

**HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN IDE BUNUH  
DIRI PADA MAHASISWA**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**LUSIA NATALIA WOLLA  
NIM: 2017610053**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI  
MALANG  
2021**

## RINGKASAN

Masalah yang dialami mahasiswa semester akhir yaitu kesusahan menyelesaikan tugas akhir sehingga akan meningkatkan stres akademik yang berisiko menimbulkan ide bunuh diri. Untuk mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang ialah tujuan dari penelitian ini. Sedangkan desainnya yaitu desain korelatif dan selanjutnya pendekatan cross sectional. Sebanyak 115 mahasiswa PSIK UNITRI Malang tahun 2017 dan sampel penelitian dan 89 sampel dan *Simple Random Sampling* penentuan. Alat ukurnya yaitu cross sectional *Depression Anxiety Stress Scales (DASS)* dan kuesioner ide bunuh diri. Uji *Fisher's Exact* merupakan metode analisis data yang digunakan. Dan hasil penelitiannya yaitu seluruh 68 (76,4%) responden mengalami tingkat stres akademik kategori sedang pada mahasiswa dan sebagian besar 54 (60,7%) responden memiliki ide bunuh diri kategori tinggi pada mahasiswa. Dan hasil uji didapatkan ada hubungan tingkat stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa PSIK UNITRI didapatkan  $p \text{ value} = (0,000) < (0,05)$ . Peneliti selanjutnya diharapkan mengetahui faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik dan ide bunuh diri seperti pendapatan yang diperoleh mahasiswa setiap bulan dan masalah pribadi.

***Kata Kunci: Ide Bunuh Diri, Mahasiswa, Tingkat Stres Akademik***

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Stres adalah suatu reaksi fisiologi mental orang yang berusaha menyesuaikan dan mengarahkan tekanan baik luar maupun dalam (stressor). Stres dapat mempengaruhi semua bagian kehidupan, misalnya menyebabkan perubahan perilaku, fisik, mental, dan gairah. Dan suatu pemeran organ tubuh dipengaruhi oleh otak besar. Manifestasi stres dapat mencakup nyeri otak, mabuk, linglung, istirahat sporadis, merasa capek, jantung berdebar, insomnia (susah tidur) dan bangun terlalu awal (Ambarwati, Pinilih & Astuti, 2017).

Menurut data WHO terdapat sekitar 20% atau lebih dari 350 juta orang mengalami depresi dan stres di seluruh dunia. Prevalensi masyarakat Indonesia yang mengalami depresi dan stres sebanyak 8% atau sebanyak 6,6 juta jiwa, sedangkan dominasi individu di Jawa Timur yang mengalami tekanan berat pada tahun 2019 sebesar 4,5% atau 873.000 individu, sedangkan di Kota Malang sekitar 1.100 individu mengalami gangguan jiwa yang diawali dengan tekanan dan melankolis. (Kemenkes RI, 2019).

Penyebab stres akademik yang dialami mahasiswa karena banyaknya tugas kuliah, belajar secara daring dan belajar sendiri tanpa adanya bantuan dosen apabila tidak memahami pembelajaran (Musabiq & Karimah, 2018). Mahasiswa yang mengalami stres akan meningkatkan hormon kortisol sehingga mempengaruhi semua bagian dari kehidupan, perubahan, masalah dalam bekerja sama dengan orang lain, keluhan aktual dan menyebabkan tekanan mental yang mendorong ide

merusak diri sendiri. Stres menyebabkan penurunan presentasi organ tubuh dibatasi oleh otak dan tekanan, itu akan menyebabkan perubahan eksekusi otak yang belum ditentukan sehingga mempengaruhi keputusan dan mendorong pemikiran merusak diri sendiri (Ashari & Hartati, 2017).

Ide bunuh diri merupakan tindakan dibatas wajar karena ingin mengakhiri hidupnya dengan tindakan seperti gantung diri, minum racun, menjatuhkan diri dari ketinggian, melukai diri sendiri menggunakan alat tajam, sengaja menabrakan diri ke kendaraan yang melaju dan menggunakan obat terlarang. Mahasiswa yang memiliki ide bunuh diri bisa disebabkan oleh stres karena banyak tugas kuliah, kondisi ekonomi keluarga, masalah percintaan, perselisihan dengan orang lain dan merasa tidak dihargai di lingkungan sekitar (Kusumayanti, Swedarma & Nurhesti, 2020). Data WHO (2020) mengatakan kasus bunuh diri 800.000 per tahun , sedangkan menurut data Kemenkes RI (2019) di Indonesia setiap tahunnya sekitar 9.000 kasus kematian yang disebabkan oleh bunuh diri. Kasus bunuh diri di Provinsi Jawa Timur cukup tinggi sebanyak 652 kasus dan di Kota Malang sebanyak 38 kasus. Peningkatan ide bunuh diri didasarkan adanya gangguan psikologi, salah satu disebabkan oleh stres.

Dampak stres menyebabkan depresi dan tidak berdaya sebagai pemicu orang memiliki ide bunuh diri (Mandasari & Tobing, 2020). Penelitian Aulia & Sasmita (2019) menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami stres tidak bisa berpikir dengan baik dan merasa tidak berguna sehingga beresiko mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri. Solusi untuk menurunkan tingkat stres yaitu menceritakan masalah pribadi kepada orang yang bisa dipercaya, mencukupi kualitas tidur, melakukan olahraga untuk mengurangi rasa jenuh dan melakukan liburan.

Studi dahulu pada 21 Desember 2020 dengan melakukan wawancara 10 mahasiswa angkatan tahun 2017 Program Studi Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang didapatkan sebanyak 8 orang mengatakan mudah stres karena banyak tugas, belajar daring dan mengerjakan revisian tugas akhir yang tidak selesai, sedangkan 2 orang mengatakan mengikuti perkembangan jaman sehingga tidak ada masalah apabila banyak tugas dan kuliah daring, serta menikmati proses pembuatan tugas akhir. Dari 8 orang sebut diketahui 2 orang merasa malas untuk menyelesaikan tugas akhir karena banyak revisian dan memiliki ide untuk bunuh diri apabila hidup sudah tidak berguna. Tugas akhir mahasiswa Program Studi Keperawatan dikenal sulit karena dosen terlalu menuntut mahasiswa membuat tugas akhir sesuai keinginannya, banyak revisian, perbedaan pendapat antara dosen pembimbing pertama dan kedua, ganti judul penelitian padahal proposal sudah dibuat sesuai keinginan dosen dan melalui banyak revisi, serta susah bertemu dosen untuk bimbingan. Hal ini menyebabkan mahasiswa lama menyelesaikan tugas akhir, padahal keluarga sudah menuntut untuk cepat selesai sehingga menyebabkan mahasiswa putus asa, menyerah menyelesaikan perkuliahan dan memiliki ide untuk bunuh diri. Maka dari itu judul penelitian ini adalah “hubungan tingkat stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan tingkat stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

untuk mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat stres akademik mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang
2. Mengidentifikasi ide bunuh diri pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang
3. Menganalisis hubungan tingkat stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Teoritis**

Tambah wawasan untuk petugas kesehatan tentang dampak stres akademik terhadap munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa.

#### **1.4.2 Praktis**

1. Bagi Mahasiswa

Dampak lanjutan dari ulasan ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan atau kontribusi bagi mahasiswa untuk menghindari tekanan tertunda yang berdampak pada munculnya ide merusak diri sendiri

.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Hasil dari ulasan ini dapat digunakan sebagai semacam perspektif bagi organisasi administrasi kesejahteraan untuk memberikan administrasi panduan kepada siswa tentang cara terbaik untuk mengendalikan tekanan.

### 3. Bagi Peneliti

Hasil ini normal sebagai pelaksanaan ilmu bagi para analis yang dikaitkan dengan hubungan hubungan tingkat stres akademik dengan ide bunuh diri pada mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiando. 2015. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Ambarwati PD., Pinilih SS., & Astuti RT. 2017. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan* 5 (1). Universitas Muhammadiyah Magelang.  
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/4466/4081>.  
Diakses pada tanggal 21 Desember 2020. Pukul 10:21 WIB.
- Arikunto, S. 2015. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ashari AM., & Hartati S. 2017. Hubungan Antara Stres, Kecemasan, Depresi Dengan Kecenderungan Aggressive Driving pada Mahasiswa. *Jurnal Empati* 6 (1). Universitas Diponegoro.  
<https://media.neliti.com/media/publications/65764-ID-hubungan-antara-stres-kecemasan-depresi.pdf>. Diakses pada tanggal 21 Desember 2020. Pukul 10:23 WIB.
- Aulia N., & Sasmita YH. 2019. Analisis Hubungan Faktor Risiko Bunuh Diri Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan* 11 (1). Poltekkes kemenkes Riau.  
<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/download/534/385>. Diakses pada tanggal 21 Desember 2020. Pukul 10:26 WIB.
- Azwar, S. 2013. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Barseli M., Ifdil & Nikmarijal. 2017. Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 5 (3). Universitas Negeri Padang.  
<https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/download/198/209>. Diakses pada tanggal 21 Desember 2020. Pukul 10:34 WIB.
- Carolin. 2013. *Tingkat Stres Manusia*. Jakarta : EGC.
- Kartono, K. 2015. *Hygiene Mental*. Jakarta : Mandar Maju.
- Kemenkes RI. 2019. *Gambaran Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Indonesia
- Kemenkes RI. 2019. *Statistik Bunuh Diri*. Jakarta: Kementerian Indonesia
- Maramis. 2016. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Musabiq SA., & Karimah I. 2018. Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *InSight* 20 (2). Universitas Indonesia.  
[https://www.researchgate.net/publication/332941220\\_Gambaran\\_Stress\\_dan\\_Dampaknya\\_Pada\\_Mahasiswa/fulltext/5cd2dbd0458515712e992200/Ga](https://www.researchgate.net/publication/332941220_Gambaran_Stress_dan_Dampaknya_Pada_Mahasiswa/fulltext/5cd2dbd0458515712e992200/Ga)



mbaran-Stress-dan-Dampaknya-Pada-Mahasiswa.pdf?origin=publication\_detail. Diakses pada tanggal 21 Desember 2020. Pukul 10:44 WIB.

Nursalam. 2013. *Manajemen Keperawatan, Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional edisi 3*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.

Potter, P., A. & Perry, A., G. 2013. *Fundamental Keperawatan Buku 1 Ed. 7*. Jakarta: Salemba Medika.

Sugiyono. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

World Health Organization (WHO). 2020. *The Global Burden of Disease study estimate that almost 800,000 people die from suicide every year*. <https://ourworldindata.org/suicide>. Diakses pada tanggal 21 Desember 2020. Pukul 10:58 WIB.

Yulianti, D. 2014. *Manajemen Stres*. Jakarta: ECG

Yusuf, Nova Riyanti . 2019. *Deteksi Dini Faktor Risiko Ide Bunuh Diri Remaja*. Disertasi : Universitas Indonesia

Yulianti, D. 2014. *Manajemen Stres*. Jakarta: ECG

Yusuf, Nova Riyanti . 2019. *Deteksi Dini Faktor Risiko Ide Bunuh Diri Remaja*. Disertasi : Universitas Indonesia