

## HUBUNGAN TINGKAT KESEPIAN DENGAN *SUICIDE IDEATION* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA

**Dina Nupita Sari<sup>1)</sup>, Sahuri Teguh Kurniawan<sup>2)</sup>, Ratih Dwilestari Puji Utami<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup>Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta,

<sup>2)3)</sup>Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

[dinanupita22@gmail.com](mailto:dinanupita22@gmail.com)

### ABSTRAK

Kesepian merupakan fenomena ketika seseorang merasakan sedikitnya perhatian yang ia terima ditambah sedikitnya hubungan sosial yang dimiliki. Tingkat ide bunuh diri yang tinggi cenderung pada individu yang mengalami kesepian. Ide bunuh diri (*suicide ideation*) merupakan pikiran negatif yang membuat seseorang memikirkan tentang kematian pada dirinya tanpa adanya niat untuk mengambil langkah mengakhiri dirinya sendiri. Bunuh diri diawali oleh sebuah ide atau pemikiran bunuh diri. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui adakah hubungan tingkat kesepian dan *suicide ideation* pada mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta. Pada mahasiswa Sarjana Keperawatan dan mahasiswa Diploma III Keperawatan angkatan 2019.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Kusuma Husada Surakarta menggunakan studi *cross sectional*. Teknik pengambilan dengan *non probability sampling* dengan jumlah sampel 231 reponden. Variabel yang diambil adalah tingkat kesepian dan *suicide ideation*.

Dari hasil analisa data didapatkan hasil rata-rata usia mahasiswa adalah 20,71 tahun. Mayoritas responden adalah perempuan (90.5%) dan laki-laki (9.5%). Tingkat kesepian pada mahasiswa memiliki mayoritas kesepian sedang (45%), sedangkan *suicide ideation* pada mahasiswa mayoritas memiliki minimal skor (67.5%) dengan faktor yang mempengaruhi. Hasil uji *spearman* diperoleh ( $p\text{-value} = 0.000$ ) berhubungan dan tingkat kekuatan ( $r = 0.466$ ) cukup.

Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan tingkat kesepian dengan *suicide ideation*. Dengan faktor yang mempengaruhi kurangnya kualitas hubungan dan memiliki *self esteem* yang tidak baik.

Kata kunci : Tingkat Kesepian, *Suicide ideation*

Daftar pustaka : 14 (2012-2021)

**THE RELATION BETWEEN THE LEVEL OF LONELINESS AND  
SUICIDE IDEATION AMONG THE STUDENTS OF UNIVERSITAS  
KUSUMA HUSADA SURAKARTA**

**Dina Nupita Sari<sup>1)</sup>, Sahuri Teguh Kurniawan<sup>2)</sup>, Ratih Dwilestari Puji Utami<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup>Student of Nursing Study Program at Kusuma Husada University Surakarta,

<sup>2)3)</sup>Lecturer of Nursing Study Program at Kusuma Husada University Surakarta

[dinanupita22@gmail.com](mailto:dinanupita22@gmail.com)

**ABSTRACT**

Loneliness is a phenomenon in which a person feels they receive a lack of attention and have little social relations. High suicide ideation commonly occurs in lonely individuals. Suicide ideation is negative thoughts which make one thinks about their death without having any intention to take steps toward ending their lives. Suicide starts with suicide ideation. The purpose of the present study was determining the relation between the level of loneliness and suicide ideation among the Bachelor Degree in Nursing and Associate's Degree in Nursing students of Universitas Kusuma Husada Surakarta.

The present study was performed in Universitas Kusuma Husada Surakarta using cross sectional method. The sampling technique was non-probability sampling with 231 respondents. The variables were level of loneliness and suicide ideation.

The data analysis showed that the average age of the students was 20.71 years old. The respondents were female (90.5%) and male (9.5%). The loneliness level of most students was moderate (45%), while the suicide ideation of most students was at least 67.5% with significant factors. The result of Spearman test is correlated p-value = 0.000 and r = 0.466 moderate strength.

The research shows that there is relation between level of loneliness and suicide ideation. The affecting factors were poor quality of relationship and poor self-esteem.

Keywords: Level of Loneliness, Suicide Ideation

Bibliography: 14 (2012-2021)

## PENDAHULUAN

Bunuh diri merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius. Ini salah satu dari dua puluh penyebab utama kematian di dunia, dengan lebih banyak kematian karena bunuh diri daripada malaria, kanker payudara, atau perang dan pembunuhan (WHO, 2019). Data terbaru 800.000 orang meninggal karena bunuh diri setiap tahun (WHO, 2019). Asia Tenggara menyumbang 39% sekitar 17,7 per 100.000 kematian bunuh diri global (WHO 2020).

Indonesia menyumbang kasus bunuh diri sebanyak 2,4 per 100.000 penduduk. (WHO, 2019). Provinsi Jawa Tengah mempunyai kasus bunuh diri terbanyak yakni 331 kasus. Angka bunuh diri dari Kepolisian Surakarta dari bulan Januari sampai Oktober terdapat 4 kasus, salah satunya mahasiswa, dikarenakan Depresi dan permasalahan keluarga. tudi pendahuluan pada mahasiswa di Perguruan Tinggi Kesehatan Surakarta pada tahun 2019 ide bunuh diri menunjukkan terdapat 32% ide bunuh diri dikarenakan mahasiswa kecewa dengan Tuhan karena masalah yang dialaminya (Khadijah, 2020).

Setiap tindakan manusia diawali proses berfikir, bunuh diri yang diawali oleh sebuah ide atau pemikiran bunuh diri (Karisma & Fridari, 2021). Ide bunuh diri (*suicide ideation*) merupakan salah satu prediktor terkuat dari upaya bunuh diri (Astuti, 2019).

Ide bunuh diri yang lebih tinggi cenderung pada individu yang mengalami kesepian, dikarenakan rasa sakit psikologis. Rasa sakit psikologis yang tidak tertahankan, dimana bunuh diri menjadi salah satu pelariannya (Ernst et al.2021). Kesepian merupakan kondisi yang umum dialami sekitar 80% dari usia pra-remaja dan 40% di usia dewasa (Cacioppo et. 2016)

Survey yang dilakukan secara *online* melibatkan 55.000 orang dari 237 negara menunjukkan 40% anak muda usia 16-24 mengalami kesepian

dibandingkan lansia di atas 75 tahun sebanyak 27% (Hammond, 2018). Hammond (2018) menjelaskan kenapa usia muda lebih banyak kesepian karena mereka kurang berpengalaman dalam mengatur emosinya jadi semua menjadi lebih intens, mereka tidak memiliki kesempatan untuk belajar bahwa kesepian sering berlalu, usia dengan berubah identitas.

Pada penelitian Aboalshamat et al. (2018) dengan 607 responden dari mahasiswa. Hasil dari penelitian ini 33,7% pernah mengalami ide bunuh selama hidup mereka 33,4% pernah mengalami ide bunuh diri selama 12 bulan terakhir dan 23,3% pernah mencoba untuk bunuh diri. Hasil selanjutnya ada hubungan yang signifikan antara kesepian dan ide bunuh diri pada mahasiswa.

Berdasarkan studi pendahuluan pada 15-20 November 2021 di Universitas Kusuma Husada Surakarta pada mahasiswa angkatan 2019 Sarjana Keperawatan dan Diploma III Keperawatan. Pada 2020 ada 1 kasus mahasiswa yang meninggal karena bunuh diri. Pada saat dilakukan wawancara mengatakan pernah mengalami kesepian dan saat ini sedang mengalami kesepian

Kesepian yang dialami mahasiswa adalah tidak memiliki hubungan yang intens seperti tidak orang yang menemani saat ada masalah, merasa sendirian, tidak memiliki pendengar. Terdapat 45% memiliki *suicide ideation* dan 55% tidak memiliki *suicide ideation*. *Suicide ideation* yang muncul karena tidak bisa memecahkan masalah, beranggapan bahwa bunuh diri adalah solusi, lelah dengan kehidupan karena respon keputusan. Mahasiswa berpendapat ada hubungan antara kesepian dengan *suicide ideation*.

Tujuan dari penelitian yaitu untuk mengetahui adakah hubungan tingkat kesepian dengan *suicide ideation* pada mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta.

## METODOLOGI

Penelitian ini dilakukan di Universitas Kusuma Husada Surakarta pada bulan Maret-April 2022. Jenis penelitian pada penelitian ini merupakan analitik dengan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini 549 mahasiswa, jumlah sampel pada penelitian ini 231 mahasiswa dengan teknik pengambilan sampel *quota sampling*.

Alat pada penelitian ini menggunakan dua kuesioner. Untuk tingkat kesepian menggunakan kuesioner UCLA *Loneliness scale version 3* dengan 4 alternatif jawaban dengan 20 pertanyaan, sedangkan *suicide ideation* menggunakan kuesioner *Adult suicide ideation questionnaire* dengan 5 alternatif jawaban dengan 23 pertanyaan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat

Tabel 1  
Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia (n=231)

	Mean	Median	min	Max	Mode
Usia	20,71	21	19	26	21

Hasil penelitian ini berdasarkan karakteristik pada tabel 1 terlihat karakteristik berdasarkan usia responden menunjukkan bahwa rata-rata 20,71 tahun dengan nilai *minimum* 19 tahun dan nilai *maximum* 26 tahun. Pada usia 16-20 dan < 54 tahun menunjukkan kesepian prediktor *suicide ideation* (McClelland et al. 2020).

Tabel 2  
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin (n=231)

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	22	9,5
Perempuan	209	90,5
Total	231	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas berjenis kelamin perempuan 209 (90,5%) dan

laki-laki sebanyak 22 (9,5%). Perempuan lebih terbuka dengan mengakui merasakan kesepian dan tekanan mental dibandingkan laki-laki (Ernst et al. 2021).

Tingkat percobaan bunuh diri perempuan memuncak pada pertengahan remaja, sedangkan laki-laki memuncak hingga dewasa. Perbedaan dalam perilaku bunuh diri dalam jenis kelamin dijelaskan karena perbedaan dalam pengelolaan emosional (Mendizabal et al. 2019).

Tabel 3  
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kesepian (n=231)

Tingkat Kesepian	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak kesepian	13	5,6
Rendah	100	44,3
Sedang	104	45,0
Berat	14	6,1
Total	231	100

Hasil penelitian ini didapatkan mayoritas mengalami kesepian sedang 104 orang (45%). Kesepian pada penelitian ini tidak pantas untuk orang lain, merasa tidak punya siapa-siapa saat terjadi masalah, merasa kosong dan perasaan tidak nyaman lainnya.

Teori Young *transitional lonelines* merupakan kesepian yang terjadi jika individu sudah puas dengan kehidupan sosialnya menjadi kesepian setelah mengalami beberapa peristiwa yang mengganggu kehidupan sosialnya, seperti kehilangan orang yang dicintai, pindah ke lokasi baru (Zufira, 2021).

Kesepian menjadi prediktor yang lebih kuat dari depresi di kemudian hari. Karena kesepian telah ditemukan ada hubungan yang erat dengan depresi dan depresi adalah terkait dengan perilaku bunuh diri, dapat dikatakan bahwa depresi memediasi adanya hubungan kesepian dengan ide bunuh diri dan lebih lanjut perilaku bunuh diri (McClelland et al. 2020).

Tabel 4

Distribusi *suicide ideation* (n=231)

<i>Suicide ideation</i>	Frekuensi	Presentase (%)
Minimal skor	156	67,5
Rendah	19	8,2
Sedang	19	8,2
Tinggi	37	16
Total	231	100

Hasil penelitian ini di dapatkan mayoritas memiliki minimal skor 156 orang (67,5%), minimal skor merupakan skor yang tidak memiliki indikasi adanya *suicide ideation* (ide bunuh diri). Faktor yang mempengaruhi ide bunuh diri pada responden adalah pengelolaan emosi, tidak memiliki kualitas yang baik dengan orang lain, tidak memiliki makna hidup, stress dalam akademik, penyakit mental yang memperparah masalah yang dirasakan responden dan masalah keluarga.

Gangguan emosi mendasari timbulnya ide bunuh diri (*suicide ideation*). Gangguan emosi didefinisikan sebagai sekumpulan emosi negatif yang di alami individu, termasuk kesepian. Setelah gangguan emosi hadir, masalah-masalah hubungan sosial dengan orang lain, termasuk dukungan sosial yang rendah, dapat menyebabkan ide bunuh diri menguat (Astuti, 2019).

## 2. Analisa Bivariat

Tabel 5  
Uji *Spearman*

Variabel	R	p-value
Tingkat kesepian dengan <i>suicide ideation</i>	0,466	0,000

Ket: Uji Korelasi *Spearman* \*nilai signifikan  $p < 0,05$

Berdasarkan uji *spearman* didapatkan nilai *p-value* 0,000 ( $<0,05$ ), dengan koefisien korelasi sebesar 0,466 dengan tingkat

kekuatan cukup. Dimana  $H_0$  ditolak  $H_a$  bahwa ada hubungan tingkat kesepian dengan *suicide ideation* pada Mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta. Pada penelitian ini bahwa jika orang yang mengalami kesepian bisa memiliki ide bunuh diri karena tidak memiliki hubungan yang berkualitas dengan lingkungan sosial maupun tidak memiliki *self esteem* yang tidak baik.

Tingkat ide bunuh diri yang lebih tinggi cenderung pada individu yang mengalami kesepian (Ernst et al., 2021). Ide bunuh diri muncul ketika rasa memiliki tidak ada, kebutuhan menjadi bagian dari kelompok tidak ada dan menunjukkan kesepian dan ide bunuh diri ada kaitannya, terlepas dari populasi, pendapatan, maupun gejala penyakit mental (Orden et al. 2012)

Kesepian membuat perasaan tidak menyenangkan bahkan isolasi sosial. Perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan ini, bila individu tidak memiliki coping stress yang baik bisa saja membuat individu berfikir untuk ide bunuh diri (*suicide ideation*) dan mengarah ke resiko bunuh diri (Aboalshamat et al. 2018).

Mahasiswa saat memasuki perguruan tinggi menghadapi banyak tantangan, merupakan masa transisi psikologis, sosial dan lingkungan disertai berada di tempat yang jauh dari orang tua dan rumah. Mahasiswa yang menghadapi kesulitan dalam beradaptasi di lingkungan akademik memiliki kecenderungan dalam kesepian dan putus asa. Ide bunuh diri juga dapat terjadi pada masa transisi ini (Paula et al. 2020).

## KESIMPULAN

1. Hasil karakteristik usia responden menunjukkan rata-rata (*mean*) pada penelitian ini ber usia 20,71 tahun. Karakteristik jenis kelamin

mayoritas perempuan 209 orang (90,5%).

2. Tingkat kesepian pada penelitian ini mengalami kesepian sedang 104 orang (45%).
3. *Suicide ideation* pada penelitian ini mendapatkan mayoritas minimal skor 156 orang (67,5%), minimal skor merupakan skor yang tidak memiliki indikasi adanya *suicide ideation* (ide bunuh diri).
4. Ada hubungan tingkat kesepian dengan *suicide ideation* pada mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta dengan nilai *p-value* 0,000.

#### SARAN

1. Bagi Tempat Penelitian  
Diharapkan menjadi gambaran mengenai kesepian dengan ide bunuh diri pada mahasiswa, dan diharapkan pula ada tindakan baru untuk menolong mahasiswa-mahasiswa yang rentang dengan mempunyai ide bunuh diri.
2. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan menjadi sumber atau bahan ajar di institusi pendidikan
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan menjadi gambaran baru, terhadap peneliti tentang kesepian dan ide bunuh diri di kalangan mahasiswa. Dan diharapkan pula penelitian ini bisa dikembangkan dan dapat bermanfaat untuk penelitian selanjutnya.
4. Bagi Mahasiswa  
Diharapkan bagi responden dapat memberi gambaran dan informasi lebih tentang kesehatan mental. Dan diharapkan pula tidak mengambil tindakan yang singkat. Bahwa masih ada jalan keluar dari stressor yang diterima

responden selain mengakhiri hidup.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Aboalshamat, Khalid., Salman, Wejdan., Almehtan, Razan., Maghrabi, Amal., Alamoudi Khadija., Najjar, Amani., Alshehri, Aeshah. (2018). The Relationship between Loneliness and Suicide Ideation in Private Medical and Dental Students in Jeddah, Saudi Arabia. *Journal of International Medicine and Dentistry*. Vol 5(1), No 11-19. diakses 30 November 2021  
<https://doi.org/10.18320/JIMD/01805.0111>
2. Astuti, Yulianti Dwi .(2019). Kesepian dan Ide Bunuh Diri di Kalangan Tenaga Kerja Indonesia. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*. Vol 24, No 1. diakses 28 Oktober 2021  
<https://journal.uui.ac.id/Psikologi/ka/article/view/14083>
3. Cacioppo, Stephanie., Grippo, Angela J., Londo, Sarah., Goossens, Luc., Cacioppo, John T. (2016). Loneliness Clinical Import and Intervention. *Perspective on psychological science*. 10(2), 238-249. diakses 15 November 2021  
<https://doi.org/10.1177/1745691615570616>
4. Ernst, Mareike., Klein, Eva M., Beutel, Manfred E., Braehler, Elmar. (2021). Gender specific

- associations of loneliness and suicidal ideation in a representative population sample: Young, lonely men are particularly at risk. *Journal of Affective Disorders*. 294, 63–70. diakses 28 Oktober 2021  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.06.085>
5. Hammond, C. (2018). *Who feels lonely? The results of the world largest loneliness study*. diakses 10 Februari 2022  
[https://www.bbc.co.uk/progamers/articles/2yzhfv4DvqVp5nZyxBD8G2\\_3/who-feels-lonely-teh-results-of-the-world-s-targets-loneliness-study](https://www.bbc.co.uk/progamers/articles/2yzhfv4DvqVp5nZyxBD8G2_3/who-feels-lonely-teh-results-of-the-world-s-targets-loneliness-study)
  6. Karisma, Ni Wayan Putri Cempaka & Fridari, I Gusti Ayu Diah. Gambaran Pengembangan Ide Bunuh Menuju Upaya Bunuh Diri. (2021). *Journal of Psychology and Humanities*. Vol 2, No 1. diakses 30 November 2021  
<https://ejournal.uinsuska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/9904>
  7. Khadijah, Siti. (2020). "Pengaruh Spiritual Problem Solving Berbasis Web Terhadap Pencegahan Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Di Surakarta". Thesis M. Kep. Universitas Airlangga Surabaya
  8. McChlelland, Heather., Evan Jonathan J., Nowland, Rebecca., Ferguson, Eamonn., O'Connor, Rory C., (2020). Loneliness as a predictor suicidal ideation and behavior a systematic review and meta-analysis of prospectivestudies. *Journal of affective disorders*. 274, 880-896. diakses 6 Januari 2022  
<https://doi.org/10.1616/j.jad.2020.05.004>
  9. Mendizabal, Andrea Miranda., Castellvi, Pere., Badell, Oleguer Peres., Alayo, Itxaso., Almenara, Jose., Alonso, Iciar., Blasco Maria Jesus., Cebria, Annabel., Gabilondo, Andrea., Gili, Margalida., Lagares, Carolina., Piqueras Jose Antonio., Jimenez, Tiscar Rodriguez., Marin, Jesus Rodriguez., Roca, Miquel., Sanz, Vitoria Soto., Vilagut, Gemma., Jordi Alonso. Gender differences in suicidal behavior in adolescents and young adults: systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *International Journal of Public*

- Health*. Vol 64 Hal 265-283.  
diakses 06 Juni 2022  
<https://doi.org/10.1007/s00038-018-1196-1>
10. Orden, Kimberly A. Van., Cukrowic, Kelly C., Witte, Tracy K., Junior, Thomas E. Joiner. (2012). Thwarted Belongingness and Perceived Burdensomeness: Construct Validity and Psychometric Properties of the Interpersonal Needs Questionnaire. *National Institutes Of Health*. 24(1) 197-215  
<https://doi.10.1037/a0025358>
11. Paula, Waleria De., Brequez, Gustavo Silveira., Machado, Elaine Leandro., Meireles, Adriana Lucia. (2020). Prevalence of anxiety, depression and suicide ideation symptoms among university students: a systematic review. *Brazilian journal of health review*. 3, 4. Dikases 19 Mei 2022  
<https://doi.org/10.34119/bhjr3n4>
12. World Health Organization (WHO) (2019). *Suicide worldwide in 2019*. diakses 9 Februari 2022  
<https://www.who.int/publication/i/item/9789240026643>
13. World Health Organization (WHO) .(2020). *Mental health, suicide prevention needs greater attention during pandemic*. dikases 28 Oktober 2021  
<https://www.who.int/southeastasia/news/detail/02-07-2020-mental-health-suicide-prevention-needs-greater-attention-during-pandemic-who>
14. Zufira, Lufi .(2021). “Hubungan kesepian dengan perilaku *cyberbullying* di media pada mahasiswa”. Skripsi S.Psi. Universitas Islam Negeri Syarif Kasimariau Pekanbaru