

Hubungan Antara Kesepian dengan Ide Bunuh Diri Pada Dewasa Awal

VICKIE MAULANA ABDUL HALIM & ATIKA DIAN ARIANA
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Permasalahan terkait kesehatan mental merupakan permasalahan yang sedang berkembang pada rentang usia dewasa awal di dunia. Pada masa dewasa awal, bunuh diri merupakan penyebab kematian tertinggi kedua setelah kecelakaan. Dilansir dari World Health Organizations, Indonesia menempati peringkat kedua se Asia Tenggara pada tingkat bunuh diri. Dikarenakan kompleksnya permasalahan bunuh diri, terdapat banyak faktor resiko yang dapat berkontribusi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan ide bunuh diri pada dewasa awal. Studi ini memiliki sampel yang terdiri dari 67 individu dengan rentang usia 20 hingga 30 tahun (18 laki-laki, 49 perempuan). Untuk mengukur keadaan partisipan, digunakan alat ukur UCLA Loneliness Scale Version-3 dan juga Adults Suicidal Ideation Questionnaire. Data dianalisis dengan cara korelasi matriks pada Jamovi versi 2.3.28. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesepian berdampak positif signifikan terhadap ide bunuh diri pada dewasa awal ($p < 0,001$; $r = 0,559$). Dengan kata lain, tingkat kesepian yang tinggi dapat memprediksi tingkat ide bunuh diri yang tinggi pula pada usia dewasa awal.

Kata kunci: Kesepian, Ide Bunuh Diri, Dewasa Awal

ABSTRACT

Problems regarding mental health are a growing problem in the early adulthood range in the world. In the early adulthood phase, suicide are second leading cause of deaths after accidents. According to World Health Organizations, Indonesia is second place on suicide deaths in Southeast Asia in 2019. Due to the complexity of the issue, there are multiple risk factors that can contribute to suicide deaths. The aim of this study is to examine the relationship between loneliness and suicidal ideation among early adult individuals. The study sample was comprised of 67 Indonesians with age from 20 to 30 years old (18 males, 49 females). UCLA Loneliness Scale Version-3 and Adults Suicidal Ideation Questionnaire was used to measure the state of the participants. Data was analyzed using correlation matrix on Jamovi ver 2.3.28. The results of the study indicates that loneliness has significant positive impact on suicidal ideations in early adults ($p < 0,001$; $r = 0,559$). In other words, high levels of loneliness can predict high levels of suicidal ideation among early adults.

Keywords: Loneliness, Suicidal Ideation, Young Adult

PENDAHULUAN

Permasalahan terkait kesehatan mental merupakan permasalahan yang sedang berkembang pada rentang usia dewasa pada seluruh penjuru dunia (World Health Organization, 2013). Pada usia dewasa awal, bunuh diri merupakan penyebab kematian tertinggi urutan kedua setelah kecelakaan (Centers for Disease Control & Prevention, 2014). Bunuh diri merupakan permasalahan serius yang saat ini menjadi perhatian dari penduduk global. Pada wilayah Asia Tenggara dalam naungan WHO, Indonesia sendiri menempati urutan kedua dalam wilayah tersebut dengan 6.544 kasus selama tahun 2019.

Ide untuk bunuh diri atau *suicidal ideation* merupakan hal kolektif mulai dari berpikiran untuk mengakhiri nyawa diri sendiri, hingga membuat rencana, hingga melakukan percobaan bunuh diri yang tidak fatal, hingga mengakhiri nyawa sendiri (Pervin & Ferdowshi, 2016). Kisaran dari *suicidal ideation* sangat bervariasi mulai dari pemikiran sekilas, pemikiran berkelanjutan, perencanaan mendetail, bermain peran seperti berdiri di atas kursi dengan jerat, hingga melakukan percobaan bunuh diri (Pervin & Ferdowshi, 2016). *Suicidal ideation* atau ide bunuh diri sering diasosiasikan dengan gejala depresi dengan tingkat yang lebih tinggi, rasa putus asa, serta rasa kesepian atau mengalami isolasi sosial (Lebret dkk., 2006). Studi yang dilakukan oleh Page dkk (2006) menunjukkan adanya faktor resiko yang diasosiasikan dengan bunuh diri seperti putus asa, kesepian, serta faktor lain seperti kognitif, psikologis, dan juga faktor sosial.

Survey yang dilakukan oleh *YouGov* pada tahun 2019 menyebutkan bahwa kelompok dengan rentang usia 18-24 tahun memiliki tingkat prevalensi melakukan ide bunuh diri lebih tinggi yaitu sebesar 33% dibandingkan dengan kelompok usia lainnya seperti kelompok usia 55 tahun ke atas yang mempunyai prevalensi sebesar 23%. Selain itu, dalam survey yang sama, *YouGov* juga mengungkapkan bahwa sejumlah 27% penduduk di Indonesia telah memiliki pikiran untuk bunuh diri, 21% jarang mengalami pemikiran untuk bunuh diri, dan sejumlah 6% sering mengalami pemikiran tersebut. Penelitian lain yang dikeluarkan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa di Indonesia (2021) juga menyebutkan bahwa 85,1% individu yang berusia 18-29 tahun dari 1201 responden mempunyai permasalahan dengan bunuh diri dan sebanyak 52% responden mempunyai pemikiran untuk mati. Peltzer dan kawan-kawan (2022) dalam penelitiannya yang meliputi negara di Asia Tenggara juga menyebutkan bahwa Indonesia memiliki prevalensi ide bunuh diri sebesar 6,9%.

Pervin dan Ferdowshi (2016) mengungkapkan bahwa ide bunuh diri biasanya diasosiasikan dengan adanya gejala depresi pada individu, tetapi terdapat faktor lain yang dapat membuat individu mempunyai ide untuk bunuh diri seperti adanya masalah kesehatan mental lain, permasalahan dalam kehidupan, serta permasalahan keluarga dapat meningkatkan resiko individu mempunyai ide untuk bunuh diri. Shain (2007) juga mengungkapkan bahwa masalah kesehatan mental merupakan faktor resiko individu dapat memiliki ide bunuh diri yang meliputi depresi, gangguan bipolar, penyalahgunaan atau ketergantungan zat, psikosis, gangguan stres pasca trauma, serangan panik, hingga riwayat agresi, impulsif, atau kemarahan. Permasalahan atau peristiwa kehidupan yang negatif seperti kematian orang terdekat, bencana alam atau kecelakaan, paparan kekerasan baik secara fisik maupun seksual juga dapat meningkatkan resiko individu mempunyai ide bunuh diri (Conwell dkk, 2011).

Penelitian Hooven, Snedker, dan Thompson (2012) menunjukkan bahwa riwayat ide bunuh diri di masa remaja merupakan faktor resiko utama pada individu dalam rentang usia dewasa awal. Faktor yang mendorong munculnya ide bunuh diri ini adalah faktor sosial dimana dalam transisi antara remaja dan dewasa awal, individu mengalami perubahan pada konteks dan situasi sosial yang dialami. Individu yang tidak beradaptasi dengan baik pada konteks sosial tersebut akan mengalami kegagalan dalam membangun hubungan sosial yang baik sehingga menyebabkan individu akan menghabiskan waktunya dalam kesendirian atau terisolasi yang kemudian dikaitkan sebagai faktor resiko bunuh diri pada dewasa awal (Johnson dkk, 2002). Sejalan dengan penelitian tersebut Drum dan kawan-kawan (2009) mengungkapkan bahwa faktor hubungan interpersonal mempunyai kontribusi terhadap ide bunuh diri seperti hubungan pada keluarga, teman sebaya, dan juga hubungan romantis. Apabila individu mempunyai masalah interpersonal, maka individu tersebut akan kehilangan dukungan dari konteks sosial di sekitar individu sehingga dapat memunculkan ide untuk bunuh diri.

Kesepian didefinisikan sebagai situasi dimana hubungan sosial seorang individu terasa kurang dalam hal yang penting baik secara kualitatif maupun kuantitatif (Perlman & Peplau, 1981). Perbedaan antara isolasi sosial dan juga kesepian merupakan hal penting yang harus digarisbawahi. Isolasi sosial dapat terlihat secara langsung oleh orang lain yang dapat ditinjau dari kurangnya kedekatan secara sosial dan keterikatan dengan orang lain, walaupun individu tersebut belum tentu merasa sendiri. Secara kontras, kesepian merupakan keadaan psikologis secara subjektif yang diidentifikasi berdasarkan introspeksi dan dengan demikian menggabungkan individu yang merasa kesepian dalam keramaian (Bondevik & Skogstad, 1998).

Kesepian mempunyai dampak yang cukup luas baik secara fisik ataupun psikologis. Kesepian seringkali berdampak pada penurunan kesejahteraan psikologis individu, depresi, gangguan tidur, serta gangguan nafsu makan (Gierveld, 1998). Selain itu, kesepian juga berdampak pada menurunnya interaksi dengan orang lain, mekanisme koping yang pasif, gangguan psikosomatik, dan juga mortalitas (Cosan, 2014). Pada aspek fisik, kesepian juga berdampak pada gangguan kardiovaskular, malnutrisi, penurunan kualitas tidur, penurunan kognitif, dan dapat menyebabkan kematian (Yang dkk, 2016; Momtaz dkk, 2012; Yu dkk 2017; Donovan dkk, 2017; Hold-Lunstad dkk, 2015).

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan di atas, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut terkait hubungan antara kesepian dengan ide bunuh diri pada dewasa awal. Dalam penelitian ini, pertanyaan yang ingin diajukan adalah bagaimana kesepian berhubungan dengan ide bunuh diri pada dewasa awal.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data. Kuesioner disebar dengan menggunakan media daring yaitu melalui google form. Penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih. Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan ide bunuh diri pada dewasa awal.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal dengan rentang usia 20 hingga 30 tahun yang pernah atau sedang memiliki ide untuk bunuh diri. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *purposive sampling* dalam pengambilan subjek. Purposive sampling merupakan metode pemilihan subjek penelitian yang sesuai dengan karakteristik pada penelitian yang dilakukan. Penentuan jumlah sampel menggunakan aplikasi *G-Power* dengan pengaturan *correlation bivariate normal model*. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, untuk mendapatkan *statistical power* 80% dengan asumsi $\alpha = 0,05$ dibutuhkan minimal partisipan sejumlah 61. Partisipan penelitian diwajibkan mengisi *informed consent* yang terdapat pada kuesioner yang disediakan.

Pengukuran

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesepian adalah *UCLA Loneliness Scale Version-3* yang dikembangkan oleh Russell dan kawan-kawan (1980) dan telah diadaptasi oleh Kamila (2019) yang memiliki reliabilitas baik ($\alpha = 0,719$). Alat ukur ini mempunyai 4 poin skala yang terdiri dari tidak pernah, jarang, kadang-kadang, hingga sering dengan poin 1 hingga 4. Scoring alat ukur ini dilakukan dengan cara menambahkan setiap poin pada masing-masing aitem dengan skor minimal 20 dan skor maksimal 80. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur ide bunuh diri adalah *Adult Suicidal Ideation Questionnaire* yang dikembangkan oleh William M. Reynolds (1991) dan telah diadaptasi oleh Putri dan Arbi (2023) yang memiliki reliabilitas baik ($\alpha = 0,975$). Alat ukur ini mempunyai 7 poin skala dengan rentang 0-6 dimana 0 Tidak pernah memiliki pemikiran tersebut, 1 = Pernah memiliki pemikiran ini sebelumnya, tapi tidak dalam sebulan terakhir, 2 = Sekali dalam sebulan, 3 = Beberapa kali dalam sebulan, 4 = Sekali dalam seminggu, 5 = Beberapa kali dalam seminggu, serta 6 = Hampir setiap hari. Skor total yang dimiliki oleh alat ukur ini adalah 150 poin.

Analisis Data

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada hubungan antara variabel bebas (X) yang dalam penelitian ini merupakan kesepian dengan variabel terikat (Y) yang merupakan ide bunuh diri pada dewasa awal. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis statistik korelasi Spearman's rho. Proses analisis akan dilakukan dengan menggunakan bantuan *software* Jamovi versi 2.3.28.

HASIL PENELITIAN

Partisipan penelitian ini terdiri dari 67 partisipan dengan rentang usia 20-30 tahun ($M=22,7$; $SD=1,98$), sebagian besar perempuan (73,1%). Hasil analisis deskriptif menunjukkan partisipan mempunyai nilai kesepian pada rentang 28 hingga 69 poin ($M=54,5$; $SD=10,1$). Nilai ide bunuh diri pada rentang 1 hingga 141 poin ($M=61,6$; $SD=39,4$). Hasil uji hipotesis dengan analisis statistik korelasi menunjukkan bahwa variabel kesepian memiliki hubungan positif signifikan dengan kekuatan sedang (Spearman's $\rho=0,559$; $p\text{-value}<0,001$).

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis korelasi yang telah dilakukan, terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan sedang antara kesepian dengan ide bunuh diri pada dewasa awal. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kesepian yang dimiliki oleh seseorang maka semakin tinggi pula tingkat ide bunuh diri yang dimiliki. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Chang dkk (2017) dimana kesepian merupakan prediktor positif pada gejala depresi dan juga ide bunuh diri. Dunkel-Schetter dan Lobel (1990, dalam Chang dkk, 2017) mengungkapkan bahwa individu dalam rentang usia dewasa awal yang merasa kesepian serta mengalami keterputusan sosial terhadap orang lain pada masa perkembangan menuju kedewasaan dapat memiliki pemahaman bahwa keberadaan mereka merupakan hal yang kurang penting bagi orang lain sehingga hal tersebut dapat meningkatkan resiko ide bunuh diri secara umum.

Astuti (2019) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa kesepian secara signifikan terkait dengan ide bunuh diri pada pekerja migran Indonesia. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa terdapat aspek lain yang mempengaruhi seperti jenis pekerjaan, usia, dan juga jenis kelamin. Dalam penelitian lain, Ernst dkk (2020) menunjukkan bahwa kesepian merupakan prediktor dari gejala kecemasan parah dan juga ide bunuh diri pada penyintas kanker anak jangka panjang. Stickley dan Koyanagi (2016) menyatakan bahwa kesepian dapat diasosiasikan dengan ide bunuh diri serta permasalahan kesehatan mental umum seperti episode depresi, campuran kecemasan dan depresi, gangguan kecemasan umum, gejala panik, fobia, dan juga *obsessive compulsive disorder*. Penemuan tersebut sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Perlman dan Peplau (1981) bahwa kesepian mempunyai dampak yang signifikan pada individu. Dampak tersebut dibagi menjadi empat kategori yaitu dampak afektif, dampak motivasional kognitif, dampak perilaku, serta dampak sosial. Pada dampak afektif, kesepian merupakan pengalaman tidak nyaman yang dialami oleh individu. Dampak afektif dari kesepian pada individu adalah rasa ketidakpuasan, kecemasan, perilaku agresi secara interpersonal seperti marah, menutup diri, kosong, dan canggung, serta dampak afektif lain seperti tidak bahagia dan lebih pesimistis dalam hidup. Pada dampak motivasional kognitif, individu dapat mengalami hal seperti rasa putus asa dalam hidup, kehilangan arti dalam hidup, rasa lelah tanpa penyebab, serta kehilangan semangat. Pada dampak perilaku, individu yang berada dalam kesepian biasanya memunculkan perilaku seperti perilaku submisif, asertivitas menurun, perilaku alkoholik, serta mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan atau kesepian yang dialami oleh individu.

SIMPULAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kesepian dengan ide bunuh diri pada dewasa awal. Kekuatan korelasi pada kesepian dengan ide bunuh diri pada dewasa awal adalah cenderung sedang, sehingga dapat diartikan bahwa kesepian memberikan dampak yang sedang pada ide bunuh diri di individu dengan rentang usia dewasa awal. Hubungan korelasi tersebut mempunyai arah positif, dimana semakin tinggi tingkat kesepian yang dimiliki oleh individu, maka semakin tinggi pula tingkat ide bunuh diri dan berlaku sebaliknya.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah penelitian dengan topik serupa dapat mempertimbangkan aspek lain yang sekiranya dapat mempengaruhi hubungan antara kesepian dengan ide bunuh diri. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan untuk menggunakan sampel lebih besar agar dapat merepresentasikan subjek secara lebih baik.

Individu yang sedang memiliki ide bunuh diri diharapkan untuk mulai membangun atau memperbaiki hubungan dengan orang terdekat atau orang yang dipercaya dimulai dari membangun percakapan sederhana terkait keseharian hingga menceritakan hal yang mendalam secara bertahap.

Untuk kerabat atau teman dekat diharapkan dapat meluangkan waktunya untuk mengenal individu secara lebih dalam dan memberikan perhatian apabila individu sedang mengutarakan pendapat atau keluh kesah yang sedang dialami sehingga individu tidak merasa sendirian serta menghindari berkembangnya ide bunuh diri yang dimiliki oleh individu.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT, keluarga, dan juga teman-teman yang telah mendukung peneliti selama proses penelitian berlangsung. Penulis juga berterima kasih kepada dosen pembimbing yang selama ini membantu dan membimbing untuk melaksanakan penyusunan artikel ini

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Vickie Maulana Abdul Halim dan Atika Dian Ariana tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Astuti, Y. D. (2019). Kesepian dan ide bunuh diri di kalangan tenaga kerja Indonesia. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(1), 35-58.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Belajar.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Bondevik, M., & Skogstad, A. (1998). The oldest old, ADL, social network, and loneliness. *Western Journal of Nursing Research*, 20(3), 325-343.
- Brezo, J., Paris, J., & Turecki, G. (2006). Personality traits as correlates of suicidal ideation, suicide attempts, and suicide completions: A systematic review. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 113(3), 180–206. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2005.00702.x>

- Centers for Disease Control and Prevention [CDC]. (2014). [Graphic representation of 10 leading causes of death in the United States in 2014, for both sexes]. Leading causes of death reports, National and regional, 1999–2014. Retrieved from http://webappa.cdc.gov/sasweb/ncipc/leadcaus10_us.html
- Chang, E. C., Wan, L., Li, P., Guo, Y., He, J., Gu, Y., Wang, Y., Li, X., Zhang, Z., Sun, Y., Batterbee, C. N.-H., Chang, O. D., Lucas, A. G., & Hirsch, J. K. (2017). Loneliness and Suicidal Risk in Young Adults: Does Believing in a Changeable Future Help Minimize Suicidal Risk Among the Lonely? *The Journal of Psychology*, 151(5), 453–463. <https://doi.org/10.1080/00223980.2017.1314928>
- Conwell, Y., Van Orden, K., & Caine, E. D. (2011). Suicide in older adults. *Psychiatric Clinics*, 34(2), 451-468.
- Coşan, D. (2014). An evaluation of loneliness. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 1(1), 103-110.
- Desk, N. (2020, November 5). Lifestyle: The Jakarta Post. Retrieved from The Jakarta Post Website: <https://www.thejakartapost.com/life/2020/11/05/covid-19-pandemic-changes-friendships-around-globe.html>
- Donovan, N. J., Wu, Q., Rentz, D. M., Sperling, R. A., Marshall, G. A., & Glymour, M. M. (2017). Loneliness, depression and cognitive function in older U.S. adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 32(5), 564–573. <https://doi.org/10.1002/gps.4495>
- Drum, D. J., Brownson, C., Burton Denmark, A., & Smith, S. E. (2009). New data on the nature of suicidal crises in college students: Shifting the paradigm. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(3), 213–222. <https://doi.org/10.1037/a0014465>
- Duprey, E. B., Oshri, A., & Liu, S. (2019). Childhood maltreatment, self-esteem, and suicidal ideation in a low-SES emerging adult sample: The moderating role of heart rate variability. *Archives of suicide research*, 23(2), 333-352.
- Ernst, M., Brähler, E., Wild, P. S., Faber, J., Merzenich, H., & Beutel, M. E. (2021). Loneliness predicts suicidal ideation and anxiety symptoms in long-term childhood cancer survivors. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 21(1), 100201. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.10.001>
- Gierveld, J. d. (1998). A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in clinical gerontology*, 8(1), 73-80.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical psychology review*, 26(6), 695-718.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 227–237. <https://doi.org/10.1177/1745691614568352>
- Hooven, C., Snedker, K. A., & Thompson, E. A. (2012). Suicide risk at young adulthood: Continuities and discontinuities from adolescence. *Youth & Society*, 44(4), 524-547.
- Horigian, V. E., Schmidt, R. D., & Feaster, D. J. (2021). Loneliness, mental health, and substance use among US young adults during COVID-19. *Journal of psychoactive drugs*, 53(1), 1-9.
- Hutchison, B., Leigh, K. T., & Wagner, H. H. (2016) Young adulthood: Emotional and social development. In *Human Growth and development across the lifespan: Applications for counselors*. (pp. 415-442). John Wiley & Sons, Inc.
- Johnson, J. G., Cohen, P., Gould, M. S., Kasen, S., Brown, J., & Brook, J. S. (2002). Childhood adversities, interpersonal difficulties, and risk for suicide attempts during late adolescence and early adulthood. *Archives of general psychiatry*, 59(8), 741-749.
- Joiner, T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Kamila, A. N. (2019). *Hubungan antara Dukungan Sosial dan Self-Verification terhadap Kesepian pada Mahasiswa Baru*. Surabaya: Universitas Airlangga
- Klonsky, E. D., May, A. M., & Saffer, B. Y. (2016). Suicide, Suicide Attempts, and Suicidal Ideation. *Annual Review of Clinical Psychology*, 12(1), 307–330. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-021815-093204>
- Knight, R. (2017). Emerging adulthood and nonlinear dynamic systems theory. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 70(1), 74-81.

- Lasgaard, M., Goossens, L., & Elklit, A. (2011). Loneliness, Depressive Symptomatology, and Suicide Ideation in Adolescence: Cross-Sectional and Longitudinal Analyses. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(1), 137–150. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9442-x>
- Lebret, S., Perret-Vaille, E., Mulliez, A., Gerbaud, L., & Jalenques, I. (2006). Elderly suicide attempters: characteristics and outcome. *International Journal of Geriatric Psychiatry: A journal of the psychiatry of late life and allied sciences*, 21(11), 1052-1059.
- Libera, H., & Malina, A. (2011). Developmental Tasks of Early Adulthood in The Light of Psychology of Human Development (pp. 39-57).
- Momtaz, Y. A., Hamid, T. A., Yusoff, S., Ibrahim, R., Chai, S. T., Yahaya, N., & Abdullah, S. S. (2012). Loneliness as a Risk Factor for Hypertension in Later Life. *Journal of Aging and Health*, 24(4), 696–710. <https://doi.org/10.1177/0898264311431305>
- Montgomery, M. J. (n.d.). Psychosocial Intimacy and Identity: From Early Adolescence to Emerging Adulthood. *Journal of Adolescent Research*.
- Neuman, W. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches Seventh Edition*. Pearson Education Limited.
- Olatunji, O. A., Idemudia, E. S., & Olawa, B. D. (2020). Family support, self-efficacy and suicidal ideation at emerging adulthood: a mediation analysis. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 920-931.
- Page, R. M., Yanagishita, J., Suwanteerangkul, J., Zarco, E. P., Mei-Lee, C., & Miao, N. F. (2006). Hopelessness and loneliness among suicide attempters in school-based samples of Taiwanese, Philippine and Thai adolescents. *School psychology international*, 27(5), 583-598.
- Papadopoulou, A., Efstathiou, V., Yotsidi, V., Pomini, V., Michopoulos, I., Markopoulou, E., ... & Gournellis, R. (2021). Suicidal ideation during COVID-19 lockdown in Greece: Prevalence in the community, risk and protective factors. *Psychiatry Research*, 297, 113713.
- Peltzer, K., Yi, S., & Pengpid, S. (2017). Suicidal behaviors and associated factors among university students in six countries in the Association of Southeast Asian Nations (ASEAN). *Asian journal of psychiatry*, 26, 32-38.
- Pereira, A. S., Wilhelm, A. R., Koller, S. H., & Almeida, R. M. M. D. (2018). Fatores de risco e proteção para tentativa de suicídio na adulez emergente. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(11), 3767-3777.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia. (2021). Masalah Psikologis 2 Tahun Pandemi Covid-19 di Indonesia. Retrieved from PDSKJI: <https://www.pdskji.org/home>
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal relationships*, 3, 31-56.
- Pervin, M. M., & Ferdowshi, N. (2016). Suicidal ideation in relation to depression, loneliness and hopelessness among university students. *Dhaka University Journal of Biological Sciences*, 25(1), 57–64. <https://doi.org/10.3329/dujbs.v25i1.28495>
- Petitte, T., Mallow, J., Barnes, E., Petrone, A., Barr, T., & Theeke, L. (2015). A Systematic Review of Loneliness and Common Chronic Physical Conditions in Adults. *The Open Psychology Journal*, 8(1), 113–132. <https://doi.org/10.2174/1874350101508010113>
- Polanco-Roman, L., & Miranda, R. (2013). Culturally related stress, hopelessness, and vulnerability to depressive symptoms and suicidal ideation in emerging adulthood. *Behavior therapy*, 44(1), 75-87.
- Ponizovsky, A. M., & Ritsner, M. S. (2004). Patterns of loneliness in an immigrant population. *Comprehensive Psychiatry*, 45(5), 408–414. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2004.03.011>
- Putri, R. A., & Arbi, D. K. A. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Ide Bunuh Diri pada Emerging Adult. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 2(1), 89–98. <https://doi.org/10.57096/blantika.v2i1.71>
- Reynolds, W. M. (1991). Adult suicidal ideation questionnaire. *Psychological Assessment*.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Sacco, W. P., & Vaughan, C. A. (2014). Depression and the response of others: A social-cognitive interpersonal process model. In *The interpersonal, cognitive, and social nature of depression* (pp. 101-132). Routledge.
- Santrock, John W. (2018). *Life-span development* (Ed.14). New York: McGraw-Hill.

- Shain, B. N., & Committee on Adolescence. (2007). Suicide and suicide attempts in adolescents. *Pediatrics*, 120(3), 669-676.
- Song, H.-B., & Lee, S.-A. (2016). Socioeconomic and lifestyle factors as risks for suicidal behavior among Korean adults. *Journal of Affective Disorders*, 197, 21–28. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.02.035>
- Stickley, A., & Koyanagi, A. (2016). Loneliness, common mental disorders and suicidal behavior: Findings from a general population survey. *Journal of Affective Disorders*, 197, 81–87. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.02.054>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta
- Syed, M., & McLean, K. C. (2017, April 24). Erikson's Theory of Psychosocial Development. <https://doi.org/10.4135/9781483392271.n178>
- Tyler, S. (2020). *Human Behavior and the Social Environment I*. University of Arkansas.
- Vancampfort, D., Hallgren, M., Firth, J., Rosenbaum, S., Schuch, F. B., Mugisha, J., Probst, M., Van Damme, T., Carvalho, A. F., & Stubbs, B. (2018). Physical activity and suicidal ideation: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 225, 438–448. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.08.070>
- Weissbourd, R., Batanova, M., Lovison, V., & Torres, E. (2021). Loneliness in America. *Harvard Making Caring Common*, 1-13.
- World Health Organization [WHO]. (2013). *Mental health action plan 2013–2020*. Geneva, Switzerland: Author
- World Health Organization [WHO]. (2021). *Suicide Worldwide in 2019: Global Health Estimates*. Geneva, Switzerland: Author
- Yang, Y. C., Boen, C., Gerken, K., Li, T., Schorpp, K., & Harris, K. M. (2016). Social relationships and physiological determinants of longevity across the human life span. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 113(3), 578-583.
- YouGov. (2019, June). A quarter of Indonesian have experienced suicidal thoughts. *YouGov Omnibus*.
- Young, J. E. (1982). Loneliness, Depression and Cognitive Therapy: Theory and Application. In L. A. Peplau, & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy* (pp. 1-18). New York: Wiley.
- Yu, B., Steptoe, A., Niu, K., Ku, P.-W., & Chen, L.-J. (2018). Prospective associations of social isolation and loneliness with poor sleep quality in older adults. *Quality of Life Research*, 27(3), 683–691. <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1752-9>