

**ANALISIS KORELASI RISIKO BUNUH DIRI DENGAN TINGKAT
STRESS AKADEMIK PADA MAHASISWA DI STIKES WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

SKRIPSI

**Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan (S1)**



Oleh

Devinda Puspa Mega

KP.21.01.470

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

2025



SKRIPSI

ANALISIS KORELASI RISIKO BUNUH DIRI DENGAN TINGKAT STRESS AKADEMIK PADA MAHASISWA DI STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

Devinda Puspa Mega

KP.21.01.470

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal

Ketua Dewan Penguji

Dr. Atik Ba'diah, S.Pd., S.Kp., M.Kes

Pembimbing Utama/Penguji I

Agnes Erida Wijayanti, S.Kep., Ns., M.Kep

Pembimbing Pendamping/Penguji II

Nur Anisah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KJ

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

Yogyakarta,.....

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

Yuli Ernawa ti, S.Kep., Ns., M.Kep





PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Devinda Puspa Mega
NIM : KP.21.01.470
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Penelitian : Analisis Korelasi Risiko Bunuh Diri Dengan
Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Di
Stikes Wira Husada Yogyakarta

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademi, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 25 Juli 2025
Yang membuat pernyataan

Devinda Puspa Mega
KP.21.01.470



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayah-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Analisis Korelasi Risiko Bunuh Diri Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Di Stikes Wira Husada Yogyakarta”.

Tujuan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Sarjandan Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta. Peneliti mengakui bahwa penyusunan skripsi ini didukung oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin menggunakan kesempatan ini untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
2. Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua Program Studi Keperawatan Stikes Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
3. Agnes Erida Wijayanti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing utama yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini, sehingga penelitian ini terselesaikan.
4. Nur Anisah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KJ selaku dosen pembimbing kedua yang telah banyak membantu saya dalam penyusunan skripsi ini sehingga penelitian dapat terselesaikan.
5. Dr. Atik Ba'diah., S.Pd., S.Kp., M.Kes selaku penguji yang sudah meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan saran, kritik, dan banyak masukan untuk saya.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat positif dan membangun dalam penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat diterima dan memberikan manfaat serta berguna bagi para pembaca.

Yogyakarta,.....2025

Peneliti

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur peneltian ke hadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan Hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar. Skripsi ini peneliti persembahkan kepada:

1. Ibunda tersayang, Aas aswati. Terima kasih yang tak terhingga atas segala pengorbanan, nasihat, support dan doa yang selalu diberikan. Terima kasih atas kesabaran dan usaha yang diberikan kepada peneliti. Terima kasih sudah menjadi ibu terbaik dan terhebat selama ini.
2. Ayah, Runita. Terima kasih untuk setiap dukungan dan doa yang selalu diberikan. Terima kasih atas segala pelajaran hidup yang telah diberikan dan menjadikan peneliti menjadi pribadi yang lebih mandiri dan kuat saat ini.
3. Adikku, Khairunisa Azzahra. Terima kasih sudah menjadi semangat dan salah satu hiburan selama ini. Terima kasih atas cinta dan dukungan yang diberikan kepada peneliti.
4. Teruntuk sahabat-sahabatku, Sherina, Alma, Imas, dan Faizal. Terima kasih atas dukungan dan semangat yang selalu diberikan kepada peneliti. Terima kasih sudah mendengarkan keluh kesah peneliti dan menemani masa-masa sulit selama ini.
5. Teruntuk sahabatku, Islamia, Edelia, Dian, Dinda, Dan Halisa. Terima kasih atas dukungan, dan pengalaman yang dijalani selama masa perkuliahan. Terima kasih sudah menjadi pendengar yang baik selama masa-masa perkuliahan.

ANALISIS KORELASI RISIKO BUNUH DIRI DENGAN TINGKAT STRESS AKADEMIK PADA MAHASISWA DI STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Devinda Puspa Mega¹, Agnes Erida W², Nur Anisah³

ABSTRAK

Latar Belakang: Bunuh diri telah menjadi salah satu penyebab kematian tertinggi di kalangan dewasa muda secara global, termasuk mahasiswa yang kerap mengalami tekanan akademik tinggi. Mahasiswa kesehatan menghadapi beban studi yang kompleks mulai dari praktikum, pembelajaran teori di kelas, *skill* laboratorium, penugasan, praktik klinik, hingga skripsi yang apabila tidak diimbangi dengan strategi koping yang baik, dapat memicu stress berat dan bahkan risiko bunuh diri. Fenomena ini menjadi isu mendesak di institusi pendidikan tinggi, khususnya pada masa transisi perkembangan psikologis di usia dewasa awal yang belum stabil secara emosional.

Tujuan Penelitian: Mengetahui analisis Korelasi Risiko Bunuh Diri dengan Tingkat Stress Akademik di Stikes Wira Husada Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini 238 mahasiswa, teknik pengambilan sampel adalah total sampling sebanyak 209 mahasiswa. Alat pengumpulan stress akademik diukur menggunakan DASS-21 sedangkan risiko bunuh diri diukur menggunakan DSM-5 *Cross Cutting Online*. Data dianalisis menggunakan uji *spearman rank*.

Hasil: Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress akademik dan risiko bunuh diri dengan nilai $p = 0,002 (< 0,05)$. Semakin tinggi tingkat stress akademik, semakin besar risiko mahasiswa mengalami kecenderungan bunuh diri.

Kesimpulan: Stress akademik memiliki kontribusi penting terhadap meningkatnya risiko bunuh diri di kalangan mahasiswa. Temuan ini menegaskan perlunya kebijakan preventif dari institusi pendidikan dalam bentuk deteksi dini, layanan konseling yang intensif, serta peningkatan kesadaran kesehatan mental agar mahasiswa mampu mengelola stress secara adaptif.

Kata Kunci: Tingkat Stress Akademik, Risiko Bunuh, Mahasiswa.

1. Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta
2. Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga STIKES Wira Husada Yogyakarta
3. Dosen Program Studi Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

CORRELATION ANALYSIS BETWEEN SUICIDE RISK AND ACADEMIC STRESS LEVELS AMONG STUDENTS AT STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Devinda Puspa Mega¹, Agnes Erida W², Nur Anisah³

ABSTRACT

Background: Suicide is one of the leading causes of death among young adults globally, including university students who often face high academic pressure. Health science students, in particular, experience complex academic demands such as practicals, classroom theory, laboratory skills, assignments, clinical practice, and thesis work. Without effective coping strategies, these challenges can lead to severe academic stress and even increase the risk of suicide. This phenomenon has become an urgent issue in higher education institutions, especially during the psychological transition period of early adulthood when emotional stability is still developing.

Research Objective: To analyze the correlation between suicide risk and academic stress levels among students at STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Research Method: This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The population consisted of 238 students, and the sample was taken using total sampling, resulting in 209 participants. Academic stress was measured using the DASS-21, while suicide risk was assessed with the DSM-5 Cross-Cutting Online tool. Data were analyzed using the Spearman rank test.

Results: The results showed a significant correlation between academic stress and suicide risk ($p = 0.002, < 0.05$). Higher academic stress levels were associated with an increased risk of suicidal tendencies.

Conclusion: Academic stress significantly contributes to the risk of suicide among students. These findings highlight the need for preventive policies from educational institutions, including early detection, intensive counseling services, and increased mental health awareness to help students manage stress adaptively.

Keywords: Academic Stress, Suicide Risk, Students.

1. Undergraduate Student, Nursing Study Program, STIKES Wira Husada Yogyakarta
2. Lecturer, Nursing Diploma Program, STIKES Wira Husada Yogyakarta
3. Lecturer, Undergraduate Nursing Program, STIKES Wira Husada Yogyakarta

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
KATA PENGANTAR.....	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Ruang Lingkup	10
E. Manfaat Penelitian.....	10
F. Keaslian Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	18
A. Landasan Toeri	18
B. Kerangka Teori.....	42
C. Kerangka Konsep	43
D. Hipotesis	44
BAB III METODELOGI PENELITIAN	45
A. Jenis Penelitian	45
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	45
C. Populasi dan Sampel	45
D. Variabel Penelitian	47
E. Definisi Oprasional.....	47
F. Alat/Instrumen Penelitian	48
G. Uji Kesahihan dan Keandalan	51
H. Analisis Data	52

I. Jalannya Pelaksanaan Penelitian	53
J. Etika Penelitian.....	59
BAB IV	61
A. Hasil penelitian	61
B. Pembahasan	66
C. Keterbatasan Penelitian	86
BAB V.....	87
A. Kesimpulan.....	87
B. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN	96

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Peneletian	12
Tabel 3.1 Jumlah Populasi Penelitian.....	46
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	48
Tabel 3.3 kisi-kisi Kuesioner DASS-21	49
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Kuesioner DSM-5 Cross Online Cutting.....	50
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas.....	52
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	62
Tabel 4.2 Distribusi Risiko Bunuh Diri.....	64
Tabel 4.3 Tingkat Stress Akademik	64
Tabel 4.4 Uji Bivariat	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	42
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Peneliti	128
Lampiran 2 Surat Persetujuan Menjadi Responden	129
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Asisten	130
Lampiran 4 Karakteristik responden dan kuesioner	131
Lampiran 5 Surat Izin Studi Pendahuluan.....	137
Lampiran 6 Surat Ethical Clearence	138
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian	139
Lampiran 8 Turnitin	140
Lampiran 9 Dokumentasi	141

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang secara resmi terdaftar di lembaga pendidikan tinggi seperti Politeknik, Sekolah Tinggi, Institut, maupun Universitas (Kadi *et al.*, 2020), mereka dituntut untuk menjaga dan mencapai prestasi belajar setinggi mungkin karena hal tersebut menjadi indikator utama keberhasilan dalam studi (York *et al.*, 2015). Akan tetapi, program studi yang diambil oleh mahasiswa beragam, dan tidak semuanya berada dalam ranah yang sama. Sebagian mahasiswa menempuh pendidikan di bidang kesehatan.

Mahasiswa yang menempuh pendidikan di bidang kesehatan adalah mereka yang secara aktif mengikuti proses pembelajaran dalam disiplin ilmu yang berfokus pada aspek kesehatan, seperti kedokteran, keperawatan, farmasi, kesehatan masyarakat, dan bidang sejenis lainnya. Karena mereka dipersiapkan untuk menjadi tenaga profesional di sektor kesehatan, maka mahasiswa kesehatan diharapkan memiliki keyakinan diri yang tinggi, mampu bekerja secara kolaboratif dengan tenaga kesehatan lainnya, serta memiliki komitmen, kegigihan, dan kesiapan dalam menyelesaikan berbagai tugas yang berkaitan dengan pelayanan kesehatan kepada masyarakat (Maulana *et al.*, 2024).

Permasalahan yang sering dihadapi mahasiswa, termasuk mahasiswa kesehatan meliputi masalah akademik, sosial, psikologis hingga kegawatdaruratan psikologis. Masalah akademis prokratinasi, pengerjaan skripsi, demotivasi, stress, dan manajemen waktu yang buruk. Masalah sosial termasuk permasalahan keluarga, kedekatan dengan teman sebaya, *toxic relationship*, pergaulan bebas. Dalam masalah psikologis biasanya mahasiswa merasakan kecemasan, *insecurity*, gangguan kesehatan mental (depresi, bipolar, NSSI), masalah penyesuaian diri, dan masalah regulasi diri. Pada kegawatdaruratan psikologis tidak menutup kemungkinan

mahasiswa melakukan percobaan bunuh diri atau *suicide attempt* (Sri W, 2023).

Mahasiswa umumnya rentan mengalami stress selama menjalani proses pembelajaran. Stress sendiri merupakan reaksi yang muncul akibat tekanan yang bersumber dari faktor fisik, lingkungan, maupun situasi sosial yang sulit dikendalikan. Berdasarkan data dari World Health Organization (2018), tingkat kejadian stress cukup tinggi, dengan sekitar 350 juta orang mengalaminya saat berada dalam situasi belajar. Diperkirakan 74% orang mengalami stress, dengan tingkat stress lebih tinggi terjadi pada usia muda, yakni 60% di rentang usia 18-24 tahun dan 41% pada usia 25-34 tahun. Angka ini jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok usia 45-54 tahun (17%) dan usia di atas 55 tahun (6%). Dalam dunia pendidikan, mahasiswa sering kali dihadapkan pada tekanan akademik yang dapat memicu stress.

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Astari, 2023) menyebutkan bahwa stress akademik muncul ketika seseorang merasa bahwa situasi tertentu memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraannya. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengatasinya baik secara psikologis, fisik, maupun melalui perilaku tertentu. Stress akademik dapat memicu reaksi fisik, emosional, mental, dan perilaku negatif karena dipicu oleh berbagai tuntutan dalam dunia akademik. Hampir seluruh mahasiswa pernah mengalami stress akademik, dan hal ini sebenarnya merupakan sesuatu yang lumrah (Barseli *et al.*, 2017). Bahkan, stress dalam kadar tertentu dapat menjadi pemicu mahasiswa untuk lebih aktif dan produktif (Alsulami *et al.*, 2018). Mahasiswa dari jurusan kesehatan juga tidak luput dari tekanan akademik ini.

Faktor penyebab stress akademik di kalangan mahasiswa cukup beragam. Di antaranya adalah kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan proses pembelajaran dan lingkungan kampus, seperti metode pengajaran dosen, jadwal kuliah yang berubah-ubah, dinamika hubungan sosial, kurangnya motivasi, kemampuan koping yang lemah, sistem pembelajaran blok, ujian praktikum, serta tugas akhir yang harus diselesaikan (Tasalim & Cahyani, 2021). Mahasiswa di bidang kesehatan pun memiliki beban

akademik yang tinggi karena dituntut menyelesaikan berbagai bentuk tugas seperti laporan, makalah, praktikum, kuis, ujian, dan kewajiban akademik lainnya. Tuntutan lain bagi mahasiswa kesehatan berupa pembelajaran berbasis teori, penguasaan *skill lab*, dan praktik klinik yang dilakukan setiap semester. Hal ini membuat mahasiswa kesehatan rentan mengalami stress akademik (Geng & Midford, 2015). Stress yang dialami mahasiswa cenderung menimbulkan banyak dampak negatif bagi mahasiswa. Dampak negatif yang signifikan meliputi dampak secara fisik, psikologis, akademik, emosional, dan sosial.

Mahasiswa kerap mengalami stress yang berdampak buruk dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Dampak negatif tersebut dapat mencakup aspek fisik, psikologis, akademik, emosional, hingga sosial. Secara fisik, stress bisa menimbulkan keluhan seperti sulit tidur, jantung berdebar, kelelahan, otot terasa tegang, sakit kepala, demam ringan, dan kehilangan energi. Dari sisi psikologis, mahasiswa bisa merasakan kesedihan yang mendalam, kesulitan berkonsentrasi, sering lupa, mudah panik, kelelahan mental (*burnout*), hingga munculnya gangguan kecemasan dan depresi. Secara akademik, stress dapat menurunkan performa belajar, memicu perilaku menunda-nunda tugas (*prokrastinasi*), bahkan membuat mahasiswa berhenti kuliah. Dampak emosional dari stress juga tak kalah berat, seperti mudah tersinggung, cepat marah, merasa frustrasi dan tak berdaya. Sedangkan dari sisi sosial, stress bisa mengurangi keinginan untuk bersosialisasi, menyebabkan konflik dengan orang lain, hingga menarik diri dari lingkungan. Dalam kasus yang ekstrem, stress yang berkepanjangan dapat mendorong individu untuk melakukan tindakan menyakiti diri sendiri, dan pada akhirnya bisa berujung pada bunuh diri (Musabiq & Karimah, 2018).

Bunuh diri sendiri merupakan suatu kondisi kejiwaan yang terjadi ketika seseorang mengalami tekanan psikologis berat dan menggunakan cara yang tidak sehat dalam menghadapi masalah (Azizah *et al.*, 2016). Menurut *Center for Disease Controls and Prevention* (2023), bunuh diri

diartikan sebagai kematian yang disebabkan oleh tindakan menyakiti diri sendiri dengan tujuan mengakhiri hidup. Fenomena bunuh diri di kalangan mahasiswa belakangan ini semakin menjadi perhatian, karena kasusnya terus meningkat dan dianggap sebagai masalah yang mendesak untuk ditangani.

Hal ini semakin relevan mengingat mahasiswa berada pada fase dewasa awal, dimana kondisi emosional mereka belum sepenuhnya stabil. Masalah yang dihadapi bisa saja terasa berat karena belum memiliki kemampuan pengelolaan emosi yang matang. Masa dewasa awal merupakan fase transisi dari remaja menuju dewasa, dimana individu sedang menjalani berbagai tugas perkembangan seperti menjalin pertemanan yang sehat, menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial, memulai karir atau pekerjaan, membangun hubungan dengan pasangan hidup, menjalankan peran sebagai warga negara, serta mencari komunitas sosial yang sesuai (Soetjiningsih, 2018). Banyaknya tuntutan pada tahap perkembangan ini menjadikan mahasiswa lebih rentan terhadap tekanan, termasuk risiko bunuh diri.

Sejumlah penelitian telah membuktikan adanya hubungan antara stress akademik dengan perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa. Penelitian oleh Karel dan Reagan (2022) yang dilakukan di Universitas Klabat menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara stress akademik dengan perilaku bunuh diri. Penelitian lain oleh Wicaksana dkk (2024), di Institut Teknologi dan Kesehatan Bali juga menunjukkan hasil serupa, di mana terdapat hubungan signifikan antara tingkat stress dan risiko bunuh diri, khususnya pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini diperkuat lagi oleh penelitian di Universitas Andalas yang menemukan bahwa adanya hubungan signifikan antara depresi dan stress akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa (Putra *et al.*, 2023).

Menurut World Health Organization (2023) mengungkapkan bahwa bunuh diri merupakan penyebab kematian ketiga tertinggi pada kelompok usia 15 hingga 29 tahun. Setiap tahunnya, lebih dari 700.000 orang

kehilangan nyawa karena bunuh diri, yang berarti dalam setiap 45 detik, satu orang meninggal akibat tindakan ini. Fenomena bunuh diri tidak hanya terbatas pada negara-negara dengan pendapatan tinggi, tetapi juga banyak terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan berkembang. Salah satu negara dengan angka bunuh diri tertinggi adalah Lesotho, dengan 72,4 kasus per 100.000 penduduk, disusul oleh Guyana (40,3), Eswatini (29,4), Korea Selatan (28,6), Kiribati (28,3), Federasi Mikronesia (28,2), Lituania (26,1), Suriname (25,4), Rusia (25,1), dan Afrika Selatan (23,5).

Khususnya di Korea Selatan, negara ini dikenal memiliki angka kematian akibat bunuh diri yang tergolong sangat tinggi. Berdasarkan data dari OECD (2023), tingkat kematian akibat bunuh diri di Korea Selatan mencapai 24 kasus per 100.000 jiwa pada tahun 2020. Angka tersebut dua kali lipat lebih tinggi dibandingkan rata-rata negara-negara anggota OECD yang hanya mencatat 11 kasus per 100.000 penduduk. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap fluktuasi di Korea adalah adanya tekanan sosial yang tinggi seperti kompetisi akademik dan pekerjaan hingga standar sosial yang ketat, stigma terhadap kesehatan mental yang buruk, isolasi sosial yang dominan terjadi pada lansia, adanya pengaruh budaya, masalah ekonomi, dan kurangnya dukungan terhadap kesehatan mental. Korea selatan juga dikenal memiliki industri hiburan yang besar, sehingga banyak *public figure* yang memutuskan untuk bunuh diri karena banyaknya tekanan dari industri hiburan seperti standar kesempurnaan yang ketat, jadwal kerja yang padat sampai kontrol dari agensi yang ekstrem. Terdapat juga *bullying* dan serangan komentar jahat yang bisa menjadi risiko bunuh diri terhadap *public figure* tersebut (Ryu *et al.*, 2024).

Sementara itu, di Asia Tenggara, Indonesia berada di urutan kelima dengan tingkat bunuh diri sebesar 3,7 kasus per 100.000 penduduk. Negara-negara dengan angka lebih tinggi antara lain Thailand (12,9), Singapura (7,9), Vietnam (7,0), dan Malaysia (6,2). Berdasarkan data dari Pusat Informasi Kriminal (Pusiknas) Bareskrim Polri, pada awal tahun 2023 tercatat ada 451 kasus bunuh diri yang ditangani oleh pihak kepolisian, yang

artinya rata-rata terdapat tiga kasus bunuh diri setiap harinya. Selain itu, menurut Komnas Perempuan, tercatat ada 663 kasus yang terkait dengan bunuh diri selama periode Januari hingga Juni 2023. Jumlah ini meningkat sebesar 36,4% dibandingkan periode yang sama pada tahun 2021 yang mencatat 486 kasus. Sepanjang tahun 2023, kasus bunuh diri telah ditemukan tersebar di 28 provinsi di seluruh Indonesia.

Provinsi dengan tingkat bunuh diri tertinggi di Indonesia adalah Jawa Tengah, yang mencatatkan 253 kasus. Diikuti oleh Jawa Timur dengan 128 kasus, Bali sebanyak 61 kasus, serta Jawa Barat yang melaporkan 39 kasus. Di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), tercatat 31 kasus bunuh diri, dengan angka tertinggi berasal dari Kabupaten Gunung Kidul. Dalam kurun waktu tiga tahun terakhir, jumlah kasus bunuh diri di kabupaten tersebut cukup signifikan, yakni 29 kasus pada tahun 2020, meningkat menjadi 38 kasus pada 2021, lalu menurun menjadi 30 kasus di tahun 2022, dan kembali menurun menjadi 22 kasus di tahun 2023. Penyebab umum bunuh diri di wilayah ini meliputi tekanan ekonomi, konflik dalam keluarga, penyakit yang diderita, serta kepercayaan masyarakat terhadap mitos “pulung gantung” (Wijayanto, 2023).

Fenomena bunuh diri juga tidak hanya terjadi di masyarakat umum, namun telah merambah lingkungan perguruan tinggi, yang kini menjadi isu serius. Salah satu contoh kasus yang sempat menjadi perhatian publik terjadi pada 2 Oktober 2023, ketika seorang mahasiswi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) mengakhiri hidupnya dengan melompat dari lantai empat gedung asrama putri setelah sebelumnya mengonsumsi sejumlah pil. Kasus serupa terjadi pada 14 Agustus 2024, melibatkan seorang mahasiswa Universitas Gadjah Mada (UGM) yang ditemukan tewas akibat gantung diri menggunakan kabel listrik (Fitroti, 2024). Hal tersebut menjadi bukti nyata terhadap krisis kesehatan mental pada mahasiswa, sehingga dibutuhkan upaya-upaya pencegahan dan intervensi yang perlu dilakukan oleh pihak pemerintah maupun pihak kampus.

Pemerintah Indonesia sendiri telah mengambil sejumlah langkah untuk merespon isu ini. Salah satunya melalui penerbitan Peraturan Pemerintah Nomor 17 Tahun 2023 tentang penyelenggaraan sistem kesehatan yang mencakup aspek kesehatan jiwa. Selain itu, pemerintah juga menyediakan layanan bantuan darurat berupa hotline dengan nomor 021-500-454 (Telkom), serta melaksanakan pemantauan kesehatan mental secara berkala dari tingkat nasional hingga daerah. Di Yogyakarta misalnya, pemerintah setempat telah mengesahkan Peraturan Bupati Gunung Kidul Nomor 56 Tahun 2018 yang kemudian diperbarui melalui Perbup Nomor 18 Tahun 2022, yang berfokus pada pencegahan bunuh diri dengan melibatkan peran aktif pemerintah daerah, keluarga, dan masyarakat dalam mendeteksi potensi bunuh diri secara dini. Meskipun demikian, masih banyak permasalahan yang muncul di luar persoalan hukum, seperti stigma atau pandangan sosial masyarakat, yang berkaitan dengan akurasi data kematian akibat bunuh diri, minimnya tenaga profesional, dan distribusi yang merata. Oleh sebab itu, diperlukan kolaborasi yang lebih menyeluruh antara pemerintah, masyarakat, dan berbagai pemangku kepentingan untuk memperkuat efektivitas upaya pencegahan, pertolongan pertama, dan pemulihan mandiri (Mardiyanto, 2023). Selain pemerintah, Universitas atau Perguruan Tinggi juga harus mendukung mahasiswa yang terlibat dalam pengembangan diri mengingat rentannya mahasiswa melakukan bunuh diri.

Sebagai salah satu pihak yang berhubungan langsung dengan mahasiswa, Perguruan Tinggi memiliki peran penting dalam membina kesehatan mental mahasiswa. Harus ada integrasi berbagai kepentingan untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan kesehatan mental mahasiswa, termasuk pengembangan kebijakan dan upaya untuk mengangkat mahasiswa. Program-program yang dapat dilakukan di kampus antara lain *screening* kesehatan fisik dan psikis secara berkala, memberikan pendampingan khusus untuk kelompok rentan, program konselor sebaya, meningkatkan kepekaan dosen terhadap kondisi mahasiswa, pelatihan *lifeskills*, meningkatkan kepekaan dan kepedulian warga kampus terhadap

seluruh warga kampus, melakukan program kurasi dan rehabilitasi (Diana S *et al.*, 2019). Tindakan pencegahan tersebut merupakan langkah yang baik untuk mengurangi kasus bunuh diri yang terjadi pada mahasiswa (Fitri *et al.*, 2023).

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada 4 kepala program studi di Stikes Wira Husada didapatkan beberapa pandangan mengenai tingkat stress akademik dan risiko bunuh diri yang dialami mahasiswa di masing-masing prodi. 3 kepala program studi menyatakan bahwa stress akademik yang dialami mahasiswa masih dalam batas normal ditandai dengan adanya keluhan karena menumpuknya tugas dan rutinitas yang padat, prokrastinasi, dan telatnya pengumpulan tugas. Serta, risiko bunuh diri yang relatif rendah ditandai dengan tidak adanya pernyataan keluhan mengenai risiko bunuh diri dari mahasiswa. Namun 1 kepala program studi mengungkapkan bahwa di prodi mereka terdapat kasus mahasiswa yang mengalami risiko bunuh diri akibat dari stress akademik yang dialaminya. Penanganan yang dilakukan dengan memberikan dukungan dan motivasi, menyediakan layanan konseling serta melakukan pendampingan, mengadakan *field trip* untuk mengurangi stress akademik.

Melalui studi pendahuluan yang dilakukan dengan mewawancarai seorang mahasiswa di Stikes Wira Husada mengungkapkan ia mengalami stress akademik berat akibat tugas yang menumpuk, ujian yang semakin dekat dan penurunan nilai akademiknya. Tekanan tersebut diperburuk oleh faktor sosial seperti pertanyaan tentang kelulusan dan masa depan, serta kondisi kesehatan yang ia alami menyebabkan ia hampir melakukan percobaan bunuh diri pada bulan juli dan agustus 2024.

Stress yang berkepanjangan ini berdampak secara fisik, psikologis, dan sosial pada dirinya ditandai dengan sering mengalami gangguan tidur, kehilangan nafsu makan, sering merasakan pusing, sulit mengambil keputusan, sulit berkonsentrasi dan mudah lupa, hingga menarik diri dari lingkungan sekitar. Tetapi ia menyadari jika tidak diatasi dengan baik akan memperburuk keadaan. Sehingga, ia mencari dukungan dari orang yang ia

percaya, seperti orang tua angkatnya (romo), ketua prodi, dan teman terdekat. Ia juga melakukan olahraga serta mendapatkan bantuan profesional dengan menghubungi layanan kesehatan mental di rumah sakit. Kejadian ini memiliki kesamaan dengan peristiwa yang terjadi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) pada tahun 2023 dan Universitas Gadjah Mada (UGM) pada tahun 2024, dimana mahasiswa yang mengalami tekanan berat akhirnya memilih mengakhiri hidup mereka.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Korelasi Risiko Bunuh Diri dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Di Stikes Wira Husada Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Analisis Korelasi Risiko Bunuh Diri Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui analisis korelasi risiko bunuh diri dengan tingkat stress akademik pada mahasiswa di Stikes Wira Husada Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik mahasiswa (usia, jenis kelamin, tingkat semester, pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua, status tinggal, indeks prestasi gasal, pernah melakukan percobaan bunuh diri atau tidak dan riwayat bunuh diri sebelumnya).
- b. Menganalisis stress akademik pada mahasiswa.
- c. Menganalisis keinginan bunuh diri pada mahasiswa.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Ruang lingkup penelitian ini mengarah ke lingkup mata kuliah keperawatan jiwa yaitu masalah psikiatri pada mahasiswa di Stikes Wira Husada Yogyakarta.

2. Lingkup Subjek

Responden penelitian ini adalah mahasiswa program studi S1 Keperawatan, S1 Kesehatan masyarakat, D3 Keperawatan, dan D3 Teknologi Bank Darah (TBD) di Stikes Wira Husada Yogyakarta.

3. Lingkup Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilaksanakan pada Maret-Juni 2025 di Stikes Wira Husada Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

Faedah yang di harapkan peneliti pada lingkup penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teori

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan jiwa mengenai stress akademik dan risiko bunuh diri, terutama pada mahasiswa.

2. Manfaat bagi Stikes Wira Husada Yogyakarta

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dan menjadi bahan kajian bagi bagian kemahasiswaan untuk melakukan pencegahan dan penanganan risiko bunuh diri dan tingkat stress akademik pada mahasiswa.

3. Manfaat Bagi Bidang Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu perawat dalam memberikan masukan terutama perawat jiwa dan perawat komunitas tentang ide bunuh diri yang dialami individu agar tidak sampai berdampak negatif pada individu tersebut.

4. Manfaat Bagi Mahasiswa

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa akan pentingnya menjaga kesehatan mental dan bagaimana stress akademik dapat mempengaruhi risiko bunuh diri.

5. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk mengembangkan intervensi preventif seperti sosialisasi *mental health*, ruang konseling, dan pojok sahabat. Temuan ini juga membantu dalam merancang program yang lebih tepat sasaran untuk menekan stress akademik dan risiko bunuh diri pada mahasiswa.

F. Keaslian penelitian

Tabel 1.1

No.	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1.	Lestari <i>et al.</i> , 2024	Korelasi Stress Akademik dan <i>Suicidal Ideation</i> pada Mahasiswa	Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif, menggunakan jenis penelitian korelasional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan sistem Purposive Sampling dengan kriteria yang sudah ditentukan. Teknik pengumpulan data menggunakan angket, sedangkan analisis data menggunakan Uji Korelasi Product Moment Pearson.	Hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa tingkat stress akademik pada mahasiswa program studi Bimbingan Penyuluhan Islam berada pada kategori sedang dengan persentase sebanyak, sementara <i>Suicidal Ideation</i> pada mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebanyak. Sehingga, terdapat hubungan antara stress akademik dan <i>suicidal ideation</i> pada mahasiswa.	1. Perbedaannya jika jurnal terdahulu meneliti mengenai ide bunuh diri pada penelitian ini meneliti risiko bunuh diri 2. Pada penelitian terdahulu menggunakan teknik purposive sampling, sedangkan penelitian ini menggunakan total sampling	1. Sama-sama meneliti mengenai tingkat stress akademik 2. Alat ukur yang digunakan sama- sama menggunakan kuesioner

2. Prihandani & Riyanto, 2024	Hubungan mekanisme koping dengan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta	Penelitian ini menggunakan desain pendekatan <i>cross sectional</i> menggunakan teknik <i>cluster random sampling</i> . Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner mekanisme koping menggunakan <i>Brief COPE</i> dan kuesioner risiko bunuh diri dengan R-SIS.	Hasil penelitian mahasiswa keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta yang tidak memiliki ide bunuh diri sebesar 71.3% dan yang memiliki ide bunuh diri minimal sebesar 28.7% sehingga dapat dikatakan bahwa sebagian besar mahasiswa tidak memiliki risiko bunuh diri ditandai dengan tidak adanya ide bunuh diri. Terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan risiko bunuh diri pada mahasiswa keperawatan.	3. Terdapat perbedaan pada populasi sampel, lokasi penelitian, dan jumlah responden.	1. Perbedaannya jurnal terdahulu meneliti mengenai mekanisme koping sebagai variabel bebas, sedangkan pada penelitian ini mengenai tingkat stress akademik 2. Peneliti terdahulu menggunakan kuesioner R-SIS untuk mengukur risiko bunuh diri, sedangkan	1. Sama-sama meneliti mengenai risiko bunuh diri pada mahasiswa 2. Alat ukur sama-sama menggunakan kuesioner 3. Sama-sama menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i>.
-------------------------------	--	--	--	--	---	--

					penelitian ini menggunakan DSM-5 <i>Cross Online Cutting</i> 3. Terdapat perbedaan pada populasi sampel, lokasi penelitian, dan jumlah responden.	
3.	Novita yani <i>et al.</i> , 2023	Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh	Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa kesehatan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan sampel sebanyak 171 mahasiswa.	Berdasarkan hasil data pada tabel 1, mayoritas responden merupakan mahasiswa kesehatan dari Fakultas Keperawatan (67,3%), berjenis kelamin perempuan (88,9%), angkatan 2016 (50,9%), berusia dewasa (90,6%), berasal dari SMA (84,8%), kedua orang tua masih hidup (85,4%), memiliki orang tua yang bekerja sebagai PNS (52,6%), dan tinggal di kos/sewa (50,3%). Usia mahasiswa pada penelitian	1. Penelitian terdahulu menggunakan kuesioner <i>Adult Suicidal Ideation Questionnaire (ASIQ)</i> untuk mengukur risiko bunuh diri, sedangkan penelitian ini menggunakan alat ukur DSM-5 <i>Cross Online Cutting</i>	1. Sama-sama menggunakan kuesioner sebagai alat ukur 2. Sama-sama meneliti mengenai risiko bunuh diri

Kuesioner untuk mengukur resiko bunuh diri yaitu menggunakan alat ukur *Adult Suicidal Ideation Questionnaire* (ASIQ).

ini beranda antara 18 tahun sampai dengan 23 tahun. Tabel 2 menunjukkan bahwa mahasiswa kesehatan di Universitas Syiah Kuala mengalami risiko bunuh diri dalam kategori rendah (87,7%).

2. Penelitian terdahulu menggunakan teknik purposive sampling, sedangkan penelitian ini menggunakan total sampling
3. Terdapat perbedaan pada populasi sampel, Lokasi penelitian, dan jumlah responden.

4.	Choi <i>et al.</i> , 2025	Tren Bunuh Diri di Kalangan Dewasa Muda Korea Selatan: Berfokus pada perbedaan	Metode Analisis data sekunder ini mencakup semua kasus kematian akibat bunuh diri di kalangan orang dewasa berusia 20 hingga 39 tahun di Seoul, Korea, dari tahun 2013 hingga 2020. Dengan	Selama 8 tahun terakhir, jumlah kematian akibat bunuh diri di kalangan orang dewasa berfluktuasi, dengan peningkatan yang signifikan di kalangan perempuan sejak tahun 2017. Masalah kesehatan mental merupakan penyebab utama bunuh	1. Perbedaan jurnal terdahulu menggunakan data sekunder, sedangkan penelitian ini menggunakan data primer 2. Terdapat perbedaan	Sama-sama meneliti mengenai bunuh diri.
----	---------------------------	--	--	--	--	---

	jenis kelamin	menggunakan statistik deskriptif, kami menganalisis data dari Studi Investigasi Nasional Korea terhadap Korban Bunuh Diri menggunakan catatan polisi.	diri bagi pria dan wanita. Pria cenderung bunuh diri karena masalah ekonomi atau pekerjaan, sedangkan bunuh diri di kalangan perempuan sering dikaitkan dengan hubungan interpersonal. Pria ditemukan lebih kecil kemungkinannya untuk mencari bantuan untuk masalah Kesehatan mental daripada wanita.	pada populasi sampel, Lokasi penelitian, dan jumlah responden.	
5.	Fadipe <i>et al.</i> , 2025	Hubungan Antara Penyalahgunaan Zat Adiktif dan Ide Bunuh Diri di kalangan Mahasiswa di Negara Bagian Kwara, Nigeria: Implikasi	Metode penelitian yang dipilih untuk studi ini adalah survei deskriptif dengan tipe korelasional digunakan untuk penelitian ini. Teknik pengambilan sampel acak sederhana digunakan untuk memilih responden dari tiga lembaga	Berdasarkan hasil penelitian ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara zat penyalahgunaan obat-obatan terlarang dan keinginan bunuh diri di kalangan	1. Penelitian terdahulu menggunakan teknik pengambilan sampel acak, sedangkan penelitian ini menggunakan teknik total sampling 2. Terdapat perbedaan pada Lokasi penelitian, dan
				1. Sama-sama meneliti mengenai bunuh diri 2. Sama-sama menggunakan kuesioner sebagai alat ukur.	

terhadap Konseling Sekolah	pendidikan tinggi di Negara Bagian Kwara, Nigeria. Instrumen penelitian berjudul: <i>“Substance Abuse and Suicidal Ideation Questionnaire (SASIQ)”</i> digunakan untuk mengumpulkan data dari responden.	mahasiswa di Negara bagian Kwara, Nigeria.	populasi sampel.
----------------------------------	--	--	---------------------

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan tentang hubungan risiko bunuh diri dengan tingkat stress akademik pada mahasiswa di Stikes Wira Husada Yogyakarta, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik mahasiswa di Stikes Wira Husada Yogyakarta yaitu didominasi usia 21-24 tahun, dengan sebagian besar berjenis kelamin perempuan, tingkat semester dengan mahasiswa semester terbanyak yaitu mahasiswa semester 6. Pekerjaan orang tua pada responden menunjukkan sebagian besar pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga dan pekerjaan ayah wiraswasta. Penghasilan orang tua untuk penghasilan ibu terbanyak < 2.400.000/bulan, untuk penghasilan ayah sebagian besar berpenghasilan > 2.400.000/bulan. Mayoritas mahasiswa tinggal di kost/kontrakan dengan indeks prestasi semester gasal rata-rata mahasiswa 3,00-3,99. Dalam penelitian ini karakteristik responden di dominasi menyatakan tidak pernah melakukan percobaan bunuh diri dan riwayat bunuh diri sebelumnya.
2. Tingkat stress akademik mahasiswa di Stikes Wira Husada Yogyakarta di dapat hasil dengan kategori sedang sebanyak 157 mahasiswa dengan persentase (75,1%).
3. Risiko bunuh diri mahasiswa di Stikes Wira Husada Yogyakarta di dapat hasil dengan kategori sedang sebanyak 192 mahasiswa dengan persentase (91,9%).
4. Ada hubungan yang signifikan antara risiko bunuh diri dengan tingkat stress akademik pada mahasiswa di Stikes Wira Husada Yogyakarta dengan hasil $p = 0,002$.

B. Saran

1. Bagi peneliti

Diharapkan bagi peneliti yaitu dapat menerapkan kemampuan dan menambah ilmu pengetahuan serta memperoleh pengalaman dari penelitian tentang risiko bunuh diri dengan tingkat stress akademik pada mahasiswa, dengan menerapkan ilmu keperawatan jiwa yaitu masalah psikiatri pada mahasiswa dan riset-riset yang telah dipelajari oleh peneliti.

2. Bagi Stikes Wira Husada Yogyakarta

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan kajian bagi bagian kemahasiswaan untuk melakukan pencegahan dan penanganan risiko bunuh diri dan tingkat stress akademik pada mahasiswa.

3. Bagi bidang keperawatan

Diharapkan bagi bidang keperawatan khususnya keperawatan jiwa perlu memberikan intervensi yang berfokus pada risiko bunuh diri dan tingkat stress akademik pada mahasiswa, seperti program *screening* kesehatan mental pada mahasiswa.

4. Bagi mahasiswa

Diharapkan mahasiswa lebih menyadari dampak dari stress akademik yang berkepanjangan berpengaruh pada kesehatan mentalnya. Sehingga, diharapkan mahasiswa lebih *aware* terhadap kesehatan mental diri sendiri.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya lebih berfokus pada tindakan preventif seperti sosialisasi *mental health* di kalangan mahasiswa, ruang konseling, dan pojok sahabat dalam mencegah meningkatnya tingkat stress akademik dan risiko bunuh diri pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiningsih, N. (2019). Gambaran stress akademik dan strategi koping pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(2), 241-250.
- Aihie, ON, & Ohanaka, BI (2019). Stress akademik yang dirasakan di kalangan mahasiswa sarjana di sebuah universitas di Nigeria. *Jurnal Penelitian Pendidikan dan Sosial*, 9 (2).
- Alsulami, S., Al Omar, Z., Binnwejim, M. S., Alhamdan, F., Aldrees, A., Al-Bawardi, A., ... & Alhabeeb, M. (2018). Perception of academic stress among health science preparatory program students in two Saudi universities. *Advances in medical education and practice*, 159-164.
- Ananda, S. S. D., & Apsari, N. C. (2020). Mengatasi stress pada remaja saat pandemi covid-19 dengan teknik *selftalk*. *Prosiding penelitian dan pengabdian kepada masyarakat*, 7(2), 248-256.
- Anisah, N., & Purwandari, A. (2023). Analisis Korelasi Kecerdasan Emosional dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *MAHESA: Jurnal Mahasiswa Kesehatan Malahayati*, 3 (2), 535-544.
- Arnett, JJ (2023). *Masa dewasa awal: Jalan berliku dari akhir masa remaja hingga dua puluhan*. Oxford University Press.
- Artissy, MN, & Pratama, AG (2022). Adaptasi Alat Ukur Revised-Suicide Ideation Scale (R-SIS). *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4 (1), 71-81.
- Asif, M., & Sohleria, N. (2024). Hubungan tingkat stress akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 10(1), 45–56.
- Astari, AZ, & Nastiti, D. (2024). Hubungan Antara Stress Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Analisis dan Penemuan ResearchJet*, 1 (1).
- Aulia, N. (2025). Hubungan Gaya Belajar Dengan Indeks Prestasi Kumulatif (Ipk) Pada Mahasiswa Semester 5 Program Studi Pendidikan Agama Islam Di Salah Satu Universitas Swasta Bogor. *Cendikia: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 3(1), 585-593.
- Ayudanto, K. C. (2018). Hubungan stress akademis dan ide bunuh diri pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. Dapat diakses dari: https://repository.usd.ac.id/34603/2/149114064_full.pdf
- Azizah, L. M. R., Zainuri, I., & Akbar, A. (2016). Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa teori dan aplikasi praktik klinik.
- Bangasser, DA, & Wiersielis, K. R. (2018). Perbedaan jenis kelamin dalam respons stress: peran penting faktor pelepas kortikotropin. *Hormon*, 17 (1), 5-13.

- Bariyyah, K., & Latifah, L. (2015). Tingkat Stress Akademik Mahasiswa.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stress akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Meneliti persepsi stress akademik dan sumbernya di kalangan mahasiswa: Skala Persepsi Stress Akademik. *Psikologi kesehatan terbuka*, 2 (2), 2055102915596714.
- Biroli, A. (2018). Bunuh diri dalam perspektif sosiologi. *Simulacra*, 1(2), 213-223. <https://doi.org/10.21107/sml.v1i2.4996>
- Busari, AO (2014). Stress akademik di kalangan mahasiswa sarjana: Mengukur dampak teknik inokulasi stress. *Jurnal Mediterania Ilmu Sosial* ,5.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2023, May). Facts About Suicide. <https://www.cdc.gov/suicide/>.
- Cheung, R. Y. (2024). Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9). In *Handbook of Assessment in Mindfulness Research* (pp. 1-12). Cham: Springer International Publishing.
- Choi, H., Ahn, J., Park, Y., Kim, H., & Lee, U. (2025). Suicide Trends Among Young South Korean Adults: Focusing on Sex Differences. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 1-7.
- Dahlan, S. (2016). *Statistic untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Diana Setiyawati, Nurul Kusuma Hidayati, Wulan Nur Jatmika, & Aliyaturrahmah S. (2019). *Buku Panduan Program Kampus Sejahtera*. Center for Public Mental Health Fakultas Psikologi – Universitas Gadjah Mada.
- Fadipe, R. A., Adefila, O. J., Oladosu, T. D., & Adetoyese, E. O. (2025). Relationship between Substance Abuse and Suicidal Ideation among Undergraduates in Kwara State, Nigeria: Implications for School Counselling. *Journal of Guidance and Counselling Studies*, 9(1), 29-43.
- Feldhege, J., Wolf, M., Moessner, M., & Bauer, S. (2023). Perubahan psikolinguistik dalam komunikasi pengguna remaja dalam komunitas daring yang memiliki ide bunuh diri selama pandemi COVID-19. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 32 (6), 975-985.
- Fitri, A. (2023). Program Pencegahan Bunuh Diri Untuk Mengurangi Ide Dan Percobaan Bunuh Diri. *IDE: Jurnal Psikologi*, 7 (1), 12-22.
- Fitriana, M., & Handayani, A. (2021). Perbedaan coping stress antara laki-laki dan perempuan pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8(1), 68–80.
- Fitroti, L. H. A. (2024). Ide Dan Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa di Dua Kampus Yogyakarta (Doctoral dissertation, Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta).

- Franklin, J. C., Ribeiro, J. D., Fox, K. R., Bentley, K. H., Kleiman, E. M., Huang, X., ... & Nock, M. K. (2017). Risk factors for suicidal thoughts and behaviors: A meta-analysis of 50 years of research. *Psychological bulletin*, 143(2), 187.
- Geng, G., & Midford, R. (2015). Investigasi tingkat stress mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Pendidikan Guru Australia (Online)*, 40 (6), 1-12.
- Gibbons, A. B., Farmer, C., Shaw, J. S., & Chung, J. Y. (2023). Examining the factor structure of the DSM-5 Level 1 cross-cutting symptom measure. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 32(2), e1953.
- Guru, P., Agama, P., Dalam, I., Akhlak, M. N., & Didik, P. (2023). Nahda Rihhadaul Aisy, 2023 Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menanamkan Nilai-nilai Akhlak Peserta Didik Kelas V DI SD AL-QUR'AN Bina Mulya Kabupaten Bandung Universitas PendidikanIndonesia|repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu.
- Hadiyin, U. (2022). Akibat bunuh diri, keluarga pelaku yang paling merasakan beban berat. <https://www.koranmemo.com/gaya-hidup/pr1922347448/akibatbunuh-diri-keluarga-pelaku-yang-paling-merasakan-beban-berat>. Diakses pada November 2022.
- Hakim, MA, & Aristawati, NV (2023). Mengukur depresi, kecemasan, dan stress pada kelompok dewasa awal di Indonesia: Uji validitas dan reliabilitas konstruk DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10 (2), 232-250.
- Hamzah B., Rahmawati Hamzah (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indonesian Journal for Health Sciences* Vol. 4, No. 2, September 2020, Hal. 59-67 ISSN 2549-2721 (Print), ISSN 2549-2748 (Online)
- Hatteberg, S. (2020). "There's no way I can do all of this": The Perceived Impacts of Stress Exposure on the Academic Development of Collegiate Athletes— *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 13(2), 1.
- Hepp, J. L., Year, et al. (2023). Mental imagery of suicide and non-suicidal self-injury: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 79(4), 123–135.
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri gorontalo. *Jurnal bikotetik (bimbingan dan konseling: teori dan praktik)*, 2(1), 73-80.
- Idham, A. F., Sumantri, M. A., & Rahayu, P. (2019). Ide Dan Upaya Bunuh Diri Pada Mahasiswa. *Psikologi Ilmiah*, 11(3), 177–183. Retrieved from <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INT>
- Ilmiah, H. (2024). *Pengaruh Father Involvement Terhadap Emotional Intelligence Remaja Kelas IX Di SMP Negeri 13 Kota Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

- Indra, A. (2023). Pengaruh Stress Akademik dan Efikasi Diri terhadap Burnout Akademik pada Mahasiswa. Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Kadi, A. R., Bahar, H., & Sunarjo, I. S. (2020). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo Relationship Between Emotion Regulation with Academic Stresss on Students of Medical Faculty.
- Kaggwa, MM, Najjuka, SM, Ashaba, S., & Mamun, MA (2022). Psikometri Kuesioner Kesehatan Pasien (PHQ-9) di Uganda: tinjauan sistematis. *Perbatasan dalam Psikiatri*, 13, 781095.
- Karel, T. H., & Reagen, M. (2022). Stress Akademik dengan Perilaku Bunuh Diri pada Mahasiswa. *Klabat Journal of Nursing*, 4(1), 68-73.
- Karisma, N. W. P. C., & Fridari, I. G. A. D. (2021). Gambaran Pengembangan Ide Bunuh Diri Menuju Upaya Bunuh Diri. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(1), 1-6. <http://dx.doi.org/10.24014/pib.v2i1.9904>
- Kesuma, V. M., Atmodiwirjo, E. T., & Idulfilastri, R. M. (2021). Pengujian struktur faktor pada konstruk Beck Scale for Suicide Ideation dengan Individu dewasa awal. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 5(2), 549.
- Kinkie, E. A., Sabbilla, A., & Subroto, U. (2025). Pengaruh Stress Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 331-341.
- Komnas Perempuan Online. "Siaran Pers Komnas Perempuan tentang Hari Kesehatan Jiwa Sedunia 2023, Pentingnya Layanan Kesehatan Mental yang Terjangkau Untuk Perempuan." <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/siaran-pers-komnas-perempuan-tentang-hari-kesehatan-jiwa-sedunia-2023>. Diakses pada 10 Oktober 2023.
- Ladapase, E. M., & Sona, A. (2022). Gambaran stress akademik pada mahasiswa universitas Nusa NIPA Indonesia di Maumere. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(1), 24-29.
- Lal, K. (2014). Stress akademis pada remaja dalam kaitannya dengan faktor kecerdasan dan demografi. *Jurnal internasional Amerika tentang penelitian humaniora, seni dan ilmu sosial*, 5 (1), 123-129.
- Lestari, P. R., Suryati, S., & Fitri, H. U. (2024). Korelasi Stress Akademik Dan Suicidal Ideation Pada Mahasiswa. *Consilium: Education and Counseling Journal*, 4(2), 333-343.
- Levi-Belz, Y., Gvion, Y., & Apter, A. (2019). Psikologi bunuh diri: dari pemahaman penelitian hingga intervensi dan pengobatan. *Batasan dalam psikiatri*, 10, 214.

- Li, ZZ, Li, YM, Lei, XY, Zhang, D., Liu, L., Tang, SY, & Chen, L. (2014). Prevalensi ide bunuh diri pada mahasiswa Tiongkok: meta-analisis. *PLoS One*, 9 (10), e104368.
- Mandias, R. J. (2022). Academic Stress with Suicide Behavior in College Students. *Klabat Journal of Nursing*, 4(1), 68-73.
- Mardiyanto, I. (2023). Tinjauan Viktimologi Terhadap Kejahatan Bunuh Diri (Victimless Crime). *Jurnal Hukum Non Diskriminatif*, 1(2), 51-58.
- Maulana, R. D., & Paryontri, R. A. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Akademik Pada Mahasiswa Akhir. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 1413-1427.
- Motillon-Toudic, C., Walter, M., Séguin, M., Carrier, JD, Berrouiguet, S., & Lemey, C. (2022). Isolasi sosial dan risiko bunuh diri: Tinjauan pustaka dan perspektif. *Psikiatri Eropa*, 65 (1), e65.
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 75-83.
- Notoadmodjo, s. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*.
- Novitayani, S., & Nurhidayah, I. (2023). Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 8 (1), 61-68.
- Nurhayati, R. A., & Khairunnisa, A. (2020). Perbedaan tingkat stress akademik berdasarkan jenis kelamin dan tipe kepribadian. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 11(2), 123–131. <https://doi.org/10.24854/mindset.v11i2.1905>
- Oduwaiye, RO, Yahaya, LA, Amadi, EC, & Tiamiyu, KA (2017). Tingkat stress dan prestasi akademik mahasiswa di Negara Bagian Kwara, Nigeria. *Jurnal Pendidikan Tinggi Makerere*, 9 (1), 103-112.
- Oktavia, W. khoiri, Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. (2019). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Stress Akademik. Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, 142–149. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i2.84>
- Organization for Economic Co-operation and Development. Suicide rates. <https://data.oecd.org/healthstat/suicide-rates.htm>. Accessed September 28, 2023.
- Pertiwi, I., Lubis, V. H., & Lestari, P. (2024). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyusun Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Tahun 2023 Di Universitas Ichsan Satya. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 7(2), 158-170.

- Pragholapati, A., Suparto, T. A., Puspita, A. P. W., & Sulastri, A. (2021). Indonesian adaptation of the Student-Life Stress Inventory: Psychometric properties and factor structure. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN*, 2085-5931.
- Prihandani, Y., & Riyanto, S. (2024, October). Hubungan mekanisme koping dengan risiko bunuh diri pada mahasiswa keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta* (Vol. 2, pp. 1617-1623).
- Pusiknas Polri Online. "Kasus Penemuan Mayat dan Bunuh Diri Meningkat di 2023." https://pusiknas.polri.go.id/detail_artikel/kasus_penemuan_mayat_dan_bunuh_diri_meningkat_di_2023.
- Putra, D. E., Nelwati, N., & Fernandes, F. (2023). Hubungan depresi, stress akademik dan regulasi emosi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 689-706.
- Ramli, N. H. H., Alavi, M., Mehrinezhad, S. A., & Ahmadi, A. (2018). Academic stress and self-regulation among university students in Malaysia: Mediator role of mindfulness. *Behavioral Sciences*, 8(1). <https://doi.org/10.3390/bs8010012>
- Rohmah, N. R., & Mahrus, M. (2024). Mengidentifikasi Faktor-faktor Penyebab Stress Akademik pada Mahasiswa dan Strategi Pengelolaannya. *JIEM: Journal Of Islamic Education and Management*, 5(1), 36-43.
- Ryu, S., Nam, H. J., Lee, J. Y., Kim, J. M., & Kim, S. W. (2024). Understanding the fluctuations in Korea's suicide rates: a change-point analysis and interrupted time series analysis. *J Korean Med Sci*, 39(13), e125
- Safari, A. (2020). Dampa Bunuh Diri Kepada Masyarakat. <https://portalbandungtimur.pikiran-rakyat.com/editorial/pr-94881099/dampakbunuh-diri-kepada-masyarakat>. Diakses pada November 2020.
- Siddiqui, JA, & Qureshi, SF (2020). Onychophagia (menggigit kuku): Gambaran Umum. *Jurnal Kesehatan Mental India*, 7 (2), 97.
- Soetjiningsih, C. H. (2018). *Seri psikologi perkembangan: perkembangan anak sejak pembuahan sampai dengan kanak-kanak akhir*. Kencana.
- Sri, W. (2023). *Masalah Kesehatan Jiwa di Kalangan Mahasiswa*. Yogyakarta: ugm.ac.id.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT Alfabet.
- Sutriyawan, A. (2023). Analisis Data Penelitian Kuantitatif Bidang Kesehatan. June, 34. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.31268.91529>

- Swajarna, I. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Penerbit Andi & ITEKES Bali.
- Syahril, Janna, S. R., & F. (2021). The Academic Stress of Final-Year Students in the COVID-19 Pandemic Era. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 13(1), 80-89. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v13i1.407>
- Tasalim. R, & Cahyani A. R. (2021). *Stress Akademik dan Penanganannya*. Guepedia.
- Tasya, K. A. (2024). Validitas Konvergen Sub-skala pada DSM-5 Level 1 Cross-cutting Symptom Measure (CCSM). Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Theresia asanta lintang pratiwi, (2022). Hubungan Tingkat Stress Dalam Penyusunan Tugas Akhir Dengan Gagasan Bunuh Diri Pada Mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
- Varshney, K., Patel, H., & Panhwar, M. A. (2024). Risks and warning signs for medical student suicide mortality: a systematic review. *Archives of suicide research*, 28(4), 1058-1076.
- WHO. (2024). Adolescent And Young Adult Health. World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions/>
- WHO. (2023, Agustus 23). Bunuh Diri. Retrieved from World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>.
- WHO. (2018). Stress. World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Wicaksana, I. G. A. T., Ningsih, N. K. T. Y., & Wahyunadi, N. M. D. (2024). Hubungan Tingkat Stress dengan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(4), 799-806.
- Wijayanto, E. (2023). The Constitutionality of Citizens' Mental Health Rights: A Study of Suicide Prevention Policies in Gunungkidul Regency. *Journal HAM*, 14, 1. <https://doi.org/10.30641/ham.2023.14.1-16>
- York, TT, Gibson, C., & Rankin, S. (2015). Mendefinisikan dan mengukur keberhasilan akademis. *Penilaian praktis, penelitian & evaluasi*, 20 (5), n5.
- Yusuf, A., PK, R. F., & Nihayati, H. E. (2015). Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa.