

**GANGGUAN KESEHATAN MENTAL YANG
MEMPENGARUHI IDE BUNUH DIRI PADA KALANGAN
MAHASISWA YOGYAKARTA**



Oleh :

Titi Zinita Oktavia
NIM: 22200012008

Diajukan Kepada Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri

SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar

Master Of Arts Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi Bimbingan Konseling Islam

YOGYAKARTA

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Titi Zinita Oktavia

NIM : 22200012008

Jenjang : Magister

Program Studi: Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

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

Yogyakarta, 22 Januari 2025



Titi Zinita Oktavia
NIM: 22200012008

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Titi Zinita Oktavia

NIM : 22200012008

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah bebas dari plagiasi. Jika plagiasi, maka saya siap berlaku.

Tesis ini secara keseluruhan benar-benar di kemudian hari terbukti melakukan ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 22 Januari 2025

Saya yang menyatakan,



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

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

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-295/Un.02/DPPs/PP.00.9/03/2025

Tugas Akhir dengan judul : Gangguan Kesehatan Mental yang Mempengaruhi Ide Bunuh Diri Pada Kalangan Mahasiswa Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : TITI ZINITA OKTAVIA, S.Sos
Nomor Induk Mahasiswa : 22200012008
Telah diujikan pada : Senin, 17 Februari 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 67cf672c4fec2



Valid ID: 67cf906ebd494



Valid ID: 67ca545b0e0c3



Valid ID: 67cb17e6daed

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga

Assalamu'alaikum wr.wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: **GANGGUAN KESEHATAN MENTAL DAN SOSIAL YANG MEMPENGARUHI IDE BUNUH DIRI DIKALANGAN MAHASISWA YOGYAKARTA.**

Yang ditulis oleh:

Nama : Titi Zinita Oktavia
NIM : 22200012008
Jenjang : Magister
Program : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Studi Islam.

Wassalamu'alaikum wr.wb

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 22 Januari 2024

Pembimbing

Prof. Dr. Hj. Maemonah, M.Ag

NIP. 19730309 2002 2 006

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran gangguan kesehatan mental yang menyebabkan ide bunuh diri dikalangan mahasiswa, hal ini menjadi menarik bagi peneliti karena melihat banyaknya isu-isu bunuh diri yang meningkat, dan salah satunya dikalangan mahasiswa. Untuk mengkaji lebih dalam maka peneliti menggunakan penelitian kualitatif agar lebih luas dalam untuk mengetahui ide bunuh diri dikalangan mahasiswa.

Hail dari penelitian ini menunjukkan bahwa ke empat mahasiswa yang menjadi informan dalam penelitian ini pernah mengalami gangguan kesehatan mental yang menyebabkan munculnya ide bunuh diri, keempat informan mengalami gangguan kesehatan mental seperti trauma, panik, cemas, rasa bersalah, dan tertakan yang menyebabkan ke empat informan merasa sangat tidak nyaman.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Bunuh diri, Mahasiswa



MOTO

“Ada banyak warna di hidup ini, yang kamu perlu hanyalah tetap membuka mata dan mensyukurinya”

Ustadzah Halimah Alaydrus



HALAMAN PERSEMBAHAN

Assalamu'alaikum wr.wb.

Alhamdulillah segala syukur atas nikmat dan karunia-Nya penulis akhirnya bisa menyelesaikan penulisan tesis ini dengan segala macam rintangan suka dan duka. Tidak lupa ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada kedua orangtua Bapak Zikwan dan Hatiah yang senantiasa memberikan dukungan, do'a, nasihat cinta dan kasih saya tidak pernah putus sehingga menjadi kekuatan tersendiri untuk penulis. Selama menjalani serangkain pendidikan dari awal hingga akhir, penulis mampu menyelesaiannya karena peran penting keduanya yang turut menyertai. Semoga keduanya selalu mendapatkan keberkahan dan limpahan kasih sayang-Nya, Aamiin.

Terlepas dari peran kedua orangtua, maka penulis juga mengucapkan terimakasih yang sebanyak-banyaknya kepada Ibu Prof. Dr. Hj. Maemonah, M.Ag dosen pembimbing tesis yang selalu setia memberikan arahan, masukan, serta dukungan selama proses pelaksanaan bimbingan tesis dari awal hingga akhir. Beliau yang juga merupakan dosen yang selalu mengapresiasi setiap proses yang saya lakukan dengan dukungan dan masukan yang membangun. Hal ini yang kemudian memberikan sebuah pandangan hebat kepada beliau sebagai seorang perempuan dengan berbagai profesi yang disematkan namun tetap bersikap tenang dengan pembawaan yang menenangkan. Semoga beliau dan keluarga selalu dalam lindungan dan kasih sayang-Nya, Aamiin.

Selanjutnya ucapan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada seluruh dosen-dosen pascasarjana atas ilmu dan bimbingan dari

bapak/ibu yang hingga kini mengiringi langkah perjalanan penulis selama mengenyam pendidikan di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Semoga apa yang sudah bapak/ibu berikan menjadi amal baik yang bisa penulis gunakan dengan sebaik-baiknya agar bisa menjadi manfaat untuk diri sendiri serta banyak orang. Selain itu, ucapan terimakasih juga tentunya kepada seluruh staf prodi Interdisciplinary Islamic Studies yang dengan bantuan serta pelayanan yang baik untuk seluruh mahasiswa sehingga dapat memudahkan dalam proses pengurusan dan penyelesaian tesis ini. Semoga kebaikan dan kesabaran bapak/ibu semua menjadi amal baik yang terus mengalir deras tanpa henti, Aamiin.

Kemudian tidak lupa ucapan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada seluruh teman-teman seperjuangan di Konsentrasi BKI yang selalu bersama dan mendukung satu sama lain dari awal perkenalan hingga akhir perpisahan nanti khususnya kepada teman-teman saya Ila, Malika, Irma , Tami dan Jeny yang telah memberikan penulis warna baru selama menjalani kehidupan di tanah Jawa ini. Terimakasih dan terus berjuang, jangan pernah saling melupakan satu sama lain. tidak lupa juga ucapan yang sama kepada Sahabat Eliya yang turut andil memberikan dukungan dan kekuatan kepada penulis baik dalam suka maupun duka, sehat selalu kalian. Terimakasih juga untuk Rihan Riza Pradana yang sudah menemani proses saya selama di sini, dan selalu membantu saya bangkit disetiap keterpurukan yang saya alami semoga selalu diberikan kebaikan. Aamiin.

Ucapan terimakasih juga tidak terhingga kepada dua adikku Harti Zakita Nopitri dan Hatian Zikrillah Rhamadan yang selalu setia menghibur serta mendoakan penulis dalam setiap proses dan perjalanan

penulis serta terimakasih untuk semua pihak yang turut berpartisipasi terkhusus keempat informan yang bersedia dan meluangkan waktu untuk membantu selama proses pengambilan data. Semoga segala kebaikan yang diberi, kembali menjadi seribu kebaikan untuk semuanya, Aamiin.

Terakhir saya ucapan ucapan terimakasih kepada diri saya sendiri Titi Zinita Oktavia. Terimakasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai dititik ini, walau sering kali merasa putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terimakasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terimakasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan Tesis ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu dimanapun berada, Titi. Apapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri.

Yogyakarta, 22 Januari 2025

Penulis,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Titi Zinita Oktavia

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya yang tiada henti, saya dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik. Tesis yang berjudul “**Gangguan Kesehatan Mental Yang Mempengaruhi Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Yogyakarta**” ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Saya menyadari bahwa penyusunan tesis ini tidak akan terlaksana tanpa dukungan, bantuan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi, S.A.g., M.A., M.Phil., Ph.D, Selaku Rektor Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Bapak Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, Selaku Direktur Pascasarjana Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Ahmad Rafiq, S.Ag., M.A., Ph.D, Selaku Wakil Direktur Pascasarjana Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Bapak Najib Kailani, S.Fil.I., M.A., Ph.D Selaku Ketua Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Ibu Dr. Subi Nur Isnaini, M.A Selaku Sekretaris Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta
6. Ibu Prof. Dr. Hj. Maemonah, M.Ag, Selaku Dosen Pembimbing Tesis Yang Sudah Memberikan Support Dalam Penulisan Tesis Ini.

7. Seluruh Rekan Dan Sahabat, Yang Membantu Dan Mendukung
Menyelesaikan Tesis Ini.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna, baik dalam hal substansi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat saya harapkan untuk perbaikan di masa yang akan datang. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang berarti, baik untuk pengembangan ilmu pengetahuan maupun untuk perkembangan dunia pendidikan pada umumnya.

Yogyakarta, 22 Januari 2025

Penulis,



Titi Zinita Oktavia

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
ABSTRAK.....	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	6
D. Kajian Pustaka	6
E. Metode Penelitian	19
F. Sistematika Pembahasan.....	22
BAB II KERANGKA TEORI	24
A. Kesehatan Mental.....	24
1. Tingkat Kehidupan Mental Menurut Sigmund Freud.....	26
2. Gejala Gangguan Kesehatan Mental Menurut Sigmund Freud.....	27
3. Kecemasan Menurut Sigmund Freud.....	27
4. Struktur Kepribadian Menurut Sigmund Freud	28
5. Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Menurut Sigmund Freud.....	29
B. Bunuh Diri	29
1. Faktor Ide Bunuh Diri Menurut Emile Durkheim	31
2. Klasifikasi Bunuh Diri Menurut Emile Durkheim.....	32
3. Tahapan Ide Bunuh Diri.....	32
4. Upaya Pencegahan Ide Bunuh Diri	34
BAB III GANGGUAN KESEHATAN MENTAL YANG MEMPENGARUHI MUNCULNYA IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA YOGYAKARTA	36
A. Profil Informan	37
1. Profil Informan A	37

2. Profil Informan B.....	40
3. Profil Informan C.....	42
4. Profil Informan D	44
B. Gangguan Mental Yang Mengarah Pada Ide Bunuh Diri	
Dikalangan Mahasiswa.....	47
1. Kecemasan Realistik	47
2. Kecemasan Neurotik.....	53
3. Kecemasan Moral	59
BAB IV UPAYA PENCEGAHAN IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA YOGYAKARTA	70
A. Dukungan Sosial.....	70
B. Konsultasi Profesional Psikolog	72
C. Self Esteem	78
BAB V PENUTUP	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN	94
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	97



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental adalah bagian penting dalam hidup sebab dengan memiliki kondisi mental sehat, hidup berjalan dengan lancar juga seimbang. Pada dasarnya, kesehatan mental dapat diartikan sebagai keadaan pikiran yang sehat, dengan motivasi untuk menjalani kehidupan yang baik, sejalan dengan prinsip-prinsip agama dan budaya, serta harmonis dalam kehidupan pribadi, keluarga, pekerjaan, dan berbagai aspek lainnya.¹

Penyesuaian diri merupakan proses yang melibatkan respons psikologis juga tingkah laku individu dalam usaha memenuhi kebutuhan serta menghadapi tekanan, kekecewaan, dan konflik, dengan tetap memperhatikan norma serta tuntutan lingkungan di mana mereka berada. Namun, tidak berarti seseorang yang kesulitan menyesuaikan diri dengan suatu hal memiliki masalah mental. Sebagai contoh, seseorang yang tidak bisa mencapai keinginannya untuk memperoleh nilai bagus dalam mata kuliahnya tidak serta merta menunjukkan masalah kesehatan mental. Seseorang baru dapat dikatakan memiliki masalah mental jika kesulitan yang dialami tersebut memicu perasaan frustrasi, ketidakbahagiaan, kebencian, atau permusuhan.²

¹ Syamsu Yusuf, Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama, (Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA, 2018), 26.

² ibid,36.

Tindakan bunuh diri kerap terjadi pada kasus depresi yang sangat serius. Individu yang mengalami depresi berat sering merasa kehilangan harapan dan tidak berdaya, yang mendorong mereka untuk melakukan bunuh diri. Depresi ini dapat dikenali melalui gejala-gejala seperti berkurangnya selera makan, penurunan berat badan, gangguan tidur, sembelit, terhentinya menstruasi, kehilangan motivasi, munculnya kecemasan, serta perasaan bersalah.³

Keputusan untuk mengakhiri hidup umumnya tidak muncul secara mendadak, dan sering kali individu yang mengalami hal tersebut memiliki pemikiran tersebut memberikan peringatan terlebih dahulu. Berdasarkan wawancara dengan teman-teman dan keluarga dari individu yang melakukan tindakan bunuh diri, sekitar 60% hingga 70% di antaranya telah secara terbuka mengungkapkan keinginan untuk bunuh diri (melalui ancaman langsung), sementara 20% hingga 25% lainnya telah berbicara tentang topik tersebut. Isyarat bunuh diri ini bisa menjadi indikasi tentang apa yang ada dalam pikiran seseorang, atau bisa juga menjadi cara bagi mereka untuk menunjukkan kebingungannya dalam upaya mencari bantuan, meskipun tidak langsung.⁴

Terdapat tiga kategori bunuh diri yang dapat dikenali, yaitu bunuh diri egoistik, anomik dan altruistik. Bunuh diri yang dipicu oleh stres, tekanan ekonomi dan kondisi sosial yang penuh stres masuk dalam kategori anomik. Faktor-faktor

³ Yustinus Semiun, OFM, Kesehatan Mental 2, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2006), 436.

⁴ ibid,438.

lingkungan yang penuh tekanan, seperti yang terjadi saat ini, tampaknya turut berkontribusi mendorong seseorang untuk melakukan bunuh diri. Prediksi mengenai kemungkinan bunuh diri anomik sangatlah sulit. Sementara itu, bunuh diri altruistik terkait dengan kehormatan, di mana seseorang memilih mengakhiri hidupnya ketika merasa gagal menjalankan tugasnya. Sementara itu, bunuh diri tipe egoistik biasanya dipicu oleh faktor internal, seperti putus cinta atau kehilangan harapan, yang seringkali mendorong seseorang untuk mengakhiri hidup.⁵

Pada tahun 2023, pusat informasi bunuh diri di Indonesia mencatatkan 1.226 peristiwa bunuh diri, yang berarti rata-rata sekitar 3 orang setiap hari melakukan bunuh diri. Hingga pertengahan Agustus 2024, tercatat 849 kasus bunuh diri di Indonesia. Fenomena bunuh diri terjadi di seluruh dunia, bukan hanya di Indonesia saja. Organisasi Kesehatan Dunia memberikan perhatian serius terhadap masalah ini, mengingat pada tahun 2024 saja, WHO melaporkan sekitar 720.000 orang mati karena bunuh diri, sehingga bunuh diri dijadikan sebagai penyebab terjadinya kasus kematian yang paling tinggi ketiga di usia 18-29 tahun. Angka ini terus meningkat setiap tahunnya, menjadikannya isu prioritas global. Sebagai respons terhadap hal ini, WHO sejak 2023 menetapkan 10 September sebagai Hari Global untuk Pencegahan Bunuh Diri (*World Suicide*

⁵ Iyus Yosep, Keperawatan Jiwa, (Bandung: PT Refika Aditama, 2010),139.

Prevention Day) untuk meningkatkan kesadaran dan upaya pencegahan.⁶

Beberapa tahun terakhir ini, kasus bunuh diri pada mahasiswa di Yogyakarta menjadi perhatian serius, khususnya terkait dengan tekanan akademik dan masalah kesehatan mental yang semakin meningkat. Pada tahun 2020, ada seorang mahasiswa dari Universitas Gadjah Mada ditemukan meninggal bunuh diri, yang diduga dipicu oleh beban akademik yang berat serta perasaan terisolasi akibat pandemi COVID-19. Kesulitan dalam menyelesaikan tugas kuliah yang menumpuk dan minimnya dukungan sosial menjadi faktor utama yang memperburuk kondisi mental mahasiswa tersebut.⁷ Demikian juga pada tahun 2021, seorang mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) ditemukan meninggal dunia akibat bunuh diri, dengan tekanan akademik yang tidak kunjung selesai dan masalah finansial yang mempengaruhi kesejahteraannya menjadi faktor utama. Kasus-kasus serupa terus terjadi hingga 2022, di mana seorang mahasiswa dari universitas swasta di Yogyakarta ditemukan meninggal akibat bunuh diri, dengan stres akademik dan ketidakmampuan mengatasi tekanan sosial selama pandemi COVID-19 sebagai pemicunya, dan pada tahun 2024 juga ada mahasiswa bunuh diri akibat percintaan.⁸

⁶ <https://kebasenkec.banyumaskab.go.id/read/49302/10-september>

⁷ <https://www.detik.com/jogja/berita/d-7488866/mahasiswa-ugm-ditemukan-tewas-bunuh-diri-usai-orang-tua-minta-tolong-pemilik-kos>

⁸ <https://yogyakarta.kompas.com/read/2024/04/01/204015278/mahasiswi-di-yogyakarta-tewas-diduga-akibat-gantung-diri-polisi-temukan>

Tren ini menunjukkan bahwa bunuh diri di kalangan mahasiswa Yogyakarta sering kali dipicu oleh faktor-faktor yang berkaitan dengan tekanan akademik dan kondisi sosial yang semakin memburuk, khususnya selama pandemi. Berdasarkan teori bunuh diri Durkheim, dua tipe bunuh diri yang paling umum terjadi di kalangan mahasiswa adalah bunuh diri anomik dan juga egoistik. Bunuh diri anomik biasanya terjadi akibat ketidakpastian masa depan, terutama dalam hal akademik, yang diperburuk oleh situasi yang tidak stabil seperti pandemi. Sementara itu, bunuh diri egoistik sering kali terjadi pada mahasiswa yang merasa terisolasi, baik karena jauh dari keluarga maupun kurangnya dukungan sosial. Meski ada kesadaran yang meningkat tentang pentingnya kesehatan mental, dukungan yang tersedia bagi mahasiswa sering kali masih belum cukup untuk mengatasi tekanan yang mereka hadapi, menyebabkan angka bunuh diri di kalangan mereka terus meningkat.

Dalam tesis ini berusaha untuk mengkaji bagaimana gangguan kesehatan mental yang mempengaruhi ide bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta. Maraknya bunuh diri pada mahasiswa di Indonesia yang disebabkan oleh bermacam masalah pemicunya.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gangguan kesehatan mental yang mempengaruhi munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta?

2. Bagaimana upaya pencegahan ide bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan penelitian
 - a. Mengidentifikasi gangguan kesehatan mental yang mempengaruhi munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta.
 - b. Mengetahui bagaimana upaya pencegahan ide bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta.
2. Manfaat penelitian

Manfaat penelitian ini yang Pertama adalah untuk dapat memperbanyak khasanah keilmuan dari keterampilan peneliti dalam melakukan penelitian serta mampu menulis karya tulis ilmiah secara baik dan benar. Kedua penelitian ini sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studi Magister di konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam Prodi *Interdisciplinary Islamic Studies* (IIS) Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Ketiga penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif khususnya di bidang bimbingan konseling dan dapat menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya.

D. Kajian Pustaka

Kajian terkait gangguan kesehatan mental dan sosial yang mempengaruhi terhadap ide bunuh diri telah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu. Oleh karena itu, peneliti

ingin membuat posisi penelitian ini lebih jelas dengan menyimpulkan hasil-hasil penelitian terdahulu mengenai gangguan kesehatan mental dan sosial yang mempengaruhi terhadap ide bunuh diri dikalangan mahasiswa yang mana dikhususkan di Yogyakarta. Menurut peneliti, terdapat beberapa penelitian dan kajian terkait gangguan kesehatan mental dan sosial yang mempengaruhi pemikiran untuk bunuh diri, yang dapat dilakukan dengan berbagai metode dan pendekatan.

Penelitian yang di lakukan oleh Arrumaisha Fitri membahas masalah serius terkait pikiran untuk bunuh diri dan upaya bunuh diri di kalangan pelajar di enam negara ASEAN, dengan prevalensi masing-masing 22,7% dan 2,4%, yang dianalisis dari 10 artikel tentang program pencegahan bunuh diri yang diterbitkan antara 2018 hingga 2023. Data dikumpulkan melalui pencarian di berbagai basis data akademik. Penyebab utama yang diidentifikasi meliputi depresi, isolasi sosial, dan tekanan akademik. Selain itu, pelatihan gatekeeping untuk dosen dan konselor juga diidentifikasi sebagai langkah efektif dalam menangani masalah ini. Artikel ini menekankan pentingnya dukungan dari universitas dan kolaborasi dengan layanan kesehatan mental untuk menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi mahasiswa. Hasilnya, program pencegahan yang tepat dapat secara signifikan mengurangi ide dan percobaan bunuh diri di

kalangan siswa, dan keterlibatan institusi pendidikan sangat krusial dalam upaya ini.⁹

Penelitian yang di kaji oleh Rina Kustiani DKK Artikel ini mengaitkan fenomena bunuh diri dengan empat kategori yang dijelaskan oleh Durkheim, berfokus pada bagaimana faktor sosial dan psikologis mempengaruhi individu, penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi. Intervensi dan Pencegahan: Artikel ini menekankan pentingnya intervensi sosial dan psikologis untuk mengurangi risiko bunuh diri, termasuk memperkuat ikatan sosial, akses ke layanan kesehatan mental, dan pendidikan tentang tanda-tanda depresi. Kesehatan Mental Mahasiswa: Fokus pada kesehatan mental mahasiswa sebagai isu penting dalam pendidikan tinggi, mengingat tingginya tingkat stres yang dialami saat menyelesaikan studi.¹⁰

Penelitian yang di kaji oleh Deko Eka Putra DKK, membahas hubungan antara depresi, stres akademik, dan pengaturan emosi terkait dengan pemikiran bunuh diri pada mahasiswa. Penelitian ini mengungkapkan bahwa pemikiran bunuh diri semakin meningkat di kalangan mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan beberapa temuan penting terkait pemikiran bunuh diri, depresi, dan stres akademik pada mahasiswa. Sebagian besar mahasiswa, yaitu 70,4%, menunjukkan tingkat pemikiran bunuh diri yang rendah. Dalam

⁹ Arrumaisha Fitri, “Program Preventif Bunuh Diri Untuk Mengurangi Ide Dan Percobaan Bunuh Diri Pada Mahasiswa”, IDEA: Jurnal Psikologi Vol. 7 No. 1 (2023).

¹⁰ Rina Kustiani DKK, “Fenomena Bunuh Diri Pada Mahasiswa Dalam Tekanan Akademik Dipandang Dari Perspektif Teori Bunuh Diri (Suicide) Menurut Emile Durkheim”, Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains dan Sosial Humanioral 1:2, 1-25 (2023).

hal depresi, mayoritas responden mengalami depresi dengan tingkat normal atau ringan. Sementara itu, hampir semua responden melaporkan mengalami stres akademik dengan tingkat sedang. Selain itu, studi ini juga mengungkap adanya keterkaitan signifikan antara depresi, stres akademik, dan pemikiran bunuh diri. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi mental mahasiswa, seperti depresi dan stres akademik, dapat berhubungan erat dengan munculnya pemikiran untuk bunuh diri. Namun, regulasi emosi tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Metode penelitian dalam artikel ini memiliki sifat deskriptif analitis dengan menggunakan pendekatan cross-sectional.¹¹

Penelitian yang di kaji oleh Nur Ainil Fitri DKK, ini mengkaji tantangan dan strategi yang dihadapi oleh mahasiswa perantauan Universitas Negeri Semarang (UNNES) dalam menjaga kesehatan mental mereka. Mahasiswa perantauan sering mengalami kesulitan menyesuaikan diri, kesepian, dan tekanan akademik. Metodologi yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan survei dan kuesioner yang melibatkan 18 responden. Hasil menunjukkan bahwa banyak mahasiswa merasa tertekan karena merindukan rumah dan menghadapi tekanan akademik, tetapi sebagian besar mampu beradaptasi. Kegiatan positif menjadi cara umum untuk mengelola stres. Penelitian ini menekankan pentingnya dukungan sosial dan komunikasi dengan keluarga dalam

¹¹ Deko Eka Putra DKK, “Hubungan Depresi, Stres Akademik Dan Regulasi Emosi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa”, Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia Volume 11 No 3, Agustus (2023).

menjaga kesehatan mental. Hasil Penelitian Tantangan yang Dihadapi: Rindu pada kampung halaman, tekanan akademik, masalah keuangan. Strategi Pengelolaan Stres: Melakukan kegiatan positif, beristirahat, mencari dukungan sosial. Dukungan Sosial: Komunikasi yang baik dengan keluarga berkontribusi pada kesejahteraan mental.¹²

Penelitian yang dikaji oleh Adelia Putri membahas faktor-faktor yang memengaruhi pemikiran bunuh diri pada wanita yang berada pada tahap dewasa awal. Pendekatan yang digunakan bersifat kualitatif dengan metode studi kasus. Riset ini dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dengan empat partisipan wanita berumur 18 hingga 25 tahun yang mengalami pemikiran untuk mengakhiri hidup. Hasil analisis menunjukkan bahwa pemikiran bunuh diri terpengaruh oleh dua jenis faktor, yakni faktor dari dalam (internal) dan faktor dari luar (eksternal). Faktor internal meliputi aspek biologis, demografi, kondisi psikologis, dan pola hidup seseorang. Sementara itu, faktor eksternal berkaitan dengan pengalaman hidup negatif, kondisi keluarga, situasi ekonomi, hubungan pertemanan, hubungan asmara, perkembangan teknologi, serta pendidikan. Semua hal ini bisa berdampak besar pada cara seseorang berpikir dan merasakan, sehingga mempengaruhi kemungkinan munculnya pemikiran tentang bunuh diri. Beberapa faktor ini berperan sebagai pendorong, sementara yang lain berfungsi sebagai

¹² Nur Ainil Fitri DKK, “Tantangan dan Strategi Mahasiswa Perantauan UNNES dalam Menjaga Kestabilan Mental dan Pikiran: Studi Kasus Pada Mahasiswa Perantauan UNNES”, Jurnal Majemuk Vol. 3 No. 4 (2024).

penghambat. Faktor keluarga ditemukan sebagai yang paling signifikan¹³

Penelitian yang dikaji oleh Mysha Alesha Muslim, membahas faktor-faktor yang menyebabkan bunuh diri di kalangan mahasiswa, dengan fokus pada usia 15 hingga 29 tahun, yang merupakan kelompok rentan. Faktor-faktor tersebut mencakup aspek psikologis, sosial, dan biologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi penyebab bunuh diri dan mengenali tanda-tanda yang menunjukkan seseorang berpotensi melakukan bunuh diri. Hasil Penelitian Faktor Penyebab: Stres, depresi, dan kesulitan dalam mengatasi masalah pribadi, kurangnya dukungan dari keluarga dan teman, serta masalah dalam hubungan, perubahan hormonal dan kondisi kesehatan mental yang memengaruhi perilaku.¹⁴

Penelitian yang dikaji oleh Rosana Michelle Elliyghani Penelitian ini menemukan bahwa faktor penyebab ide bunuh diri pada mahasiswa adalah gangguan psikologis seperti trauma masa kanak-kanak, trauma pelecehan seksual, dan rendahnya penerimaan diri. Bentuk ide bunuh diri yang muncul termasuk melompat dari ketinggian dan melukai diri sendiri. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, melibatkan observasi, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi. Data dianalisis melalui empat tahap: pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan verifikasi.

¹³ Adelia Putri, “Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Ide Bunuh Diri pada Perempuan Dewasa Awal”, Character Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 11, No.02, (2024).

¹⁴ Mysha Alesha Muslim, “Faktor Penyebab Bunuh Diri Pada Mahasiswa”, Jurnal Ilmu Hukum Vol. 1, No. 2 (2024),.

Temuan menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami masalah psikologis cenderung memiliki ide bunuh diri yang lebih kuat.¹⁵

Penelitian yang dikaji Illiyin Tri Mukaromah ini secara komprehensif mengidentifikasi berbagai masalah yang dihadapi oleh mahasiswa, termasuk gangguan kesehatan mental, faktor keluarga, dan masalah pertemanan, yang semuanya berkontribusi signifikan terhadap munculnya ide bunuh diri. Dalam konteks ini, gangguan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan sering kali diperparah oleh dinamika keluarga yang tidak stabil dan hubungan sosial yang kurang mendukung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif fenomenologi, yang memungkinkan peneliti untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang pengalaman subjektif mahasiswa. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dengan partisipan, memberikan ruang bagi mereka untuk mengekspresikan perasaan dan pandangan mereka secara bebas mengenai tantangan yang mereka hadapi. Analisis data menunjukkan bahwa banyak mahasiswa menggunakan strategi coping yang tidak tepat, seperti isolasi sosial atau penggunaan substansi, sebagai cara untuk mengatasi tekanan emosional. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa ketidakmampuan dalam mengelola stres dan emosi dapat memperburuk masalah yang dihadapi, sehingga meningkatkan risiko munculnya ide bunuh diri. Penelitian ini menyoroti

¹⁵ Rosana Michelle Elliyghani, Analisis Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research Vol. 3, No. 2 (2024).

pentingnya intervensi yang tepat dan dukungan psikologis untuk membantu mahasiswa mengembangkan strategi coping yang lebih sehat dan efektif. Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan berharga tentang hubungan antara kesehatan mental dan ide bunuh diri di kalangan mahasiswa, serta menekankan perlunya perhatian lebih pada kondisi psikologis mereka dalam lingkungan akademik.¹⁶

Penelitian yang dilakukan oleh Azmul Fuady Idham mendapatkan Dari 62 mahasiswa yang diteliti, sebanyak 36 di antaranya menunjukkan tingkat ide dan upaya bunuh diri yang tinggi, dengan analisis menunjukkan bahwa usia berperan signifikan dalam memengaruhi kecenderungan ini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan skala The Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R), yang memiliki reliabilitas yang baik ($\alpha = 0.760$), serta menerapkan analisis deskriptif dan regresi untuk mengevaluasi data. Hasil penelitian mengungkapkan adanya jarak antara ide bunuh diri dan tindakan nyata, di mana banyak individu cenderung berpikir tentang bunuh diri secara impulsif tanpa rencana yang jelas untuk melaksanakannya. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat pemikiran tentang bunuh diri, tidak semua mahasiswa yang memiliki ide tersebut beralih ke tindakan nyata. Hal ini mengindikasikan perlunya intervensi psikologis yang tepat untuk menangani ide bunuh diri di kalangan mahasiswa, serta pentingnya pemahaman lebih dalam mengenai

¹⁶ ILLIYYIN TRI MUKAROMAH, PROBLEM DAN IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA,
<https://eprints.ums.ac.id/87762/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>

faktor-faktor yang memengaruhi perilaku ini, termasuk usia dan kondisi psikologis mereka. Penelitian ini menekankan bahwa dukungan sosial dan strategi coping yang efektif dapat berfungsi sebagai penghalang terhadap perkembangan ide bunuh diri menjadi tindakan yang lebih serius.¹⁷

Penelitian yang dikaji oleh Azka Safarah Ludisti menemukan bahwa mahasiswa sering mengalami gangguan mental, seperti kecemasan dan depresi, yang dipicu oleh tekanan akademik dan sosial yang tinggi. Tekanan ini dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk tuntutan akademik yang ketat, ekspektasi dari orang tua, serta interaksi sosial yang kompleks di lingkungan kampus. Gangguan mental ini tidak hanya berdampak pada kesehatan psikologis mahasiswa, tetapi juga dapat memicu munculnya ide bunuh diri sebagai respons terhadap perasaan putus asa dan ketidakberdayaan. Metode penelitian ini bersifat deskriptif, di mana data dikumpulkan melalui survei yang dirancang untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan, depresi, dan faktor-faktor penyebab lainnya yang dialami oleh mahasiswa. Survei ini mencakup berbagai pertanyaan terkait pengalaman akademik, hubungan sosial, dan kondisi mental yang dapat memberikan gambaran menyeluruh tentang keadaan psikologis mereka. Analisis hasil menunjukkan bahwa mahasiswa yang tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan baru cenderung mengalami perasaan putus asa dan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi. Ketidakmampuan ini sering kali disertai dengan perasaan

¹⁷ Azmul Fuady Idham, Ide Dan Upaya Bunuh Diri Pada Mahasiswa, Ntuisi Jurnal Psikologi Ilmiah, 11 (3) (2019).

terasing dan kehilangan dukungan sosial, yang semakin memperburuk kondisi mental mereka. Penelitian ini juga menyoroti bahwa mahasiswa yang memiliki strategi coping yang kurang efektif dalam menghadapi stres cenderung lebih rentan terhadap ide bunuh diri. Temuan ini menggaris bawahi pentingnya pengembangan program dukungan psikologis di perguruan tinggi untuk membantu mahasiswa beradaptasi dengan lingkungan baru dan mengatasi tekanan yang mereka alami. Dukungan dari teman sebaya, konseling profesional, serta kegiatan pengembangan diri dapat menjadi langkah penting dalam mencegah munculnya ide bunuh diri di kalangan mahasiswa. Dengan memahami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap gangguan mental dan ide bunuh diri, institusi pendidikan dapat lebih baik dalam merancang intervensi yang efektif untuk menjaga kesehatan mental mahasiswa.¹⁸

Penelitian yang dikaji oleh Wahyu Pratiwi dkk mengidentifikasi enam faktor utama yang memengaruhi perilaku percobaan bunuh diri di kalangan mahasiswa, yaitu gangguan psikologis, penggunaan alkohol, kondisi keluarga, putus cinta, tekanan akademis, dan pergaulan teman sebaya. Setiap faktor ini berkontribusi terhadap tekanan emosional yang signifikan, yang dapat mendorong mahasiswa untuk mengambil keputusan ekstrem seperti percobaan bunuh diri. Metode penelitian yang digunakan adalah wawancara semi-terstruktur.

¹⁸ Azka Safarah Ludisti Mauliani, GANGGUAN MENTAL PADA MAHASISWA YANG MENJADI FAKTOR AKIBAT TERJADINYA BUNUH DIRI, SABANA (Sosiologi, Antropologi, dan Budaya Nusantara) Vol. 3 No. 3 (Desember 2024).

Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan data mendalam dari partisipan mengenai pengalaman dan perasaan mereka terkait dengan faktor-faktor yang mempengaruhi ide bunuh diri. Dengan cara ini, peneliti dapat menggali informasi yang lebih kaya dan kontekstual tentang situasi yang dihadapi mahasiswa. Hasil analisis menunjukkan bahwa kombinasi dari faktor-faktor tersebut menciptakan tekanan emosional yang berat bagi mahasiswa. Misalnya, gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan sering kali diperburuk oleh kondisi keluarga yang tidak mendukung atau hubungan asmara yang bermasalah. Selain itu, penggunaan alkohol sebagai mekanisme pelarian dapat memperburuk keadaan mental dan emosional mereka. Tekanan akademis yang tinggi juga menjadi penyebab utama stres, di mana tuntutan untuk berprestasi sering kali tidak sebanding dengan kemampuan individu untuk mengatasi tantangan tersebut. Temuan ini menyoroti kompleksitas faktor-faktor yang berkontribusi terhadap ide bunuh diri di kalangan mahasiswa. Oleh karena itu, pentingnya intervensi dini sangat ditekankan untuk mengatasi masalah kesehatan mental ini. Edukasi masyarakat dan peningkatan kesadaran tentang tanda-tanda peringatan pada individu yang mungkin mempertimbangkan tindakan bunuh diri menjadi langkah krusial. Dengan memberikan dukungan yang tepat waktu dan sesuai kebutuhan, diharapkan insiden percobaan bunuh diri dapat diminimalkan. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan wawasan penting mengenai tantangan psikologis yang dihadapi oleh mahasiswa serta perlunya pendekatan

holistik dalam menangani isu kesehatan mental di lingkungan akademik. Dukungan dari berbagai pihak baik dari keluarga, teman sebaya, maupun institusi pendidikan dapat berperan besar dalam menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi mahasiswa.¹⁹

Penelitian yang telah dilakukan mengenai gangguan kesehatan mental dan sosial yang berperan dalam memicu pemikiran untuk mengakhiri hidup di kalangan mahasiswa, dapat disimpulkan bahwa masalah tindakan mengakhiri hidup di kalangan mahasiswa memiliki banyak faktor yang saling berkaitan. Penelitian-penelitian ini dapat dikelompokkan dalam beberapa kategori berdasarkan aspek yang menjadi fokus utama masing-masing studi. Pertama, **aspek kesehatan mental** seperti depresi, stres, dan regulasi emosi menjadi faktor utama yang berkontribusi pada ide bunuh diri. Penelitian oleh Deko Eka Putra mengungkapkan bahwa ada korelasi yang berarti antara depresi dan tekanan akademik dengan pemikiran untuk mengakhiri hidup mahasiswa, menyoroti pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental mereka. Kedua, isolasi sosial dan dukungan sosial juga ditemukan menjadi faktor signifikan dalam pencegahan bunuh diri, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian Arrumaisha Fitri dan Nur Ainil Fitri, yang menekankan pentingnya dukungan sosial dalam mengelola stres, terutama untuk mahasiswa perantauan yang sering merasa terisolasi. Ketiga, tekanan akademik yang tinggi di kalangan

¹⁹ Wahyu Pratiwi dkk, Gambaran Permasalahan Mahasiswa Yang Melakukan Percobaan Bunuh Diri di Makassar, PINISI Journal Of Art Humanity & Sosial Studies, Vol, 4, Issue 6 (2024).

mahasiswa juga berkontribusi pada peningkatan ide bunuh diri, yang ditemukan dalam penelitian oleh Mysha Alesha Muslim, yang menyoroti perlunya pengelolaan stres akademik untuk mengurangi risiko bunuh diri.

Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan pemahaman lebih mendalam gangguan kesehatan mental yang mempengaruhi ide bunuh diri pada mahasiswa. Pendekatan yang lebih komprehensif dapat mengintegrasikan faktor sosial dan psikologis dalam memetakan risiko bunuh diri, serta mengeksplorasi lebih jauh tentang pengaruh isolasi sosial dan dukungan keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa. Selain itu, pengembangan model intervensi yang melibatkan peran aktif institusi pendidikan dan keluarga dalam mendukung mahasiswa, terutama mereka yang mengalami tekanan akademik dan masalah sosial, dapat menjadi langkah penting untuk mengurangi angka bunuh diri di kalangan mahasiswa. Penelitian lebih lanjut juga perlu menggali lebih dalam tentang perbedaan jenis bunuh diri anomik, egoistik, dan altruistic dalam konteks mahasiswa, dengan melihat bagaimana masing-masing jenis bunuh diri dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal yang ada di lingkungan kampus. Penelitian lebih lanjut juga harus menggali upaya pencegahan pada mahasiswa yang mempunyai gangguan kesehatan mental yang mengarah pada ide bunuh diri tersebut.

E. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif²⁰ untuk memahami gangguan kesehatan mental yang mempengaruhi ide bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta. Pendekatan kualitatif dipilih karena pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi secara holistik, mendalam, dan kontekstual perasaan, persepsi, serta pandangan. Mahasiswa yang mengalami gangguan mental menyebabkan mempunyai ide bunuh diri tersebut. Fokus utama penelitian ini adalah untuk menggali pengalaman subjektif mahasiswa yang mempunyai gangguan kesehatan mental yang mengarah pada ide bunuh diri serta upaya apa yang dilakukan mahasiswa tersebut untuk menghilangkan ide bunuh diri yang ada pada pikirannya.

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah Kota Yogyakarta, sebuah kota yang terkenal dengan sebutan kota pelajar. Kota ini dipilih sebagai lokasi penelitian. Mahasiswa yang berkuliah di Yogyakarta yang mempunyai gangguan mental yang mengarah pada ide bunuh diri tersebut.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah mahasiswa yang berkuliah di Yogyakarta dengan fokus pada mahasiswa mengalami gangguan mental yang mengarah pada ide bunuh diri di Yogyakarta. Pemilihan subjek pertama

²⁰ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D (Bandung: CV Alfabetia 2019).

dengan menyebarluaskan google form melalui whatsapp dan video tiktok, hasil google form terdapat 75 mahasiswa yang mengisi dari 75 mahasiswa yang mengisi kuesioner kemudian dibuat tabulasi data dengan skala likert dan diambil sekor yang paling tinggi dari 75 mahasiswa, ada 5 mahasiswa yang memenuhi kriteria yang di inginkan peneliti kriterianya adalah: mahasiswa yang mengalami gangguan mental yang mengarah pada ide bunuh diri, mahasiswa aktif yang berkuliah di Yogyakarta, Mahasiswa yang bersedia di wawancara, dan yang di wawancarai di jawab secara jujur dan spontan tanpa diolah sebelumnya. Pemilihan informan menggunakan *purposive sampling* yang mana pemilihannya sesuai dengan kriteria yang di bahas di atas oleh peneliti. Ada 5 mahasiswa yang memenuhi kriteria tetapi hanya 4 yang bersedia di wawancarai oleh peneliti.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara Mendalam

Wawancara mendalam merupakan pengumpulan data utama dalam penelitian. Wawancara ini dilakukan dengan pendekatan semi-terstruktur, di mana peneliti memanfaatkan panduan wawancara sebagai kerangka untuk menggali informasi penting dari subjek, namun tetap memberikan kebebasan bagi mahasiswa untuk berbicara lebih bebas mengenai pengalaman dan perasaanya. Pendekatan semi-terstruktur ini dipilih untuk

memastikan bahwa informasi yang diperoleh relevan dengan topik penelitian, namun tetap memungkinkan ruang bagi subjek untuk mengungkapkan pengalaman pribadi mereka dengan cara yang lebih terbuka dan tidak terbatas. Peneliti mewawancari ke 4 mahasiswa yang mengalami gangguan mental yang mengarah pada ide bunuh diri tersebut. Proses selama wawancara masing-masing dari subjek menghabiskan waktu kurang lebih 1 jam dalam proses wawancara yang dilakukan. Selama wawancara berlangsung peneliti juga mengamati gerak gerik dari subjek tersebut.

4. Teknik Analisi Data

Teknik Analisis data dalam penelitian ini merupakan langkah untuk mengumpulkan dan menyusun informasi yang diperoleh dari proses yang melibatkan pengumpulan dan penyusunan data dari wawancara dan catatan lapangan secara teratur, dengan cara mengorganisir data ke dalam kategori-kategori tertentu, merinci menjadi bagian-bagian kecil, melakukan penyusunan, menyusun struktur dan memilih informasi yang relevan, dan menarik kesimpulan yang dapat dengan mudah dipahami oleh peneliti maupun pihak lainnya.²¹ Dalam riset ini, analisis data dilakukan Reduksi Data berarti menyaring, memilih komponen-

²¹ Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif..., 337

komponen krusial, fokus pada aspek-aspek yang berkaitan dengan gangguan mental yang mengarah pada ide bunuh diri di kalangan mahasiswa Yogyakarta, serta mengenali topik dan pola yang muncul. Langkah-langkah dalam proses penyederhanaan data yang dilakukan oleh peneliti dilakukan dengan memeriksa seluruh data yang diperoleh di lapangan untuk menyaring informasi yang relevan dengan penelitian, sehingga memudahkan proses analisis. Penyajian data dapat disajikan dengan cara membuat ringkasan singkat, grafik, atau dengan menunjukkan hubungan antar kategori pada penelitian ini. Verifikasi Tahap terakhir dalam analisis data kualitatif adalah menyimpulkan dan melakukan verifikasi. Kesimpulan yang diambil awalnya bisa saja berubah jika tidak ada cukup bukti yang mendukungnya pada pengumpulan data selanjutnya. Sebaliknya, jika kesimpulan awal didukung oleh bukti yang sah dan konsisten setelah peneliti mengumpulkan data lagi, maka kesimpulan tersebut dianggap dapat dipercaya. Pada tahap verifikasi ini, peneliti membandingkan hasil analisis data dengan bukti yang ditemukan di lapangan dan kemudian menyusun kesimpulan yang lebih kuat.

F. Sistematika Pembahasan

Melalui cara penjelasan sistematika pembahasan ini, pembaca akan lebih mudah memahami tesis ini, dan peneliti menyusun pembahasan ke dalam lima bab yang saling terkait. Adapun sistematikanya adalah sebagai berikut:

Bab pertama menyajikan pendahuluan yang mencakup latar belakang permasalahan, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metodologi penulisan, dan sistematika penulisan.

Bab yang kedua adalah bab yang membahas dasar teori terkait gangguan kesehatan mental dan sosial yang mempengaruhi ide bunuh diri dikalangan mahasiswa

Dalam bab ketiga membahas tentang gangguan kesehatan mental yang mempengaruhi munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta.

Bab keempat membahas upaya pencegahan ide bunuh diri pada mahasiswa Yogyakarta.

Bab kelima atau terakhir akan membahas kesimpulan dan hasil temuan-temuan penelitian terkait dengan fokus pada masalah yang diangkat dalam penelitian ini.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan yang sudah ada, dapat disimpulkan bahwasanya gangguan kesehatan mental mempengaruhi ide bunuh diri pada mahasiswa begitu besar. Ide bunuh diri muncul karena mahasiswa yang mengalami gangguan mental sudah di tahap sulit untuk memahami dirinya sendiri dan apa yang dialaminya. maraknya kasus bunuh diri di Indonesia salah satunya juga banyaknya mahasiswa yang melakukan bunuh diri. Informan A, B, C, dan D mempunyai masalah Pengaruh dari stress akademik yang di sebabkan tekanan orang tua, trauma masa kecil yang selalu memberi baying-bayang rasa trauma terhadap diri mahasiswa, ekonomi dan masalah keluarga yang membuat frustasi pada mahasiswa, ketakutan dan rasa bersalah karena buruknya lingkungan sosial pertemanan serta toxic hubungan berpacaran. Semua masalah yang dialami mahasiswa sudah membeuat mereka mengalami gangguan mental yang mengarah kepada ide bunuh diri tersbut.

Upaya pencegahan ide bunuh diri pada mahasiswa adalah langka awal dari mengupayakan mental yang sehat supaya tidak terjadi bunuh diri, setiap informan mempunyai upaya masing-masing dalam menangani mentalnya untuk menghilangkan pemikiran ide bunuh diri yang ada didalam pikirannya, upaya yang dilakukan dari informan seperti berkonsultasi dengan professional psikolog, mencari dukungan sosial dengan orang yang di percaya seperti teman terdekat,

menanamkan konsep diri yang positif serta melakukan kegiatan positif yang mampu membuat semua informan menjadi lebih ada langkah untuk perbaikan mentalnya supaya pikiran untuk melakukan ide bunuh diri tersebut perlahan menjadi hilang karena upaya yang telah dilakukan.

B. Saran

1. Saran Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian ini diperlukan pencegahan bunuh diri memerlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan individu, keluarga, dan masyarakat. Penting guna memperluas kesadaran mengenai kesehatan mental dan menurunkan stigma terhadap gangguan jiwa. Dukungan sosial dan emosional sangat penting dalam mencegah bunuh diri. Individu yang mengalami gangguan mental memerlukan dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas. Penting untuk membangun jaringan dukungan yang kuat dan memperkuat hubungan interpersonal.

Kemudian peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini membutuhkan saran dan kritik dari pembaca untuk bisa menjadi bahan perbaikan bagi peneliti pribadi. Untuk itulah peneliti juga memberikan saran agar peneliti selanjutnya lebih memfokuskan pada masalah yang akan diteliti selanjutnya.

2. Saran untuk Bimbingan Konseling

Penelitian yang sudah dilakukan oleh penulis, ada baiknya dari permasalahan dan hasil yang sudah didapatkan dalam

penelitian. Dalam jurusan bimbingan konseling mungkin bisa memberikan konseling untuk mahasiswa yang mempunyai masalah kesehatan mental, dan juga bisa dengan melakukan seminar tentang pencegahan bunuh diri agar mahasiswa yang mengalami hal tersebut mempunya arahan dan mengerti seharusnya apa yang harus dilakukan dan dipahami lebih lanjut. Penulis juga menyarankan untuk diadakannya layanan konseling teman sebaya supaya memberi arahan kepada mahasiswa yang mengalami gangguan mental mengara pada ide bunuh diri tersebut.



DAFTAR PUSTAKA

- Adelia Putri, “Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Ide Bunuh Diri pada Perempuan Dewasa Awal”, Character Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 11, No.02, (2024).
- Afifi, T. O., et al, “Childhood Trauma and Its Impact on Adult Mental Health: A Review of the Literature”, American Journal of Preventive Medicine, 53(1), 2017 123-135.
- Agolla Joseph E, “An Assesment Of Academic Stress Among Undergraduet Student: The Case Of University Of Bostwana. educational research and review”
- Ai Rahmi, Sosialisasi Konsep Diri Dalam Meningkatkan Penerimaan Diri dan Interaksi Sosial yang Baik Pada Remaja, Proceedings UIN Sunan Gunung Djati Bandung Vol: I No: 50 (Desember 2021).
- Alfi Mardiyah, “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Risiko Bunuh Diri Pada Remaja Di Smk Karya Nugraha Boyolali”, Jurnal Kesehatan Tambusai, Volume 5, Nomor 4, Desember 2024.
- Almaidah, A. R., & Hariyanto, S, “Analisis Kasus Novia Widyasari Dalam Perspektif Teori Bunuh Diri Emile Durkheim”, *Jurnal PUBLIQUE*, Vol.4. No.1,(Juni, 2022).
- Alwisol, Psikologi Kepribadian, (Malang: UMM Press, 2014).
- ¹ Annisa Azzahra Utomo, Gambaran Hopelessness pada Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri, Character Jurnal Penelitian Psikologi 2024, Vol. 11, No.02
- Ardiansyah, A. “Kecemasan Neurotik dalam Konteks Psikoanalisis Freud”, Jurnal Psikologi, 4(1) 2022
- Arrumaisha Fitri, “Program Preventif Bunuh Diri Untuk Mengurangi Ide Dan Percobaan Bunuh Diri Pada Mahasiswa”, IDEA: Jurnal Psikologi Vol. 7 No. 1 (2023).

Arrumaisha Fitri, PROGRAM PREVENTIF BUNUH DIRI UNTUK MENGURANGI IDE DAN PERCOBAAN BUNUH DIRI PADA MAHASISWA, IDEA: Jurnal Psikologi Vol. 7 No. 1 Tahun 2023

Atkinson, R., Richard, A., Hilgard, E. 1966. Introduction To Psychology. New York: Harcourt Brace College.

Azka Safarah Ludisti Mauliani, GANGGUAN MENTAL PADA MAHASISWA YANG MENJADI FAKTOR AKIBAT TERjadinya BUNUH DIRI, SABANA (Sosiologi, Antropologi, dan Budaya Nusantara) Vol. 3 No. 3 (Desember 2024).

Azmul Fuady Idham, IDE DAN UPAYA BUNUH DIRI PADA MAHASISWA, INTUISI JURNAL PSIKOLOGI ILMIAH, p-ISSN 2086-0803 e-ISSN 2541-2965

Azmul Fuady Idham, Ide Dan Upaya Bunuh Diri Pada Mahasiswa, Ntuisi Jurnal Psikologi Ilmiah, 11 (3) (2019).

Bakhrudin All Habsy, “Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud Berbasis Novel Karya Tulus Setiyadi Untuk Menangani Kecemasan”, TSAQOFAH : Jurnal Penelitian Guru Indonesia, Volume 4, Nomor 3, Mei 2024

Biroli, A, “Bunuh diri dalam perspektif sosiologi”, *Simulacra*, Vol.1. No. 2. (November, 2018), hlm 217.

Brann, M, “Program Preventif Bunuh Diri untuk Mengurangi Ide Bunuh Diri. Jurnal Kesehatan Mental”, 10(2), 2021.

Brown, T., & Green, P, “Understanding Neurotic Anxiety in College Students: Implications for Counseling Practices” International Journal of Psychology, 12(4), 2023.

Butterham, et al. Peer Support Programs as a Suicide Prevention Strategy in University Settings. Journal of Mental Health Research, 15(3), 245-260. 2018.

Cicih Mandar Iriani dkk, "Hubungan antara Stres dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Makassar", FOCUS Journal of Social Studies Vol. 5 No. 2 AGUSTUS 2024.

Corey, G." Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Brooks/Cole Publishing Company", Zaimar, Op. Cit., hlm. 31-32 1996

Corey, Gerald, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi, (Bandung : PT. Refika Aditama, 2005).

Dea Raisa Amina, "Hubungan Status Sosial Orang Tua Dengan Masalah Kesehatan Hubungan Status Sosial Orang Tua Dengan Masalah Kesehatan Mental Membimbing Anak Pada Masa Pandemi", Research and Development Journal Of Education, Vol 9, No.1, (2023).

Deko Eka Putra DKK, "Hubungan Depresi, Stres Akademik Dan Regulasi Emosi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa", Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia Volume 11 No 3, Agustus (2023).

Devito Andharu dkk, "Kecemasan Dalam Novel Dangdut Karya Putu Wijaya (Kajian Psikopragmatik)", Wahana : Tridarma Perguruan Tinggi, Volume 75 No 1 (2023).

Diana Vidya Fakhriyani, Kesehatan Mental, (Pemekasan: CV Duta Media, 2019)1

Drajat Setiyawan, PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP IDE BUNUH DIRI YANG DIMEDIASI OLEH RESILIENSI PADA MAHASISWA GEN Z, : Jurnal Pendidikan Guru Journal Vol. 5, No. 4, October, 2024

Driyadha Adhe Putra dan Prias Hayu Purbaning Tyas, "Fenomena Toxic Relationship dalam Berpacaran", Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi Vol. 5, no 1 (2023)

¹ Dwinda Tiara Putri dkk, Konseling Kelompok Perspektif Integrative (Teknik Dispute CognitiVe & Teknik Imageri) Untuk Mencegah Upaya Percobaan Bunuh Diri Siswa Berasrama Di Pesantren, JURNAL SELARAS. Kajian Bimbingan dan

Konseling Serta Psikologi Pendidikan Volume 2, Nomor 2, November 2019.

Gabriel Chi, Gambaran Toxic Relationship Bagi Dewasa Awal Yang Berpacaran, Paedagogy : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi Vol. 4 No. 4 Desember-Februari 2025

Habsy, B. A., & Tarigan, K. L. "Kecemasan Mahasiswa: Tinjauan Psikoanalisis. TSAQOFAH: Jurnal Penelitian Guru Indonesia", 4(3), 2024

Hasil wawancara bersama informan di kediaman informan pada sabtu 26 Oktober 2024

Hasil wawancara bersama informan di kediaman informan pada selasa 15 Oktober 2024

Hasil wawancara bersama informan di kediaman informan pada senin 14 Oktober 2024

Hasil Wawancara Bersama Informan Dikediaman Informan Pada Jum'at 25 Oktober 2024

Hasmar husein nasution, "analisis hukum islam tentang bunuh diri dan faktor-faktor pemicunya: ditinjau dari psikologis, sosial, dan kesehatan mental serta kaitannya dalam pasal 345 KUHP", Triwikrama: Jurnal multidisiplin ilmu sosial, Vol.2, No.3, (2023).

<https://kebasenkec.banyumaskab.go.id/read/49302/10-september>

<https://yogyakarta.kompas.com/read/2024/04/01/204015278/mahasiswa-di-yogyakarta-tewas-diduga-akibat-gantung-diri-polisi-temukan>

Huh, H., Kim, H., & Lee, S, "Trauma Masa Kecil dan Inner Child yang Terbawa hingga Dewasa", Jurnal Psikologi, 2017

ILLIYYIN TRI MUKAROMAH, PROBLEM DAN IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA,
<https://eprints.ums.ac.id/87762/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>

Iyus Yosep, Keperawatan Jiwa, (Bandung: PT Refika Aditama, 2010)

Jackson, A. Foresight. In Drugs and the Future: Brain Science, Addiction and Society (pp. 7–10). <https://doi.org/10.1016/B978-012370624-9/50005-0> (2006)

Jones, S.E. dkk, “Family Economics And Mental Health Among High-School Students During COVID-19”, American Journal Of PreventiveMedicine. 64.(3). 414-422.
<http://doi.org/10.1016/j.amepre.2022.09.015>.

Karisma, D., & Fridari, A, ”Program Preventif Bunuh Diri untuk Mengurangi Ide Bunuh Diri”, Jurnal Kesehatan Mental, 10(2), 123-135. Mukaromah, A. (2020).

Karyum Sutarya, Sebuah Pemikiran Bunuh Diri pada Mahasiswa: Dapatkah Harga Diri dan Dukungan Sosial Memprediksi?, Jurnal Psikologi dan Konseling West Science Vol. 2, No. 04, Desember 2024.

Katrun Niza, “Analisis Kecemasan Tokoh Utama Dalam Novel “Sâ’ah Baghdâd” Karya Shahad Al-Râwi (Pendekatan Psikoanalisis Sigmund Freud)”, An-Nahdah Al-'Arabiyyah; Jurnal Bahasa Dan Sastra Arab, Vol,2 , No,2 (2022)

Laura Alexandra, “Keinginan Bunuh Diri pada Mahasiswa Rantau Tinjauan Kecemasan Akademik dan Kelekatan Orang Tua”, Jurnal Simki Pedagogia, Volume 8 Issue 1, 2025.

Michal Shapira, *Interpersonal Rivalries, Gender and the Intellectual and Scientific Making of Psychoanalysis in 1940s Britain*, History of Psychology 2017 American Psychological Association 2017, Vol. 20, No. 2, 172–194

Mulyaningsih dkk, Karakteristik Remaja Dengankonsep Diri Positif Di Surakarta, Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan, Vol. 12no. 2 Juli 2024

Mushfiq Khamdani, Psychological Impact of Early Childhood Development Due to Sexual Violence, Journal of Creativity Student 6(2)

- Mysha Alesha Muslim, “Faktor Penyebab Bunuh Diri Pada Mahasiswa”, Jurnal Ilmu Hukum Vol. 1, No. 2 (2024),.
- Nadia Nurul Saskia Dkk, “Perilaku Toxic Relationship Terhadap Kesehatan Remaja Di Kota Makassar”, Window Of Public Health Journal, Vol. 4 No. 3 (Juni, 2023).
- Namora Lumongga Lubis, Depresi Tinjauan Psikologis, (Jakarta: KENCANA, 2016),
- Ni Wayan Putri Cempaka Karisma F, “Gambaran Pengembangan Ide Bunuh Diri Menuju Upaya Bunuh Diri”, Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi Vol. 2, No. 1, Januari, 2021.
- Nur Ainil Fitri DKK, “Tantangan dan Strategi Mahasiswa Perantauan UNNES dalam Menjaga Kestabilan Mental dan Pikiran: Studi Kasus Pada Mahasiswa Perantauan UNNES”, Jurnal Majemuk Vol. 3 No. 4 (2024).
- Pratiwi, R., & Undarwati, S. “Analisis Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa: Faktor Penyebab dan Dampaknya” Jurnal Psikologi, 8(1), 2020.
- Putri, I. E. E. & FX Sri, S.“Konstruksi Masyarakat Tentang Perilaku Gantung Diri”, *Paradigma*, Vol. 13. No. (1) (November, 2024) hlm 53.
- Radhita Alda Oktaviana Dkk, Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Universitas Sahid Surakarta, Inovasi Vol 2 No. 1 Januari (2023).
- Raisa Qurratu ‘Ain Fasa, Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Suicide Ideation pada Dewasa Awal di Sumatera Barat, INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research Volume 4 Nomor 5 Tahun 2024.
- Ratih Dwi Cahyani Dkk, “Anxiety Figures Icih Prihatini In The Script Of Monologue Drama Wanci Works From Imas Sobariah: Psychological Analysis Of Literature”, An-Nahdah Al-'Arabiyah; Jurnal Bahasa Dan Sastra Arab, Vol,2 , No,2 (2021)

Ratna Darma Putri, R., & Eva Nur Rachmah, E. "Analisis Dampak Kekerasan Verbal oleh Orang Tua terhadap Kesejahteraan Psikologis Anak". Jurnal Humanistik, 1(1), 15-25. 2020

Richardson, T dkk, "A Longitudinal Study Of Financial And Mental Health In A National Sample Of British Undergraduate Students", Community MentalHealth J. 344-345. DOI : 10.1007/s10597-016-0052-0. 2016.

Rina Kustiani DKK, "Fenomena Bunuh Diri Pada Mahasiswa Dalam Tekanan Akademik Dipandang Dari Perspektif Teori Bunuh Diri (Suicide) Menurut Emile Durkheim", Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains dan Sosial Humanioral 1:2, 1-25 (2023).

Rosana Michelle Elliyhani, Analisis Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research Vol. 3, No. 2 (2024).

Rosana Michelle Elliyhani, Analisis Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research Vol. 3, No. 2 (2024)

Ryanto F. Sumendep, Pastoral Konseling Bagi Kesehatan Mental "Studi Kasus Pastoral Konseling Preventif Pada Fenomena Bunuh Diri", Poimen: Jurnal Pastol Konseling, Vol. 4, No.1, pp 96 112 Juni 2023

Siti Nurul Amiroh dkk, ANALISIS DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP IDE BUNUH DIRI PADA REMAJA, Sikontan Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan, Volume 2 Nomor 3 (2024).

Smith, J, "The Role of Self-Esteem in Preventing Suicidal Ideation: A Review of the Literature", Journal of Mental Health Research, 15(3), 2020. 245-260.

Smith, J., & Jones, "The Impact of Economic Stress on Student Mental Health: A Psychoanalytic Perspective", Journal of Mental Health Research, 15(3), 2020

Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D (Bandung: CV Alfabeta 2019).

Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif..., 337

Syamil, Gambaran Tahapan pada Individu dengan Trauma Masa Kecil di Kecamatan Matraman, Jakarta Timur, JURNAL IKRAITH-HUMANIORA Vol 9 No 2 Juli 2025

Syamsu Yusuf, Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama, (Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA, 2018), 26.

The Long-Term Effects of Childhood Trauma on Adult Mental Health: A Review of the Literature. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 62(2), 123-135.

Udi Wahyud, Konsep Diri Dan Ketidakberdayaan Berhubungan Dengan Risikobunuh Diri Pada Remaja Yang Mengalami Bullying, Jurnal Keperawatan Jiwa Volume 8 No 1, Hal 1 - 8, Februari 2020

utri, Adelia dan Yohana Wuri Satwika, Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ide Bunuh Diri Pada Perempuan Dewasa Awal, Character Jurnal Penelitian Psikologi 11(02, 2024).

Wahyu Pratiwi dkk, Gambaran Permasalahan Mahasiswa Yang Melakukan Percobaan Bunuh Diri di Makassar, PINISI Journal Of Art Humanity & Sosial Studies, Vol, 4, Issue 6 (2024).

Wawancara bersama informan di kediaman informan pada senin 01 November 2024

Wawancara bersama informan di kediaman informan pada senin 02 November 2024

Wawancara bersama informan di kediaman informan pada senin 10 November 2024

Wawancara bersama informan di kediaman informan pada senin 11 November 2024

Widi, H, “Dampak Kemiskinan Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa: Analisis Kasus, “Jurnal Psikologi, 12(1), 2024.

Witri Azkia dkk, “Toxic Relationship Dalam Pacaran Pada Mahasiswa FIS Universitas Negeri Jakarta”, WISSEN : Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora Vol.2, No.2 May 2024.

Wusqa, N, “Resiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir”, Jim Fkep, Vol.6, No.2, (2022).

Yustinus Semiun, OFM, Kesehatan Mental 2, (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2006), 436.

Zaimar, A, “Kecemasan Moral dan Perasaan Bersalah dalam Psikoanalisis. Jurnal Psikologi Klinis”, 5(1) 2023

Zulkarnain, Z. (2019). Kesehatan Mental dan Kebahagiaan. Mawa’Izh: Jurnal Dakwah. Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan, 10(1), 18–38 Education, Vol 9, No.1, (2023).

<https://www.detik.com/jogja/berita/d-7488866/mahasiswa-ugm-ditemukan-tewas-bunuh-diri-usai-orang-tua-minta-tolong-pemilik-kos>

Mental Membimbing Anak Pada Masa Pandemi”, Research and Development Journal Of Character Perempuan Dewasa Awal”, Character Jurnal Penelitian Psikologi, Vol. 11, No.02, (2024).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA