



**HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK TERHADAP IDE RISIKO
BUNUH DIRI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNISSULA
SELAMA MASA PENYELESAIAN SKRIPSI**

SKRIPSI

Oleh :

**Anisah
NIM : 30902200037**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
2025**



**HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK TERHADAP IDE
RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR
DI UNISSULA SELAMA MASA PENYELESAIAN SKRIPSI**

SKRIPSI

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh :

Anisah

NIM : 30902200037

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
2025**

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang, jika di kemudian hari saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 12 Januari 2026



Wakil Dekan 1
UNISSULA SEMARANG

Dr. Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep. Sp.Kep.Mat
NUPTK. 9941753654230092

Peneliti,



Anisah

NIM : 30902200037

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK TERHADAP IDE RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNISSULA SELAMA MASA PENYELESAIAN SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Anisah

NIM : 30902200037

Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Pembimbing I

Tanggal : 25 Oktober 2025

Ns.Betie Febriana, S.Kep., M.Kep
NUPTK : 5555766667230222



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK TERHADAP IDE RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNISSULA SELAMA MASA PENYELESAIAN SKRIPSI

Disusun oleh:

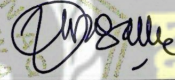
Nama : ANISAH

NIM : 30902200037

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 12 Januari 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

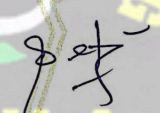
Penguji I,

Dr. Wahyu Endang S. SKM., M.Kep
NUPTK : 5044752653230153



Penguji II,

Ns. Betie Febriana, M.Kep
NUPTK : 5555766667230222

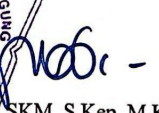


Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan



Dr. Ryan Ardian, SKM., S.Kep., M.Kep
NUPTK. 1154752653130093



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, November 2025

ABSTRAK

Anisah

HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK TERHADAP IDE RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNISSULA SELAMA MASA PENYELESAIAN SKRIPSI

Stres akademik merupakan kondisi tekanan psikologis yang sering muncul pada mahasiswa tingkat akhir, terutama pada fase penyusunan skripsi. Tuntutan akademik yang tinggi, keterbatasan waktu, tekanan untuk segera lulus, dan hambatan dalam proses penelitian dapat memperburuk kondisi mental mahasiswa. Apabila tidak ditangani dengan baik, stres akademik dapat berkembang menjadi masalah psikologis yang lebih serius, termasuk munculnya ide risiko bunuh diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penelitian menggunakan desain kuantitatif cross sectional dengan jumlah sampel 180 responden yang dipilih melalui simple random sampling. Instrumen penelitian meliputi Perceived Academic Stress (PAS) untuk mengukur tingkat stres akademik dan Adult Suicidal Ideation Questionnaire (ASIQ) untuk mengukur ide risiko bunuh diri. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman Rank untuk menentukan hubungan antarvariabel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir sebagian besar berada pada kategori tinggi (49,4%) dan sangat tinggi (47,8%). Sementara itu, ide risiko bunuh diri paling banyak berada pada kategori ringan (42,8%), diikuti kategori tidak berisiko (28,9%). Hasil analisis menunjukkan nilai $p = 0,021$ dan $r = 0,172$, yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri. Semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan munculnya ide bunuh diri. Temuan ini menegaskan pentingnya dukungan psikologis, pendampingan penyusunan skripsi, dan layanan konseling untuk mencegah munculnya risiko mental yang lebih berat pada mahasiswa tingkat akhir.

Kata Kunci : Stres akademik, ide bunuh diri, mahasiswa tingkat akhir

Daftar pustaka : 70 (2017-2025)

NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Thesis, November 2025

ABSTRACT

Anisah

THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS LEVELS AND SUICIDAL IDEATION AMONG FINAL-YEAR STUDENTS AT UNISSULA DURING THE THESIS COMPLETION PERIOD

Academic stress is a psychological pressure commonly experienced by final-year university students, particularly during the process of completing their undergraduate thesis. High academic demands, limited time, pressure to graduate on schedule, and various obstacles encountered during research may intensify students' emotional burden. When left unmanaged, academic stress can escalate into more serious psychological problems, including suicidal ideation. This study aims to analyze the relationship between academic stress levels and suicidal ideation among final-year students at Universitas Islam Sultan Agung Semarang. This research employed a quantitative design with a cross-sectional approach. A total of 180 respondents were selected using a simple random sampling technique. The research instruments consisted of the Perceived Academic Stress (PAS) scale to measure academic stress levels and the Adult Suicidal Ideation Questionnaire (ASIQ) to assess suicidal ideation. Data analysis was conducted using the Spearman Rank correlation test. The results showed that the majority of students experienced high (49.4%) and very high (47.8%) levels of academic stress. Meanwhile, suicidal ideation was most commonly found in the mild category (42.8%), followed by the no-risk category (28.9%). The statistical test indicated a significance value of $p = 0.021$ with a correlation coefficient of $r = 0.172$, demonstrating a positive and significant relationship between academic stress and suicidal ideation. These findings indicate that higher levels of academic stress are associated with an increased likelihood of suicidal thoughts among final-year students. The study highlights the importance of mental health support, academic guidance, and accessible counseling services to mitigate psychological distress and reduce the risk of suicidal ideation during the thesis completion period.

Keywords : *Academic stress, suicidal ideation, fina-year student*

Bibliography : *70 (2017-2025)*

MOTTO

“Aku membahayakan nyawa ibuku untuk lahir ke dunia, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya. Dan aku membuat ayahku bekerja setiap hari hingga lelah, jadi aku pastikan lelahnya tidak sia-sia.”

(Penulis)

“Perang telah usai, aku bisa pulang, kubaringkan panah dan berteriak MENANG”

Diakhir Perang-Nadin Amizah

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, dan karunianya, sehingga penyusun telah diberi kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul **“HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK TERHADAP IDE RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UNISSULA SELAMA MASA PENYELESAIAN SKRIPSI”**

Dalam penyusunan skripsi ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya atas bantuan dan arahan yang senantiasa diberikan selama ini, kepada :

1. Prof. Dr. Gunarto S.H. M.Hum Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr. Iwan Ardian, S.KM, S.Kep., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Univeritas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Dr. Ns. Dwi Retno Sulistyarningsih, M.Kep., Sp.Kep.MB, selaku Kaprodi di S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan

Agung Semarang.

4. Ns. Betie Febriana, M.Kep selaku pembimbing pertama yang telah banyak meluangkan waktu dan membantu dengan sabar, serta memberikan ilmu dan nasihat dalam membimbing penulis hingga akhir dalam penyusunan penelitian ini.
5. Dr. Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep pembimbing kedua untuk kesabaran, saran dan masukan yang telah diberikan kepada peneliti.
6. Kepada cinta pertamaku, Ayahanda Erwandi. Sosok pertama yang menyambut kehadiran penulis ke dunia dengan penuh kebahagiaan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memberikan dukungan, memotivasi dan mendoakan yang terbaik untuk masa depan dan kebahagiaan puterinya.
7. Pintu Surgaku, Ibunda Asniar. Sosok luar biasa yang telah melahirkan penulis ke dunia dengan penuh kebahagiaan. Beliau juga memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai di bangku kuliah, namun beliau selalu memberikan kasih sayang, dukungan dan mendoakan penulis sampai sarjana.
8. Kepada keluarga besar tercinta, yang selalu memberikan dukungan, doa dan semangat kepada penulis hingga meraih gelar sarjana.
9. Kepada sahabat saya, Desi Natalia dan Zahra Aulya yang telah banyak memberikan dukungan baik secara tenaga, waktu, mendengarkan keluh kesah dan semangat untuk terus berjuang meraih gelar sarjana.

10. Kepada teman-teman saya selama di Semarang, Angelika Novita Sari, Anisatul Machmudah, Devi Karunia Risky, Anjalika Ulfarani dan Mar Atussoliha. Yang telah banyak membantu penulis, baik secara tenaga, pikiran, waktu, motivasi dan semangat untuk terus berjuang meraih impian kita bersama.
11. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, Reindi. Yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan perkuliahan penulis. Terimakasih telah banyak berkontribusi dalam penulisan skripsi ini, menemani, mendengarkan keluh kesah, meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta memberikan semangat untuk terus maju tanpa kenal lelah dan menyerah hingga penyusunan skripsi ini selesai.
- 12. *Last but not least, I wanna thank me. I wanna thank me for believing in me. I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver and trying give more than I receive, I wanna thank me for trying to do more right than wrong, I wanna thank me for just being me at all times.***

Semarang, 2025

Penulis,

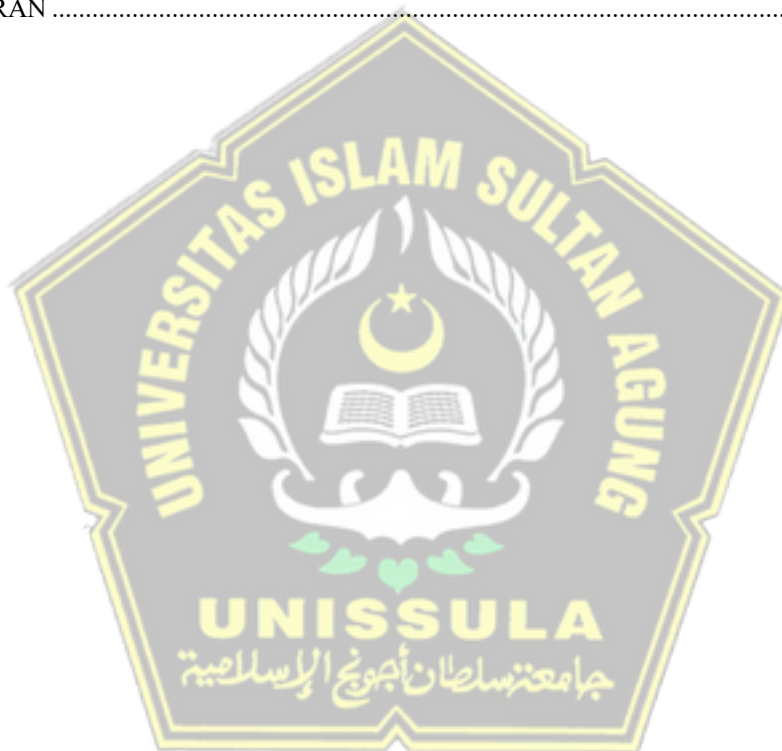
Anisah

NIM : 30902200037

DAFTAR ISI

| | |
|--|--|
| PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME | KESALAHAN! BOOKMARK TIDAK DITENTUKAN. |
| HALAMAN PENGESAHAN | KESALAHAN! BOOKMARK TIDAK DITENTUKAN. |
| ABSTRAK..... | V |
| KATA PENGANTAR..... | VII |
| DAFTAR ISI | X |
| DAFTAR TABEL | XII |
| DAFTAR GAMBAR..... | XIII |
| BAB I..... | 1 |
| PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. LATAR BELAKANG MASALAH | 1 |
| B. PERUMUSAN MASALAH..... | 5 |
| C. TUJUAN PENELITIAN | 5 |
| D. MANFAAT PENELITIAN..... | 6 |
| BAB II | 8 |
| TINJAUAN PUSTAKA | 8 |
| 1. STRES AKADEMIK | 8 |
| A. PENGERTIAN STRES AKADEMIK..... | 8 |
| B. FAKTOR PENYEBAB STRES AKADEMIK..... | 9 |
| C. GEJALA STRES AKADEMIK..... | 12 |
| D. RESPON TERHADAP STRES AKADEMIK..... | 13 |
| E. DAMPAK STRES AKADEMIK..... | 15 |
| F. TINGKATAN STRES AKADEMIK..... | 16 |
| G. TAHAPAN STRES AKADEMIK | 17 |
| 2. RISIKO BUNUH DIRI | 19 |
| A. DEFINISI BUNUH DIRI | 19 |
| B. FAKTOR PENYEBAB RISIKO BUNUH DIRI..... | 20 |
| C. MACAM-MACAM BUNUH DIRI..... | 22 |
| D. DAMPAK RISIKO BUNUH DIRI..... | 23 |
| E. PENGELOMPOKAN BUNUH DIRI..... | 24 |
| F. METODE BUNUH DIRI..... | 25 |
| B. KERANGKA TEORI..... | 26 |
| C. HIPOTESIS | 27 |
| BAB III..... | KESALAHAN! BOOKMARK TIDAK DITENTUKAN. |
| METODE PENELITIAN | KESALAHAN! BOOKMARK TIDAK DITENTUKAN. |
| A. KERANGKA KONSEP | 28 |
| B. VARIABLE PENELITIAN..... | 28 |
| C. JENIS DAN DESAIN PENELITIAN..... | 29 |
| D. POPULASI DAN SAMPEL..... | 30 |
| E. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN | 32 |
| F. DEFINISI OPERASIONAL | 32 |
| G. INSTRUMEN / ALAT PENGUMPULAN DATA | 34 |
| H. METODE PENGUMPULAN DATA | 38 |
| I. RENCANA ANALISIS DATA | 39 |

| | | |
|--|--|----|
| BAB IV..... | KESALAHAN! BOOKMARK TIDAK DITENTUKAN. | |
| A. PENGANTAR BAB..... | | 43 |
| B. ANALISIS UNIVARIAT..... | | 43 |
| C. ANALISIS BIVARIAT..... | | 46 |
| BAB V..... | KESALAHAN! BOOKMARK TIDAK DITENTUKAN. | |
| A. PENGANTAR BAB..... | | 48 |
| B. INTERPRETASI DAN DISKUSI HASIL..... | | 48 |
| C. KETERBATASAN PENELITIAN..... | | 56 |
| D. IMPLIKASI KEPERAWATAN..... | | 56 |
| BAB VI..... | KESALAHAN! BOOKMARK TIDAK DITENTUKAN. | |
| DAFTAR PUSTAKA..... | | 60 |
| LAMPIRAN..... | | 65 |



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| <u>Tabel 3. 2 Definisi Operasional</u> | 33 |
| TABEL 4.1 DISTRIBUSI FREKUENSI RESPONDEN BERDASARKAN JENIS KELAMIN & USIA MAHASISWA (N=180) | 44 |
| TABEL 4.2 DISTRIBUSI FREKUENSI RESPONDEN BERDASARKAN SEMESTER (N=180) | 44 |
| TABEL 4.3 DISTRIBUSI FREKUENSI RESPONDEN BERDASARKAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA (N=180)..... | 45 |
| TABEL 4.4 DISTRIBUSI FREKUENSI RESPONDEN BERDASARKAN IDE RISIKO BUNUH DIRI (N=180) | 46 |
| TABEL 4.5 HASIL UJI ANALISA SEPEARMAN RANK TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN IDE RISIKO BUNUH DIRI (N=180)..... | 46 |



DAFTAR GAMBAR

| | |
|----------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Teori..... | 26 |
| Gambar 3. 1 Kerangka konsep..... | 28 |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa perkuliahan ialah fase yang sangat dibutuhkan bagi individu mahasiswa perguruan tinggi, terutama bagi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi. Skripsi ialah karya tulis ilmiah dan menjadi tugas akhir untuk syarat kelulusan bagi mahasiswa dalam menyelesaikan perguruan tinggi. Namun, proses penyelesaian skripsi sering menjadi tuntutan bagi mahasiswa, baik secara akademik maupun emosional. (Gatari, 2020) mengungkapkan bahwa selama proses penyusunan skripsi, mahasiswa merasakan tekanan yang cukup besar seperti kesulitan mencari judul, referensi, sulit mengumpulkan data dan mengolah data dikarenakan kurangnya pengetahuan, tidak bisa manajemen waktu, kurangnya motivasi dan dukungan dari teman dan keluarga. Hal ini bisa menyebabkan munculnya gangguan psikologis seperti stres bisa menjadi hambatan bagi mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

Menurut WHO (2020), prevalensi stres sangat tinggi, berkisar 350 juta individu diseluruh dunia menderita stress serta merupakan penyakit dengan menduduki peringkat-4 terbanyak di dunia. Secara general, prevalensi stres di kalangan siswa di seluruh dunia telah mencapai 38,91%, sehingga mengarah pada pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak stres akademik dan sosial terhadap generasi muda di setiap negara. Data ini menjadi perhatian serius untuk mengambil tindakan dalam memperhatikan kesehatan mental

siswal di seluruh dunia dan mendorong institusi oleh lembaga pendidikan, pemerintah, dan masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan siswa secara menyeluruh.

Prevalensi stres di Asia sebanyak 61,3% dan di Indonesia sebanyak 71,6%, hal ini menjadi perhatian serius bagi tenaga kesehatan mental. Pada tahun 2018, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKEDAS) persentase penduduk Indonesia berumur 15 tahun ke atas yang terkena gangguan psiko-emosional atau mengalami stres menjadi 7%. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ambarwati (2019) pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang diperoleh temuan bahwa ditemukan 58 mahasiswa (57,4%) yang telah stres sedang, namun ada 7 mahasiswa yang merasakan stres berat. Sehingga penting bagi pihak pendidikan dan masyarakat dalam membantu meningkatkan kesejahteraan mental siswa serta menciptakan lingkungan pendidikan yang baik.

Stres merupakan masalah umum yang banyak terjadi di masyarakat. Ada lima respon dalam model adaptasi stres, yaitu pertama respon kognitif di mana stres dapat mempengaruhi cara berpikir seseorang, kedua respon afektif di mana stres mempengaruhi perasaan, ketiga respon fisiologis di mana stres mempengaruhi fungsi fisik seseorang, keempat respon perilaku stres yang menjadikan seseorang bertindak karena tekanan yang di hadapi, dan yang terakhir yaitu respon sosial di mana stres mempengaruhi hubungan individu dan sosial. Stres merupakan kondisi dimana kekhawatiran atau ketegangan mental yang disebabkan oleh situasi sulit namun jika berlebihan dapat

menyebabkan permasalahan kesehatan fisik dan mental. Kondisi tersebut muncul akibat adanya tuntutan pada dirinya yang tidak dapat dikendalikan. Stres akademik muncul diakibatkan tuntutan dari orang tua, banyaknya tugas, lingkungan yang kurang baik, hubungan sosial yang kurang, dan tugas akhir skripsi. Selama menulis skripsi, mahasiswa sering mengalami kendala yang dipengaruhi beberapa faktor, yaitu internal atau eksternal. Faktor stres muncul ketika mahasiswa merasa tertekan, seperti sulit dalam penyelesaian skripsi, atau merasa tidak mampu menyelesaikan skripsi.

Mahasiswa diharuskan dapat beradaptasi diri dalam kegiatan belajar penyelesaian skripsi. Menurut (Agusmar & Vani, 2019) tingkat stres yang dirasakan mahasiswa tingkat akhir lebih besar daripada mahasiswa yang lain. Rasa takut akan kegagalan muncul saat menyusun judul skripsi, sulitnya mencari rujukan atau referensi, dan timbulnya kecemasan saat menghadapi dosen pembimbing. Studi terdahulu mengungkapkan bahwa adanya perilaku yang menunjukkan gejala stres saat sedang menyelesaikan skripsi. Gejala stres yang ditunjukkan seperti sakit kepala yang mengganggu aktivitas, gangguan tidur, terlihat cemas, sering mudah marah, dan beberapa mahasiswa menunjukkan gejala gangguan daya ingat.

Sebutan “suicide” bersumber dari Bahasa Latin yang artinya “membunuh diri sendiri”. Ketika bunuh diri berhasil, maka itu menjadi perilaku fatal yang mengungkapkan keinginan seseorang untuk mati. Seseorang yang melakukan sebuah tindakan untuk membunuh dirinya sendiri merupakan arti dari bunuh diri. Ide bunuh diri terbagi menjadi 2 jenis, yaitu ide

bunuh diri pasif yang berarti individu memikirkan bahwa dia sudah mati, tidur dan tidak bangun lagi, dan pikiran bunuh diri aktif saat individu berfikir bagaimana cara menyakiti dirinya serta memilih bunuh diri. Ada beberapa faktor yang menjadi penyebab seseorang memilih untuk bunuh diri, yaitu faktor psikologis seperti depresi, stres, keputusasaan, kecemasan, ekonomi, *bullying*, putus cinta, dan pelecehan. Menurut *World Health Organization* (WHO) fenomena bunuh diri sepanjang tahun 2024 berkisar 710.000 kematian yang menjadi penyebab kematian tertinggi ketiga diusia 18-29 tahun, World Health Organization (WHO) menyampaikan bahwa wajib memberikan perhatian khusus terhadap fenomena bunuh diri.

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Wicaksana, dkk di Institut Teknologi dan Kesehatan Bali telah diperoleh terdapat hubungan secara signifikan variabel tingkat stres terhadap risiko bunuh diri bagi mahasiswa tingkat akhir. Temuan telah menjelaskan nilai variabel tingkat stres berhubungan terhadap risiko bunuh diri. Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif, yaitu semakin tinggi tingkat stres akademik yang dirasakan mahasiswa, maka semakin tinggi risiko berpikir untuk bunuh diri.

Setelah dilakukan studi pendahuluan dengan mewawancarai 10 mahasiswa tingkat akhir di Unissula yang sedang menyelesaikan skripsi, peneliti menemukan terdapat 8 orang mahasiswa merasa bingung dengan pengerjaan skripsi. Lalu 2 orang mahasiswa mengungkapkan bahwa merasa tertekan dan stres dengan pengerjaan skripsi yang banyak revisi dan dosen pembimbing susah untuk ditemui.

Berdasarkan permasalahan diatas , maka peneliti tertarik untuk menganalisis “Hubungan Tingkat Stres Akademik Terhadap Ide Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Unissula selama Masa Penyelesaian Skripsi”.

B. Perumusan Masalah

Dari penjelasan masalah pada latar belakang sebelumnya, apakah terdapat “Hubungan Tingkat Stres Akademik Terhadap Ide Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Unissula dalam Masa Penyelesaian Skripsi”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Tingkat Stres Akademik terhadap Ide Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Unissula dalam Penyelesaian Skripsi.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini yaitu antara lain :

- a) Untuk mengetahui karakteristik responden
- b) Menganalisis tingkat stres akademik mahasiswa tingkat akhir di Unissula
- c) Mengidentifikasi ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Unissula dalam penyelesaian skripsi

- d) Menganalisis hubungan variabel tingkat stres akademik terhadap risiko ide bunuh diri bagi mahasiswa tingkat akhir di Unissula dalam penyelesaian skripsi

D. Manfaat Penelitian

1. Penelitian Teoritis

Hasil temuan diharapkan dapat dikembangkan sebagai rujukan pengetahuan atau referensi dalam bidang ilmu tentang hubungan tingkat stres akademik terhadap risiko ide bunuh diri bagi mahasiswa tingkat akhir di Unissula selama penyelesaian skripsi.

2. Penelitian Praktis

a. Bagi pihak Pendidikan

Hasil dari penelitian harapannya akan dikembangkan sebagai rujukan pengetahuan dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya pada departemen keperawatan jiwa .

b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini harapannya dapat dikembangkan selaku sumber informasi untuk upaya meningkatkan pengetahuan bagi mahasiswa mengenai hubungan tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri bagi mahasiswa tingkat akhir di Unissula dalam penyelesaian skripsi sehingga faktor dari risiko bunuh diri dapat dicegah.

c. Untuk Masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi pengetahuan bagi masyarakat untuk meningkatkan kualitas asuhan keperawatan jiwa terkhususnya perawat untuk memperbanyak penelitian tentang tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri bagi mahasiswa tingkat akhir.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Stres Akademik

a. Pengertian Stres Akademik

Temuan (Ilhamsyah, et al., 2023) stres akademik merupakan masalah yang sering muncul saat individu mendapatkan tekanan belajar disebabkan oleh tuntutan akademik. Kondisi ini banyak dialami oleh mahasiswa yang mendapatkan tuntutan akademik yang tinggi. Stres akademik merupakan respon tekanan pada psikologis dan emosional yang dirasakan oleh mahasiswa akibat tuntutan akademik.

Menurut (Maharani & Budiman, 2020) stres akademik ialah rasa kecemasan, tekanan secara fisik, psikis, atau sosial yang dirasakan seseorang sebab terdapat paksaan untuk memperoleh nilai yang tinggi. Hal ini terjadi ketika tuntutan akademik seperti menyelesaikan tugas akhir bagi mahasiswa, mencari ide dan referensi, menyebabkan kecemasan dan ketegangan yang signifikan bagi mahasiswa yang terlibat dalam proses sehingga munculnya stres akibat dari tekanan tersebut.

Stres akademik yang dialami oleh mahasiswa merupakan respon pikiran yang ditandai dengan pola pikir pesimis terhadap kemampuan

dirinya dalam menyelesaikan tugas akhir yang diberikan, sehingga kondisi ini memicu munculnya reaksi negatif baik secara fisik maupun psikologis akibat dari beban akademik yang terlalu berat.

b. Faktor Penyebab Stres Akademik

Menurut (Lubis, et al., 2021) stres yang berlebihan pada mahasiswa dapat berdampak terhadap aspek kognitif, emosional, fisik, dan perilaku mereka di lingkungan kampus. Secara kognitif, stres berdampak pada menurunnya kemampuan konsentrasi, kesulitan dalam mengingat dan memahami materi perkuliahan, serta munculnya pola pikir negatif terhadap diri sendiri maupun lingkungan sekitar.

Dari sisi emosional, mahasiswa yang mengalami tekanan psikologis cenderung menunjukkan gejala seperti kecemasan, sensitivitas yang tinggi, perasaan sedih, kemarahan, dan frustrasi. Di samping itu, stres juga dapat menimbulkan keluhan fisik, antara lain tubuh terasa lemah, pucat, tidak nyaman, gemetar, pusing, kaku, serta berkeringat dingin.

Menurut (Rohmah & Mahrus, 2024) mahasiswa yang mengalami stres terbagi menjadi beberapa jenis, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor ini berkontribusi terhadap stres yang dialami mahasiswa, antara lain :

- 1) Faktor Internal

a. Ekspetasi Diri

Tekanan yang dialami oleh seseorang terhadap dirinya sendiri dikarenakan standar yang tinggi. Hal ini bisa menyebabkan mahasiswa mengalami stres jika mereka tidak bisa memenuhi ekspektasinya.

b. Kesehatan Mental

Kondisi ini merupakan suatu gangguan emosional yang dapat meningkatkan stres pada seseorang. Apabila tidak diatur secara tepat akan mengakibatkan dampak pada kesehatan mental mahasiswa.

c. Kesehatan Fisik

Kondisi kesehatan fisik yang tidak optimal, yaitu kekurangan waktu tidur, pola makan yang tidak seimbang serta minimnya aktivitas fisik dapat berkontribusi terhadap menurunnya tingkat energi dan meningkatnya tingkat stres.

d. Manajemen Waktu yang Buruk

Ketidakmampuan dalam mengelola waktu secara efektif mengakibatkan mahasiswa merasa tertekan oleh banyaknya tugas serta tenggat waktu yang ketat. Hal ini bisa memicu stres pada mahasiswa.

e. Ketidakpastian Akan Masa Depan

Mahasiswa seringkali menghadapi berbagai tekanan, salah satunya adalah kecemasan terhadap masa depan. Kecemasan

semacam ini dapat berdampak pada kesehatan mental mahasiswa, mengganggu konsentrasi belajar, serta menurunkan motivasi dan rasa percaya diri

f. Perkembangan Diri dan Identitas

Stres akademik yang dialami mahasiswa tidak hanya berasal dari tuntutan akademis, tetapi juga berkaitan erat dengan proses perkembangan diri dan pencarian identitas, yang merupakan fase penting dalam kehidupan perguruan tinggi.

2) Faktor Eksternal

a. Tekanan Akademik

Jadwal yang terlalu padat, banyaknya tugas yang diberikan, kurangnya pengetahuan dan referensi bagi mahasiswa akhir perguruan tinggi cenderung membuat mahasiswa mengalami stres akademik.

b. Masalah Keuangan

Kondisi dimana seseorang bermasalah terhadap biaya pendidikan yang bisa menyebabkan timbulnya rasa cemas dan stres.

c. Dukungan Sosial yang Kurang

Dimana dukungan yang diberikan oleh orang disekitar kepada individu, baik secara emosional, informasional maupun penghargaan rendah.

d. Tuntutan Orang Tua

Orang tua berharap anaknya memiliki prestasi yang baik dalam bidang akademik dengan harapan memudahkan dalam mencari pekerjaan. Hal ini menjadi beban tersendiri bagi mahasiswa sehingga menimbulkan stres. (Munir, et al., 2020)

Berdasarkan uraian diatas, faktor yang menyebabkan stres akademik pada mahasiswa adalah faktor internal seperti ekspektasi diri, kesehatan mental, kesehatan fisik, manajemen waktu yang berantakan, ketidakpastian masa mendatang serta perkembangan diri atau identitas, sedangkan faktor internalnya meliputi tekanan akademik, masalah keuangan, dukungan status sosial yang kurang dan tuntutan orang tua.

c. Gejala Stres Akademik

Menurut (Lestari, 2023) stres akademik tentunya memiliki beberapa gejala. Gejala stres akademik dibagi menjadi 3 bagian, antara lain :

1. Gejala dari Aspek Biologis

Aspek biologis pada stres akademik merupakan reaksi dari fisik yang ditunjukkan oleh mahasiswa. Gejalanya yaitu sakit kepala, gangguan tidur, gangguan makan atau merasa cemas secara berlebih.

2. Gejala dari Aspek Psikologis

Aspek psikologis pada stres akademik merupakan reaksi dari psikis yang dialami mahasiswa, antara lain :

a. Gejala Emosi

Gejala emosional merupakan gejala yang muncul seperti marah yang meledak, kecemasan, selalu merasa takut atau serangan panik, merasa salah, merasa sedih dan gampang stres. Hal ini terjadi karena kondisi emosional tidak bisa dikendalikan.

b. Gejala Kognisi

Gejala kognisi yang dialami mahasiswa cenderung sulit untuk konsentrasi, gangguan pada daya ingat dan kurangnya perhatian. Selain itu, mahasiswa juga cenderung berfikir takut akan kegagalan dan cemas akan masa depan. Hal ini yang menyebabkan tingkat stres pada mahasiswa semakin berat.

c. Gejala Tingkah Laku

Gejala tingkah laku stres akademik yang nampak dari mahasiswa seperti susah menyelesaikan sesuatu, hilangnya minat dalam belajar dan tidak dapat mengendalikan diri. Hal ini dapat menimbulkan masalah bagi individu.

d. Respon Terhadap Stres Akademik

Menurut (Tasalim & Cahyani, 2021) dalam bukunya mengatakan bahwa respon atau reaksi terhadap stres akademik muncul karena pikiran individu yang mengalami stres akademik, seperti kehilangan rasa percaya diri, takut mengalami kegagalan, sulit konsentrasi, cemas

terhadap masa mendatang, cenderung lupa terhadap sesuatu dan berfikir terus-menerus sesuatu yang harus individu laksanakan.

Respon perilaku yang timbul dari individu saat mengalami stres akademik meliputi menarik diri, mengalami gangguan tidur, mengalami gangguan pola makan, serta menangis tanpa alasan yang jelas. Respon dari tubuh juga muncul seperti telapak tangan yang berkeringat, kelelahan, meningkatnya detak jantung dan rentan terhadap sakit.

Selain itu respon yang timbul dari perasaan, yaitu kecemasan, mudah emosi, murung, banyak melamun serta mengalami ketakutan yang berlebihan. Dalam hal ini, individu dapat menghadapi stres akademik dengan cara melibatkan pemikiran, perilaku, reaksi fisik dan perasaan. Bagi seseorang yang mampu dalam menyesuaikan diri dapat menimbulkan respon positif bagi dirinya, sedangkan bagi seseorang yang tidak dapat melakukan adaptasi akan menimbulkan respon yang kurang menyenangkan bagi dirinya.

Berdasarkan uraian diatas, respon terhadap stres akademik merupakan kemampuan mahasiswa untuk menghadapi berbagai tuntutan yang muncul dan bertahan dalam menghadapi kondisi yang bisa sulit. Seseorang yang cenderung pesimis terhadap keadaan akan sulit untuk menghadapi keadaan.

e. Dampak Stres Akademik

Menurut (Sosiady & Ermansyah, 2020), mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik yang harus dihadapi, termasuk aktivitas yang berada diluar akademik seperti bersosialisasi dan menyesuaikan diri yang dimana mempunyai latar belakang dan kriteria yang beragam. Meningkatnya stres akademik pada mahasiswa menyebabkan dampak positif maupun negatif. Dampak lainnya yang dipengaruhi oleh stres sebagai berikut:

1) Dampak Perilaku

Mahasiswa yang menghadapi beban stres akademik yang berat mempengaruhi dirinya untuk melakukan perilaku yang negatif seperti mengkonsumsi alkohol, merokok, tawuran sex bebas dan penyalahgunaan NAPZA.

2) Dampak Kognitif

Mahasiswa yang mengalami stres akademik dapat memicu terganggunya proses belajar dan mempengaruhi akademiknya. Dampaknya yaitu tidak mampu dalam mengambil keputusan dengan jelas, sulitnya berkonsentrasi dalam belajar, turunnya kemampuan dalam mengingat informasi serta munculnya perasaan tidak mampu dalam menyelesaikan tugas.

3) Dampak Positif

Stres yang masih dibawah batas kapasitas individu juga memberikan dampak positif bagi seseorang dalam meningkatkan kreativitas dan meningkatkan pengembangan diri.

f. Tingkatan Stres Akademik

Menurut Gurning (2017) dalam *Psychology Foundation of Australia* mengungkapkan bahwa seseorang yang mengalami stres memiliki reaksi dan persepsi yang unik. Stres dikatakan normal jika tidak berlangsung dalam jangka waktu yang lama. Tingkatan stres pada akademik terbagi menjadi tiga bagian, yakni :

1. Stres Ringan

Stres ringan ialah stres yang terjadi dalam beberapa jam saja. Stres tingkat ini tidak mempengaruhi aspek fisiologis mahasiswa dan dialami semua orang, seperti lupa, tertidur dan takut kritikan.

2. Stres Sedang

Stres sedang dapat berlangsung lebih lama daripada stres ringan. Hal ini terjadi karena stres sedang berdampak pada fisik dan psikologis pada mahasiswa, seperti kurang fokus dan menurunnya daya ingat, gangguan saluran pencernaan serta gangguan tidur.

3. Stres Berat

Pada kondisi ini, mahasiswa yang mengalami stres berat dapat terjadi selama beberapa waktu jika tidak ditangani dengan tepat dan cepat,

seperti takut akan kegagalan semakin besar, tidak yakin dengan kemampuan diri, kecemasan meningkat dan sesak nafas.

g. Tahapan Stres Akademik

Gejala stres yang muncul sering tidak teridentifikasi dengan cepat karena stres berkembang secara perlahan, sehingga baru dirasakan pada tahap gejala yang sudah lanjut dan menghambat aktivitas seseorang. Menurut Robert J. Van Amberg dalam (Maulina, 2022) tahapan stres mencakup dari golongan tingkatan, sebagai berikut :

1. Tahap I

Tingkatan ini ialah tahap ringan, yang ditandai dengan perasaan semangat kerja yang berlebihan, perilaku yang berlebihan dan merasa mampu menyelesaikan tugas lebih dari biasanya. Sehingga perasaan yang berlebihan itu tanpa disadari membuat energi menurun habis.

2. Tahap II

Pada tahap ini muncul keluhan akibat dari kurang istirahat. Keluhan-keluhan itu antara lain, merasa lelah saat bangun pagi, keluhan bagian lambung dan perut, detak jantung yang sangat cepat daripadabiasanya, otot punggung atau tengkuk tegang, serta sulit untuk santai.

3. Tahap III

Jika individu mengabaikan keluhan pada tahap sebelumnya, maka keluhan-keluhan lain akan muncul, seperti gangguan lambung dan usus menjadi nyata, meningkatnya ketegangan otot, perasaan tidak tenang dan gangguan pada pola tidur, serta gangguan pada tubuh.

4. Tahap IV

Tahap ke IV ini akan muncul jika seseorang selalu memaksakan diri untuk bekerja tanpa istirahat. Tanda ini melibatkan sulitnya bertahan sepanjang hari, perubahan persepsi terhadap kegiatannya, tidak mampu melakukan kegiatan, menurunnya daya ingat dan daya konsentrasi, serta munculnya perasaan cemas tanpa sebab.

5. Tahap V

Pada tahap ini, seseorang akan mengalami lelah fisik dan mental yang sangat mendalam, tidak mampu menyelesaikan tugas sehari-sehari, gangguan sistem pencernaan menjadi terganggu, rasa cemas meningkat serta panik yang berlebihan.

6. Tahap VI

Pada tahap terakhir, seseorang yang mengalami tahap ini akan mengalami serangan panik. Gambaran pada tahap ini yaitu detak jantung berdebar dengan keras, susah untuk bernafas, badan gemetar dengan keringat yang bercucuran, serta pingsan.

2. Risiko Bunuh Diri

a. Definisi Bunuh Diri

Sebutan “*suicide*” bersumber dari Bahasa Latin yang berarti membunuh dirinya sendiri. Menurut (Wicaksana, et al., 2024) risiko bunuh diri merupakan dampak yang melukai diri sendiri yang akan mengancam hidup individu. Bunuh diri ialah sebuah perilaku yang dilaksanakan oleh individu dengan tujuan untuk mengakhiri hidup (Putri, 2020). Bunuh diri didefinisikan sebagai tindakan yang sengaja dilakukan oleh dirinya sendiri. Risiko bunuh diri merujuk pada seseorang yang ingin melakukan tindakan bunuh diri. Risiko bunuh diri meningkat karena kondisi tertentu, seperti putus asa, bully, pelecehan, hilangnya harapan, tekanan yang sangat berat serta stres yang berlebihan.

Bunuh diri merupakan tindakan dimana keadaan individu melakukan sesuatu yang bertujuan untuk menyakiti dirinya sendiri bahkan mengancam nyawanya sendiri. Perilaku ini merupakan tindakan untuk mengakhiri kehidupannya dan dilakukan dengan sengaja. Tindakan ini merupakan salah satu cara untuk mengekspresikan stres yang dialaminya. Menurut Harmer dkk. (2022:1) ide bunuh diri sering disebut pikiran atau ide untuk bunuh diri merupakan istilah luar yang digunakan dalam menggambarkan berbagai keinginan untuk mati.

Tindakan bunuh diri seperti ancaman verbal dan melukai dirinya sendiri harus diperhatikan. Hal ini disebabkan karena gagalnya

mekanisme coping dan tingkat stres yang tinggi dalam menangani masalah. Individu yang mengalami depresi sering dikaitkan dengan pemikiran untuk bunuh diri. WHO mendorong pencegahan bunuh diri dengan mengidentifikasi sejak dini terhadap orang-orang yang berisiko melakukan tindakan bunuh diri (Febrianti & Husniawati, 2021).

b. Faktor Penyebab Risiko Bunuh Diri

Menurut (Anjani, et al., 2023) ada beberapa faktor yang menyebabkan individu melaksanakan tindakan percobaan bunuh diri, seperti :

1. Gangguan Psikologis : stres yang berlebihan atau depresi sering dikaitkan dengan percobaan bunuh diri.
2. Pemakaian Alkohol & Narkoba : pemakaian obat-obatan menunjukkan bahwa bisa menyebabkan tindakan bunuh diri.
3. Faktor Genetik : dimana bunuh diri bisa dipengaruhi oleh faktor genetik, seperti dalam kondisi depresi atau penyakit tertentu.
4. Kondisi Keluarga : masalah keluarga, kurangnya perhatian dari keluarga, mengalami kekerasan, atau kehilangan anggota keluarga.

Tidak hanya itu, terdapat faktor lainnya yang memicu terjadinya bunuh diri antara lain :

1. Mengalami banyak tekanan, baik dari lingkungan, akademik maupun keluarga.
2. Dilecehkan

3. Menjadi korban *bully*
4. Gangguan tidur
5. Masalah kesehatan mental
6. Pengaruh media massa

Menurut buku SDKI (2017), faktor risiko yang menyebabkan Risiko Bunuh Diri, yaitu :

1. Gangguan tindakan (seperti euforia mendadak sesudah depresi, tindakan mencari senjata berbahaya, membeli obat dengan jumlah banyak, menyusun surat warisan)
2. Demografi (seperti lansia, status perceraian, janda/duda, perekonomian rendah, pengangguran)
3. Gangguan fisik (seperti sakit kronis, penyakit terminal)
4. Permasalahan sosial (seperti berduka, tidak mampu, mudah menyerah, kesepian, hilangnya hubungan yang penting, isolasi sosial)
5. Gangguan psikologis (seperti penganiayaan masa anak-anak, riwayat bunuh diri sebelumnya, remaja homoseksual, gangguan psikiatrik, sakit psikiatrik, penyalahgunaan zat)

Penyebab dari risiko bunuh diri bagi mahasiswa termasuk stres dan kecemasan terhadap penyelesaian tugas akhir, persaingan di bangku perkuliahan, beban kurikulum yang berat serta menurunnya kualitas hidup yang merupakan ciri umum yang bisa menjadi alasan mahasiswa

dalam melakukan tindakan bunuh diri (Novitayani & Nurhidayah, 2023).

c. Macam-macam Bunuh Diri

Temuan Emile Durkheim dalam (Biroli, 2018) tindakan bunuh diri dibedakan menjadi beberapa bagian, antara lain :

1. Bunuh Diri Egoistik

Bunuh diri dilaksanakan sebab kepentingan individu sangat penting dari pada kepentingan sosial. Hal tersebut dipengaruhi karena situasi budaya maupun penduduk yang menjadikan seseorang seperti tidak punya kepribadian.

2. Bunuh Diri Altruistik

Bunuh diri karena adanya perasaan kesatuan antara sesama sehingga menciptakan masyarakat yang memiliki integrasi yang kuat. Hal ini dikarenakan individu merasa kelompok tersebut sangat diharapkan.

3. Bunuh Diri Anomi

Bunuh diri dilakukan karena keadaan dimana individu merasakan hilangnya cita-cita, tujuan serta **nilai kehidupan**. Hal ini terjadi karena gangguan keseimbangan antara individu dengan masyarakat sehingga kehilangan tujuan .

4. Bunuh Diri Fatal

Tindakan bunuh diri ini terjadi karena meningkatnya regulasi, nilai, serta norma dalam masyarakat secara berlebihan. Aturan yang

meningkat mengakibatkan terbatasnya kebebasan sehingga menyebabkan perasaan tertekan pada masyarakat.

d. Dampak Risiko Bunuh Diri

Menurut (Safari, 2020) ada beberapa alasan bunuh diri yang berdampak buruk bagi mahasiswa, antara lain :

1. Dampak psikologis perilaku bunuh diri dapat menjadi tekanan psikologis pada teman sekelas dan lingkungan akademis, yang memerlukan dukungan emosional.
2. Dampak sosial dimana ketidaknyamanan dan kecemasan di lingkungan akademis, mempengaruhi reputasi kampus dan mahasiswa yang terlibat.
3. Dampak ekonomi yang melibatkan hilangnya potensi akademis yang berdampak pada masa depan ekonomi dan finansial.
4. Dampak pada penanganan kesehatan mental terhadap mahasiswa yang mengalami kesehatan pada mentalnya, yang bisa menjadi hambatan dalam bisang akademisnya.
5. Dampak pada kebijakan publik yang mendorong perubahan pada kesehatan mental di perguruan tinggi, serta pencegahan risiko bunuh diri pada kalangan mahasiswa.

Perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa tidak hanya memberikan dampak pada lingkungan kampus, tetapi juga pada masyarakat keseluruhan. Faktor-faktor yang menyebabkan masalah kesehatan mental merugikan mahasiswa secara psikologis dan

emosional. Dampaknya pun juga dirasakan masyarakat, karena tindakan bunuh diri di kalangan mahasiswa.

Selain berdampak pada masyarakat, bunuh diri juga sangat berdampak buruk bagi keluarga yang ditinggalkan. Keluarga menanggung beban yang sangat berat karena ditinggalkan. Hal ini juga berpengaruh dan berdampak besar bagi lingkungan tempat terjadinya bunuh diri.

e. Pengelompokan Bunuh Diri

Menurut Fortinash & Worret dalam (Aulia & Yulastri, 2019) terdapat 4 macam tingkatan bunuh diri karena besarnya kemungkinan individu melakukan tindakan bunuh diri antara lain :

1. Ide Bunuh Diri (Suicidal Ideation)

Ide bunuh diri merupakan rencana perilaku yang bertujuan untuk mengakhiri hidup. Ide bunuh diri meliputi pikiran dan perilaku yang melukai diri sendiri baik secara verbal, tulisan ataupun seni dengan maksud memperlihatkan pemikiran ide bunuh diri. Ide bunuh diri merupakan metode yang digunakan tanpa melakukan aksi atau tindakan. Walaupun demikian, individu harus diperhatikan karena memiliki pikiran tentang bunuh diri

2. Ancaman Bunuh Diri (Suicide Threats)

Hal ini merupakan ungkapan secara langsung atau berupa tulisan sebagai niat untuk melakukan bunuh diri namun tanpa adanya tindakan. Ancaman ditujukan oleh individu sebagai upaya terakhir

untuk mendapatkan pertolongan dalam mengatasi masalahnya. Ancaman bunuh diri disampaikan. Individu secara aktif memikirkan rencana bunuh diri, namun tidak disertai percobaan bunuh diri.

3. Isyarat Bunuh Diri (Suicide Gesture)

Isyarat bunuh diri merupakan perilaku yang tidak langsung bertujuan untuk mendapatkan perhatian dari orang sekitar. Pada tahap ini, individu memahami antara hidup dan mati, namun tidak berencana untuk bunuh diri. Individu masih ingin hidup dan ingin diselamatkan dari masalahnya. Hal ini dinamakan “crying for help” dimana individu berjuang dengan stres yang tidak terselesaikan.

4. Percobaan Bunuh Diri (Suicide Attempts)

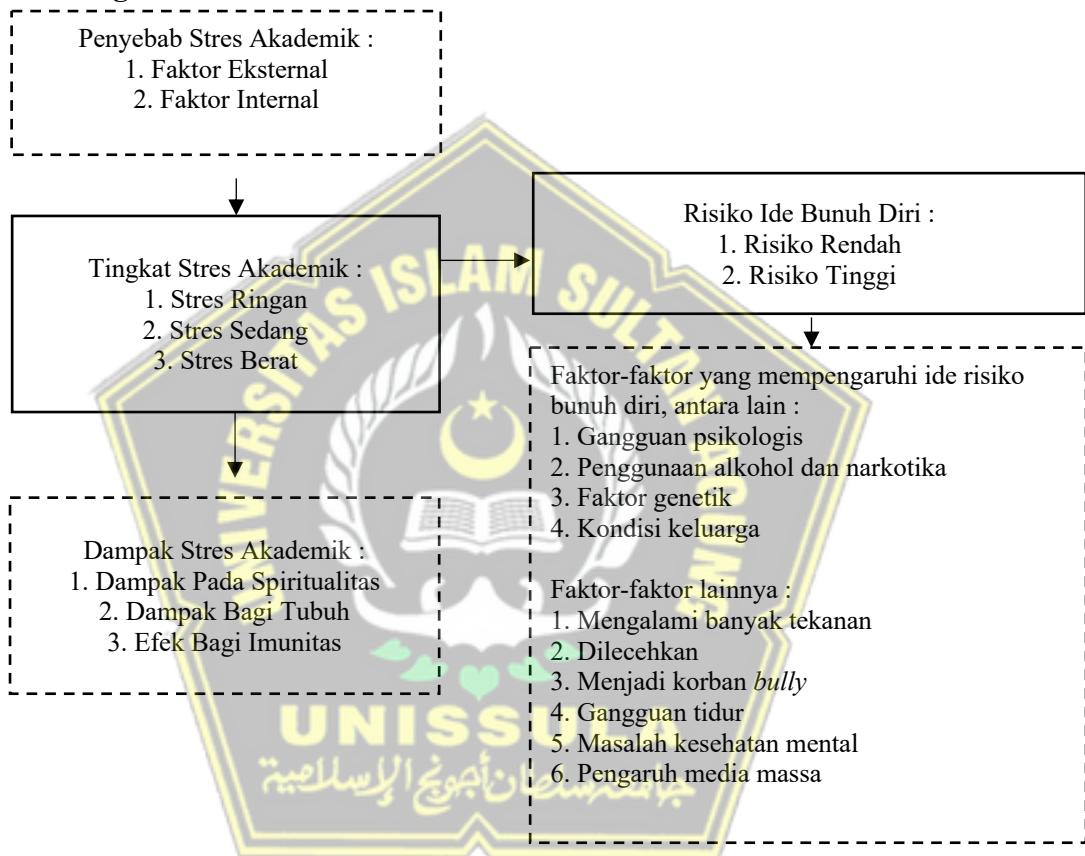
Percobaan bunuh diri merupakan tindakan serius dimana seseorang melukai dirinya sendiri secara langsung untuk mengakhiri hidupnya yang menyebabkan luka kecil maupun besar. Tahap ini individu secara aktif mengakhiri hidupnya dengan berbagai cara.

f. Metode Bunuh Diri

Menurut (Zulaikha & Febriyana, 2018) metode bunuh diri yang paling umum digunakan adalah dengan menggunakan senjata api. Sementara itu untuk percobaan bunuh diri, metode yang sering dilakukan yaitu mengkonsumsi obat-obatan analgesik atau tindakan melukai diri seperti mengiris tangan atau leher. Di Korea Selatan, metode bunuh diri yang sering digunakan adalah dengan cara gantung

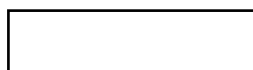
diri dan lompat dari ketinggian (Febrianti, 2024). Sedangkan kasus bunuh diri yang terjadi di Jawa Tengah, metode yang paling banyak di gunakan yaitu gantung diri (Kurniawan, et al., 2024).

B. Kerangka Teori

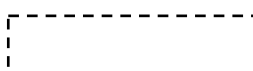


Skema 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (Darmawan, 2022) (Wicaksana, et al., 2024)



: Area yang diteliti



: Area yang tidak diteliti

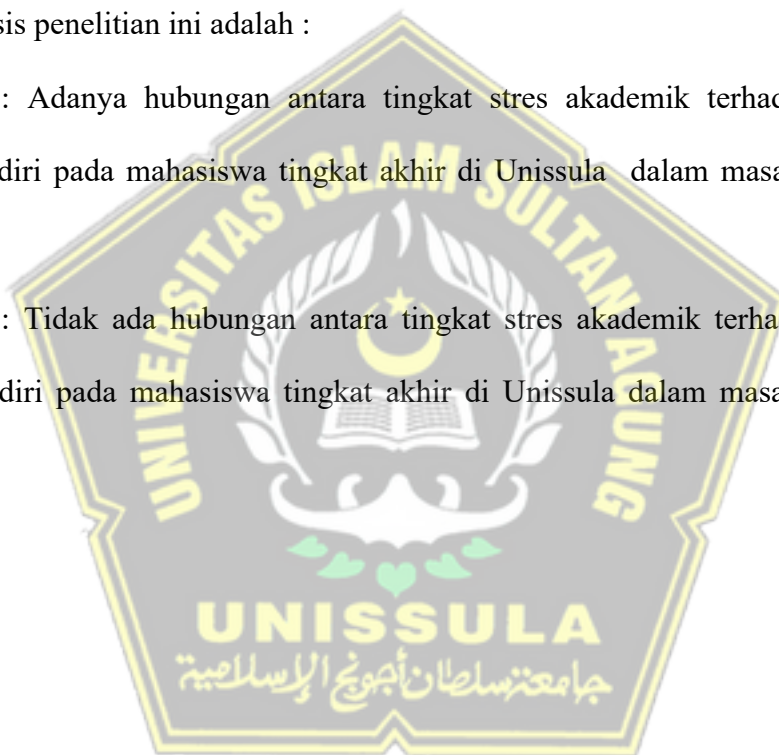
C. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara untuk masalah yang menjadi fokus penelitian, yang selanjutnya akan diuji kebenarannya secara nyata. Berdasarkan kerangka teori diatas, dapat diambil hipotesis yaitu hubungan tingkat stres akademik terhadap ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Unissula dalam masa penyelesaian skripsi.

Hipotesis penelitian ini adalah :

Ha : Adanya hubungan antara tingkat stres akademik terhadap ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Unissula dalam masa penyelesaian skripsi

Ho : Tidak ada hubungan antara tingkat stres akademik terhadap ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Unissula dalam masa penyelesaian skripsi.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan kerangka penelitian yang menggambarkan keterkaitan variabel independen dengan variabel dependen. Hasil penelitian akan menjelaskan hubungan antara konsep yang akan diteliti.

Kerangka konsep seperti berikut :



3.1 Kerangka Konsep

B. Variable Penelitian

Variable penelitian merupakan karakteristik dari objek yang memiliki banyak variasi tertentu antara satu dengan yang lainnya. Peneliti mempelajari dan menentukan informasi untuk menentukan kesimpulannya (Yayuk & Sugiyono, 2019). Hubungan antara variable satu dengan yang lain dibagi menjadi dua bagian, yaitu :

1. *Variable Independen*

Variable Independen disebut sebagai variable bebas karena mempengaruhi adanya suatu variable dependen (Ridha, 2017). Variable Independen dalam penelitian ini adalah Tingkat Stres Akademik.

2. *Variable Dependen*

Variable dependen merupakan variable terikat (Ridha, 2017). Variable ini bisa dipengaruhi atau menjadi akibat dari variable bebas. Variable Dependen dari penelitian ini adalah Ide Risiko Bunuh Diri.

C. Jenis dan Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan merupakan metode kuantitatif. Penelitian dilakukan menggunakan studi deskriptif, yaitu mulai dari pengumpulan data, interpretasi data dan hasilnya. Dalam penelitian metode kuantitatif, data merupakan angka (nilai atau frekuensi), yang dievaluasi secara statistik untuk memberikan jawaban dari penelitian tertentu.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dalam pengumpulan data. Metode pendekatan *cross sectional* merupakan desain penelitian yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel independent dan variabel dependen dengan sekali pengukuran dalam waktu bersamaan (Widia, 2017). Dalam penelitian ini dapat diketahui hubungan tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat

akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang selama masa penyelesaian skripsi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian merupakan subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan jumlah populasi 1.807 responden.

2. Sampel

Sample penelitian diambil sebagian dari seluruh objek yang diteliti. Menurut (Sugiyono, 2016) Sampel yang diambil pada penelitian ini menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik pendekatan *simple random sampling* dimana teknik pengambilan sampel ini dengan cara acak dan semua populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel. Penelitian ini menggunakan data primer yang didapatkan melalui penyebaran kuesioner dengan menggunakan skala likert (Lestari, 2020). Sampel pada penelitian ini mencakup seluruh mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Untuk menentukan banyaknya sample, peneliti mengambil 15 orang per fakultas untuk dijadikan sampel.

Tabel 3. 1 Sampel

| Fakultas | Prodi | Jumlah Sampel |
|-----------------------------------|---|---------------|
| Fakultas Ilmu Keperawatan | S1 Ilmu Keperawatan | 15 orang |
| Fakultas Psikologi | S1 Psikologi | 15 orang |
| Fakultas Ilmu Komunikasi | S1 Ilmu Komunikasi | 15 orang |
| Fakultas Hukum | S1 Hukum | 15 orang |
| Fakultas Ekonomi | S1 Akuntansi | 5 orang |
| | S1 Manajemen | 10 orang |
| Fakultas Farmasi | S1 Farmasi | 10 orang |
| | S1 Kebidanan | 5 orang |
| Fakultas Kedokteran | S1 Kedokteran | 15 orang |
| Fakultas Keguruan dan Ilmu | S1 Pendidikan Bahasa & Sastra Indonesia | 5 orang |
| | S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar | 5 orang |
| | S1 Pendidikan Matematika | 5 orang |
| Fakultas Agama Islam | S1 Syariah | 5 orang |
| | S1 Tarbiyah | 10 orang |
| Fakultas Bahasa Sastra dan Budaya | S1 Pendidikan Bahasa Inggris | 10 orang |
| | S1 Sastra Inggris | 5 orang |
| Fakultas Teknologi Industri | S1 Teknik Elektro | 5 orang |
| | S1 Teknik Industri | 5 orang |
| | S1 Teknik Informatika | 5 orang |
| Fakultas Teknik | S1 Teknik Sipil | 10 orang |
| | S1 Teknik Planologi | 5 orang |
| TOTAL | | 180 orang |

Didapatkan hasil jumlah sampel yaitu sebanyak 180 orang mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang digunakan dalam penelitian ini.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Kriteria pengambilan sampel secara ditetapkan secara langsung pada saat penelitian, meliputi :

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan kriteria yang menentukan subjek yang akan diteliti mewakili sampel penelitian yang menjadi kriteria sampel.

Kriteria inklusi yaitu :

- 1) Tercatat sebagai mahasiswa aktif di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- 2) Mahasiswa semester akhir yang sedang dalam proses penyelesaian skripsi.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria inklusi merupakan individu yang memenuhi kriteria isyarat namun karena alasan tertentu harus dikecualikan dari penelitian.

Kriteria inklusi yaitu :

- 1) Mahasiswa yang memiliki riwayat masalah kesehatan mental.
- 2) Mahasiswa tingkat akhir yang sedang cuti kuliah.

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Sultan Agung Semarang pada seluruh mahasiswa tingkat akhir dan dilaksanakan saat bulan Juli hingga September 2025

F. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan perumusan konseptual yang dijelaskan terkait variable pada karakteristik yang dapat diamati untuk memungkinkan dilakukannya pengukuran penelitian yang tepat terhadap objek atau fenomena yang diteliti (Khalifah & Darsono, 2018).

Tabel 3. 2 Definisi Operasional

| Variabel | Definisi | Alat Ukur | Hasi Iukur | Skala |
|------------------------------|---|---|--|---------|
| Tingkat Stres | Stres akademik merupakan tekanan yang dialami mahasiswa ditandai dengan reaksi fisik dan emosional karena tuntutan akademik. | Alat ukur yang digunakan yaitu <i>Perceieved Academic Stress</i> (PAS) Terdiri dari 18 pertanyaandengan skor : Sangat Tidak Seuju : 0 Tidak Setuju : 1 Ragu-ragu : 2 Setuju : 3 Sangat Setuju : 4 | Nilai skor yang dikategorikan menjadi : sangat rendah : <14 rendah : >14-28 sedang : >28-42 tinggi : >42-56 sangat tinggi : >72 | Ordinal |
| Risiko Ide Bunuh Diri | Ide bunuh diri merupakan rencana perilaku yang bertujuan mengakhiri hidup. Ide bunuh diri merupakan metode yang digunakan tanpa melakukan aksi atau tindakan. | pengukuran menggunakan alat ukur <i>Adult Suicidal Idetion Questionnaire</i> (ASIQ) yang terdiri 23 pertanyaan dengan skor : Tidak Pernah : 0 Pernah : 1 Jarang : 2 Sering : 3 Sangat Sering : 4 | Kategori skor menjadi : tidak berisiko : 0 – 22 ringan : 23 – 46 sedang : 47 – 68 berat : 69 – 92 | Ordinal |

G. Instrumen/Alat Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Menurut Ibnu Hajar dalam (Hardani, 2020) mengatakan bahwa instrument penelitian menggunakan alat pengukuran secara objektif untuk memperoleh data kuantitatif tentang varian atribut variable. Instrumen penelitian merupakan perangkat yang digunakan untuk mengumpulkan data atau mengukur variabel yang menjadi objek penelitian. Kuesioner dibuat mengacu pada parameter yang telah dibuat dengan sesuai oleh peneliti terdahulu dalam melakukan penelitian. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian tingkat stres yaitu kuesioner PAS. Kuesioner terbagi menjadi tiga bagian, seperti :

a. Bagian Pertama

Data umum tentang identitas responden seperti nama inisial, umur, jenis kelamin, semester, asal fakultas.

b. Bagian Kedua

Untuk mengetahui tingkat stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert dan digolongkan ke dalam skala ordinal. Kuesioner yang di pakai yaitu PAS yang terdiri 18 pertanyaan, dengan jawaban :

- 1) Sangat Setuju skor 4
- 2) Setuju skor 3
- 3) Ragu-ragu skor 2

4) Tidak Setuju skor 1

5) Sangat Tidak Setuju skor 0

c. Bagian Ketiga

Pertanyaan yang ditujukan yaitu tentang risiko bunuh diri. Hal ini untuk mengetahui tingkat risiko bunuh diri yang dialami mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan kuesioner dari *Adult Suicidal Ideation Questionnaire (ASIQ)*. Kuesioner terdiri dari 23 pertanyaan, dengan jawaban :

1) Sangat Sering skor 4

2) Sering skor 3

3) Jarang skor 2

4) Pernah skor 1

5) Tidak Pernah skor 0

2. Uji Instrumen Penelitian

Pernyataan pada kuesioner yang berjudul Hubungan Tingkat Stres Akademik terhadap Ide Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang dalam Masa Penyelesaian Skripsi perlu dilakukan uji validitas dan uji reabilitas, yaitu :

A. Uji Validitas

Uji validitas merupakan pengujian yang berfungsi untuk mengetahui kevalidan dari suatu instrumen. Fungsi uji validitas digunakan untuk mengetahui keaslian pada instrument penelitian.

Artinya, uji validitas bertujuan untuk menilai apakah instrumen kuesioner yang digunakan dianggap sah dalam mengukur variable penelitian tertentu. Peneliti menggunakan kuesioner *Perceieved Academic Stres* (PAS) untuk mengetahui tingkat stres akademik dan kuesioner *Adult Suicidal Idetion Questionnaire* (ASIQ) untuk mengetahui tingkat Ide Risiko Bunuh Diri pada mahasiswa tingkat akhir. Sugiyono (2016) mengungkapkan bahwa rumus *Product Moment* digunakan untuk mengetahui jika variable dianggap valid jika nilai $p\ value < 0,05$ dan variable dikatakan tidak valid jika $p\ value > 0,05$. Kuesioner *Perceieved Academic Stress* (PAS) telah dilakukan uji validitas oleh peneliti terdahulu (Syahfitri, et al., 2022) dengan melakukan uji coba validitas kepada 61 responden dengan hasil $p\ value\ 0,000 (<0,05)$ hasil ini menunjukkan jika pertanyaan yang terdapat pada kuesioner tingkat stres akademik adalah valid. Kuesioner *Adult Suicidal Idetion Questionnaire* (ASIQ) telah dilakukan uji validitas oleh peneliti terdahulu (Anggi Mustikarani, 2023) terhadap 23 item pertanyaan digunakan sebagai instrumen penilaian yang dianalisis untuk menentukan apakah satu dimensi atau tidak. Nilai t dari masing-masing koefisien muatan faktor dievaluasi melalui teknik pengujian untuk menilai signifikansinya. Jika nilai $t > 1,96$ maka hal ini berarti signifikan dan sebaliknya. Nilai t dari 23 item dikatakan signifikan karena nilai $t > 1,96$ atau $t < - 1,96$. Diketahui jika tidak

terdapat item yang bermuatan faktor negatif., Hal ini menunjukkan bahwa kuesioner pengukuran risiko bunuh diri adalah valid.

B. Uji Reabilitas

Uji reabilitas, menurut (Darma, 2021) merupakan pengujian untuk menunjukkan ketepatan alat ukur yang digunakan atau seberapa handal tes. Kuesioner bisa dikatakan reliable jika nilai $\alpha > 0,05$ dan tanggapan responden terhadap pernyataannya tidak berubah seiring berjalannya waktu. Satu pengukuran digunakan untuk mengetahui nilai reabilitas , setelah itu menghitung hubungan dari jawaban pertanyaan.

Peneliti terdahulu telah melakukan uji reabilitas terhadap kuesioner Perceived Academic Stres (PAS) dengan melakukan uji coba pada 61 responden didapatkan hasil nilai *alpha cronbach* 0,079 ($>0,05$) hal ini menunjukkan jika kuesioner stres akademik ini reliabel. Reliabilitas *Adult Suicidal Ideation Questionnaire* (ASIQ) dievaluasi berdasarkan konsistensi internal menggunakan koefisien alpha (r) dari Cronbach (1951) serta melalui uji reabilitas test-retest dengan interval penilaian selama dua minggu. Koefisien sebagian dimulai dari .60-.80. Mustikarani (2023) mengungkapkan bahwa koefisien dari hasil tes ulang ASIQ menunjukkan sebesar 0,86 tingkat stabilitas peringkat ukuran skor. Selain itu, terdapat perbedaan skor dari waktu ke waktu. Perbedaan penilaian rata-rata 0,82 poin.

H. Metode Pengumpulan Data

Menurut (Mujiati, et al., 2018) pengumpulan data merupakan hal yang harus dilakukan dengan melakukan pendekatan pada subjek yang akan diteliti dalam prosesnya. Data yang diperoleh merupakan data yang dikumpulkan secara langsung dari responden. Langkah-langkah dalam mengumpulkan data antara lain :

1. Pada tahap awal, peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian untuk melakukan pengambilan data pada seluruh mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Setelah memperoleh surat izin penelitian, peneliti selanjutnya mengajukan surat permohonan penelitian ke seluruh Dekan setiap Fakultas Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
3. Peneliti mendapatkan surat izin untuk melaksanakan penelitian di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Peneliti selanjutnya meminta persetujuan partisipasi dari mahasiswa di Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebagai responden penelitian.
5. Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan penelitian kepada mahasiswa yang menjadi responden.
6. Peneliti menjelaskan prosedur dari penelitian bagaimana cara mengisi kuesioner kepada responden.

7. Peneliti mendapat data dari kuesioner yang sudah diisi oleh mahasiswa tingkat akhir selaku responden.
8. Setelah semua terisi, kuesioner kemudian dikumpulkan untuk dilakukan analisis data.

I. Rencana Analisis Data

1. Pengelolaan Data

Sangadah & Kartawidj (2020) mengungkapkan bahwa data yang telah terkumpul semua akan dilakukan pengolahan data dengan langkah-langkah berikut :

- a) *Editing* yaitu pengecekan untuk memperbaiki kesalahan yang terdapat pada data.
- b) *Coding* yaitu pemberian kode pada data yang masuk dengan kategori sama.
- c) *Tabulating* yaitu membuat tabel yang berisi data yang dikumpulkan secara statistic.
- d) *Entri Data* yaitu proses memasukkan data hasil penelitian ke dalam basis data komputer.
- e) *Analiting Data* yaitu mengolah dan menganalisis data menggunakan SPSS 27 version for Mac OS.

2. Jenis Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini menggunakan alat bantu komputer yaitu SPSS 27 version for Mac OS. Data diperoleh kemudian

dilakukan analisa dengan Analisa Univariat dan Analisa Bivariat, yaitu

:

a) Analisa Univariat

Analisis ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik dari masing-masing variable yang diteliti yaitu, karakteristik responden, mendeskripsikan sikap dan karakteristik mahasiswa . Data yang sudah dianalisa berbentuk statistik yaitu akan hasil dari penelitian akan dipaparkan dalam bentuk statistik sehingga individu bisa memahami dan dapat gambaran dari penelitian. Analisis univariat berfungsi memberikan gambaran dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang berisi frekuensi dan presentase subjek penelitian (Artaya, 2019). Analisis ini digunakan untuk mengkaji hubungan antara tingkat stres akademik terhadap ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang selama masa penyelesaian skripsi.

b) Analisa Bivariat

Menurut (Artaya, 2019) analisis bivariat merupakan metode analisis data yang digunakan untuk menguji ada tidaknya hubungan atau korelasi antara dua variabel.. Analisis bivariat merupakan teknik analisis data yang digunakan untuk mengidentifikasi hubungan atau perbedaan yang signifikan antara dua variabel. Fentia (2020) mengungkapkan bahwa proses analisa

bivariat bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan variable independent dengan variable dependen yang diduga memiliki hubungan jika menggunakan uji statistik. Analisis ini merupakan analisis data yang digunakan untuk mengamati dua variable yang berhubungan. Fentia (2020) mengungkapkan bahwa analisa bivariat bertujuan untuk menentukan ada tidaknya hubungan antara variabel independent dan variabel dependen yang diuji secara statistik. Analisis ini merupakan analisis data yang digunakan untuk mengamati dua variable yang berhubungan dengan menggunakan metode analisis uji *korelasi spearmen Rank* yang didapatkan nilai yang digunakan dalam penelitian jika p value < 0,05 jika H_a diterima maka tingkat stres akademik dengan risiko bunuh diri berhubungan, namun jika nilai p value > 0,05 maka H_o ditolak sehingga tingkat stres akademik dengan risiko bunuh diri tidak berhubungan (Dahlan, 2014).

J. Etika Penelitian

Dalam melakukan penelitian, peneliti harus memperhatikan etika penelitian yang meliputi :

1. Informed Consent (Lembar Persetujuan)

Peneliti membuat lembar persetujuan antara peneliti dengan responden, sebagai bentuk pernyataan setuju dalam ikut berpartisipasi pada penelitian. Jika terdapat penolakan, maka peneliti tidak boleh memaksa responden.

2. Anonimity (Tanpa Nama)

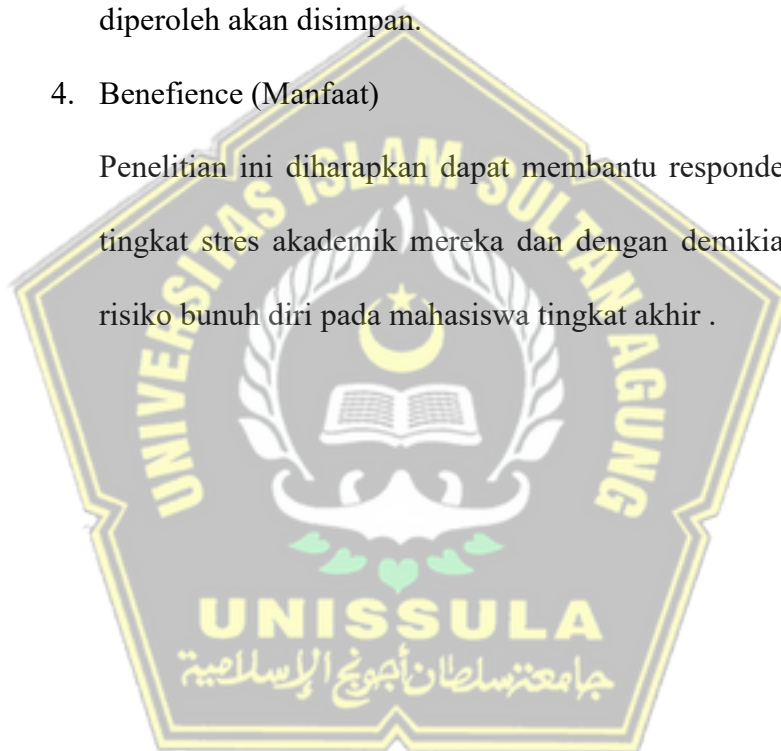
Dalam hal ini, peneliti merahasiakan identitas responden. Peneliti menjamin identitas responden tidak akan diungkapkan dalam penelitian hanya menggunakan inisial.

3. Confidentiality (Kerahasiaan)

Peneliti menjamin kerahasiaan responden dan seluruh informasi diperoleh akan disimpan.

4. Benefience (Manfaat)

Penelitian ini diharapkan dapat membantu responden mengurangi tingkat stres akademik mereka dan dengan demikian mengurangi risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir .



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Pengantar Bab

Bab ini menjelaskan hasil dari penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Stres Akademik Terhadap Ide Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di UNISSULA Selama Masa Penyelesaian Skripsi”. Penelitian ini dilakukan pada bulan September 2025 di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Pemilihan sampel dalam penelitian ini menerapkan metode *probability sampling* melalui teknik pendekatan *simple random sampling*, sehingga diperoleh 180 responden dalam penelitian ini sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Dalam penelitian ini dilaksanakan melalui cara pembagian kuesioner dengan bentuk *google form* kepada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Analisis data univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan masing-masing variable, serta bivariat digunakan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri. Penelitian ini menggunakan uji statistik *Spearman Rank*.

B. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Dalam penelitian ini, setiap responden memiliki karakteristik data yang berbeda-beda, pada penelitian ini respondennya merupakan Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Karakteristik responden

merupakan identitas pada diri responden. Selama pelaksanaan penelitian, karakteristik reponden mencakup dari jenis kelamin, usia dan semester. Berikut penjelasan dari seluruh karakteristik responden antara lain :

a. Jenis Kelamin & Usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin & Usia Mahasiswa (n=180)

| Karakteristik | Kategori | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|---------------|----------|---------------|----------------|
| Jenis Kelamin | Wanita | 110 | 61.1 |
| | Pria | 70 | 38.9 |
| Usia | 19 | 1 | 0.6 |
| | 20 | 7 | 3.9 |
| | 21 | 96 | 53.3 |
| | 22 | 45 | 25.0 |
| | 23 | 16 | 8.9 |
| | 24 | 9 | 5.0 |
| | 25 | 5 | 2.8 |
| | 26 | 1 | 0.6 |
| Total | | 180 | 100.0 |

Pada tabel 4.1 diatas reponden diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori yakni pria dan wanita. Berdasarkan total responden yang berjumlah 180, didapatkan responden terbanyak adalah wanita yang berjumlah 110 orang (61,1%) dan responden pria berjumlah 70 orang (38,9%). Dari karakteristik usia, mayoritas responden berusia 21 tahun sejumlah 96 responden atau 53,3%, kemudian diikuti responden berusia 22 tahun sebanyak 45 atau 25%.

b) Semester

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Semester (n=180)

| Semester | Frekuensi(f) | Persentase(%) |
|----------|--------------|---------------|
| 7 | 148 | 82.2 |
| 9 | 26 | 14.5 |
| 11 | 6 | 3.3 |
| Total | 180 | 100.0 |

Dari tabel 4.2 sebelumnya telah diperoleh hasil responden terbanyak berada di semester 7 yang berjumlah 148 atau 82,2%, kemudian diikuti responden yang berada di semester 9 berjumlah 36 atau 14,5%

2. Variabel Penelitian

a. Distribusi responden berdasarkan tingkat stres akademik

Penelitian pada tingkat stres akademik dinilai melalui kuesioner yang mencakup dari 18 item pertanyaan. Jawaban yang diberikan responden selanjutnya terbagi menjadi lima kategori.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Akademik Mahasiswa (n=180)

| Tingkat Stres | Frekuensi(f) | Persentase(%) |
|---------------|--------------|---------------|
| Sedang | 5 | 2,8 |
| Tinggi | 88 | 48,9 |
| Sangat Tinggi | 87 | 48,3 |
| Total | 180 | 100.0 |

Dari tabel 4.3. Mahasiswa tingkat akhir yang berada pada tingkat stres akademik paling banyak ialah tingkat tinggi, yaitu sejumlah 88 mahasiswa atau 48,9%, diikuti oleh kategori stres sangat tinggi yaitu sebanyak 86 mahasiswa atau 48,3%.

b. Distribusi responden berdasarkan ide risiko bunuh diri

Penelitian pada ide risiko bunuh diri dinilai melalui kuesioner yang mencakup dari 23 butir pertanyaan. Jawaban yang diisi responden selanjutnya dibagi menjadi 4 kategori.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Ide Risiko

Bunuh Diri (n=180)

| Ide Risiko Bunuh Diri | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-----------------------|---------------|----------------|
| Tidak Berisiko | 43 | 23,9 |
| Ringan | 77 | 42,8 |
| Sedang | 53 | 29,4 |
| Berat | 7 | 3,9 |
| Total | 180 | 100,0 |

Dari tabel 4.4. Mahasiswa tingkat akhir yang mempunyai ide bunuh diri paling tinggi adalah ringan, yakni sejumlah 77 mahasiswa atau 42,8%, kemudian diikuti ide risiko bunuh diri sedang yaitu sebanyak 53 mahasiswa atau 29,4%.

C. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan saat menguji korelasi antara variable dependent dan variable independent yaitu antara tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri menggunakan uji korelasi *spearman rank*. Dibawah ini hasil uji sebagai berikut :

Tabel 4.5 hasil Uji Analisa Spearman Rank Tingkat Stres Akademik Dengan Ide Risiko Bunuh Diri (n=180)

| | | Ide Risiko Bunuh Diri | | | | Total | p value | r |
|-------------------------------|---------------|-----------------------|--------|--------|-------|-------|---------|-------|
| | | Tidak Berisiko | Ringan | Sedang | Berat | | | |
| Tingkat Stres Akademik | Sangat Rendah | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,000 | 0,272 |
| | Rendah | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | |
| | Sedang | 2 | 3 | 0 | 0 | 5 | | |
| | Tinggi | 29 | 37 | 20 | 2 | 88 | | |
| | Sangat Tinggi | 12 | 37 | 33 | 5 | 87 | | |
| | Total | 43 | 77 | 53 | 7 | 180 | | |

Dari hasil penelitian yang menggunakan uji korelasi *spearman* antara tingkat stres akademik (PAS) dengan ide risiko bunuh diri (ASIQ), didapatkan hasil nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,272$ dengan nilai *p value* 0,000 yang berarti berada dibawah 0,05 ($0,000 < 0,05$). Hasil diatas telah menunjukkan terdapat hubungan positif secara signifikan variabel tingkat stres akademik terhadap ide risiko bunuh diri. Hal tersebut telah menjelaskan semakin tinggi tingkat stres akademik, mengakibatkan skor risiko bunuh diri juga semakin tinggi, dengan kekuatan hubungan berada pada kategori lemah.



BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengantar Bab

Pada bab ini telah dipaparkan hasil penelitian yang diperoleh tentang “Hubungan Tingkat Stres Akademik Terhadap Ide Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di UNISSULA Selama Masa Penyelesaian Skripsi”. Hasil pada penelitian ini merupakan interpretasi dan uji hasil. Pembahasan dalam bab ini meliputi umur, jenis kelamin, semester, dan untuk analisa univariat tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri serta analisa bivariat membahas tentang hubungan variabel tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri. Hasil penelitian akan diuraikan antara lain :

B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Pada pelaksanaan penelitian didapatkan hasil yang menyatakan responden terbanyak berusia 21 tahun yaitu mencapai 96 orang atau 53,3%, kemudian diikuti responden yang berusia 22 tahun sebanyak 45 orang atau 25%. Pengalaman yang berkorelasi sering dihubungkan dengan umur, dimana orang dewasa lebih matang dalam berfikir dibandingkan anak-anak.

Menurut Hurlock mengungkapkan bahwa usia dewasa awal berkisar pada 18 hingga 40 tahun atau sering juga disebut masa dewasa

dini. Karakteristik dan tugas perkembangan selama masa dewasa awal relatif serupa dan harus diselesaikan oleh setiap orang (Sari, 2021). Pakar psikologi menjelaskan bahwa tugas usia dewasa awal akan sangat berkaitan dengan pemenuhan tuntutan dan harapan. Usia ialah sebuah faktor yang memengaruhi tingkat stres, karena seseorang mengalami banyak perubahan fisik, kognitif, psikososial, dan emosional seiring bertambahnya usia. (Rosyad, 2019).

b. Jenis Kelamin

Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil responden terbanyak berasal dari jenis kelamin wanita yang mencapai 110 responden atau 61,1% kemudian diikuti dari responden yang berjenis kelamin pria sebanyak 70 responden atau 38,9%.

Secara biologis jenis kelamin merupakan hal yang digunakan untuk membedakan antara wanita dan pria, dimana masing-masing mempunyai peran yang berbeda-beda. Pada penelitian, pria dan wanita memiliki perhatian khusus karena perbedaan dalam berfikir, bertindak, merasakan dan menanggapi dari suatu masalah. Perbedaan jenis kelamin ialah sebuah aspek yang mempengaruhi tindakan dan pandangan mahasiswa terhadap stres akademik. Hal ini juga menunjukkan bahwa sementara perempuan cenderung mengekspresikan emosi mereka, laki-laki cenderung menekan emosi mereka, menerima masalah, menghindari memikirkan faktor pemicu stres, dan mencoba menyelesaikan masalah (Hafifah, et al., 2020).

Mahasiswa perempuan dengan mahasiswa laki-laki tergolong mengalami stres sedang, namun tingkat stres pada perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki (Ikhwan, 2019). Tidak terdapat perbedaan secara signifikan untuk tingkat stres kelompok pria atau wanita (Nurohim, 2018).

c. Semester

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan responden terbanyak berasal dari semester 7 yang mencapai 148 responden atau 82,2% kemudian diikuti dari responden yang berada di semester 9 sebanyak 26 responden atau 14,4%.

Pada bangku perkuliahan semester akhir merupakan tahapan akhir dimana mahasiswa mengalami proses perkuliahan yang ditandai dengan banyaknya tugas dan tuntutan dalam menyelesaikan beban akademik (Fatika, et al., 2025). Hal ini terjadi pada mahasiswa yang telah menyelesaikan sebagian besar mata kuliah dan sedang melakukan penyusunan terhadap tugas akhir selaku sebuah persyaratan agar memperoleh gelar akademik. Selain aspek akademik, semester akhir juga memiliki hubungan yang erat dengan aspek psikologis dan sosial mahasiswa (Djoar & Anggraini, 2024). Hal ini disebabkan karena mahasiswa sering kali dihadapkan pada berbagai tuntutan dan tekanan internal maupun eksternal, seperti beban penulisan tugas, tenggat waktu tugas yang dekat, persiapan ujian akhir, dan kecemasan akan tugas akhir (Akunne & Nnadi, 2021). Hal ini dapat mempengaruhi emosional

mahasiswa hingga menyebabkan tingkat stres yang tinggi. Dari perspektif perkembangan, mahasiswa yang menjalani semester terakhir berada pada tahap akhir masa dewasa awal, di mana mereka berusaha menetapkan identitas diri dan menentukan arah karir masa depan (Nurhafiyah & Marcos, 2023).

d. Tingkat Stres Akademik

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir yang merasakan tingkat stres akademik paling banyak ialah tingkat tinggi, yaitu sejumlah 88 mahasiswa atau 48,9%, kemudian disertai stres sangat tinggi yaitu sebanyak 87 mahasiswa atau 48,3%.

Setiap individu yang mengalami stres akan merespon hal tersebut dengan cara yang berbeda-beda. Menurut Stuart & Laraia yang dikutip dalam (Mentari, 2018) stres bisa terlihat melalui empat respon, yaitu respon psikologis, respon kognitif, respon emosi, dan respon perbuatan. Beberapa mahasiswa mungkin memiliki tuntutan akademik yang tinggi, yang dapat memicu munculnya stres, yaitu harus menuntaskan tugas secara akurat dan tepat waktu, serta mencari materi tugas dan mengelola materi pembelajaran, dan sebagainya (Barseli & Ahmad, 2018). Stres dipicu oleh dua jenis yaitu stres internal dan stres eksternal. Stres eksternal merujuk pada stres yang timbul akibat kegiatan pembelajaran atau pada lingkungan sosial. Sedangkan stres internal muncul karena berhubungan terhadap kondisi individu, seperti tidak mampu mengelola waktu, perilaku

atau rasa negatif, serta minimnya harga diri yang dipengaruhi oleh permasalahan dan tekanan yang berlangsung secara berkelanjutan (Ambarwati, et al., 2019)

Penulis telah berasumsi mayoritas individu mahasiswa berada pada tingkat stres tinggi, yang berarti mahasiswa mengalami tekanan selama proses penyelesaian skripsi. Stres terjadi pada mahasiswa dikarenakan ketidakmampuan individu dalam memenuhi tuntutan tugas dan menyesuaikan diri sebagai seorang mahasiswa dalam menghadapi perubahan dalam pembelajaran.

e. Ide Risiko Bunuh Diri

Hasil dari penelitian yang didapatkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang mempunyai ide bunuh diri paling tinggi adalah ringan, yakni sejumlah 77 mahasiswa atau 42,8%, kemudian diikuti ide risiko bunuh diri sedang yaitu sebanyak 53 mahasiswa atau 29,4%.

Menurut (Wicaksana, et al., 2024) risiko bunuh diri merupakan dampak yang melukai diri sendiri yang akan membahayakan hidup individu. Bunuh diri ialah sebuah perilaku yang dilaksanakan oleh individu untuk membunuh diri sendiri (Putri, 2020). Menurut (Zulaikha & Febriyana, 2018) Ide bunuh diri merupakan pikiran untuk membunuh dirinya sendiri, seperti menyusun rencana kapan, dimana, atau bagaimana bunuh diri dapat dilaksanakan, serta fikiran terkait dampak bunuh dirinya pada individu lain. ide bunuh diri sering disebut pikiran atau ide untuk

bunuh diri merupakan istilah luar yang digunakan dalam menggambarkan berbagai keinginan untuk mati.

Ide bunuh diri merupakan pikiran yang mengacu pada rencana bunuh diri. Hal ini berkaitan erat dengan upaya untuk melakukan bunuh diri dan kematian, yang menjadikannya salah satu faktor risiko signifikan dalam upaya bunuh diri pada masa yang mendatang (Harmer, et al., 2022).

2. Hubungan Tingkat Stres Akademik Dengan Ide Risiko Bunuh Diri

Dalam pelaksanaan penelitian, untuk mengukur keeratan hubungan antara dua variable diterapkan uji korelasi *Spearman Rank*. Hasil dari uji ini diperoleh bahwa nilai p value ($0,000 < 0,05$) sehingga H_0 pada penelitian ini disingkirkan karena dari hasil p value telah menjelaskan hubungan signifikan yang kuat antara tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir. Nilai korelasi dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa nilai korelasi koefisien 0,272, hal tersebut telah menjelaskan adanya korelasi secara signifikan namun lemah variabel tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri. Sehingga telah disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat stres akademik mengakibatkan semakin tinggi juga ide risiko bunuh diri.

Temuan ini sejalan dengan temuan yang dilaksanakan oleh (Wicaksana, et al., 2024) dengan hasil yang menunjukkan terdapat hubungan secara signifikan variabel tingkat stres dan risiko bunuh diri, dan nilai p value 0,001. Hasil penelitian ini juga serupa dengan temuan yang dilaksanakan oleh

(Lalenoh & Zega, 2021) adanya hubungan secara signifikan variabel tingkat stres dengan ide bunuh diri dengan hasil p value 0,048, sehingga dari penelitian ini telah dijelaskan semakin tinggi tingkat stres individu mengakibatkan semakin tinggi juga ide bunuh diri.

Bagi mahasiswa semester akhir, ide risiko bunuh diri dapat meningkat karena ada banyaknya tuntutan. Mahasiswa yang memiliki ide untuk bunuh diri disebabkan oleh adanya tekanan stres akademik yang tinggi sehingga mengalami depresi yang berasal dari faktor kekhawatiran dan ketidakmampuan dalam mengerjakan skripsi serta tidak bisa memanajemen waktu dengan baik, tuntutan dari orang tua dan kesulitan mencari referensi yang menyebabkan individu memiliki ide untuk bunuh diri (Laoli, et al., 2022).

Ide bunuh diri merupakan respon kognitif bagi individu dalam tujuan untuk mengakhiri masalah (Iriani & Khumas, 2024). Stres mempunyai dampak negatif apabila tidak diatasi secara tepat. Ketika tingkat stres semakin tinggi, sulit bagi siswa dalam mengatasinya dan memunculkan keputusan yang buruk dan ide untuk melakukan bunuh diri. Bunuh diri ialah perilaku yang merugikan dan sering terjadi terhadap individu yang memiliki kesulitan dalam mengatasi permasalahannya (Agustin & Raspati, 2023).

Tekanan yang muncul dari masalah akademik seringkali menjadi tantangan besar bagi mahasiswa. Secara umum mahasiswa berada di masa remaja akhir, yaitu fase di mana emosi dan pikiran masih belum stabil. Pada masa ini, seseorang cenderung lebih mudah stres, rentan mengalami gangguan

perasaan, dan kemampuan untuk mengendalikan diri masih kurang baik (Abidin & Abdullah, 2025). Perilaku bunuh diri merupakan tindakan yang membahayakan diri sendiri, hal ini sering dilakukan oleh individu yang mengalami gangguan mental atau tekanan psikologis, serta kesulitan dalam menghadapi masalah. Faktor yang memicu timbulnya keinginan untuk tindakan bunuh diri adalah tekanan atau stres yang berasal dari akademik (Karel & Reagen, 2022).

Mahasiswa cenderung memiliki kerentanan secara emosional dalam berpikir bahwa bunuh diri merupakan upaya dalam mengatasi masalah. Hal ini dipengaruhi oleh transisi kehidupan yang signifikan, seperti jarak yang jauh dari keluarga, kurangnya dukungan sosial, kesulitan dalam penyesuaian diri pada lingkungan yang baru, tekanan dari bidang akademik dan keluarga, yang akan meningkatkan ide timbulnya tindakan untuk bunuh diri (Governos State University, 2020). Risiko bunuh diri seringkali muncul pada mahasiswa tingkat akhir akibat beban tugas akademik yang harus diselesaikan. Salah satu faktor yang menjadi pemicu dalam hal ini adalah penyelesaian tugas akhir atau skripsi, yang dapat menyebabkan timbulnya ide bunuh diri (Wusqa & Novianti, 2022).

Tindakan percobaan bunuh diri merupakan bersifat impulsif, dimana perilaku tersebut terjadi karena adanya dorongan dari berfikir bunuh diri. Faktor psikologis yang menyebabkan munculnya ide bunuh diri yaitu dari perasaan tertekan dari lingkungan akademik, padat nya jadwal perkuliahan, pengalaman *bullying*, harga diri rendah, kepribadian neurotic, tingkat

kecemasan yang tinggi, depresi, stres, serta perasaan tidak berdaya (Pradipta & Valentina, 2024).

Kejadian bunuh diri pada golongan mahasiswa merupakan isu yang patut mendapat perhatian tinggi. Meningkatnya kejadian bunuh diri di Indonesia, khususnya di kelompok mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi tekanan akademik dan tuntutan penyelesaian studi. Tekanan psikologis yang berat dapat memunculkan pikiran atau dorongan untuk mengakhiri hidup sebagai bentuk pelarian dari beban yang dialaminya (Kustiani, et al., 2024).

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian terbatas karena menggunakan google form, sehingga dapat mempengaruhi akses dan kejujuran responden. Sampel yang terbatas pada mahasiswa tingkat akhir di UNISSULA juga membatasi generalisasi hasil penelitian.

D. Implikasi Keperawatan

Hasil penelitian terhadap hubungan antara tingkat stres akademik terhadap ide risiko bunuh diri di Universitas Islam Sultan Agung Semarang telah membuktikan ditemukan adanya korelasi variabel tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultang Agung Semarang.

1. Profesi

Hasil dari penelitian ini harapannya akan memperkaya pengetahuan bagi seluruh pembaca khususnya dalam bidang Keperawatan Jiwa untuk tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri.

2. Institusi

Penelitian ini harapannya dapat memberi pengetahuan bagi institusi pendidikan terkait hubungan antara tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri. Tidak hanya itu, Fakultas Ilmu Keperawatan dapat dijadikannya rujukan untuk pelaksanaan penelitian di masa mendatang.

3. Masyarakat

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber pengetahuan mengenai tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri bagi masyarakat luas, terutama terhadap mahasiswa keperawatan.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sesudah dilaksanakan penelitian kepada 180 responden dan hasil telah dijelaskan pada bab IV dan bab V maka peneliti memberikan kesimpulan antara lain :

1. Karakteristik responden pada penelitian ini ialah kelompok wanita yakni berjumlah 110 individu atau 61,1% dari sampel dan mayoritas responden berusia 21 tahun sebanyak 96 orang atau 53,3%.
2. Tingkat stres akademik responden mayoritas dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 88 orang atau 48,9%.
3. Ide risiko bunuh diri responden mayoritas dalam kategori ringan, yaitu sebanyak 77 mahasiswa atau 42,8%.
4. Hubungan variabel tingkat stres akademik terhadap ide risiko bunuh diri bagi mahasiswa tingkat akhir $p\text{ value } 0,000 < 0,05$ yang artinya ditemukan hubungan secara signifikan antara tingkat stres akademik dengan arah yang positif, dapat diartikan semakin tinggi tingkat stres akademik mengakibatkan semakin tinggi juga ide risiko bunuh diri, dan berbanding terbalik semakin rendah tingkat stres akademik mengakibatkan semakin rendah juga ide risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Berikutnya :

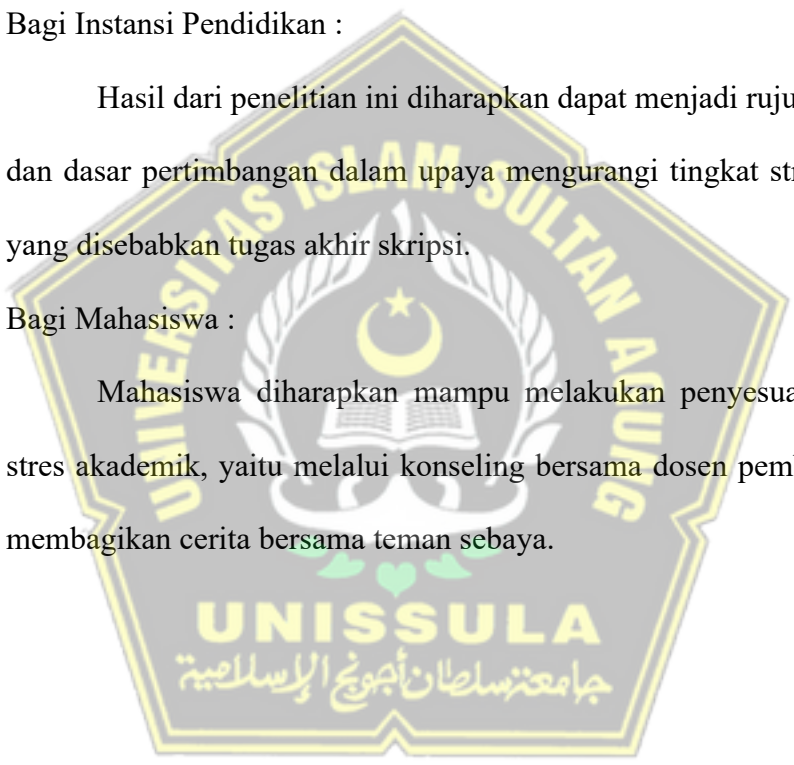
Peneliti berikutnya diharapkan mampu mengembangkan cara coping yang selaras terhadap kondisi mahasiswa, serta dilakukan evaluasi secara berkala setiap tahun untuk memperoleh informasi mengenai perubahan tingkat stres akademik dengan ide risiko bunuh diri.

2. Bagi Instansi Pendidikan :

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan referensi dan dasar pertimbangan dalam upaya mengurangi tingkat stres akademik yang disebabkan tugas akhir skripsi.

3. Bagi Mahasiswa :

Mahasiswa diharapkan mampu melakukan penyesuaian terhadap stres akademik, yaitu melalui konseling bersama dosen pembimbing atau membagikan cerita bersama teman sebaya.



DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, M. L., & Abdullah, M. N. (2025). ANALISIS EKSPLANATIF PREVALENSI BUNUH DIRI IMPLIKASI STRES AKADEMIK TERHADAP PENGARUH SOSIAL MAHASISWA DI KOTA MALANG . *JURNAL SOSIOLOGI, ANTROPOLOGI, DAN BUDAYA NUSANTARA*.
- Agusmar, A. Y., & Vani, A. T. (2019). Perbandingan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2018 dengan angkatan 2015 fakultas kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Health and Medical Journal*, 34-38.
- Agustin, L., & Raspati, M. F. (2023). Dampak Stres Yang Mengakibatkan Bunuh Diri Pada Mahasiswa.
- Akunne, L. I., & Nnadi, G. C. (2021). Causes of Stress and Coping Strategies among Final Year Students in Tertiary Institutions in Nigeria. *Advances in Research*, September, 28–35. <https://doi.org/10.9734/air/2021/v22i230295>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.
- Anggi Mustikarani, W. (2023). GAMBARAN PERSEPSI MAHASISWA TENTANG KEJADIAN BUNUH DIRI DI KOTA SEMARANG (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Anjani, D. A., & dkk. (2023). Perkembangan Terkini Perilaku Bunuh Diri pada Orang dengan depresi. *Unram Medical Journal*.
- Aulia, N., & Yulastri. (2019). ANALISIS HUBUNGAN FAKTOR RISIKO BUNUH DIRI DENGAN IDE BUNUH DIRI PADA REMAJA. *Jurnal Keperawatan* .
- Barseli, M., & Ahmad, R. (2018). Hubungan Stres Akademik Siswa dengan Hasil Belajar. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*.
- Biroli, A. (2018). Bunuh diri dalam perspektif sosiologi. *Simulacra*, 1(2), 213-223. <https://doi.org/10.21107/sml.v1i2.4996>
- Dahlan, M. S. (2014). Statistik untuk kedokteran dan kesehatan : Deskriptif. *Bivariat, dan Multivariat, Dilengkapi Aplikasi Menggunakan SPSS 6*.
- Darma, B. (2021). Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2). *Guepedia*.
- Darmawan, I. (2022). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Unissula. Hubungan Tingkat Stres Dengan Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. (2024). *Jurnal Keperawatan Jiwa*.
- Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. M. (2024). Faktor -Faktor Yang Mempengaruhi Stress Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1), 52–59. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i1.24064>
- Ermansyah, S. &. (2020). ANALISIS DAMPAK STRES AKADEMIK MAHASISWA DALAM PENYELESAIAN TUGAS AKHIR (SKRIPSI) STUDI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI MANAJEMEN UIN

- SULTAN SYARIF KASIM RIAU DAN UNIVERISTAS INTERNASIONAL BATAM KEPULAUAN RIAU. *Jurnal el-riyasa* 11, 14-28.
- Fatika, Z. R., Nurhaliza, M., Perdana, C. A., Nujaba, D. R., Sri Rejeki, D. S., & Wijayanti, S. P. (2025). LITERATURE REVIEW : FAKTOR RISIKO STRES PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR. *Research Journal of Rural Health*.
- Febianti, H. N. (2024). Identifikasi faktor psikologis penyebab dan cara penanganan bunuh diri di Korea Selatan berdasarkan autopsy Psikologis. *Jurnal Psikologi*.
- Febriana, & Zulaikha. (2018). bunuh Diri Pada Anak dan Remaja. *Jurnal Psikiatri Surabaya*.
- Febrianti, H. N. (2024). Identifikasi Faktor Psikologis Penyebab dan Cara Penanganan bunuh diri di Korea Selatan Berdasarkan Autopsi Psikologis. *Jurnal Psikologi*.
- Febrianti, D., & Husniawati, N. (2021). Hubungan tingkat depresi dan faktor resiko ide bunuh diri pada remaja SMPN. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(1), 85-94.
- Gatari, A. (2020). Hubungan Stres Akademik dengan flow akademik pada mahasiswa. *Cognicia 8 (1)*, 78-89.
- Governos State University. (2020). Why Is Suicide So Common Among College Student?. <https://www.govst.edu/suicide-prevention/>
- Gurning, A. E. (2017). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Tingkat Motivasi Belajar Remaja Kelas XII Dalam Persiapan Ujian Nasional di SMA St. Maria Monica, Bekasi Timur (Doctoral dissertation, Universitas Binawan).
- Hafifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W. H., (2020). Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Nursing News*.
- Hardani, T. (2020). Pengaruh Komitmen Organisasi, Organizational Citizenship Behavior (Ocb) Dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Pada Karyawan RSU. Sarila Husada Sragen di Unit. *Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia*.
- Ikhwan, A. E. (2019). Stress Dan Motivasi Belajar Mahasiswa Profesi Keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan*.
- lhamsyah, F., Margareta, I., Amanda, S. L., Pratiwi, P., & Alrefi, A. (2023). An Overview Of Palembang Teacher Training Students Academic Stress. *Jurnal Ilmiah Konseling Pendidikan*, 2(2), 71-78.
- Iriani, C. M., & Khumas, A. (2024). Hubungan Antara Stres dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Makassar. *Journal of Social Studies*.
- Karel, T. H., & Reagen, M. (2022). Stres Akademik Dengan Prilaku Bunuh Diri Pada Mahasiswa. *Klabat Journal Of Nursing*.
- Khalifah, R. N., & Darsono, D. (2018). Hubungan Perilaku Bullying dengan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa. *Pedagogi : Jurnal Pendidikan Dasar* 6 (11).

- Fathurahman, N. (2020, November). Inovasi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP* (Vol. 3, No. 1, pp. 615-627).
- Kurniawan, W., & Zen, F. R. (2024). Analisis Clustering Kasus Bunuh Diri di Jawa Tengah dengan Menerapkan Algoritma K-Means.
- Kustiani, R., & Fayed, M. S. (2024). FENOMENA BUNUH DIRI PADA MAHASISWA DALAM TEKANAN AKADEMIK DIPANDANG DARI PERSEPEKTIF TEORI BUNUH DIRI (SUICIDE) MENURUT EMILE DURKHEIM. *Jurnal Pendidikan, Seni, Sains dan Sosial Humanioral*.
- Lalenoh, G. A., Zega, I. B. P., Yuni, I. F., Florensa, M. V. A., & Ningsih, M. T. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Stres dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa [The Relationship Between Stress Levels and Suicide Ideation in College Students]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 9(1), 89-101.
- Laoli, Nauli, F. A., Karim, D., Karim, D., & Karim, D. (2022). Gambaran Tingkat Depresi Mahasiswa dan Faktor Penyebab Depresi Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Riau. *Coping: Community of Publishing in Nursing*.
- Lestari, I. D. (2023). Pengaruh Mindfulness Dalam Salat Duha Terhadap Stres Akademik Siswa Kelas X Di SMAN 1 Prambon (Doctoral dissertation, IAIN Kediri).
- Lia Fentia, S. S. T. (2020). Faktor Risiko Gizi Kurang Pada Anak Usia 1-5 Tahun Dari Keluarga Miskin. Penerbit Nem.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres akademik mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring selama masa pandemi Covid 19. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 31.
- Mahrus, N. R. (2024). Mengidentifikasi Faktor-Faktor Penyebab Stres Akadeik pada Mahasiswa dan Strategi Pengelolaannya. *Journal of Islamic Education and Management*.
- Maharani, I., Budiman, A., Psikologi, P., & Psikologi, F. (2020). Hubungan stress akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam masa pandemi. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 693-699.
- Maulina, A. (2022). Pengaruh Mandala Pattern Coloring Therapy terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Mentari, D. O. (2018). *Digital Digital Repository Repository Univertas Jember*.
- Mujiati, M., Nasir, N., & Ashari, A. (2018). Faktor-faktor penyebab siswa putus sekolah. *Didaktis: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Pengetahuan*, 18(3).
- Munir. (2020). Academic Stress Factors Among Indonesian Students: A Case of IAIN Batusangkar. *Jurnal Pendidikan Progresif*.
- Nainggolan, D. (2021). Kajian Teologis Terhadap Tindakan Bunuh Diri. *Jurnal Luxnos*.
- Novitasari, M. (2022). HUBUNGAN ANTARA PROBLEM FOCUSED COPING DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENYUSUN SKRIPSI DI FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN WALISONGO SEMARANG (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).

- Novitayani, S., & Nurhidayah, I. (2023). Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 8(1), 61-68.
- Nurhafiyah, I., & Marcos, H. (2023). Sistem Pakar Diagnosis Kesehatan Mental pada Mahasiswa Universitas Amikom Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Komputer Dan Informatika*, 12 Nomor 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.34010/komputa.v12i1.8978>
- Nurhafiyah, I., & Marcos, H. (2023). Sistem Pakar Diagnosis Kesehatan Mental pada Mahasiswa Universitas Amikom Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Komputer Dan Informatika*.
- Nurohim, S. (2018). Identitas dan Peran Gender Pada Masyarakat Suku Bugis . *Sosietas*.
- Panjaitan, R. U., & Wardani, I. Y. (2023). KEERATAN KELUARGA DAN KEMAMPUAN PEMECAHANAN MASALAH BERHUBUNGAN DENGAN IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA. *JURNAL KEPERAWATAN*.
- Pokja, T. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus PPNI.
- Pradipta, I. M., & Valentina, T. D. (2024). Faktor Psikologis Terhadap Ide bunuh Diri Remaja Di Indonesia. *Journal Of Social Science Research*.
- Putri, K. (2020). Tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*.
- Ridha, N. (2017). Proses penelitian, masalah, variabel dan paradigma penelitian. *Hikmah*, 14(1), 62-70.
- Rohmah, N. R., & Mahrus, M. (2024). Mengidentifikasi Faktor-faktor Penyebab Stres Akademik pada Mahasiswa dan Strategi Pengelolaannya. *JIEM: Journal Of Islamic Education and Management*, 5(1), 36-43.
- Rosyad, Y. S. (2019). Tingkat Stres Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta dalam Menyusun Skripsi Tahun Akademik. *Jurnal Keperawatan Jiwa*.
- Safari, S. G. S. (2020). Peran Depresi Pada Pagaruh Kekerasan Seksual Berbasis Teknologi Terhadap Ide Bunuh Diri Pada Dewasa Awal (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Sari, P. D. (2021). Tingkat Ketercapaian Tugas Perkembangan Dewasa Awal: Studi Deskriptif pada Mahasiswa IAIN Curup. *Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*.
- Sosiady, M., & Ermansyah, E. (2020). Analisis Dampak Stres Akademik Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir (Skripsi)(Studi Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Uin Sultan Syarif Kasim Riau Dan Univeristas Internasional Batam Kepulauan Riau). *Jurnal el-riyasah*, 11(1), 14-28
- Sri Novitayani, I. N. (2023). Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas* 8.
- Sugiyono, S., & Yayuk, S. (2019). Pengaruh Kepemimpinan kepala sekolah dan biaya pendidikan terhadap kualitas proses belajar mengajar dan

- dampaknya dengan kompetensi lulusan smk di kabupaten gunungkidul. *Jurnal Akuntabilitas Manajemen Pendidikan*.
- Syafitri, E. N., Murdiono, W. R., Wiyani, C., & Ramdani, B. C. (2022). Analisis Hasil Try Out Uji Kompetensi Berdasarkan Stres Akademik dan Persepsi Pencapaian Kompetensi Klinis Mahasiswa Ners UNRIYO. In *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu* (Vol. 4, No. 1, pp. 193-198).
- Tasalim, R., & Cahyani, A. R. (2021). *Stres Akademik dan Penanganannya*. Guepedia.
- Wicaksana, I. G. A. T., Ningsih, N. K. T. Y., & Wahyunadi, N. M. D. (2024). Hubungan Tingkat Stres dengan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(4), 799-806.
- Widia, L. (2017). Hubungan Antara Status Pekerjaan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Bidan Praktik Mandiri (Bpm) Noor Dwi Lestari Amd. Keb Desa Blok CI Madu Retno Kecamatan Karang Bintang Kabupaten Tanah Bumbu. *Jurnal Darul Azhar*, 2(1), 40-46.
- Wusqa, N., & Novianti, S. (2022). RISIKO BUNUH DIRI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR.
- Yayuk, S., & Sugiyono, S. (2019). Pengaruh kepemimpinan kepala sekolah dan biaya pendidikan terhadap kualitas proses belajar mengajar dan dampaknya dengan kompetensi lulusan SMK di kabupaten Gunungkidul. *Jurnal Akuntabilitas Manajemen Pendidikan*, 7(1), 84-96.
- Zulaikha, A., & Febriyana, N. (2018). BUNUH DIRI PADA ANAK DAN REMAJA. *Jurnal Psikiatri Surabaya*.

