hpu.ugm.ac.id/2022/07/07/pedoman-pencegahan-bunuh-diri/>.
- Camus, Albert. *Mitos Sisifus*. Diterjemahkan oleh David Setiawan. 2 ed. Yogyakarta: Circa, 2021.
- “Cerita • Instagram.” Diakses 13 Maret 2024. <https://www.instagram.com/stories/highlights/17976209981253352/>.

- Chehil, Sonia, dan Stanley P. Kutcher. *Suicide Risk Management: A Manual for Health Professionals*. 2 ed. Hoboken: Wiley Blackwell, 2012.
- “CPMH Fakultas Psikologi UGM (@cpmhugm) • Foto dan video Instagram.” Diakses 13 Maret 2024. [https://www.instagram.com/p/Cyx4VG0S6BP/?img\\_index=2](https://www.instagram.com/p/Cyx4VG0S6BP/?img_index=2).
- “Daerah DIY - Jumlah Peserta Didik.” Diakses 11 Desember 2023. [https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data\\_dasar/cetak/482-jumlah-peserta-didik](https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data_dasar/cetak/482-jumlah-peserta-didik).
- Database Peraturan | JDIH BPK. “Permendikbudriset No. 30 Tahun 2021.” Diakses 12 November 2023. <http://peraturan.bpk.go.id/Details/188450/permendikbud-no-30-tahun-2021>.
- Database Peraturan | JDIH BPK. “PERWALI Kota Yogyakarta No. 29 Tahun 2010.” Diakses 12 Maret 2024. <http://peraturan.bpk.go.id/Details/32139/perwali-kota-yogyakarta-no-29-tahun-2010>.
- detikJogja, Tim. “Mahasiswi Fisipol UMY Tewas Diduga Bunuh Diri, Lompat dari Lantai 4.” detikjateng. Diakses 12 November 2023. <https://www.detik.com/jateng/jogja/d-6960716/mahasiswi-fisipol-umy-tewas-diduga-bunuh-diri-lompat-dari-lantai-4>.
- Dewi, Eva Meizara Puspita, dan Siti Naga Uleng Purnama Sari Djoeddawi. “Gambaran Motivasi Belajar pada Remaja Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual di Makassar.” *Journal of Correctional Issues* 6, no. 2 (2023): 431–42.
- Dewi, Putu Diah Wilya. “Gambaran Ide Bunuh Diri di Kalangan Siswa SMA,” 2023.
- “Dinas Lingkungan Hidup Kota Yogyakarta.” Diakses 12 Maret 2024. <https://lingkunganhidup.jogjakota.go.id/detail/index/300>.
- Dishub, Contributor. “Tarif Rp60 Trans Jogja Untuk Pelajar Kota Jogja,” 9 November 2022. <https://dishub.jogjaprov.go.id/bidang-angkutan-darat/tarif-rp60-trans-jogja-untuk-pelajar-kota-jogja>.
- Durkheim, Emile. *Suicide the Hidden Side of Modernity*. Diterjemahkan oleh John A. Spaulding dan George Simpson. Cambridge: Polity, 2008.
- Fajrussalam, Hisny, Afidlotul ‘Azizah, Elsa Amelia Rahman, Faiza Zalfa Hafizha, dan Sintia Ulhaq. “Hakikat Dan Eksistensi Manusia Sebagai Mahluk Yang Bermoral.” *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 2 (11 Mei 2023): 1706–21. <https://doi.org/10.31004/innovative.v3i2.483>.
- Fauziah, Mufied. *Buku Ajar: Konseling Krisis*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2023.
- Hatkevich, Claire, Francesca Penner, dan Carla Sharp. “Difficulties in Emotion Regulation and Suicide Ideation and Attempt in Adolescent Inpatients.” *Psychiatry Research* 271 (Januari 2019): 230–38. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.11.038>.
- Home, Terkini, Top News, Terpopuler, Nusantara, Nasional, Jogja Terkini, dkk. “Layanan psikologi di Puskesmas Yogyakarta semakin diminati.” Antara News Yogyakarta, 22 Oktober 2015.

- <https://jogja.antaranews.com/berita/335341/layanan-psikologi-di-puskesmas-yogyakarta-semakin-diminati>.
- “How to Talk About Suicide on Social Media.” Diakses 22 November 2023. <https://www.psychiatry.org:443/news-room/apa-blogs/how-to-talk-about-suicide-on-social-media>.
- <https://www.apa.org>. “Suicide science, with Samuel Knapp, EdD.” Diakses 10 Desember 2023. <https://www.apa.org/news/podcasts/speaking-of-psychology/suicide-science>.
- <https://www.apa.org>. “Women say they’re stressed, misunderstood, and alone.” Diakses 30 Mei 2024. <https://www.apa.org/topics/stress/women-stress>.
- Idham, Azmul Fuady, M Arief Sumantri, dan Puji Rahayu. “IDE DAN UPAYA BUNUH DIRI PADA MAHASISWA.” *JURNAL PSIKOLOGI ILMIAH* 11, no. 3 (2019): 177–83.
- Imam, Imam Zarkasyi Mubhar. “Bunuh Diri Dalam Al-Qur’an.” *Jurnal Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur’an dan Tafsir* 4, no. 1 (19 Oktober 2019): 42–57. <https://doi.org/10.47435/al-mubarak.v4i1.62>.
- Iman, Afzal Nur. “Mahasiswi Tewas di Kos Semarang Diduga Bunuh Diri, Pacar Korban Diperiksa.” *detikjateng*. Diakses 12 November 2023. <https://www.detik.com/jateng/berita/d-6978842/mahasiswi-tewas-di-kos-semarang-diduga-bunuh-diri-pacar-korban-diperiksa>.
- INASP. “Indonesian Association for Suicide Prevention.” Diakses 12 November 2023. <https://www.inasp.id>.
- INASP. “Statistik Bunuh Diri | Indonesian Association For Suicide Prevention.” Diakses 12 November 2023. <https://www.inasp.id/suicide-statistics>.
- Istianah, Lisa. “Solusi Perilaku Self Harm Perspektif Hadis Untuk Mewujudkan Masyarakat Sejahtera Di Era Society 5.0.” *Gunung Djati Conference Series* 19 (10 Februari 2023): 104–11.
- Jobs, David A., dan Thomas E. Joiner. “Reflections on suicidal ideation.” *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention* 40, no. 4 (2019): 227–30. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000615>.
- . “Reflections on suicidal ideation.” *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention* 40, no. 4 (2019): 227–30. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000615>.
- Jessica D Ribeiro dan Thomas E Joiner, “The Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal Behavior: Current Status and Future Directions,” *Journal of Clinical Psychology* 62, no. 12 (2009): 1291–99, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/jclp.20621>.
- Joiner, Thomas. *Why People Die By Suicide*. England: Harvard University Press, 2007.
- Juneman, Juneman. “Teori-Teori Transorientasional dalam Psikologi Sosial.” *Humaniora* 2, no. 2 (31 Oktober 2011): 1351. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v2i2.3200>.
- Karisma, Ni Wayan Putri Cempaka, dan I Gusti Ayu Diah Fridari. “Gambaran Pengembangan Ide Bunuh Diri Menuju Upaya Bunuh Diri.”



- Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 2, no. 1 (1 Februari 2021): 1. <https://doi.org/10.24014/pib.v2i1.9904>.
- Khairunisa, Nabilla Salma, Diana Rizky Safitri, Danisha Angelia, Mohammad Taufan, dan Estro Dariatno Sihaloho. "Produktivitas dan Depresi di Indonesia: Analisis Data Indonesian Family Life Survey 2014." *Jurnal Ekonomi dan Pembangunan* 27, no. 02 (2019): 75–84. [kki.uin-suka.ac.id](https://kki.uin-suka.ac.id). "UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta." Diakses 6 Juli 2024. <https://kki.uin-suka.ac.id/>.
- "KPSI YOGYA (@kpsisimpulyogya) • Foto dan video Instagram." Diakses 23 Maret 2024. <https://www.instagram.com/kpsisimpulyogya/>.
- Kral, Michael J. *The Idea of Suicide: Contagion, Imitation, and Cultural Diffusion*. First issued in paperback. Researching Social Psychology. New York London: Routledge, 2020.
- Kutoyo, Sutrisno, ed. *Sejarah Daerah: Daerah Istimewa Yogyakarta*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, 1997.
- "Launching Pedoman Pertolongan Pertama Psikologis pada Upaya Bunuh Diri – Center for Public Mental Health." Diakses 24 Maret 2024. <https://cpmh.psikologi.ugm.ac.id/2020/11/12/launching-pedoman-pertolongan-pertama-psikologis-pada-upaya-bunuh-diri/>.
- Majah, Ibn. *Sunan Ibn Majah*. Vol. 2. Beirut: Darul Ihya Al-Kutub Al-Islami, t.t. <https://shamela.ws/book/1198/3154>.
- Mariyati, Puput, dan Retno Dwiastuti. "Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri." *Jurnal PIKes Penelitian IlmuKesehatan* 4, no. 2 (2023).
- Marliana, Santi. "FAKULTAS ILMU PENGETAHUAN BUDAYA PROGRAM STUDI FILSAFAT," 2012.
- "Mental Health | Adolescent and School Health | CDC," 18 Agustus 2021. <https://www.cdc.gov/healthyouth/mental-health/index.htm>.
- Mukarromah, Luluk, dan Fathul Lubabin Nuqul. "Dinamika Psikologis pada Pelaku Percobaan Bunuh Diri." *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam* 11, no. 2 (30 Desember 2014). <https://doi.org/10.18860/psi.v11i2.6387>.
- Nafisah, Maryam, Tiara Andiani Alif, Luthfiana Syachfitri, dan Syahnur Rahman. "DAMPAK DARI VERBAL ABUSE TERHADAP KEADAAN PSIKOLOGIS SESEORANG." *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)* 2, no. 1 (6 Juli 2021): 29–40. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i1.44>.
- News, Editor. "Pembkab Sleman Fasilitasi Layanan Psikolog Gratis di Puskesmas - Radar Jogja." *Pembkab Sleman Fasilitasi Layanan Psikolog Gratis di Puskesmas - Radar Jogja*, 30 September 2022. <https://radarjogja.jawapos.com/sleman/65760652/pembkab-sleman-fasilitasi-layanan-psikolog-gratis-di-puskesmas>.
- Novitayani, Sri, dan Irfanita Nurhidayah. "Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh." *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas* 8, no. 1 (2 Maret 2023): 61–68. <https://doi.org/10.14710/jekk.v8i1.15780>.

- NU Online. "Tafsir Surat An-Nisa' Ayat 29: Larangan Melakukan Tindak Kejahatan terhadap Harta dan Jiwa Orang Lain." Diakses 12 Juni 2024. <https://islam.nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-an-nisa-ayat-29-larangan-melakukan-tindak-kejahatan-terhadap-harta-dan-jiwa-orang-lain-pqi7o>.
- Oktavina, Siti Fathira, Yunni Dhiva Hapsary, dan Bayu Setiaji. "The Influence of Assignments on the Mental Health of Student If the Department of Phisiscs Education, Yogyakarta State University, 2023: Pengaruh Tugas Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Departemen Fisika, Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2023 | Borneo Educational Journal (Borju)." *Borneo Education Journal (Borju)* 06, no. 01 (12 Februari 2024): 1–12. <https://doi.org/10.24903/bej.v6i1.1499>.
- Pertiwi, Bunga Prihandini Putri. "Gambaran Perilaku Pencarian Bantuan Kesehatan Mental pada Mahasiswa Kesehatan di Universitas Gadjah Mada Yogyakarta." Thesis, Universitas Gadjah Mada, 2021. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/202056>.
- Pratama, Aldo Hariyudha Enggar. "Gambaran Kesehatan Mental Mahasiswa Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang Menjalani Pratik Klinik di Rumah Sakit." Thesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, 2022. [https://doi.org/10.1ALDO%20HARIYUDHA%20ENGGAR%20PRATA\\_MA\\_P07120119028.pdf](https://doi.org/10.1ALDO%20HARIYUDHA%20ENGGAR%20PRATA_MA_P07120119028.pdf).
- "Profil – Aku Temanmu." Diakses 23 Maret 2024. <https://akutemanmu.id/profil/>.
- "Psikolog Ungkap Alasan Provinsi DIY Miliki Kasus Bunuh Diri Tertinggi | Republika Online." Diakses 12 November 2023. <https://news.republika.co.id/berita/s1zfet330/psikolog-ungkap-alasan-provinsi-diy-miliki-kasus-bunuh-diri-tertinggi>.
- Purbaya, Angling Adhitya. "Mahasiswi Tewas Jatuh dari Lantai 4 Mal Paragon Semarang, Unnes Berduka." detikjateng. Diakses 12 November 2023. <https://www.detik.com/jateng/berita/d-6976094/mahasiswi-tewas-jatuh-dari-lantai-4-mal-paragon-semarang-unnes-berduka>.
- Pusat Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial, Kementerian Sosial RI, Wandansari Sulistyorini, dan Muslim Sabarisman. "DEPRESI : SUATU TINJAUAN PSIKOLOGIS." *Sosio Informa* 3, no. 2 (1 September 2017): 153–64. <https://doi.org/10.33007/inf.v3i2.939>.
- Putra, dan Hendarnan. *Konsep, Strategi dan Aplikasi metode Riset Campursari*. Jakarta: Indeks, 2013.
- Putri, Yuni Camelia. "Waithood: Fenomena Perempuan Milenial Menunda Untuk Menikah." *Bincang Perempuan* (blog), 9 Oktober 2023. <https://bincangperempuan.com/waithood-fenomena-perempuan-milenial-menunda-untuk-menikah/>.
- "Qur'an Kemenag." Diakses 7 Juni 2024. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/2?from=30&to=286>.
- "Qur'an Kemenag." Diakses 12 Juni 2024. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/4?from=29&to=176>.
- Ramadhany, Aniza, Aisyah Zahra Firdausi, dan Usmi Karyani. "Stres Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19." *Jurnal Psikologi Insight* 5, no. 2

- (18 September 2023): 130–36.  
<https://doi.org/10.17509/insight.v5i2.62774>.
- Ranieri, William F., Robert A. Steer, Thomas I. Lavrence, David J. Rissmiller, George E. Piper, dan Aaron T. Beck. “Relationships of depression, hopelessness, and dysfunctional attitudes to suicide ideation in psychiatric patients.” *Psychological Reports* 61, no. 3 (1987): 967–75.  
<https://doi.org/10.2466/pr0.1987.61.3.967>.
- Republika Online. “Sebelum Gantung Diri, Mahasiswa Yogya SF Sempat Cari Teman Wanitanya di Kosan,” 6 Desember 2023.  
<https://republika.co.id/share/s5930k330>.
- Reynolds, William M. “Psychometric characteristics of the Adult Suicidal Ideation Questionnaire in college students.” *Journal of Personality Assessment* 56, no. 2 (1991): 289–307.  
[https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5602\\_9](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5602_9).
- RI, Setjen DPR. “DPR Setujui RUU TPKS Menjadi UU.” Diakses 12 November 2023. <http://www.dpr.go.id/berita/detail/id/38589>.
- . “Refleksi Satu Tahun Pasca Pengesahan, Legislator Ingatkan Pemerintah Percepat Sosialisasi UU TPKS.” Diakses 12 November 2023.  
<http://www.dpr.go.id/berita/detail/id/44321>.
- Ribeiro, Jessica D, dan Thomas E Joiner. “The Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal Behavior: Current Status and Future Directions.” *Journal of Clinical Psychology* 62, no. 12 (2009): 1291–99.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/jclp.20621>.
- Rina, Rina Suprayanti, Fathra Annis Nauli, dan Ganis Indriati. “Gambaran Perilaku Self Injury dan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa.” *HEALTH CARE : JURNAL KESEHATAN* 10, no. 2 (31 Desember 2021): 305–12.  
<https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i2.133>.
- Riska, Herliana, dan Nur Khasanah. “Faktor Yang Memengaruhi Fenomena Menunda Pernikahan Pada Generasi Z.” *Indonesian Health Issue* 2, no. 1 (28 Februari 2023): 48–53. <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.44>.
- Santosa, Imam Budhi. *Pulung Gantung Tali Pati*. 1 ed. Yogyakarta: Interlude, 2019.
- Santosa, Imam Budhi, dan Wage Daksinarga. *Tali Pati: Kisah-kisah Bunuh Bunuh Diri di Gunung Kidul*. 1 ed. Yogyakarta: Interlude, 2017.
- Setianingsih, Fitri. “Peran Komunikasi Ayah dalam Perkembangan Mental Anak: Studi atas Santri Putri Pondok Tahfidz Karanganyar.” *Academica : Journal of Multidisciplinary Studies* 1, no. 2 (31 Desember 2017): 169–84.  
<https://doi.org/10.22515/academica.v1i2.1029>.
- Setiyawati, D, E Colucci, W Jatmika, N Pupakesuma, N Hidayati, S Renowati, dan F Hamzah. *Pedoman Pertolongan Pertama Psikologis pada Upaya Bunuh Diri*. Yogyakarta: Center for Public Mental Health Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, 2021.
- Sugiyanto. “Yogyakarta Kola Pendidikan dan Ekonomi Alternatif.” *Cakrawala Pendidikan* 23, no. 3 (2003): 523–47.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Method)*. Bandung: Alfabeta, 2013.

- Suharsono, Yudi, dan Zainul Anwar. "Analisis Stress Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa." *Cognicia* 8, no. 1 (31 Maret 2020): 41–53. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11527>.
- "Suicide Prevention." Diakses 22 November 2023. <https://www.psychiatry.org:443/patients-families/suicide-prevention>.
- "Suicide worldwide in 2019: Global Health Estimates." Jenewa: World Health Organization, 2021.
- Sumarni, Ni Md. "Penerapan Model Konseling Behavioral Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Intraception Siswa." *Journal of Education Action Research* 3, no. 4 (30 November 2019): 433. <https://doi.org/10.23887/jear.v3i4.22479>.
- Suwitno, Mega Aulia. "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Prodi Pai UII Yogyakarta Angkatan 2019." Thesis, Universitas Islam Indonesia, 2023. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/46177>.
- "Temanbaik (@temanbaik\_kamu) • Foto dan video Instagram." Diakses 23 Maret 2024. [https://www.instagram.com/temanbaik\\_kamu/](https://www.instagram.com/temanbaik_kamu/).
- Tri Mukaromah, Illiyyin. "Problem dan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa." Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2020. <https://eprints.ums.ac.id/87762/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.
- Tunas, I Ketut. "Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Tingkat Stres dan Aktivitas Fisik : Telaah Sistematis." *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi* 8, no. 2 (24 Juni 2022). <https://doi.org/10.5281/ZENODO.6722799>.
- "Unit Konsultasi Psikologi (@ukpugm) • Foto dan video Instagram." Diakses 13 Maret 2024. <https://www.instagram.com/ukpugm/>.
- "UPT Layanan Bimbingan Konseling." Diakses 6 Juli 2024. <https://upt-lbk.uny.ac.id/>.
- "Why People Die By Suicide," t.t.
- Wusqa, Nailul, dan Sri Novitayani. "Resiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Jurnal Fkep* 6, no. 2 (2022): 145–50.
- Yulianti, Yulianti, Putri Bulqis, dan Putri Tri Rizki. "Dampak Pola Komunikasi Orang Tua Otoriter Terhadap Efikasi Diri Anak." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 2 (19 Mei 2023): 3343–49. <https://doi.org/10.31004/innovative.v3i2.727>.

#### Artikel Web

- "Akses Layanan Psikologis Mudah dan Murah di Seluruh Puskesmas Kota Jogja - Radar Jogja." Diakses 13 Maret 2024. <https://radarjogja.jawapos.com/jogja/65763541/akses-layanan-psikologis-mudah-dan-murah-di-seluruh-puskesmas-kota-jogja>.
- AMA, KORNELIS KEWA. "Tiga Mahasiswa di NTT Bunuh Diri pada Periode Oktober 2023." *kompas.id*, 31 Oktober 2023. <https://www.kompas.id/baca/nusantara/2023/10/31/tiga-mahasiswa-di-ntt-bunuh-diri-periode-oktober-2023>.

- Ayu, Yvesta. "UGM Sampaikan Dukacita, Mahasiswa yang Lompat dari Jurusan Ilmu Komunikasi 2022." *Mojok.co* (blog), 9 Oktober 2022. <https://mojok.co/kilas/ugm-sampaikan-dukacita-mahasiswa-yang-lompat-dari-jurusan-ilmu-komunikasi-2022/>.
- "Buku Pedoman Pencegahan Bunuh Diri – Health Promoting University." Diakses 24 Maret 2024. <https://hpu.ugm.ac.id/2022/07/07/pedoman-pencegahan-bunuh-diri/>.
- "Cerita • Instagram." Diakses 13 Maret 2024. <https://www.instagram.com/stories/highlights/17976209981253352/>.
- "CPMH Fakultas Psikologi UGM (@cpmhugm) • Foto dan video Instagram." Diakses 13 Maret 2024. [https://www.instagram.com/p/Cyx4VG0S6BP/?img\\_index=2](https://www.instagram.com/p/Cyx4VG0S6BP/?img_index=2).
- "Daerah DIY - Jumlah Peserta Didik." Diakses 11 Desember 2023. [https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data\\_dasar/cetak/482-jumlah-peserta-didik](https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data_dasar/cetak/482-jumlah-peserta-didik).
- Database Peraturan | JDIH BPK. "Permendikbudriset No. 30 Tahun 2021." Diakses 12 November 2023. <http://peraturan.bpk.go.id/Details/188450/permendikbud-no-30-tahun-2021>.
- Database Peraturan | JDIH BPK. "PERWALI Kota Yogyakarta No. 29 Tahun 2010." Diakses 12 Maret 2024. <http://peraturan.bpk.go.id/Details/32139/perwali-kota-yogyakarta-no-29-tahun-2010>.
- detikJogja, Tim. "Mahasiswi Fisipol UMY Tewas Diduga Bunuh Diri, Lompat dari Lantai 4." *detikjateng*. Diakses 12 November 2023. <https://www.detik.com/jateng/jogja/d-6960716/mahasiswi-fisipol-umy-tewas-diduga-bunuh-diri-lompat-dari-lantai-4>.
- "Dinas Lingkungan Hidup Kota Yogyakarta." Diakses 12 Maret 2024. <https://lingkunganhidup.jogjakota.go.id/detail/index/300>.
- Dishub, Contributor. "Tarif Rp60 Trans Jogja Untuk Pelajar Kota Jogja," 9 November 2022. <https://dishub.jogjaprov.go.id/bidang-angkutan-darat/tarif-rp60-trans-jogja-untuk-pelajar-kota-jogja>.
- Home, Terkini, Top News, Terpopuler, Nusantara, Nasional, Jogja Terkini, dkk. "Layanan psikologi di Puskesmas Yogyakarta semakin diminati." *Antara News Yogyakarta*, 22 Oktober 2015. <https://jogja.antaranews.com/berita/335341/layanan-psikologi-di-puskesmas-yogyakarta-semakin-diminati>.

- “How to Talk About Suicide on Social Media.” Diakses 22 November 2023. <https://www.psychiatry.org:443/news-room/apa-blogs/how-to-talk-about-suicide-on-social-media>.
- <https://www.apa.org>. “Suicide science, with Samuel Knapp, EdD.” Diakses 10 Desember 2023. <https://www.apa.org/news/podcasts/speaking-of-psychology/suicide-science>.
- <https://www.apa.org>. “Women say they’re stressed, misunderstood, and alone.” Diakses 30 Mei 2024. <https://www.apa.org/topics/stress/women-stress>.
- Iman, Afzal Nur. “Mahasiswi Tewas di Kos Semarang Diduga Bunuh Diri, Pacar Korban Diperiksa.” detikjateng. Diakses 12 November 2023. <https://www.detik.com/jateng/berita/d-6978842/mahasiswi-tewas-di-kos-semarang-diduga-bunuh-diri-pacar-korban-diperiksa>.
- INASP. “Indonesian Association for Suicide Prevention.” Diakses 12 November 2023. <https://www.inasp.id>.
- INASP. “Statistik Bunuh Diri | Indonesian Association For Suicide Prevention.” Diakses 12 November 2023. <https://www.inasp.id/suicide-statistics>.
- kki.uin-suka.ac.id. “UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.” Diakses 6 Juli 2024. <https://kki.uin-suka.ac.id/>.
- “KPSI YOGYA (@kpsisimpulyogya) • Foto dan video Instagram.” Diakses 23 Maret 2024. <https://www.instagram.com/kpsisimpulyogya/>.
- “Launching Pedoman Pertolongan Pertama Psikologis pada Upaya Bunuh Diri – Center for Public Mental Health.” Diakses 24 Maret 2024. <https://cpmh.psikologi.ugm.ac.id/2020/11/12/launching-pedoman-pertolongan-pertama-psikologis-pada-upaya-bunuh-diri/>.
- “Mental Health | Adolescent and School Health | CDC,” 18 Agustus 2021. <https://www.cdc.gov/healthyouth/mental-health/index.htm>.
- News, Editor. “Pembkab Sleman Fasilitasi Layanan Psikolog Gratis di Puskesmas - Radar Jogja.” Pembkab Sleman Fasilitasi Layanan Psikolog Gratis di Puskesmas - Radar Jogja, 30 September 2022. <https://radarjogja.jawapos.com/sleman/65760652/pembkab-sleman-fasilitasi-layanan-psikolog-gratis-di-puskesmas>.
- NU Online. “Tafsir Surat An-Nisa’ Ayat 29: Larangan Melakukan Tindak Kejahatan terhadap Harta dan Jiwa Orang Lain.” Diakses 12 Juni 2024. <https://islam.nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-an-nisa-ayat-29-larangan-melakukan-tindak-kejahatan-terhadap-harta-dan-jiwa-orang-lain-pqi7o>.
- “Profil – Aku Temanmu.” Diakses 23 Maret 2024. <https://akutemanmu.id/profil/>.

- “Psikolog Ungkap Alasan Provinsi DIY Miliki Kasus Bunuh Diri Tertinggi | Republika Online.” Diakses 12 November 2023. <https://news.republika.co.id/berita/s1zfet330/psikolog-ungkap-alasan-provinsi-diy-miliki-kasus-bunuh-diri-tertinggi>.
- Purbaya, Angling Adhitya. “Mahasiswi Tewas Jatuh dari Lantai 4 Mal Paragon Semarang, Unnes Berduka.” detikjateng. Diakses 12 November 2023. <https://www.detik.com/jateng/berita/d-6976094/mahasiswi-tewas-jatuh-dari-lantai-4-mal-paragon-semarang-unnes-berduka>.
- Putri, Yuni Camelia. “Waithood: Fenomena Perempuan Milenial Menunda Untuk Menikah.” *Bincang Perempuan* (blog), 9 Oktober 2023. <https://bincangperempuan.com/waithood-fenomena-perempuan-milenial-menunda-untuk-menikah/>.
- “Qur’an Kemenag.” Diakses 7 Juni 2024. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/2?from=30&to=286>.
- “Qur’an Kemenag.” Diakses 12 Juni 2024. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/4?from=29&to=176>.
- Republika Online. “Sebelum Gantung Diri, Mahasiswa Yogya SF Sempat Cari Teman Wanitanya di Kosan,” 6 Desember 2023. <https://republika.co.id/share/s5930k330>.
- RI, Setjen DPR. “DPR Setujui RUU TPKS Menjadi UU.” Diakses 12 November 2023. <http://www.dpr.go.id/berita/detail/id/38589>.
- . “Refleksi Satu Tahun Pasca Pengesahan, Legislator Ingatkan Pemerintah Percepat Sosialisasi UU TPKS.” Diakses 12 November 2023. <http://www.dpr.go.id/berita/detail/id/44321>.
- “Suicide Prevention.” Diakses 22 November 2023. <https://www.psychiatry.org:443/patients-families/suicide-prevention>.
- “Suicide worldwide in 2019: Global Health Estimates.” Jenewa: World Health Organization, 2021.
- “Temanbaik (@temanbaik\_kamu) • Foto dan video Instagram.” Diakses 23 Maret 2024. [https://www.instagram.com/temanbaik\\_kamu/](https://www.instagram.com/temanbaik_kamu/).
- “Unit Konsultasi Psikologi (@ukpugm) • Foto dan video Instagram.” Diakses 13 Maret 2024. <https://www.instagram.com/ukpugm/>.
- “UPT Layanan Bimbingan Konseling.” Diakses 6 Juli 2024. <https://upt-lbk.uny.ac.id/>.