

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Menempuh dan menyelesaikan pendidikan tinggi di universitas yang terakreditasi merupakan keinginan banyak siswa. Bahkan beberapa dari mereka mempersiapkan diri dengan sebaik mungkin untuk dapat diterima di universitas impian mereka. Berdasarkan klasifikasi klaster yang dilakukan oleh Kementerian Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi, ada sebanyak 13 perguruan tinggi di Indonesia yang termasuk dalam klaster 1, dan ketigabelas universitas tersebut terletak di kota-kota besar di Indonesia. Demi menggapai impian tersebut, mereka memutuskan untuk merantau ke luar daerah asalnya.

Fenomena rantau, arti rantau, dan mahasiswa rantau. Mahasiswa, dalam Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, merupakan peserta didik pada Jenjang pendidikan tinggi. Menurut KBBI, kata merantau artinya pergi ke daerah lain untuk mencari penghidupan, ilmu, dan sebagainya. Kato (2005), dalam Fitri & Kustanti (2018), mendefinisikan fenomena perantau sebagai individu yang meninggalkan daerah asalnya untuk mencari kekayaan ilmu, pengetahuan, serta kemakmuran. Oleh karena itu, mahasiswa rantau dapat diartikan sebagai mahasiswa yang mencari ilmu di luar daerah asalnya, dan biasanya menetap dalam kurun waktu tertentu. Migrasi ini umumnya tidak bersifat permanen dan perantau masih memiliki ikatan yang kuat dengan daerah asalnya (Fitri & Kustanti, 2018).

Ketika berada di perantauan, mahasiswa rantau mengalami beberapa permasalahan, terutama yang berhubungan dengan *adjustment*, baik dari segi budaya di perantauan yang berbeda dengan budaya daerah asalnya, maupun lingkungan tempat tinggalnya. Dalam menyikapi hal ini, ada beberapa organisasi kedaerahan di masing-masing universitas, dimana mahasiswa rantau dapat bertemu dan berkumpul dengan mahasiswa lain yang berasal dari daerah yang sama. Meskipun begitu, perbedaan budaya yang ada hendaknya tidak selalu dipandang sebagai suatu permasalahan. *Culture shock* yang dialami dapat dilihat sebagai suatu pembelajaran bagi masalah sosial dan psikologis dalam menyikapi hal baru, orang-orang baru dengan nilai dan keyakinan yang berbeda, serta berbagai peluang baru baik dalam akademik, personal, maupun sosial (Rufaida & Kustanti, 2017).

Selain perbedaan budaya, mahasiswa rantau juga dihadapkan dengan berbagai perubahan, diantaranya perubahan pola hidup, interaksi sosial, serta adanya tuntutan untuk hidup mandiri dan memiliki rasa tanggung jawab akan segala keputusan yang diambil (Fitri & Kustanti, 2018). Mereka juga dituntut untuk dapat segera menyesuaikan diri (Rufaida & Kustanti, 2017). Sebagai mahasiswa, mereka dituntut untuk mengikuti iklim akademis dengan baik, namun sebagai perantau, mereka juga dituntut untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab. Maka dari itu, diperlukan kemampuan adaptasi yang baik dari individu.

Lestari (2016), dalam Fitri & Kustanti (2018), menemukan bahwa individu yang memiliki kemampuan menyesuaikan diri yang baik akan lebih mudah terbuka dan bergaul dengan lingkungannya. Selain lingkungan, individu juga perlu menyesuaikan diri dengan iklim akademis untuk memenuhi tugas sebagai

mahasiswa. Penelitian Hutomo (2017) menemukan hubungan yang positif antara prestasi belajar dengan penyesuaian diri akademik, yang artinya, semakin tinggi penyesuaian diri akademik maka semakin tinggi pula prestasi belajar mahasiswa rantau (Fitri & Kustanti, 2018).

Salah satu faktor yang memengaruhi penyesuaian diri mahasiswa rantau adalah lingkungan, dimana salah satunya dapat terlihat dalam bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya (Rufaida & Kustanti, 2017). Dalam penelitian pada mahasiswa rantau Universitas Diponegoro yang aktif dalam kegiatan Ikatan Mahasiswa Lampung, Jambi, Riau, dan Padang, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri mahasiswa rantau (Rufaida & Kustanti, 2017). Maka dari itu, mahasiswa rantau dapat memanfaatkan organisasi kedaerahan untuk membantu menyesuaikan diri.

Keaktifan mahasiswa juga dapat meningkatkan kesejahteraan individu. Argyle (2001) dalam Utami (2009), menyatakan bahwa kepuasan kerja diasosiasikan dengan kepuasan hidup yang lebih tinggi, sedangkan pengangguran berasosiasi dengan ketidakbahagiaan, yang dapat menyebabkan depresi hingga perilaku bunuh diri. Mahasiswa yang aktif dan tergabung dalam kegiatan ekstrakurikuler memiliki kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi dari mereka yang tidak aktif (Utami, 2009). Penelitian tentang kesehatan mental mahasiswa juga dilakukan oleh Eisenberg, dkk. (2007). Ditemukan bahwa masalah yang menyangkut kesehatan mental lebih rendah ditemukan pada responden mahasiswa yang berusia 25 tahun keatas, tinggal di asrama kampus, dan menikah ataupun

memiliki pasangan. Mereka yang tinggal seorang diri lebih rentan untuk mengalami permasalahan psikologis.

Penyesuaian diri sangat penting bagi mahasiswa rantau dalam kaitannya sebagai perantau dan sebagai mahasiswa. Ketika mahasiswa rantau gagal beradaptasi, maka akan muncul perilaku maladaptif maupun permasalahan psikologis lainnya. Salah satu *outcome* yang dapat muncul dari perilaku maladaptif adalah tindakan bunuh diri.

Kasus bunuh diri merupakan salah satu penyebab kematian terbesar di dunia dan dijuluki sebagai salah satu permasalahan global. Data WHO (2018) menunjukkan bahwa 800.000 orang meninggal karena bunuh diri setiap tahunnya. Selain itu, bunuh diri merupakan penyebab kematian kedua individu usia 15-29 tahun (World Health Organization, 2018). Pada tahun 2012, Indonesia menempati peringkat 8 di ASEAN dengan jumlah 4,3 orang per 100.000 penduduk (Gerintya, 2017). Jumlah ini mengalami penurunan dibandingkan tahun 2005 yang berjumlah 11,4 orang per 100.000 penduduk.

Suicidolog Benny Prawira Siauw mengungkapkan kepada detikNews bahwa 34,5% mahasiswa berusia 18-24 tahun di Jakarta memiliki pemikiran suicidal (DetikNews, 2019). Sepanjang tahun 2019 pun banyak dilaporkan kasus bunuh diri, dan beberapa diantaranya melibatkan mahasiswa. Di akhir bulan Juni 2019, seorang mahasiswa di Manado melakukan bunuh diri di kamar kosnya (TribunNews, 2019). Selain itu, pada bulan September 2019, seorang mahasiswa di Palembang melakukan bunuh diri dengan cara gantung diri (grid.ID, 2019). Kedua

kasus tersebut memiliki kesamaan, yakni korban merupakan mahasiswa yang berada di perantauan. Tidak disebutkan secara pasti, namun penyebab bunuh diri dalam kedua kasus tersebut diduga karena depresi.

Nugroho (2012) menyebutkan bahwa menurut kajian sosiologis, fenomena bunuh diri di Indonesia, khususnya pada kalangan pemuda, terjadi karena dua penyebab utama, yakni lemahnya integrasi sosial dan fenomena *copycat*. Lemahnya integrasi sosial dapat dilihat dari munculnya masalah-masalah personal yang terjadi dalam diri individu, antara lain seperti masalah putus cinta, tugas akhir yang belum selesai, serta masalah finansial (Nugroho, 2012). Dalam hal ini, dukungan sosial sangat dibutuhkan, terutama bagi individu dengan resiliensi yang rendah. Selain lemahnya integrasi sosial, penyebab lainnya adalah fenomena *copycat* atau meniru, dimana beberapa kasus bunuh diri yang terjadi dilakukan dengan cara yang serupa seperti sebuah tren.

Beberapa tindakan bunuh diri biasanya dilakukan tidak tanpa rencana, dan diawali dengan ide bunuh diri. Dari penelitian terdahulu, ditemukan berbagai hal yang menjadi faktor resiko dari perilaku *suicidal*, diantaranya psikopatologi, penyalahgunaan zat, biologis, keluarga, dan situasional (Moscicki, 1995).

Studi yang dilakukan oleh Lee, dkk. (2010) di Taiwan menemukan bahwa penyebab munculnya ide bunuh diri pada individu disebabkan oleh depresi. Hal serupa juga dapat ditemui dalam studi longitudinal yang dilakukan oleh Mazza dan Reynolds (1998). Selain itu, studi pada mahasiswa di sebuah universitas di Malaysia menemukan bahwa terdapat signifikansi yang sedang-kuat serta

hubungan yang positif antara depresi dan ide bunuh diri (Mustaffa, Aziz, Mahmood, & Shuib, 2013). Ketika tingkat depresi tinggi, maka ide bunuh diri juga akan meningkat.

Ide bunuh diri juga memiliki asosiasi dengan keberadaan dukungan sosial dan tempat tinggal. Pada penelitian di Australia, ditemukan bahwa mahasiswa yang tinggal sendirian melaporkan keinginan bunuh diri lebih tinggi daripada mahasiswa yang tinggal bersama orangtua (Schweitzer, Klayich, & McLean, 1995). Mahasiswa yang memiliki seseorang yang dapat memberikan dukungan dalam menghadapi tekanan memiliki ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri yang lebih jarang dibandingkan mahasiswa yang tidak mendapat dukungan tersebut (Schweitzer, dkk., 1995).

Beberapa penelitian tersebut dilakukan pada sampel masyarakat Barat, dimana budaya Barat lebih mengarah pada budaya individualistik. Hal ini tentu saja berbeda dengan budaya Indonesia yang lebih kolektif, sehingga konteks budaya juga perlu diperhatikan.

Berdasarkan uraian diatas, diketahui bahwa ide bunuh diri dapat muncul karena berbagai faktor, salah satunya adalah ada tidaknya dukungan sosial. Individu dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi akan cenderung memunculkan ide bunuh diri yang rendah. Di Indonesia sendiri penelitian serupa belum terlalu banyak jumlahnya. Hal ini menjadi ketertarikan bagi penulis untuk meneliti apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau semester tujuh Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Mahasiswa rantau merupakan mahasiswa yang menempuh pendidikan di luar daerah asalnya dan tinggal untuk sementara waktu. Ada berbagai kendala yang dialami oleh mahasiswa rantau, diantaranya adalah adjustment terhadap tempat tinggal yang baru, lingkungan yang baru, serta harus mampu mengikuti iklim pendidikan. Maka dari itu, mahasiswa rantau dituntut untuk dapat menyesuaikan diri, salah satunya dapat melalui dukungan sosial teman sebaya. Apabila gagal menyesuaikan diri, maka akan muncul perilaku maladaptif yang memunculkan permasalahan psikologis seperti depresi, kecemasan, hingga tindakan bunuh diri.

Kasus bunuh diri merupakan salah satu penyebab kematian utama, terutama pada usia 15-29 tahun, seperti tercatat dalam data WHO tahun 2018. Di Indonesia, tercatat sebanyak 3,7 kasus bunuh diri per 100.000 penduduk. Hal ini juga menunjukkan bahwa setiap satu jam, satu nyawa melayang karena bunuh diri (KompasLifestyle, 2016). Selain itu, sepanjang tahun 2019 sudah banyak terjadi kasus bunuh diri diantaranya melibatkan mahasiswa yang berada di perantauan.

Bunuh diri tidak terjadi tanpa adanya ide bunuh diri. Beck (1972) menjelaskan bahwa ide bunuh diri ditunjukkan dengan adanya rencana maupun keinginan untuk melakukan tindakan bunuh diri pada individu yang belum pernah melakukan percobaan bunuh diri (Beck, Steer, & Ranieri, Scale for suicidal ideation: psychometric properties of a self-report version, 1988). Penelitian sebelumnya menemukan beberapa hal yang menjadi faktor resiko dari perilaku *suicidal*, diantaranya psikopatologi, penyalahgunaan zat, biologis, keluarga, dan situasional (Moscicki, 1995). Selain itu, studi yang dilakukan oleh Lee, dkk. (2010)

tentang prevalensi ide bunuh diri di Taiwan menemukan bahwa depresi dan kecemasan merupakan prediktor tertinggi (Lee, dkk., 2010).

Tidak hanya itu, salah satu faktor lain yang dapat menyebabkan timbulnya ide bunuh diri adalah dukungan sosial. Mahasiswa yang memiliki seseorang yang dapat memberikan dukungan dalam menghadapi tekanan memiliki ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri yang lebih jarang dibandingkan mahasiswa yang tidak mendapat dukungan tersebut (Schweitzer, dkk., 1995). Selain itu, penelitian lain yang relevan menemukan bahwa tingkat *perceived social support* yang rendah berkorelasi kuat dengan tingkat ide bunuh diri yang tinggi pada individu dengan gejala depresi (Arria, dkk., 2009).

Dari permasalahan tersebut, penulis melihat pentingnya mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan ide bunuh diri, terutama pada mahasiswa rantau semester tujuh.

### **1.3. Batasan Masalah**

Yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau semester tujuh Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. dengan rentang usia 18-25 tahun. Selain itu, pemilihan subjek juga didasarkan pada data WHO yang menunjukkan bahwa bunuh diri merupakan penyebab kematian kedua individu pada usia 15-29 tahun (World Health Organization, 2018).

#### **1.3.1. Ide Bunuh Diri**

Ide bunuh diri ditunjukkan dengan adanya rencana maupun keinginan untuk melakukan tindakan bunuh diri pada individu yang belum pernah melakukan percobaan bunuh diri (Beck, 1972; Beck, dkk., 1988).

### **1.3.2. Dukungan Sosial**

Dukungan sosial didefinisikan sebagai pertukaran sumber daya (*resources*) antara setidaknya dua individu, yang dipersepsikan baik oleh pemberi maupun penerima sebagai tindakan yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan penerima (Shumaker & Brownell, 1984).

### **1.4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, maka permasalahan yang akan diteliti dirumuskan sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau semester tujuh Fakultas Psikologi Universitas Airlangga?”

### **1.5. Tujuan Penelitian**

Selaras dengan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau semester tujuh Fakultas Psikologi Universitas Airlangga?

### **1.6. Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini dapat berkontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi, terutama riset pada bidang psikologi klinis dan kesehatan mental.

### **1.6.2. Manfaat Praktis**

Diharapkan penelitian ini dapat berkontribusi dalam promosi kesehatan mental khususnya prevensi pada kasus-kasus tendensi bunuh diri, khususnya pada kalangan mahasiswa.